# ምጥቃም ኣገልግሎት ጥዕና ኣብ ለቨል 3ን 4ን

Accessing Health Services During Alert Level 3 & 4 (Tigrinya)

## ጥዕናዊ ኣገልጉሎት – እንታይ ክገብር ኣለኒ፧

### ጥዕናዊ ኣገልጉሎት– ኣብ ለቨል 4 እንታይ ክትገብር ኣለካ፧

**1. ጽቡቕ ይስማዓካ እንተሎ፧**

- ኣብ ገዛ **ኮፍ በል**
- መምርሕታት ናይ ለቨል 4 **ተኸታተል** ::

**2. ጽቡቕ ይስማዓካ እንተ ዘየሎ፧ መርመራ የድልየካ ድዩ ወይ ድማ ምእላይ ፣**

ምልክታት ኮቪድ-19 ምስ ናይ ብዙሓት ሕማማት ይመሳሰል እዩ (ከም እንፍልወንዛ) ስለዚ ኮቪድ-19 ኣለካ ማለት ኣይኮነን::
እቶም ምልክታት ከምዚ የጠቓልሉ :

- ✓ ምስዓል
- ✓ ቃንዛ ጎሮሮ
- ✓ ቀጢን ንፋጥ
- ✓ ሕጽረት ናይ ምሽታት
- ✓ ረስን
- ✓ ሕጽረተ ምስትንፋስ. (እዚ ምልክት ናይ ንሞንያ ክኸውን ይኽእል እዩ ቅልጡፍ ሕክምና ድማ የድልየካ)::

ካብዞም ምልክታት ዝኾነ እንተ ኣለካ ፣

- ✓ ናብ ሓኪምካ (ጂፒ) **ደውል** ወይ ኣገልጉሎት ጥዕና ዝህብ , ወይ
- ✓ ንጥዕናዊ ምኽሪ ናብ ሀልዝላይን **ደውል** , **0800 358 5453**::

ሓኪምካ (ጂፒ): ሀልዝላይን ወይ ኣገልጉሎት ጥዕና ዝህብ : በቲ ዘለካ ምልክታት: ናይ ቀረባ እዋን ማገሻኻ : ምስ ኮቪድ-19 ዝተለኸፉ ሰባት ርክብ እንተ ኔርካ ምርኩስ ብምግባር መርመራ ክትገብር ካብ ገዛ **ክትወጽእ** ትኽእል ምኻንካ ምኽሪ ክህቡኻ እዮም::

- ካልእ ኣገልጉሎት ጥዕን ክትጥቀም እንተ ደሊኻ: ቅድም ንናትካ ኣገልጉሎት ጥዕና **ደውል** :: ጂፒታት ኣገልጉሎት ይህቡ ኣለው::
- ክታበት ናይ እንፍልወንዛ ክትክተብ እንተ ደሊኻ: ናብ ጂፒኻ **ደውል** :ወይ ምስ ኣብ ገዛውትኻ ዝርከብ ፈርማሲ ብከመይ ከምትክተብ ተረዳዳእ:: ክታበት እንፍልወንዛ ንልዕሊ 65 ዓመት ዝዕድሚኦም ሰባት ብብዙሕ ቋንቋታት ናይ 2020 ፖስተር ኣብዚ ኣለኩም::

**3. ህጹጽ ድዩ፣**

- **111 ደውል** , ወይ
- ናብቲ ዝቐረበ ናይ ህጹጽ ረዲኤት ሆስፒታል **ኪድ**:: ክፍሊ ህጹጽ ረዲኤት ሆስፒታል ክፉት እዩ::

**ሀልዝላይን**

Free health advice when you need it
Healthline 0800 611 116
www.healthline.govt.nz

**ንስኻ ወይ ስድራ ቤትካ ተጸሊእኩም ኣሎ ድዩ ፧**

**ናብ ሀልዝላይን ወይ ንኮቪድ-19 ዝተሓዝአ መስመር ምስ እትድውል ኣስተርጓማይ የድልየካ ድዩ ፧**

**1. ሀልዝላይን ደውል:**

**0800 611 116**

ወይ
መስመር ኮቪድ_19:

**0800 358 5453**

**2.** ኣስተርጓማይ እንተ ደሊኻ #1 **ምረጽ** ;

ንህልዝላይን ሰራሕተኛ ክትዛረብ **ተጸበ**

**(ኣብ መስመር ጽናሕ)**

**3.** እትደልዮ ቋንቋኻ ንህልዝላይን ሰራሕተኛ **ንገር**

ንኣብነት , ትግርኛ;

መሊስካ **ተጸበ** - ንህልዝላይን ሰራሕተኛ ነቲ ኣስተርጓማይ ኣብ መስመር ክቕርበልካ ውሑድ ደቓይቕ ክወስደሉ ይኽእል እዩ **(ኣብ መስመር ጽናሕ)**

**4. ኣስተርጓማይ ኣብ መስመር.**

ጸገማት ናይ ጥዕናኻ ምስ ህልዝላይን ሰራሕተኛ ወይ ኣስተርጓማይ **ተዘራረብ**

## ኣገደስቲ መርበብ ሓበሬታታት

**For translated health & welfare information visit:**

- Unite Against COVID-19: https://covid19.govt.nz
- New Zealand Red Cross: https://www.redcross.org.nz/stories/new-zealand/learn-prepare-and-take-action-covid-19/
- Auckland Region Public Health Service: https://www.arphs.health.nz/home/covid-19
- Auckland community COVID-19 testing centres: http://www.adhb.health.nz/about-us/news-and-publications/latest-stories/covid-19-community-testing-network/
- RASNZ: https://rasnz.co.nz/covid-19-resources/
- Belong Aotearoa: https://www.belong.org.nz/covid19-resources
- Immigration New Zealand, Migrant and refugee information: https://www.immigration.govt.nz/about-us/covid-19/migrant-information
- Pegasus Health, Community Based Assessment Centre (CBAC) Videos in translated languages: https://vimeo.com/pegasushealth

**Helplines:**

- RASNZ Support & Information Line, **0800 472 769**
- Need to talk? Call **1737**
- Asian Family Services, Asian Helpline **0800 862 342**