

# ንስደተኛታት መምርሒ

Kieli: Suomi – Tigrinja

እንታይ ክትገብር ኣለካ, ክትግዕዝ ክለኻ?  
ዝተፋላለየ ኣገልግሎት ኣበይ ትረክብ?  
ዝተፋላለየ ኣገልግሎት ኣበይ ትረክብ?  
መምርሒን ምኽርን ኣበይ ትረክብ?

# ትሕዝቶ

መምሕን ምክርን ስደተኛታት .....	3
1. መሰል መንበሪ ፍለጥ.....	4
2. ነቲ ወጻኢተኛታት ዝምዘገብሉ ምልክታ ምልክቶ.....	4
3. ንማሕበራዊ ድሕነነት ፊንላንድን ኣድላዪ እንተ ኹይኑ ካብ ኬላ ገንዘባዊ ደገፍን ንምርካብ ኣመልክት ...	5
4. ናይ ባንክ ሕሳብ ክፈት፣ ናይ ፊንላንድ ብሕቲ መለሊይ ቁጽሪ ምስ ረኽብካ .....	6
5. ዝ ርኽብ .....	8
6. እንዳ ጳስጣ ኣድራሻ ምቕያር ኣመልክት .....	9
7. ውዕል ኤለትሪክ ውዕል ግበር ወይ ኣድራሻ ምቕያር ኣመልክት .....	9
8. ናይ ፊንላንድ ተለፎንን ኢንተርነትን ክፈት .....	10
ኣገደስቲ ኣድራሻታት .....	11
ኡድንማን ቤት ጽሕፈት ስራሕ .....	11
ያርቨንፓ ቤት ጽሕፈት ቀረጽ .....	12
ሀዘባዊ መጓገዢ .....	13
ትምህርቲ ቕልፅነት .....	14
ቅድመ ትምህርቲ .....	14
መሰረታዊ ትምህርቲ .....	14
ድሕነነት ተማሃሮ .....	14
ማእከላዊ ኡድንማን ቤት ጽሕፈት ሕጋዊ ረድኤት.....	15
ፖሊስ .....	16
ፋርማሲ .....	17
ላይብረሪ .....	18
ናጻ ግዜ .....	19
ማሕበራዊ ኣገልግሎታት .....	20
ክንክን ጥዕና .....	20
ናይ ኣደን ቆልዑን ነውቩላ .....	22
ክንክን ጥዕና ኣፍ .....	23

መምርሕን ምክርን ስደተኛታት

መምርሕን ምክርን አገልግሎት ትረኽበም ሐበሬታት

ከም ናብራ ፊንላንድን ሐድሽ ትነብረሉ ከተማ፣ መሰላት ናብራ፣

ስራሕ ምስራሕን ስራሕ ምድላይን።

መምርሕን ምክርን አገልግሎት ማእከል

አገልግሎቱ ብቋንቋ ፊንላንድ፣ እንግሊዝን

ሸወደንን ኣድላይ እንተ ኾይኑ ቱርጁማን ንቐጽር።

ናይቲ አገልግሎት አማካሪ ወግዓዊ

ውሳኔታት ንክትርዳእ ይሕግዝን ኣድላይ

እንተኾይኑ ናብካልሉት አገልግሎታት ይመርሕ።

አቲ ማእከል አገልግሎት እተመርጸ ብሮፕራትን

ብዛዕባ እተፋላለየ ጉዳያት ሐበሬታን ኣለዎ።

ርክብ ግበር።

- ተለፎን: \_\_\_\_\_
- ኢሜይል: \_\_\_\_\_
- ዝኸፈተሉ ሰዓት: \_\_\_\_\_
- ኣድራሻ: \_\_\_\_\_

Facebook:

**1. መሰል መንበሪ ፍለጥ**

አገልግሎት ስደተኛታት ፊንላንድ ኢንተርኔት ገጽ [www.migri.fi/oleskelulupa](http://www.migri.fi/oleskelulupa) ብዛዕባ መንበር ፍቓድ ሐበሬታ ትረክብን (Chatbot Kamu) ቻት መዓልትን ለይትን አገልግሎት ይህብ።

እንድሕር መንበር ፍቓድ ዘይብልካ አገልግሎት ስደተኛታት ፊንላንድ ማለት ሚግሪ ናይ ኦንላይን መምርሒ ምምልካት ንዓኻ ዝኸውን ፍቓድ ኣብ ምርካብ ይሕግዘካ፡ [www.migri.fi/haluan-hakea](http://www.migri.fi/haluan-hakea)

እቲ ዝቐረበ ነቐጣ አገልግሎት ሚግሪ ኣብ ሄልፕዲስኪ ይርከብ።

**2. ነቲ ወጻእተኛታት ዝምዝገብሉ ምልክታ ምልኣዮ**

ኣብ ትነብረሉ ከተማ ቤት ጽሕፈት ምምሕዳር ተመዝገብ። ወጻእተኛ ዜጋ እንተ ኹንካ እሞ ንሓዋሩ ናብ ፊንላንድ እንተ ግዲዝካ ኣብ ስርዓት ሐበሬታ ብዘሓህዘሉ ፊንላንድ ክትምዝገብ ኢኻ። ምስተመዝገብካ ብሕቲ መንነት ቁጽሪ ይወሃበካ። እዚ ብሕቲ መንነት ቁጽሪ ዳርጋ ንኩሉ ኣብ ፊንላንድ ጉዳይካ ከተካይድ የድልዩካ። ኣድራሻ፡

- Digi- ja väestötietovirasto, Lintulahdenkuja 2, 2 krs, 00530 Helsinki

ዝኸፈተሉ ሰኔ - ዓርቢ ሰዓት 9-16:15

ተለፎን 029 55 39391

[www.dvv.fi](http://www.dvv.fi)

ጉዳይ ምክያድ ብኦንላይን ወይድማ አገልግሎት ዓማዊል።

<ul style="list-style-type: none"><li>• ናይ ባዕልኻ መንበር ፍቓድ</li><li>• ኣባል ስድራኻ መንበር ፍቓድ</li><li>• መዝገብ ቤት ጽሕፈት ተመዝገብ</li><li>• ብሕቲ መለለይ ቁጽሪ</li></ul> <hr/> <hr/>
--

**3. ንማሕበራዊ ድሕንነት ፊንላንድን ኣድላዩ እንተ ኹይኑ ካብ ኬላ ገንዘባዊ ደገፍን ንምርካብ ኣመልከት**

ኬላ ካርድ

መመልከቲ ንምቕራብ ነቲ ፎርም ምልላዩ (Y77, ኣብ ፊንላንድ ዝርከብ መንበሪ ማሕበራዊ ውሕስነትን መድሕን ጥዕናን መመልከቲ) ኣብ ከላ ምልላዩ። ኩሉ ሰብ ኣብ ናይ ፊንላንድ ማሕበራዊ ውሕስነት ዝኣተወ ኬላ ካርድ ኣለዎ። ኬላ ነቲ ካርድ ንዝዛኻ ይሰደልካ።

ካብ ኬላ ዝምልከቱ ረብሓታት

ካብ ኬላ ንዝተፈለለዩ ጉዳይት ገንዘባዊ ደገፍ ክትሓትት ትክእል። ኣብ ኬላ ዝርከብ ነጥቢ ኣገልግሎት ዓማዊልን ንስደተኛታት መመልከቲ ኣብ ምምላእ መምርሕን ሓገዝን ይሞገሶም። ካብ ኬላ ዝሕተቱ ረብሓታት ከም ናብራ ደገፍ፣ ገዛ ኹሪይ ደገፍ፣ ተወሳኺ ናይ ቆልዓ፣ ኣብ ገዛ ቆልዓ ምሕብላብ ደገፍ፣ ስራሕ ኣልቦ፣ ጥርታ፣ ቀረባኻ ምሕብላብ ደገፍ እዮም።

ንፎርም ካብዚ ኣድራሻ ፕሬጎት ክግበር ይክኣል፡

[www.kela.fi](http://www.kela.fi)

ኬላ፡

ኣድራሻ \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ዝክፈተሉ ሰዓት፡ \_\_\_\_\_



- ኬላ ካርድ
- ናይ ኤውሮፓ ሕክምና ካርድ
- ዝሕተቱ ረብሓታት፡

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**4. ናይ ባንክ ሕሳብ ክፈት፣ ናይ ፊንላንድ ብሕቲ መለሊይ ቁጽሪ ምስ ረኽብካ**

ናይ ባንክ ሕሳብ ኣብ ዝመረጽካዮ ባንኪ ኬድካ ክትከፍት ትኽእል። ናብቲ ሕሳብ ባንኪካርድ ይተሓሓዝ። ሕሳብ ባንኪ ብናይ ኣንላይን መእተዊ ኮድ ጌርካ ክትጥቀም ትኽእል። ሕሳብ ኣብ ኣንላይን ክትከፍል ትኽእል። ካብ ባንኪ ናይ ኣንላይን ኮድ ትተት። ናይ ኣንላይን ኮድ ንኸወሃበካ መንነት ወረቓት የድልየካ።

ባንክኻ:

---

---

**5. ገዛ ርኽብ**

ገዛ ኸራያት ኣብ ዝተፋላለዩ ቦታታት ክሕተት ይከኣል። ኣብ ፊላንድ ውዕል ገዛ ኸራይ ብጹሑፍ ይግበር። ቅድሚ ምቕያርካ ትሕጃ ገዛ ክትከፍል ኣለካ። ትሕጃ ገዛ ኸራይ እንተ ኣድልዩ ካብ ኬላ ክሕተት ይከኣል። ኣብ ግምት ክተእትዎ ዘለካ ገዛ ምርካብ ግዜ ክወስድ ከም ዝኸኣል።

ገዛ ኸራያት ክትረኽቡሉ ትኸኣል፡

---

---

---

ኣብ ኢንተርኒት ዝርዝር ገዛውቲ ክራይ ዘለዎ

ሓያሎ ገጻት ኣለዉ፡

[www.etuovi.com](http://www.etuovi.com) [www.oikotie.fi](http://www.oikotie.fi) [www.tori.fi](http://www.tori.fi)

ናይ መናእሰያት ትካል ንደቂ 18-29 ዝዕድሚኦም ኣብ ስራሕ ዘለዉ? ስራሕ ዝደልዩ ዝተባህሉ ገዛ ኸራይ ኣለዎም፡

[www.nuorisosaatio.fi](http://www.nuorisosaatio.fi)

<p>ኢድራሻኻ:</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>ኣካራይ ገዛ:</p> <hr/> <hr/>

**6. እንዳ ጳሰጣ ኣድራሻ ምቕያር ኣመልከት**

ኣድራሻ ምቕያር ኣብ እንዳ ጳሰጣ ወይ ድማ ካብ ማይስትራቲ ዘምጻእኩም ፎርም ብምእላእ ከተመልከቱ ትኽእሉ። እንድሕር ናይ ኣንላይን ባንኪ መለተዊ ኮድ እንተ ኣለካ ኣድራሻ ምቕያር ኣብ ኢንተርነት ኣድራሻ ከትገብር ትኽእል። [www.posti.fi](http://www.posti.fi)

ናይ እንዳ ጳሰጣ ኣድራሻ፡

---

---

---



**7. ውዕል ኤለትሪክ ውዕል ግበር ወይ ኣድራሻ ምቕያር ኣመልከት**

ናትካ ኩባንያ መሸጢ ኤለትሪክ ከትመርጽትኽእል ኢኻ። ውዕል ኤለትሪክ ኣቐድም ኣቢልካ ግበር፡ ክልተ ሰሙን ኣቢልካ ቅድሚ ምቕያርካ። ውዕል ኤለትሪክ ብተለፎን ወይድማ ኣብ ኣንላይን ከትገብር ትኽእል።

ዝመረጽኩዎ ኤለትሪክ ኩባንያ \_\_\_\_\_

ኣድራሻ \_\_\_\_\_

---



- ምምልካት ኣድራሻ ምቕያር ንኩባንያ ኤለትሪክ
- ውዕል ኤለትሪክ

**8. ናይ ፊንላንድ ተለፎንን ኢንተርነትን ክፈት**



አቅዲምካ ትመልክ ረሲት ካብ R-kiosk, ናይ ተለፎን ትካላት (ንምሳሌ Elisa, Telia, DNA)፣ እንዳ በንዚንን ከምኡ ዝላመሰሰ ድካውንትን። ውዕል ተለፎንን ኢንተርነትን ምስ ዝተፈለለዩ ትካላት ክትኣቱ ትኸእል ብድሕሪኡ ከም ዝተጠቐምካሉ ሕሳብ ትኸፍል።

ቁጽሪ ተለፎንካ:

(ኮድ ሃገር ፊንላንድ +358) \_\_\_\_\_

ካልኣት ኣድላይቲ ቁጽርታት:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

አድላይቲ ዝኾኑ አድራሻታት

**UUDENMAAN TE-TOIMISTO**

[www.te-palvelut.fi/te/fi](http://www.te-palvelut.fi/te/fi)



ተኤ ቤት ጽሕፈት ኪኢሊታት ሞያ ኣብ ምምራጽን፣ ስራሕ ኣብ ምርካብን ይሕግዡኹን ናይ ትምህርቲ ምጅማር ሐበሬታ ይህቡኹ። ኣብቲ ቆጸራኻ ተርጓሚ ዘድልዎኻ እንተ ኹይኑ ቆጸራ ክትሕዝ ከለኻ አቐዲምኻ ተርጓሚ ክትሓትት ኣለኻ።

ስራሕ እንተ ዘይበልኻ ስራሕ ደላያይ ኢዮ ኢልኻ ክትምዝገብ ኣለኻ ናይ ስራሕ ኣልቦ ረብሐ ንኹትረኩብ። ደላይ ስራሕ ምጂንኻ ኣብ ኢንተርኔት ገጽ ክትምዝገብ ትኽእል [www.te-palvelut.fi/te/fi](http://www.te-palvelut.fi/te/fi) --> Työnhakija -> Ilmoittaudu työnhakijaksi ወይድማ ናብ ተኤ ቤት ጽሕፈት ብምኻድ።

ናትካ ተኤ ቤት ጽሕፈት ኪኢሊ:

---

---

ተለፎን \_\_\_\_\_

ኢመይል: \_\_\_\_\_

ናይ ያርቨንፓ ቤት ጽሕፈት ቀረጽ

[www.vero.fi](http://www.vero.fi)



አድራሻ ጳስጣ: PL 4, 04401 Järvenpää  
መላተዊ: Yhteiskouluntie 13, Järvenpää  
ሃገራዊ ተለፎን ኦፐራተር: 029 512 000  
ሰኔ-ዓርቢ ሰዓት 9-16:15

አድራሻ

አብ ፊንላንድ ካብ ደምዘን ካብ ኬላ ረብሓታትን ግብርን ንኸፍል። ትካላትን ንብረት ዘለዎም እውን ግብሪ ይኸፍሉ። ንግብሪ ተባሂሉ ነፍሲ ወከፍ ሰብ ናይ ገዛእ ርእሱ ክንደይ ማእታዊ ክኸፍል ከምዘለዎ ዘርእ. ናይ ቀረጽ ካርድ ኣለዎ።

ካርድ ግብሪ ዘድልዩካ እንተ ኹይኑ ባዕልኻ ናብ በዓል መዚ ግብሪ ቤት ጽሕፈት ብምኻድ፣ ናብኡ ብምድዋል ወይድማ ካብ ኢንተርኔት ናትካ ግብሪ ገጽ ብምእታው ትረኽቦ።

• ግብሪ ካርድ ንአስራሒ ተሰዲዱ

---



---

ህዝባዊ መጓጓዣያ ሕሰርን ኢኮኖሚያዊ መንገዲ አይደለም። ቲኬት ካብ አገልግሎት መገኛን VR፣ ማለት ናይ እንዳ ባቡር ቤት ጽሕፈት፣ ካብ ቲኬት ዝቐረጸሉ ኣውቶማቲክ፣ ሞባይል ኣፕሊኬሽን ካብ ኣገልግሎት። ቲኬትን ወርሓዊ ካርድ ዋጋታት ይፋላሉ። ቆልዑት፣ ተመሃሮ፣ ውትህድርና ኣገልግሎት ዘለዉ፣ ወተሃደራዊ ዘይኮነ ኣገልግሎት ዘለዉን ጠረጠኞታት ካብቲ ዋጋ ይቐንሱሎም። ብዙሕ ግዜ ትጓጓዝ እንተ ኹይንካ ናይ ወርሓዊ ቲኬት ዝሓሰረ ምርጫ አይደለም።

ብኣውቶቡስ ምንቅስቃስ፣ ኣውቶቡስኩም ክትመጽእ ምስ ረኣኻ ክትስቀል ከም ዝደለኻ ንምሕባር፣ ኢድካ ሓፍ ኣብል። ክትወርድ ምስ ደለኻ ቅድሚ ሓንቲ ፊርማታ ደው መበሊ ጽቕጥ። ካብቲ ኣውቲስታ ቲኬት ክትገዝእ ትኽእል።

Matkahuolto Oy Ab

[www.matkahuolto.fi](http://www.matkahuolto.fi)

ናይ ግዜ ሰለዳ ሓበሬታ ተለፎን፡ 0200 4000 (24h/7 መዓልቲ)

ብባቡር ምንቅስቃስ፣ ቅድሚ ኣብ ባቡር ምስቃልኩም ቲኬት ክትገዝእ ኣለኩም። ባቡር ኣብ መገዳ ዘለዉ መደበራት ደው ትብል።

VR Oy

[www.vr.fi](http://www.vr.fi)

ናይ ግዜ ሰለዳ ሓበሬታ ተለፎን፡ 0600 41 900 (ሰኒ-ዓርቢ ሰዓት 5-22 ፣ ቀዳም-ሰንበት ሰዓት 7-22)



ትምህርቲ ቐልዕነት

ትሕቲ ትምህርቲ ዝዕድሚኦም ቆልዑት ትምህርቲ ቐልዕነት ክሕተተሎም ይከኣል። እቲ ቦታ ብዝወሐደ ቅድሚ ኣርባዕተ ወርሒ ኣቐዲምካ ክሕተት ኣለዎ። እንድሕር መዓስ ከም ዘድሊ ዘይፍለጥ ኮይኑ ብምኽንያት ናይ ወለዲ ስራሕ ወይ ትምህርቲ፡ ነቲ ናይ ትምህርቲ ቦታ ኣቐዲምና ከነመልከት ኣለና፡ ንመጨረሻ ትምህርቲ ዝጅምረሉ ግዜ ቅድሚ ክልተ ሰሙን።

ናይ ትምህርቲ ሰዓታት ምስ ወለዲ ብፍላይ ንውስኖ። ትምህርቲ ቐልዕነት ኣብ ኣንላይን ከምላእ ይከኣል ወይድማ ካብ ኢንተርነት ፕሪንት ይግበር ብድሕሪኡ መሊእካ ናብዚ ኣድራሻ ስደዶ፡

---

---

መመልከቲ ፎርም ካብዚ ኣድራሻ እውን ይርከብ፡

---

---

ናብ ትምህርቲ ቐልዕነት መምርሒ ኣገልግሎት ዝህቡ ክትራኽብ ትኽእል፡

ተለፎን: \_\_\_\_\_

ቅድመ ትምህርቲ

ቅድመ ትምህርቲ ቅድሚ ግዴታዊ ትምህርቲ ሓደ ዓመት ኣቐዲሙ ዝጅመር ትምህርቲ ኢዩ። ናይቲ ቆልዓ ቅድመ ትምህርቲ ዝጅምረሉ ሐበሬታን ኣማላልኣ ፎርም መምርሕን ብደብዳብ ንገዛኽ ይስደደልካ ወይድማ ናብ ቪልማ (Wilma) መልእኽቲ ይመጻካ።

ናይ ቆልዓ መዋእለ ህጻናት፡

\_\_\_\_\_

ተለፎን \_\_\_\_\_

ናይ ቆልዓ ቅድመ ትምህርቲ፡

መሰረታዊ ትምህርት

አብ ፊንላንድ ቆልዑት ከማሃሩ ግዴታ ኢዩ። ቆልዓ ሸውዓተ ዝመልአሉ ዓመት ናይ ትምህርት ግዴታ ይጅምር። እቲ ቆልዓ ቋንቋ ፊንሽ ዘይከእል እንተ ኾይኑ፡ ንመሰረታዊ ትምህርት ንክማሃር ዘዳልዎ ትምህርት ንክጅምር ንመርሖ። እቲ መዳለዊ ትምህርት ዓመት ይወስድ።

ናብ ናይ ትምህርት ኪኢላ ክትድውል ትክእል፡

ተለፎን፡ \_\_\_\_\_

ገጽ ኢንተርኔት፡ \_\_\_\_\_

ድሕንነት ተማሃሮ

ድሕንነት ተማሃሮ ምስ ወለዶም ናይ ሕብረት ስራሕ ብምግባር ነሳኹዎ። ኣብቲ ርክብ ብዛዕባ እቲ ቆልዓ/መንእሰይ ዕብየትን ምዕባለን፣ ድሕንነትን ናይ ጥዕና ልማዳት ንዛራረብ። ድሕንነት ተማሃሮ እቲ ተማሃራይ ሰላማዊ ሃዋህው ከም ዝህልዎ የረጋግጽን ዘድልዮ መምርሕን ሐልዮትን ንክረከብ ይከክኹን።

እንድሕር ሐሚምካ ናብ ጥዕና ማእከል ኪድ።

ቆልዓ/መንእሰይ ትምህርት፡ \_\_\_\_\_

መምህር፡ \_\_\_\_\_

ካልኣት ኣድራሻታት፡ \_\_\_\_\_



ማእከላዊ ኡድንግ ቤት ጽሕፈት ሕጋዊ ረድኤት

ሕጋዊ ረድኤት ማለት፡ ሐደ ዜጋ ናይ ሕጋዊ ጉዳዩ ንኸካይድ መንግስቲ ብመሉኡ ወይ ፍርቁ ትኸፍሎ ናይ ባዕሉ ተሕጋዛይ ይግበረሉ።

ማእከላዊ ኡድንግ ቤት ጽሕፈት ሕጋዊ ረድኤት ምስ ደቡብ ፊንላንድ ሕጋዊ ረድኤትን ጉዳይ ተጣባቓን ዝተጠቓለለ እዩ።

ናይ ያርቨንፓ ቤት ጽሕፈት

መእተዊ ኣድራሻ፡ Sibeliuksenkatu 15B, Järvenpää Nordean talo

ጳሰጣ ኣድራሻ፡ Sibeliuksenkatu 15B, 04400 Järvenpää

ተለፎን፡ 029 56 60230 / መትሐዝ ቆጶራ

ፋክስ፡ 029 56 60188

ኢሜይል፡ [keski-uusimaa.oikapu@oikeus.fi](mailto:keski-uusimaa.oikapu@oikeus.fi)

ህቪንካ ቤት ጽሕፈት

መእተዊ ኣድራሻ፡ Urakankatu 1 B, 3 ደርቢ, Hyvinkää

ጳሰጣ ኣድራሻ፡ PL 87, 05801 Hyvinkää

ተለፎን፡ 029 56 60230 / መትሐዝ ቆጶራ

ፋክስ፡ 029 56 60238

ኢሜይል፡ [keski-uusimaa.oikapu@oikeus.fi](mailto:keski-uusimaa.oikapu@oikeus.fi)

<https://oikeus.fi/oikeusapu/keski-uudenmaanoikeusaputoimisto/fi/index.html>

ፖሊስ

ኢንተርኔት ገጽ: \_\_\_\_\_



**POLIISI**  
ITÄ-UUSIMAA

ኑርሚያርቪ መደበር ፖሊስ

Keskustie 2 A, PL 11, 01901 Nurmijärvi

ያርቫንፓ መደበር ፖሊስ

Mannilantie 26-28, PL 6, 04401 Järvenpää

ሀቪንካ መደበር ፖሊስ

Urakankatu 1, PL 62, 05801 Hyvinkää

ቁጽርታት ተለፎን:

ተለፎን: 0295 430 291 (አፕሪይተር)

ተለፎን: 0295 434 900 ናይ ፍቆዳት አገልግሎት ሰኒ - ዓርቢ ሰዓት 9 - 11

ተለፎን: 0295 435 100

- ገበናዊ ኸሲ

- ካልእ ገበናዊ ጉዳያት

- ጉዳያት መጓገዢያ

- ካልእ ጉዳያት ፖሊስ

ቁጽሪ ሐዲጋን ህጹጽ ኩነታትን **112**



#### ፋርማሲ

ካብ ፋርማሲ ገዛእ ርእሰኛ ትሕከመሉ መድሃኒታትን ሓኪም ገለጻዎም መድሃኒታት ክትገዛእ ትኽል። ሓኪም ገለጻዎም መድሃኒታት ክትገዛእ ከለኻ ኪላ ካርድ ክተርእይ ኣለኻ።

ዝቐረበ ፋርማሲ ፡

---

---

---

---

---

---



ላዩብረሪ

መጻሕፍቲ፣ ጋዜጣታት፣ ፊልምታትን ሲዲ ካሰት ካብ ላይብሪሪ ብጥርሑ ናይ ላይብሪሪ ካርድ ጌርካ ክትልቃሕ ትኽእል። ናይ ላይብሪሪ ካርድ መንነት ወረቓት ኣርእኻ ካብ ላይብሪሪ ተውጽእ።

መብዛሕትኡ ግዜ ናይ ልቓሕ መዓልቲ 4 ሰሙን ኢዩ። ዘክሮ ኣብ ግዚኡ ዘይተመልሰ መጽሐፍ መቐጻዕቲ ዝኸፈል ኣለዎ። ጋዜጣታት ኣብ ላይብሪሪ መንበብ ክፍሊ ኮይንካ ክተንብብ ትኽእል። ኣብ ላይብሪሪ ኮምፉዩተር እውን ክትጥቀም ትኽእልን ስካንን ፕሪንትን ክትገብር ትኽእል።

ቀንዲ ላይብሪሪ፡

ኣድራሻ፡ \_\_\_\_\_

ተለፎን፡ \_\_\_\_\_

ዝቐረበ ላይብሪሪ ፡

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

ማኪና ላይብሪሪ፡ \_\_\_\_\_



ናጻ ግዜ

ሐበሬታ ብዛዕባ ናይ ክባቢኻ ኣገልግሎታት፣ ጉዕዞ፣ ባህላዊ ምርእያት፣ መዛወሪ ክባቢታት፣ ዕዳጋታትን ዝካየዱ ጉዳያትን ትረኽበሉ፡

ኢንተርኔት አድራሻ: \_\_\_\_\_

አብ ትምህርቲ ዝተፋላለዩ ነገራት ክትገብር ትክእል ከም: ምንቅስቃስ፣ ምግብ ምክሻ፣ ስራሕ ኢድ፣ ሙዚቃን ትምህርቲ ቋንቋታትን:

ኢንተርኔት አድራሻ: \_\_\_\_\_

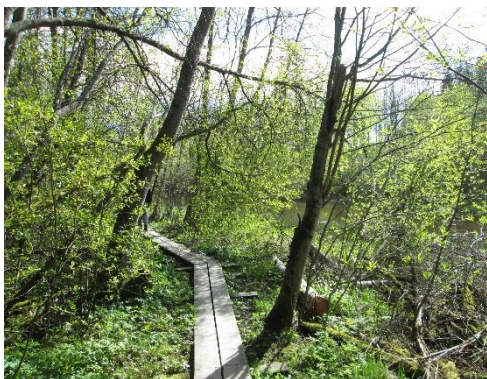
ስፖርት ክላብ: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Uimahallilla ኣብ ሙሉንበሲ ቦታ ናይ ማይ ምንቅስቃስ፣ ገሩፕ ምንቅስቃስን ጂም ክትሰርሕ ትክእል፡

ኢንተርኔት አድራሻ: \_\_\_\_\_



# Keski-*SOTE* Uudenmaan

ማእከላይ ኡድንማ ሱተ ስልጣን ምምሕዳር ከተማ (Keusote) ናይ ከባቢኡ ከተማቲት ማሕበራውን ጥዕናን ኣገልግሎት ኣብ ምድላውን ምቕራብን ዝምልስ ኣካል ኢዩ።

ማሕበራዊ ኣገልግሎታት

ማሕበራዊ ኣገልግሎታት ደገፍ፣ ሓገዝን ምኽርን የወፊያ። ሓገዝ ሕተት እንድሕር ንበይነይ ክወጾ ኣይከኣልኩን እኹል ሓይሊ የበለይን ትብል ኮይንካ ወይድማ ጭቡጥ ሓገዝ ከም ገንዘብ ወይ ገዛ ሓገዝ ኣድልዩካ። ካብቲ ትነብር ከተማ ናይ ስደተኛታት ሶሻል ሓፈሻዊ ምኽርን መምርሕርን ትረክቡ።

Tietoa ሓበሬታ ብዛዕባ ናይ ሶሻል ኣገልግሎት:

[www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien\\_palvelut/](http://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/)

ኣድራሻታት:

---

---

---

**TERVEYDENHUOLTO** ከንክን ጥዕና

ቁጽሪ ሓዲጋን ህጹጽ ከኑታትን **112** ኢዩ



1. ህጹጽ ዘይኮነ: ከንክን ጥዕና

አብ ማእከል ጥዕና ብትነብሩም ከባቢ መሰረት ናይ ህዝባዊ አገልግሎት ጥዕና ሐኪምን ነርስን ትረኽቡ። ቆጽራ ካብ ነርስ አብ ግዜ ስራሕ ሰዓት 8-10.

[www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien\\_palvelut/terveys-ja-sairaanhoito/laakari--ja-hoitajavastaanotot/ajanvaraus/](http://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/terveys-ja-sairaanhoito/laakari--ja-hoitajavastaanotot/ajanvaraus/)

ቆጽራ ሒዝካ ግን አብ ቆጽራኻ እንተ ዘይተረኹብካ፡ ዘይተሰረዘ ግዜ መቐጻዕቲ የኸፍል። ስለዚ ቆጽራኻ ምስራዝ ዘክር እንድሕር አብ ቆጽራኻ ዘይትርኩብ ኮይንካ!

2. ብሃንደቢት እንተሐሚምካ ናብ ማእከል ጥዕና ሐበሬታ ቁጽሪ ተለፎን ደውል (09) 2500 3295። ናብ ህጹጽ ሕክምና ምስ መጻኻ ናይ ሪጋ ቁጽሪ

ሐዝ። መብዛሕኻ ግዜ ነቶም ሕሙማት ናብ ነርስ ክፍሊ ንመርሖም፡ እንድሕር አድላይ ኹይኑ ብድሕሪኡ ንሐኪም።

[www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien\\_palvelut/terveys-ja-sairaanhoito/kiireellinen-hoito/](http://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/terveys-ja-sairaanhoito/kiireellinen-hoito/)

3. እንድሕር ከቢድ ሕማም እንተ ሐሚምካ ምሽት ወይ ቀዳመ ሰንበት፡ አብ ህሺንካ ናይ ህጹጽ ጉዳይ ማእከል ጥዕና ይርከብ፡ Sairaalankatu 1, Hyvinkää.

ቅድሚያ ናብ ህጹጽ ሕክምና ምሽቲካ ደውል፡ ተለፎን **116 117**

ናይ አደን ቆልዑን ነውቮላ

ናብ ናይ አደን ነውቮላ ኩሎም ሰድራ ክመጹ ይኸእሉ። ናይ ጥንሰቪ ምርመራ ፖዚቲቭ እንድሕር ኮይኑ ናብ ነውቮላ ርኩብ ግበሪ። አብ ናይ አደን ነውቮላ ንኹነታት ጥዕና ነፍሰ-ጻር አደ ንከታተሉ።

ናይ ቆልዑ ነውብላ ንጥፈታት ናይ ቆልዓ ውልቃዊ ዕቤታትን ምዕባላን ምድጋፍን ናይ ወለዲ ተሳታፊነት ምሕጋዝን ኢዩ። ኣብ ቆልዑት ነውብላ ቆልዓ ክሳብ ትምህርቲ ዕድሜ ዝኣክል ይኸይድ።

[www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien\\_palvelut/lapset-nuoret-ja-perheet/perhekeskuspalvelut/neuvola/](http://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/lapset-nuoret-ja-perheet/perhekeskuspalvelut/neuvola/)

ማእከላይ ኣገልግሎት ተለፎን \_\_\_\_\_

ዝኸፈተሉ ሰዓት \_\_\_\_\_

ኣብ ጥኻኺ ዘሎ ናይ ኣደን ቆልዑን ነውብላ

ኣድራሻ: \_\_\_\_\_



ክንክን ጥዕና ኣፍ

ክንክን ጥዕና ኣፍ ኣገልግሎት ኣብ ጥዕና ማእከል ይዳሎ።  
ቅድም ናብ ስኒ ክንክን ተለፎን ኣገልግሎት ደዊልካ ቆጸራ ሓዝ።

[www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien\\_palvelut/terveys-ja-sairaanhoito/hammashoito/ajanvaraus-ja-neuvonta/](http://www.keski-uudenmaansote.fi/asiakasryhmien_palvelut/terveys-ja-sairaanhoito/hammashoito/ajanvaraus-ja-neuvonta/)

አብ ጥቓቕ ዘሎ ክሊኒክ ስነ፡

አድራሻ፡ \_\_\_\_\_

ተለፎን፡ 019-2260700 (ማእከላይ አገልግሎት ተለፎን)

ናብ ዝተታሕዘልካ ቆጻራ ዘይትኸይድ ኮይንካ ምስራዝ ኣይትረስዕ። ንዘይተሰረዘ ግዜ መቐጻዕቲ ሕሳብ ይመጽእ።

ህጹጻት ኩነታት

ናይ ስነ ሐኪም አብ ህጹጽ ኩነታት ሰነ-ዓርቢ ሰዓት 14.00-21.00, ቀደም-ሰንበት ሰዓት 8.00-21.00

ተለፎን፡ 09- 4717 1110

