

**1 . ንመሰላትካ ንምጥባቕ ዝሕግዝ መሳርሒ**

**ንመሰላትካ ንምጥባቕ ዝሕግዝ መሳርሒ እንታይ እዩ?**

**ንመሰላትካ ምጥባቕ** ማለት ንነብስኻ ክትዛረብ ምኽኣል ማለት እዩ። እንታይ ከም እትሓስብን እንታይ ከም ዝስምዓካን ንሰባት ክትነግሮም ምኽኣል ማለት እዩ። ካልኦት ሰባት ንዓኻ ኣገዳሲ ዝኾነ ነገር ንኽፈልጡ ይሕግዞም።

እዚ ናትና መሳርሒ ወይ ድማ ቱልኪት ንእትደልዮን ዘድልየካን ንክትሓትት ዝተፈላለየ መገድታት ይህበካ። ንኽትስማዕን መሰልካ ከም ዝማላእ ንምርግጋጽን ድማ ይሕግዘካ።

እዚ መሳርሒ እዚ ርእይቶኻ፡ ድሌታትካን ባህታታትካን ናብ ካልኦት ንምብጻሕ ክሕግዘካ ይኽእል።

ኣብ ማእከል ክንክንካን ደገፍካን ንክትከውን ድማ ክሕግዘካ እዩ።

ህይወትካ ዝጸሉ ውሳነታት ኣብ ምግባር ዓቢ ተራ ንክትጻወት ክሕግዘካ እዩ።

**እዚ መሳርሒ እዚ እንታይ ንኽገብር ክሕግዘኒ ይኽእል?**



ነቲ ክትብሎ እትደሊ መደብ ንክትገብር ይሕግዘካ። እዚ ብዛዕባኻ ወይ ብዛዕባ እትረኽቦ ኣገልግሎት ንዝግበር ኣኼባታት ክኸውን ይኽእል።



ኣገደስቲ ጻውዒታት ቴለፎን ክትውጥን ይሕግዘካ። ርእይቶታትካ ብንጹር ይስማዕ።



ብዛዕባ ኣረኣእያኻን ድሌታትካን ምስ ሰብ ሞያ ተዘራረብ። ንዓኻ ኣገዳሲ ዝኾነ ነገር ንገሮም።



ንዓኻ ክንክን ወይ ደገፍ ኣብ ዝህቡኻ ኣገልግሎታት ጉዳያትን ጥርዓናትን ንክተልዕል።



ጸገማት ንምፍታሕ ዝሕግዝ ጥርዓን ንክተቕርብ።



**ምምኽኻር**

ምምኽኻር (ወይ ምዝታይ) ንስኻን ዝድግፉኻ ሰባትን ኣብ ሓደ ነገር ምስ እትሰማምዑ እዩ።

እዚ ንዓኻ ወይ ንሓደ እትሕግዞ ሰብ ዝበለጸ ኣገልግሎት ወይ ክንክን ንምርካብ ክሕግዝ ይኽእል።

ምምሕዳር ከባቢ (ቤት ምኽሪ) ወይ ኣገልግሎታት NHSን ኩሎም ዝሰርሑሎም ሰባትን ብዛዕባ ኣገልግሎት ክንክንካን/ወይ ደገፍካን **ክሓቱኻ ይግባእ**።

ምኽሪ ክትረክብ ከለኻ፡ ቅድሚ ነዚ ምግባርካ ክትወስዶም እትኽእል ኣርባዕተ ስጉምትታት ወይ ደረጃታት ኣለዉ። ንሳቶም ድማ፦

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ደረጃ 1: ሽቶታትካ እንታይ እዮም?** |
| * እንታይ ክትረክብ ኣለካ? * እንታይ ክትረክብ ምደለኻ? * ቀንዲ ዕላማኻ እንታይ እዩ? * ንዓኻ ተቐባልነት ዘለዎ ነገር እንታይ እዩ? * ንዓኻ ተቐባልነት ዘይብሉ ነገር እንታይ እዩ? | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ደረጃ 2: ሓበሬታ ርኸብ** |
| * ምኽሪ ንምርካብ ንኽትክእል እንታይ ሓበሬታ የድልየካ? * ካባኻ እንታይ ዓይነት ሓበሬታ ከድልዮም እዩ? * ኣቐዲሙ ክህልዎም ብዛዕባ ዝኽእል ሓበሬታ ትፈልጡ’ዶ? * እቲ ሓበሬታ ነቲ ምምኽኻር ክቕይሮ ይኽእል ድዩ ንኣብነት፣ ምወላ? | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ደረጃ 3: ክትሓስቦም ዝግበኣካ ነጥብታት** |
| * ሕጂ እውን ጽቡቕ ውጽኢት ዘምጽኣለይ እንታይ ዓይነት ምምሕያሻት ክገብር እኽእል? * እንታይ ዓይነት ምምሕያሻት ንክገብሩ ክሓትት ይኽእል? * ጽቡቕ ውጽኢት ንምርካብ ይሕግዙኒ ድዮም? * ምኽሪ ምሕታት የድልየኒ ድዩ? ንኣብነት ቢሮ ምኽሪ ዜጋታት (Citizens Advice Bureau) ወይ ካልእ ተመሳሳሊ? * ብዛዕባ ክንክነይ ወይ ደገፈይ ክዛረብ ከለኹ ኣበይ እዩ ዝያዳ ምቹእነት ዝስምዓኒ? * ምስ ኣገልግሎታት ክዛረብ ከለኹ ምሳይ ሰብ ክህልወኒ ድዩ? * ነዚ ዝኸውን እቲ ዝበለጸ ሰብ መን እዩ? | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ደረጃ 4: እቶም ዘድልዩኻ ክፋላት እዚ መሳርሒ ተጠቐም** |
| * ኣየኖት ክፋላት ናይቲ መሳርሒ ክሕግዙኻ ከም ዝኽእሉ ምረጽ * ሓገዝ እንተድኣ ደሊኻ፣ ንሓደ እትፈልጦን እትኣምኖን ሰብ ንኽትመልኦ ክሕግዘካ ሕተቶ። * ኣባል ስድራቤት፣ ዓርኪ ወይ ጠበቓ ክኾኑ ይኽእሉ * ነቲ ዘድልየካ ንዝተፈላለዩ ነገራት ተጠቐመሉ። ንኣብነት ብዛዕባ ሓደ ኣገልግሎት ጥርዓን ከተቕርብ እንተደሊኻ፣ ነቲ ናይ ጥርዓናት ቅጥዒ ክትጥቀመሉ ትኽእል ኢኻ። | |

1. **ናይ ኣኼባ መደብ መዳለዊ**

**እዚ ሰነድ እዚ ብኸመይ ከም እትጥቀመሉ፦** ንዘለካ ኣገዳሲ ኣኼባ መደብ ግበር። እቲ ኣኼባ ብዛዕባ እንታይ ምዃኑ፣ ምስ መን ምዃኑን ካብኡ እንታይ ከም እትደልን ኣቐምጥ።

እዚ መዳለዊ መደብ እዚ ክትብሎ እትደሊን ድሕሪ ኣኼባኻ እንታይ ከም ዘጋጠመን ክትጽሕፈሉ እትኽእል ክፋላት እውን ኣለዎ።

እቲ ኣኼባ ብዛዕባ ሓደ ኣገዳሲ ነገር ክኸውን ይኽእል እዩ። ብዛዕባ መንበሪ ገዛኻ፡ ደገፍካ፡ ጥዕናኻ፡ ገንዘብካ ወይ ክትጥቀመሉ እትደሊ ኣገልግሎት ምርካብ ክኸውን ይኽእል።

|  |
| --- |
| **እቲ ኣኼባ ብዛዕባ እንታይ እዩ?** |
| ኣብዚ ክፍሊ እዚ እቲ ኣኼባ ብዛዕባ እንታይ ምዃኑ ጸሓፍ። ኣብነት፡ “እቲ ኣኼባ ብዛዕባ ካብ ቤት ምኽሪ ሓድሽ መንበሪ ገዛ ምሕታት እዩ” |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ሎሚ ኣብቲ ኣኼባ መን ይሳተፍ ኣሎ?** | |
| በጃኹም ስምን ናይ ስራሕ መዓርግን ናይቲ እትረኽብዎ ሰብ ወይ ሰባት ጽሓፉ። ኣብነት፡ “ስም፡ ጆን ጆንሰን”፡ “መዓርግ ስራሕ፡ ኣተሓባባሪ ጥዕና ኣእምሮ” | |
| ስም: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |
| ስም: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |
| ስም: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |
| ስም: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |

|  |
| --- |
| **እንታይ እየ ክዛረብ ዝደሊ?** |
| ኣብቲ ኣኼባ ንሰባት ክትነግሮም እትደሊ ነገር ጽሓፍ። ኣብነት፡ “እዚ ሕጂ ዝነብረሉ ገዛ ኣዝዩ ዝሑልን ውሑስነት ዘይብሉን እዩ” |
|  |
| **እንታይ ክኸውን እየ ዝደሊ?** |
| ኣብቲ ኣኼባን ድሕሪኡን እንታይ ክኸውን ከም እትደሊ ጽሓፍ። ኣብነት፡ “ዕዳይ ብኽፋል ኣብ ዝተፈላለየ ግዜ ክመልስ እንተኽኢለ ክፈልጥ እደሊ” |
|  |

|  |
| --- |
| **ክኾኑ ዘይደልዮም ነገራት:** |
| ኣብ’ቲ ኣኼባ ክኸውን ዘይትደልዮ ነገር ጽሓፍ። ኣብነት “ደገፍ ክሓትት ከለኹ ‘ኣይፋል’ ክብሃል ኣይደልን እየ” |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ተግባራት/ውጺኢታት:** | |
| ድሕሪ ኣኼባ እንታይ ክኸውን ከም ዘለዎ ጸሓፍ። እንታይ ከም ዘጋጠመን መዓስ ከም ዝተገብረን እውን ኣቐምጥ። ነዚ ኣብ ታሕቲ ዘሎ ዓምድታት ተጠቒምካ ጽሓፎም። | |
| ተግባራት - እንታይ ኣጋጢሙ። ንኣብነት ናይቲ መመልከቲ ቅጥዒ ምልኣዮ” | ብመንን መዓስን ንኣብነት ”ብጠበቓይ - ኣብ ዕለት 19 ፌብርዋሪ” |
|  | |
|  | |
|  | |
|  | |
| **መዘኻኸሪ: ካልእ ኣብዚ ክካተት ኣለዎ ኢልካ እትሓስቦ ኣገዳሲ ነገር ጽሓፍ። ኣብነት፡ “ተኸፊለ ምዃነይ ንምርግጋጽ ናይ ባንኪ ሒሳበይ ምፍታሽ”** | |
|  |  |

# ናይ ጻውዒት ቴሌፎን መደብ መዳለዊ

**እዚ ሰነድ እዚ ብኸመይ ከም እትጥቀመሉ፦** ንዘለካ ወይ እትጽበዮ ንዘለኻ ኣገዳሲ ጻውዒት ቴሌፎን መደብ ግበር። እቲ ጻውዒት ቴሌፎን ንምንታይ ኣገዳሲ ምዃኑን እንታይ ክትዛረብ ከም እትደልን ኣቐምጥ።

እዚ መዳለዊ መደብ እዚ ኣብቲ ጻውዒት ቴሌፎን ብዛዕባ ክትብሎ እትደሊ ነገራት ዝሓዘ እዩ። ብተወሳኺ ኣብቲ ጻውዒት ቴሌፎን ብዛዕባ ክትረኽቦ እትደሊ ዝምልከት ክፋላት እውን ኣለዎ።

ኣብ መወዳእታ ድሕሪ ቴለፎን ምድዋል እንታይ ክትገብር ከም ዘለካን መን ክሕግዘካ ከም ዝኽእልን ዝገልጽ ክፍሊ ኣሎ።

|  |
| --- |
| **እቲ ጻውዒት ቴሌፎን ብዛዕባ እንታይ እዩ?** |
| ኣብዚ ክፍሊ እዚ እቲ ጻውዒት ቴለፎን ብዛዕባ እንታይ ምዃኑ ኣቐምጥ። ኣብነት፡ “እቲ ናይ ቴለፎን ጻውዒት ብዛዕባ ህጹጽ ናይ ሓኪም ስኒ ቆጸራ ምሓዝ ዝምልከት እዩ” |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ንመን እየ ክድውለሉ?** | |
| ስም፣ ናይ ስራሕ መዓርግን ቁጽሪ ተሌፎንን ናይቲ እትድውለሉ ሰብ ወይ ሰባት ጽሓፉ። ዝሕግዘኩም እንተኾይኑ ድማ መዓልትን ሰዓትን እቲ ቴለፎን ዝደወለሉ ግዜ እውን ጽሓፉ። ኣብነት፡ “ስም፡ ጆን ጆንሰን”፡ “መዓርግ ስራሕ፡ ኣተሓባባሪ ጥዕና ኣእምሮ” | |
| ስም: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ (ዝምልከት እኝተኾይኑ)። |  |
| ቁጽሪ ተሌፎን: |  |
| ቴሌፎን ዝድወለሉ ዕለት: |  |
| ቴሌፎን ዝድወለሉ ሰዓት: |  |

|  |
| --- |
| **እንታይ እየ ክብል ዝደሊ?** |
| ኣብ ጻውዒት ቴለፎንካ ንሰባት ክትነግሮም እትደሊ ነገር ጽሓፍ። ኣብነት፡ “እዚ ሕጂ ዝነብረሉ ገዛ ኣዝዩ ዝሑልን ውሑስነት ዘይብሉን እዩ” |
|  |
| **እንታይ ክኸውን እየ ዝደሊ?** |
| ኣብቲ ናይ ቴሌፎን ዝርርብን ድሕሪኡን እንታይ ክኸውን ከም እትደሊ ጽሓፍ። ኣብነት፡ “ዕዳይ ብኽፋል ኣብ ዝተፈላለየ ግዜ ክመልስ እንተኽኢለ ክፈልጥ እደሊ” |
|  |

|  |
| --- |
| **ክኾኑ ዘይደልዮም ነገራት:** |
| ኣብ’ቲ ናይ ቴሌፎን ዝርርብ ክኸውን ዘይትደልዮ ነገር ጽሓፍ። ኣብነት “ደገፍ ክሓትት ከለኹ ‘ኣይፋል’ ክብሃል **ኣይደልን** እየ” |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ተግባራት/ውጺኢታት:** | |
| ድሕሪ እቲ ናይ ቴሌፎን ዝርርብ እንታይ ክኸውን ከም ዘለዎ ጸሓፍ። እንታይ ከም ዘጋጠመን መዓስ ከም ዝተገብረን እውን ኣቐምጥ። ነዚ ኣብ ታሕቲ ዘሎ ዓምድታት ተጠቒምካ ጽሓፎም። | |
| ተግባራት - እንታይ ኣጋጢሙ። ንኣብነት ናይቲ መመልከቲ ቅጥዒ ምልኣዮ” | ብመንን መዓስን ንኣብነት ”ብጠበቓይ - ኣብ ዕለት 19 ፌብርዋሪ” |
|  | |
|  | |
|  | |
|  | |
| **መዘኻኸሪ: ካልእ ኣብዚ ክካተት ኣለዎ ኢልካ እትሓስቦ ኣገዳሲ ነገር ጽሓፍ። ኣብነት፡ “ተኸፊለ ምዃነይ ንምርግጋጽ ናይ ባንኪ ሒሳበይ ምፍታሽ”** | |

# ብኽብረትኩም መዘኻኸሪ ጸሓፉ: ክፋል 1

**ነዚ ሰነድ ብኸመይ ትጥቀመሉ፦** ብዛዕባ ሓደ ሓገዝ እትደልየሉ ጉዳይ ጽሓፍ። እዚ ድማ ክትረኽቦ ወይ ሓገዝ ክትረኽበሉ ንዝደለኻ ትካል ወይ ኣገልግሎት ንምሃብ እዩ።

እቲ ሓገዝ እትሓቶ ሰብ እንታይ ክፈልጥ ከም እትደልዮ ጸሓፍ። ነቲ ጽሑፍካ ምስ ኣንበቡ እንታይ ክኸውን ከም እትደሊ እውን ኣቐምጥ።

ኣብ መወዳእታ 1ይ ክፋል፡ ካብ መን ሓገዝ ከም እትደሊ ዝሓትት ክፋል ኣሎ። ካብ ዝኾነ ሰብ ደገፍ ትደሊ እንተኾይንካ እዚ ናይ ብሓቂ ጠቓሚ እዩ።

|  |  |
| --- | --- |
| ስመይ: |  |
| ናይ መዘኻኸሪ ዕለት: |  |
| ናይ መዘኻኸሪ ሰዓት: |  |

|  |  |
| --- | --- |
| ናብ: (እቲ ጽሑፍ ክለኣኾ ዝተሓሰበ ሰብ) |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |
| ትካል/ ኩባንያ: |  |

|  |
| --- |
| **ኣነ ክትፈልጦ ዝደለኹዎ እንታይ እዩ:** |
| ኣብዚ ክፋል እዚ ሰባት ብዛዕባ እቲ እትደልዮን ዘድልየካን ክፈልጥዎ እትደልዮ ኣቐምጥ። ኣብነት፡ “ኣውቲዝመይ ንምርዳእ ዝሕግዘኒ ምኽሪ ክረክብ እደሊ” |
|  |

|  |
| --- |
| **እንታይ ክኸውን ይደሊ፣ ክሳብ መዓስ:** |
| ኣብዚ ክፋል እንታይ ክኸውን ከም እትደሊ ጸሓፍ። ድሕሪኡ፡ መዓስ ክኸውን ከም እትደሊ ኣቐምጥ። ኣብነት፡ “ድሕሪ ሽዱሽተ ወርሒ ናብ ሓድሽ ገዛ ክግዕዝ እደሊ” |
|  |

|  |
| --- |
| **ኣብዚ ጉዳይ መን እዩ ክሕግዘኒ ዝደልዮ:** |
| ኣብዚ ክፋል ዕላማኻ/ዕላማታትካ ንምዕዋት ካብ መን ሓገዝ ከም እትደሊ ጸሓፍ። ኣብነት፡ “ደገፍ ጥዕና ኣእምሮ ንኽረክብ ዝሕግዘኒ ናይ ደገፍ ሰራሕተኛ የድልየኒ” |
|  |

|  |  |
| --- | --- |
| **ብኽብረትኩም ነዚ ወረቐት ንፋይል ፈሪምኩም ፎቶኮፒ ግበሩ:** | |
| ፌርማኻ: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |
| ዕለት: |  |

# ብኽብረትኩም መዘኻኸሪ ጸሓፉ: ክፋል 2

**ነዚ ሰነድ ብኸመይ ትጥቀመሉ፦** 1ይ ክፋል ናይዚ መሳርሒ ምስ ዝጥቀም ሰብ ትሰርሕ እንተኾንካ፡ ድሌታቱ ከምዝተማልአ ንምርግጋጽ ንዑኡ ተጠቐመሉ።

ነዚ ክፋል ናይ ብኽብረትኩም መዘኻኸሪ ጸሓፉ ተጠቒምካ እንታይ ከም ዝገበርካሎም ጽሓፍ። እዚ ድማ ብመሰረት ኣብ 1ይ ክፋል ካብ ዝነገሩኻ ክኸውን ይግባእ።

ዝኾነ ክትወስዶ ዘለካ ስጉምትታት ጽሓፍ። ድሕሪኡ፡ ኣብቶም ተግባራት ተመርኲስካ ዝኾነ ውጽኢት ጽሓፍ።

ምስቲ 1ይ ክፋል ዝመልአ ሰብ እትሰርሕ በዓል ሞያ ምስ እትኾን ጥራይ ነቲ 2ይ ክፋል ተጠቐም።

|  |  |
| --- | --- |
| ናይ ሰራሕተኛ ስም: |  |
| ናይ መዘኻኸሪ ዕለት: |  |
| ናይ መዘኻኸሪ ሰዓት: |  |
| ናይ ዓሚል ስም: |  |

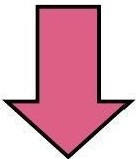
|  |
| --- |
| **ዝተወሰዱ ስጉምቲታት:** |
| ኣብዚ ክፋል ኣብ 1ይ ክፋል ዘሎ መዘኻኸሪታት መሰረት ብምግባር እንታይ ከም ዝተገብረ ኣቐምጥ። ኣብነት፤  “እቲ ዓሚል ብዛዕባ ሓደ ናይቲ ከባቢ ባንኪ መግቢ ሓበሬታ ተዋሂብዎ ኣሎ” |
|  |

|  |
| --- |
| **ውጽኢት:** |
| ኣብዚ ክፋል ነቶም ተግባራትካ ስዒቡ እንታይ ከም ዘጋጠመ ጸሓፍ። ኣብነት፡ “ናይ ዓሚል ቴለፎን ጻውዒት ምስ መለስኩ፡ ኣብ ሓደ ጉጅለ Zoom ንኽጽንበሩ ዝርዝር ሓበሬታ ሂበዮም ኣለኹ” |
|  |

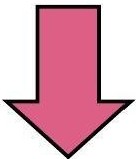
|  |  |
| --- | --- |
| **ብኽብረትኩም ነዚ ወረቐት ንፋይል ፈሪምኩም ፎቶኮፒ ግበሩ። ድሕሪኡ፣ ነዚ ቅዳሕ እዚ ንዓሚል ምለሱ።** | |
| ፌርማኹም: |  |
| ናይ ስራሕ መዓርግ: |  |
| ዕለት: |  |

**ሰንጠረዥ ወግዓዊ መስርሕ ጥርዓናት**

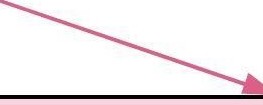
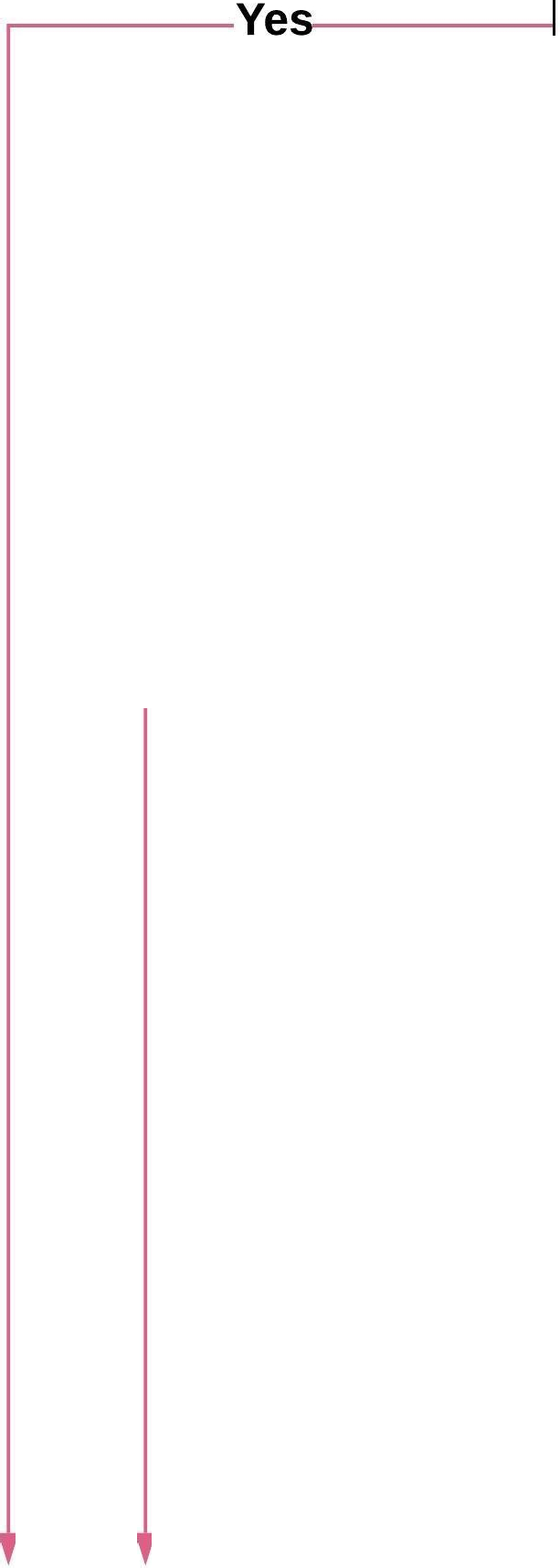
ኣብ ጥዕናኻ ወይ ማሕበራዊ ክንክንካ ወይ ኣብቲ ሓደ ትካል ኣብ ዝህበካ ዘሎ ኣገልግሎታት ጸገም ኣለካ።



ምስ ሓደ ሰብ ብዘይወግዓዊ መንገዲ ክትዘራረብ ፈትን።



-እወ



ጸገምካ ተፈቲሑ’ዶ?

ናይቲ ጥርዓን ከይዲ መወዳእታ

ሕጋዊ ምኽሪ ውሰድ

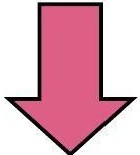
ጸገምካ ተፈቲሑ’ዶ?

I

ኣይፋልን

•

ወግዓዊ ቅሬታ ኣቕርብ።



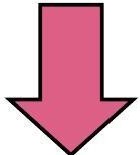
-እወ ጸገምካ ተፈቲሑ’ዶ?

I

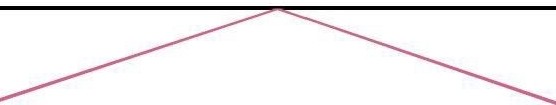
ኣይፋልን

+

ናብ ሓባሲ ንብዓት ወይ ተቖጻጻሪ ኣካል ጥርዓን ኣቕርብ



እወ ኣይፋልን



# ናይ ጥርዓን ቅጥዒ

**ብዛዕባ እዚ ሰነድ፡** እዚ ጥርዓን ንምጽሓፍ ዝሕግዘካ ቅጥዒ እዩ። እዚ ድማ ንዝተጠቐምካሉ ግን ድማ ንዘይሓገዘካ ኣገልግሎት ክኸውን ይኽእል እዩ።

ከም ደብዳቤ ተዳልዩ ኣሎ። ምስ መላእካዮ ድማ ናብቲ ቅሬታ ክተቕርበሉ እትደሊ ወይ ዘለካ ኣገልግሎት ክትሰድድ ትኽእል ኢኻ።

## መጀመርታ እቲ ደብዳበ

ኣብ መጀመርታ ንናትካ ኣድራሻ ዝኸውን ቦታ ኣሎ። ንኣድራሻ ናይቲ ቅሬታ እተቕርበሉ ሰብ ወይ ትካል ዝኸውን ቦታ እውን ኣሎ።

ብድሕሪኡ ድማ ነቲ ደብዳቤ ክትጅምረሉ እትኽእለሉ ቦታ ኣሎ። እዚ ድማ “ዝኸበርካ/ኪ...” ኢሉ እዩ ዝጅምር። ኣብዚ ቦታ ድማ ስሞም ክትጽሕፍ ይግባእ ንኣብነት። ሚስተር ስሚዝ።

ቀጺሉ ዘሎ መስመር ጥርዓንኩም ብዛዕባ እንታይ ምዃኑ ክገልጽ ይግባእ። ኣብ መጀመርታ ናይቲ ደብዳበ፡ ብዛዕባ እቲ እተማርረሉ ዘለኻ ብዝርዝር ክትዛረብ ይግባእ።

መጀመርታ ናይታ ደብዳቤ እንታይ ክመስል ከም ዝኽእል ዘርእይ ኣብነት ኣብ ታሕቲ ርኸቡ።

01/02/2021

Mr Peter Petersen

12 Street Road Streetville

West Yorkshire LS45 1HW

01/02/2021

Dr N Smith, GP

Streetville Medical Practice 26-28 Street Avenue Streetville

West Yorkshire LS45 0MB

ዝኸበርካ ሚስተር ስሚዝ

መወከሲ: ብዛዕባ ዝተዋህበኒ ናይ ጌጋ መድሃኒት ዝምልከት ጥርዓን

እዝ ደብዳበ ንኣዝመይ ተባሂሉ ዝተኣዘዙለይ ናይ ጌጋ መድሃኒት ኣመልኪተ እየ ዝጽሕፈልኩም ዘለኹ።

## ቀጺልካ እንታይ ክትብል ትደሊ

ድሕሪ እታ መጀመርያ ሓሳብ ናይቲ ናይ ጥርዓን ደብዳበ፣ ብዛዕባ ጥርዓንካ ብዝርዝር ክትኣቱ ይግባእ። ነዚ ዝሕግዙ ውሑዳት ምኽርታት ድማ እነሆ፡ ምስ ገለ ኣብነታት፦

* ንጥርዓንካ ዝድግፉ ሓቅታት ተጠቐም። ህዱእ ክትከውን ፈትን ብዛዕባ ስምዒታትካ ዝገልጽ ቃላት ካብ ምጥቃም ድማ ተቖጠብ። ዝሕግዘካ እንተኾይኑ ንነፍሲ ​​ወከፍ ሓቂ ኣብ ሓድሽ መስመር ጽሑፍ ኣቐምጦ።
  + ንኣብነት፡- "ንቆጸራ ኣዝዩ ነዊሕ ክጽበ ዝተገበርኩ ኮይኑ ተሰሚዑኒ። ድሕሪ 10 ደቓይቕ ከም ዝርእዩኒ ቃል ተኣትዩለይ። ኮይኑ ግን 45 ደቓይቕ ተጸቢየ።"
* ብልክዕ እቲ ዘጋጠመ ነገር እንታይ ከም ዝኾነ ኣቐምጥ። እንታይ ከም ዘጋጠመ ወይ ከም ዘየጋጠመ ብንጹር ኣቐምጥ። ብሰንኪ እቲ ጸገም እንታይ ከም ዘጋጠመ ግለጽ። ሕድሕድ ብዝርዝር ነጥቢ ምቕማጥ ድማ ክሕግዝ ይኽእል እዩ።
  + ኣብነት፦ “እቲ ዝረኸብክዎ መድሃኒት ንሕማም ኣርትራይተሰይ ኣይሰርሓለይን። ብሓፈሻዊ ሓኪመይ ግን ከም ዝሰርሕ እዩ ተነጊሩኒ።”
* ፍሉያት ነገራት መዓስ ከም ዘጋጠሙ ዝሕብሩ ሰዓታት/ዕለታት ምውሳኽ። ኣስማት ወሰንቲ ሰራሕተኛታትን ካልኦት ኣብዚ ስራሕ ዝሳተፉን ምቕማጥ እውን ክሕግዝ ይኽእል እዩ። መን፣ እንታይ ከም ዝበሉኻን ኣቐምጥ።
  + ኣብነት፡ “ሰኑይ 1 መጋቢት ሰዓት 1 ድሕሪ ቀትሪ፡ ካብ ገዛይ ክወጽእ ተነጊሩኒ።”
* እቲ ጸገም ቅድሚ ምፍጣሩ ዝተዋህበካ ዝኾነ ይኹን ሓበሬታ ጽሓፍ። ክትጽበዮ ዝተነገረካ ነገር ኣቐምጥ፣ ጠቓሚ እንተኾይኑ።
  + ኣብነት፡ “ኣባይቲ ንሓደ ወርሒ ኣብ ዝርዝር መጸበዪ ክትኣቱ ኢኻ ኢሉኒ።”
* ነቲ ጸገም ንምፍታሕን ንምእራምን ዛጊድ ዝገበርካዮ ነገር ግለጽ።
  + ኣብነት፡ “ዓቐን መድሃኒተይ ከስተኻኽሎ ፈቲነ፡ ግን ኣይሰርሓለይን።”
* ቅዳሓት ናይ ዝኾኑ ኣገደስቲ ደብዳቤታት፡ ሰነዳት ወይ መርትዖታት ዘለካ ወስኸሉ።
  + ኣብነት፦ ፎቶ ኮፒ ናይቲ ናይ መጀመርታ ኣኼባኻ ዕለት ዘለዎ ደብዳበ
* እንታይ ክኸውን ከም እትደሊን መዓስ ነቲ ጸገም ክፍታሕ ከም እትደሊን ግለጽ።
  + ኣብነት፡ “ክሳብ ዓርቢ 26 ለካቲት ሓድሽ ቆጸራ ክህልወኒ ደስ ይብለኒ”

## መወዳእታ እቲ ደብዳበ

ኣብ መወዳእታ ናይ ጥርዓን ደብዳቤኻ፡ ምሕዝነታዊ መንገዲ ክትጽሕፍ ሕሰብ። ኣብኡ ድማ ኣብ ቀረባ እዋን ካብኦም መልሲ ክትሰምዕ ተስፋ ከም እትገብር ጸሓፍ።

ብዙሕ ቃላት ክህልዎ የብሉን። ኣብ መወዳእታ ስምካ ቅድሚ ምጽሓፍካ፡ “ምስ ሰላምታ” ዝብል ዝኣመሰለ ነገር ምቕማጥ ዋጋ ክህልዎ ይኽእል እዩ። እዚ ድማ ንጥርዓንካ መልሲ ናይ ምርካብ ተኽእሎኻ ዝለዓለ ይገብሮ።

ዝኾነ ናይ ጥርዓን ደብዳቤ ስምካ ብምጽሓፍ ክትውድኦ ይግባእ። እዚ ድማ ዝያዳ ፕሮፌሽናል ክመስል ይገብሮ። መልሲ ናይ ምርካብ ተኽእሎኻ እውን ይዓቢ።

ኣብ መወዳእታ ጥርዓንካ እንታይ ክትጽሕፍ ከም እትኽእል ኣብነት እንሆ፦

* እዚ ጥርዓን ኣብ ዝጥዕመኩም እዋን ከምዝበጽሓኩም ንምርግጋጽ በዚ ኣብ ላዕሊ ዝተዋህበ ኣድራሻ ብጽሑፍ መልሲ እንተትህቡኒ ኣዝዩ ደስ ምበለኒ።

ኣብ ቀረባ እዋን ካባኻትኩም ክሰምዕ ብሃንቀውታ ይጽበ።

ምስ ሰላምታ፣

*ስምካ ኣብዚ ይኣቱ*

## ኣብነታት ደብዳበ

Citizens Advice ኣብ መርበብ ሓበሬታኦም ንኸም ጥርዓን ዝኣመሰሉ ነገራት ዝጥቀሙሉ ናይ ደብዳቤታት ገለ ኣብነታት ኣለዎም እዩ።

ደብዳቤታቶም ንብዙሓት ዝተፈላለዩ ዓይነታት ጥርዓናት ክትጥቀመሎም ከድልየካ ይኽእል እዩ።

እቶም ኣብነታት ደብዳበታት ብዛዕባ ኣገልግሎታትን ከም ገንዘብ፡ ጸዓትን ስሕተት ዘለዎ ኣቑሑትን ዝኣመሰሉ ነገራትን ንዝቐርቡ ጥርዓናት ዝኾኑ እዮም።

ካብዞም ዝስዕቡ ሊንክታት ብነጻ ከተውርድዎም ትኽእሉ ኢኹም፦

* [**htt ps://w w w.citiz ensad vic e.org. uk/co nsu mer/t e mpla te -letters/ le tters/**](https://www.citizensadvice.org.uk/consumer/template-letters/letters/)
* [**htt ps://w w w.citiz ensad vic e.org. uk/reso urces -and -tools/**](https://www.citizensadvice.org.uk/resources-and-tools/list_of_sample_letters/)

[**list\_o f\_sa mple \_ letters/**](https://www.citizensadvice.org.uk/resources-and-tools/list_of_sample_letters/)

**ናይ ደብዳበ ኣብነት: እንታይ ይመስል**

ዕለትን ዓመትን ስመይ

ኣድራሻ መስመር 1

ኣድራሻ መስመር 2 ፖስታ ኮድ

ዕለትን ዓመትን

ኣይተ/ወ/ሮ/ወ/ሪት/ዶ/ር. ፍሉይ ሰብ

ናይ ስራሕ መዓርግ

ኣድራሻ

ኣድራሻ

ፖስታ ኮድ

ዕለት

ዝኸበርካ/ኪ……………………………………………………………………………… መወከሲ: ጥርዓን ብዛዕባ ……………………………………………………

ብዛዕባ እዚ ዝስዕብ ጉዳይ ኣመልኪተ ጥርዓን ንምቕራብ ይጽሕፈልኩም ኣለኹ;

* ንጥርዓንካ ዝድግፉ ሓቅታት ተጠቐም። ህዱእ ክትከውን ፈትን ብዛዕባ ስምዒታትካ ዝገልጽ ቃላት ካብ ምጥቃም ድማ ተቖጠብ። ዝሕግዘካ እንተኾይኑ ንነፍሲ ​​ወከፍ ሓቂ ኣብ ሓድሽ መስመር ጽሑፍ ኣቐምጦ።
* ብልክዕ እቲ ዘጋጠመ ነገር እንታይ ከም ዝኾነ ኣቐምጥ። እንታይ ከም ዘጋጠመ ወይ ከም ዘየጋጠመ ብንጹር ኣቐምጥ። ብሰንኪ እቲ ጸገም እንታይ ከም ዘጋጠመ ግለጽ። ሕድሕድ ብዝርዝር ነጥቢ ምቕማጥ ድማ ክሕግዝ ይኽእል እዩ።
* ፍሉያት ነገራት መዓስ ከም ዘጋጠሙ ዝሕብሩ ሰዓታት/ዕለታት ምውሳኽ። ኣስማት ወሰንቲ ሰራሕተኛታትን ካልኦት ኣብዚ ስራሕ ዝሳተፉን ምቕማጥ እውን ክሕግዝ ይኽእል እዩ። መን፣ እንታይ ከም ዝበሉኻን ኣቐምጥ።
* እቲ ጸገም ቅድሚ ምፍጣሩ ዝተዋህበካ ዝኾነ ይኹን ሓበሬታ ጽሓፍ። ክትጽበዮ ዝተነገረካ ነገር ኣቐምጥ፣ ጠቓሚ እንተኾይኑ።
* ነቲ ጸገም ንምፍታሕን ንምእራምን ዛጊድ ዝገበርካዮ ነገር ግለጽ።
* ቅዳሓት ናይ ዝኾኑ ኣገደስቲ ደብዳቤታት፡ ሰነዳት ወይ መርትዖታት ዘለካ ወስኸሉ።
* እንታይ ክኸውን ከም እትደሊን መዓስ ነቲ ጸገም ክፍታሕ ከም እትደሊን ግለጽ።

እዚ ጥርዓን ኣብ ዝጥዕመኩም እዋን ከምዝበጽሓኩም ንምርግጋጽ በዚ ኣብ ላዕሊ ዝተዋህበ ኣድራሻ ብጽሑፍ መልሲ እንተትህቡኒ ኣዝዩ ደስ ምበለኒ።

ኣብ ቀረባ እዋን ካባኻትኩም ክሰምዕ ብሃንቀውታ ይጽበ።

ምስ ሰላምታ፣

# ካልኦት ንመሰላትካ ንምጥባቕ ዝሕግዙ ጸጋታት



Advonet Group ንመሰላትካ ንምጥባቕ ዝሕግዙ ገለ ተወሳኺ ጸጋታት እውን ኣዳልዩ ኣሎ። እዚኣቶም ድማ፦

* **ንጥቕማ ጥቕሚ ወይ በነፊት ዝምልከቱ ወረቓቕቲ:**

ዩኒቨርሳል ክረዲት

ናይ ስራሕን ደገፍን ገንዘባዊ ሓገዝ (ESA)

* **ንመንበሪ ኣባይቲ ዝምልከቱ ወረቓቕቲ:**

ንኣባይቲ ቤት ምኽሪ ምምልካት

ንናይ ቤት ምኽሪ መንበሪ ገዛ ዘይብሎም ወይ ኣብ ሓደጋ ዝርከቡ ሓገዝ ብቑዓት ኣብ ዘይኮንኩምሉ እዋን ሓገዝ

* **ዕዳ ዝምልከቱ ወረቓቕቲ::**

ዕዳን ገንዘብን

ደገፍ ዕዳ ኣብ ሊድስ

* **ናይ Leeds Autism AIM ንመሰላትካ ንምጥባቕ ዝሕግዙ መሳርሒ:**

ኦቲስቲክ እንተኾንካን ኣብ ሊድስ ትነብር እንተኾንካን፡ ናይ Leeds Autism AIM ኣገልግሎት ነጻ ጸጋታት ክትጥቀም ትኽእል ኢኻ።

እዚኦም ድማ ናይ ኦቲዝም መጠንቀቕታ ካርድታት፣ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ፕሮፋይላት፣ ናይ ስራሕ ፕሮፋይላትን ናይ ወለንተኛታት ፕሮፋይላትን ዝሓዙ እዮም።

# ምሳና ተራኸቡ



ጸጋታትና/መሳርሕታት ብናጻ ካብ ዝስዕብ መርበብ ኣውርዱ



**advonet.org.uk/self-advocacy**

ንቤት ጽሕፈት Advonet Group ካብ 9 ንጉሆ -5 ምሸት፣ ካብ ሶኒ ክሳብ ዓርቢ ብ **0113 244 0606** ደውሉ



ንመሰላትካ ንምጥባቕ ዝሕግዝ ጉጅለና ብ



[**selfadvocacy@advonet.org.uk**](mailto:selfadvocacy@advonet.org.uk)ኢመይል ግበሩ

ሕታም 2.0 | መወዳእታ ዝተመሓየሸሉ: 10/06/2021

ናትና ንመሰላትካ ንምጥባቕ ናይ ዝሕግዙ መሳርሕታት ሓሳብ ካብ South West Advocacy Network (SWAN) ዝተወሰዱ እዮም: **https://swanadvocacy.org.uk/**



Advonet Group ኣብ ሊድስ ምዕራብ ዮርክሻየር ዝመደበሩ ነጻ ተጣባቒ ግብረ ሰናይ ትካል እዩ። ምዝጉብ ግብረ ሰናይ ቁጽሪ 1126132. ኣብ ዓዲ እንግሊዝን ዌልስን ምዝጉብ ኩባንያ ቁጽሪ 1126132. 04229975 ኣድራሻ፡ Unity Business Centre, 26 Roundhay Road, Leeds LS7 1AB