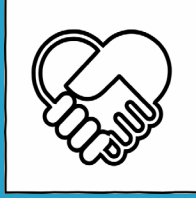
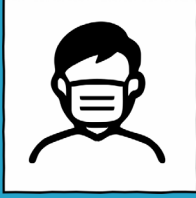


Groundswell

Out of homelessness



ኮቪድ-19 አብ ኢንግላንድ

ሰለ ምንታይዮ አገዳሲ ኮይኑ፣
እንታይዮ ኸ ክትፈልጥ ተደልዩ

ግንቦት 2022

TIGRINYA

ህሉው ኩነታት እንታይ ይመስል?

እቲ ጽቡቕ ዜና፣ ኣብዚ ሕጂ እዋን ብዙሓት ሰባት ዝሓሸ ካብ ኮቪድ-19 ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ኣጥርዮም ኣለው፣ ምስቲ ቅድሚ ክልተ ዓመት እዚ ለበዳ ዝጀመረሉ ክነጻጸር ከሎ።

እዚ ናይ ምጽዋር ዓቕሚ ዝተረየሉ ምክንያት ከኣ፣

- ቁጽሪ ሰባት ብ ኮቪድ-19 ዝተለኸፉ፣ እሞ ከኣ ዝደሓኑ
- ምውሳኽ ቁጽሪ ሰባት ክታበት ንኸወስዱ ዝቐረበሎም እሞ ዝወሰድዎን

እንተኾነ ግን እዚ ለበዳ ገና ኣየብቐዐን። ኣብ ዝመጽእ ዓመታት ቁጽሪ መልከፍቲ ክንህር ይኸእልዮ፣ ብፍላይ ከኣ ኣብ ናይ ቁሪ ወቕቲ።

ኣብ መላእ ዓልም ሓድሽ ቅርጺ ዘለዎ (ዓይነት ናይ ኮቪድ-19) እናማዕበል ክቕጽል ይኸእል።

ክሳብ ዝተኸለለና ንነብስናን ካልኣትን ካብ ኮቪድ-19 ዉሑሳት ንምጥንጥን ጥንቓቕ ክንገብር ከድሊ እዩ፣ ብፍላይ ከኣ ካብ ሓደ ግዜ ንላዕሊ ክንልከፍ ስለ ንኸእል።

ብኸመይ ኩልና ውሑሳት ኮና ክንቅጽል ንኸእል?

- ክታበት ምውሳኔ፣ ኩሉ ዓቕሚ ኣዳም ዝበጸሑ ብመንገዱ NHS ብነጻ ክታበት ክረክብ ይከኣል
- መስኮት ብምክፋት፣ ምስ ካልኣት ሰባት ኣብ ውሽጢ ገዛ ኣብ እትህልዉሉ ንጹህ ኣየር ክኣቱ ግበሩ
- መሸፈኒ ኣፍን ኣፍንጫን ውደዩ ኣብ ሰብ ዝበዘሉ ዕጹው ቦታ
- ምስ ዝጸለኣኩም ናይ ኮቪድ-19 ምልክታት ምስ ዝህልወኩም፣ ምስ ሰባት ርክብ ኣወግዱ፣ ዕረፍቲ ውሰዱ፣ ከምኡ ድማ ክሳብ ደሓን ትኹኑ እኹል ፈሳሲ ውሰዱ። እቶም ምልክታት ከኣ፣
 - ዘየቐርጹ ሰዓል
 - ልዑል ሙቕት ሰብነት፣ ረስኒ ወይ ዛሕሊ
 - ለውጢ ኣብ ምሽታትን ምስትምቓርን
 - ሕጽረት ትንፋስ
 - ዘይንቡር ተርእዮ ድኻም ወይ ሓይሊ ምስኣን
 - ናይ ጭዋዳታት ቃንዛ ወይ ሕማም
 - ዘይምጥማይ
 - ሕማም ርእሲ
 - ቃንዛ ጎሮሮ፣ ናይ እፍንጫ ጸረር ምባል ወይ ማዕበስቲ
 - ውጽኣት፣ ስሚዕታት ምጽላእ፣ ወይ ይጽለኣካ

- ናይ ሕክምና ቆጻሮ ምስ ዝህልዉኩም ብኣካል ኣብ ቆጻሮ ክትርከብ ኣብ እትሕተተሉ እዋን፣ እንተ ኪኣልኩም ብዛዕባ ዝህልወካ ምልክታት ንኸትሕብሮም ደዊልኩ ኣፍልጥዎም።
- እንተ ደኣ ተጸሊእካ ናይ ላተራል ፍሎው መርመራ ግበር ወይ ከኣ እዞም ልዕል ኢሎም ዝተጥቐሱ ምልክታት ምስ ዝህልዉኻ ኮቪድ-19 ኣሎካን የብልካ ንምርግጋጽ።
- ነጻ መርመራ ኣብ ሆስፒታትን ናይ ቀትሪ መውዓሊ ማዕከናትን፣ ናይ ጥዕና ትኩሳትን ክርከብ ይከኣል። እንተ ደኣ ብወሃብቲ ደጋፍ ትካላት ወይ ወሃቢ ደገፍ ሰራሕተኛ

“ንዝኾነ ብዛዕባ ኮቪድ-19 ዝምልከት ክሕግዘካ ድሉው ዝኾነ ክትውከስ ትኸእል - ኣብቲ እትነብረሉ መንበሪ ዝሰርሕ ሰራሕተኛ፣ ወሃቢ ደገፍ ሰርሕተኛ፣ ሰራሕተኛ ሰነ-ኣእሙራዊ ጥዕና፣ ነርስ፣ ኣገልግሎት ተሓድሶ፣ ወዘተ ክኹኑ ይኸእሉ” - ግራውንስዌል ፔር ምስ ሊቪድ ኤክስፔሪንስ

- ትሕገዝ ኮንካ፣ ንዓታቶም ምሕታት ይከኣል።
- እንተደኣ ውጺኢት መርመራኻ ኣወንታ ኮይኑ፣ ብዝተኸለለካ ንሓሙሽተ መዓልታት ምስ ሰባት ርክብ ኣወግድ። ሓሙሽተ መዓልታት ሓሊፉ እሞ እንተዘይ ሓሸካ፣ ክሳብ ደሓን ትኸውን ካብ ሰብ ምግላል ቀጽሎ።

ክታብት ምውሳድ

እዚ ንነብስኻን ካልኦትን ብኮቪድ-19 ብጽኑዕ ካብ ምሕማምን ወይውን ምጥትን፣ ናብ ካብልእ ስብ ካብ ምልባዕን፣ ብሓድሽ ቫይረስ ካብ ምልካፍን ክትከፈሉኩም እትክእል እቲ ዝበለጸ መንገዲ እዩ።

ነብስና ናይ ባዕሉ ጸረጊቲ ቫይረስ (ጸረ-ነብሳት) ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ንክማዕብል ይሕግዝ።

ኩሎም ዓቕሚ ኣዳም ዝበጽሑ ሰባት ን ስለስቲኡ ዙር ክታብት ንክወስዱ ይፍቀዱሎም እዩ። ስለስቲኡ ክታብታት ብምሳድ እቲ ዝበለጸ ውሕስነት ይህበካ።

1. እቲ ቀዳማይ ዙር ክታብት ደሓን ዝኾነ ናይ ውሕስነት ይህበካ
2. እቲ ካልኣይ ዙር ውሕስነትካ ክዓቢ ይገብር። ካብጎቲ ቀዳማይ ልዕሊ 18ተ እንተኳንካ ክልተ ወርሒ ጸኒሕካ ክውሰድ ይከኣል (ትሕቲ 18ተ እንተኳንካ ድማ ድሕሪ ስለስተ ወርሒ)።
3. እቲ መጠናኸሪ ድማ ነቲ ካብቲ ቀዳማት ክልተ ዘጥረኻዮ ውሕስነት የጠናክረልካ፣ ከምኡ ድማ ኣንጻር ሓደሽቲ ዓይነት ኮቪድ-19 ይከላኸለልካ። ስለስተ ወርሒ ካብቲ ካልኣይ ክውሰድ ይከኣል።

እንተደኣ ርግጽኻ ዘይኳንካ፣ ወይ ንክታብት ምውሳድ ብዝምልካት ክትውከስ ደሊኻ፣ ንሰብ ሞያ ጥዕና ከም እኒ ሞያኻ፣ ነርስ ወይጎሳ ፍርማሲስት ከተዛርብ ትክእል።

“ ነብሲ ወከፍ ሰብ ክታብት ክወስድ ይፍቀድ እዩ ፣ ብነጻን ኣብ ዝጥዕሞ ግዜን ቦታን ክወስድ መስል ኣለዎ። ” ግራውንደቫል ፒር

ጎድናዊ ሰዓቤናት ኣለዎ ዶ?

ክታብት ኮቪድ-19 ኣብ ገለ ሰባት ጎድናዊ ሰዓቤናት ክህልዎ ይክእል እዩ ግን ኣብ ኩሎ ሰብ ኣይኮነን። እዚኣም ከኣ፣

- ኣብ ምናትካ ናይቲ መርፍእ ቃንዛ ከብረልካ ይክእል
- ሓፈሻዊ ድኻም ክስመዓካ ይክእል
- ሕማም ርእሲ
- ቅርጥማት
- ሓፈሻዊ ክጽለኣካ ይክእል

ምናልባት እንተደኣ ኣገዳሲ ቆጻሮ ሃልዩካ፣ ነቲ ናይ ክታብት ቆጻራ ክልተ መዓልታት ቅድሚታቲ ኣገዳሲ ቆጻራኻ ወይ እውን ድሕሪኡ እንተኮነ ይምረጽ።

ብዛዕባዚ ብዝምልከት ርግጽኻ እንተዘይ ኳንካ፣ ንሰብ ሞይ ጥዕና (ንግዳኻ ወይ ነርስ ዝሓመሰሉ) ምሕታት ይከኣል፣ ዝያዳ ሓበሬታን መምሪሒታትን ክህቡኻ ይክእሉ።

ኣቕዲምካ ብ ኮቪድ-19 ተለኪፍካ እንተ ኔርካ ክታብት ምውሳድ የድልየካ ዶ?

እወ። እቲ ድሕሪ ኮቪድ-19 ምሕማምካ ዘጥረኻዮ ጸረ-ነብሳት፣ ድሕሪ ቁሩብ ኣዋርሕ ናይ ምክልኻል ዓቕሙ ይጉድል እዩ። ከምኡ ድማ ብ ኮቪድ-19 ካብ ሓደ ግዜ ንላዕሊ ክትልከፍ ትክእል ኢኻ።

ክታብት ኮቪድ-19 ነቲ ናይ ምጽዋር/ምክልኻል ዓቕምኻ ከም ዝሕይልን ንነዊሕ ከምዝጸንሕን ይገብር። ዋላን ኣቕድሚካ ብ ኮቪድ-19 ተለኪፍካ እንተነበርካ፣ ክታብት ምሳድ ውሕስ እዩ።

ንመጻኢ ተውሳኪ ናይ ክታብት ዓቕን/ዙር ምሳድ ከድልየኒ ድዩ?

ኣብዚ ሕጂ እዋን ብርግጽ ዝኾነ ሰብ ዝፈልጥ የለን። መጽናዕቲ ከም ዘረጋገጸ ክሳብ ሕጂ ዝተሞህቡ ስለስተ ዙር/ዓቕን ክታብት፣ ጸረ ዝተፈላለዩ ዓይነት ኮቪድ-19ን፣ ንነዊሕ እዋን ዝጸንሕ ኮቪድን፣ ኣዝዩ ጽቡቕ ደረጃ ናይ ምክልኻል/ውሕስነት ኣርእዩ እዩ።

መወከሲታት

- ካልእ ነጻ ናይ ኮቪድ-19 መወከሲታት ሓበሬታ ነምርካብ፣ “ግራውንደቫል ናይ ኮቪድ መወከሲታት” ኢልኩም ድለዩ
- ናይ NHS ሓበሬታ፣ ‘NHS ኮቪድ-19’ ኢልኩም ድለዩ
- ናይ መንግስቲ መርበብ/ወብሳይት ሓበሬታ፣ ‘ኮቪድ-19 Gov UK’ ኢልኩም ድለዩ

እንተደኣ ኢንተርኒት ክትጥቀም ዘይትክእል ኬንካ፣ እንተ ደኣ ብዋሃብቲ ደገፍ ትካላት ወይ ወሃቢ ደገፍ ሰራሕተኛ ሃልዩካ፣ ነዚ ሓበሬታ ኣብ ወረቐት የሕቲሞም ንክህቡኻ ሕተት።

“ እንተደኣ ዘይተመዘገብካ ኳንካ፣ እሞ ኸኣ ገለ ምክርን ሓገዝን ብዛዕባ ጥዕናኻን፣ ኮቪድ-19ን ክታብትን እንተደሊኻ፣ ኣብ ሞያ ክትምዘገብ ይከኣል እዩ።

ነፍሲ ወከፍ ሰብ ቀዋሚ ኣድራሻ ወይ ናይ መንነት ታሴራ ይሃልዎ ኣይሃልዎ፣ እንታይ መንበሪ ፍቓድ ኣለዎ ብዘየገድስ ናይ ምምዘጋብ መሰሉ ዝተሓለወ እዩ። ” - ግራውንደቫል ፒር

ኣበይ ክታብት ክትወስድ ትክእል፣

- ኣብ ኪድ ኢልካ ትግልገለሉ ነቕጣ፣ ኣብ ቀረባኻ ዘሎ ነቕጣ ንምርከብ ኣብ ኣንላይን “ናይ ኮቪድ ክታብት ቦታ” ኢልካ ድለ።
- ብኣንላይን ቆጻሮ ብምሓዝ፣ “ክታብት ኮቪድ ርኽብ” ኢልካ ድለ።
- ተንቀሳቓሲ ናይ ክታብት ኣገልግሎት ናብ እትነበረሉ መንበሪ ቦታ ወይ ናብ ናይ ከባቢካ ኣገልግሎት ክመጹ ይክእሉ።

ክታብት ንምውሳድ ምስ ሞያ ምምዘጋብ ወይ እውን ናይ NHS ቁጽሪ ክህልወካ ኣገዳሲ ኣይኮነን።

እንተ ደኣ ብኣንላይን ቆጻሮ ምሓዝ ዘይትክእል ኬንካ፣ ብነጻ ናብ 119 ምድዋል ይከኣል። እንተ ደኣ ኣስቶርጋሚ ደሊኻ ክትሓትት ትክእል ኢኻ።



ኣብ ግራውንደቫል ኩሎ ሰብ መስል ንጽቡቕ ጥዕና ኣለዎ ሊልና ኢና ንኣምን። ክልተ ሲሶ ኣባላትናን ከምኡ ድማ ኩሎም ብወለንታ ዝሰርሑ ኣባላትና ምስ ገዛ ኣልቦ ዝኾኑ ሰባት ናይ ምስራሕ ተሞኩሮ ዘለዎም እዮም። ብዛዕባ ናይ ጥዕና ሓበሬታን መምሪሒታትን ከምኡውን ነዚ ጽሑፍ ዘጠቓለለ ሓገዝ ከቕርቡ ይክእሉ።

እዚ ለበዳ ኮርና ካብ ዝጅምር ኣትሒዙ፣ ንገዛ ኣልቦ ዝኾኑን፣ ካልኦት ብኣና ዝሕገዙ ሰባትን፣ ጥዕናም ንክክታተሉ እዋናዊ ዝኾነ ሓበሬታ እና ሃብና ክንሕግዝ ጸኒሕናን ኣለናን።