ሓገዝ ኣንጻር ዘቤታዊ ዓመጽ

መሰል ምንባር ብዘይ ዓመጽ

ኩሎም ደቂ-ሰባት ኣብ ጀርመን ማዕረ መሰረታዊ መሰል ኣለዎም። ነውሲ-ወከፍ ጓል-ኣንስተይቲ ብዛዕባ እትውንና ሂወት ክትውስን፡ ብናጻ ክትዛረብ፡ ንነብሳ ክትኣልን ንነብሳ ደው ክትብልን መሰል ኣለዋ።

ዓመጽ እንታይ እዩ፧

ኣብ ጀርመን ዓመጽ ማለት ምውራድ፡ ምዝላፍ፡ ምህራም፡ ምፍርራህ፡ ምቁጽጻር/ምዕብላል፡ ምግላል/ምንጻል፡ ጾታዊ ርክብ ምግዳድን ምግሳስን እዩ። እዚ ንኣካላዊ፡ ስነ-ኣእምሮኣዊን ጾታዊን ዓመጻት የጠቓልል። እዞም ዝተጠቕሱ ዓመጻት ኣብ ልዕሌኺ ብበዓል-ቤትኪ ወይ ብዓቕሚ-ኣዳም ዝበጽሑ ካልኦት ኣባላት ስድራ-ቤት ምስ ዘጋጥም፡ ዘቤታዊ ዓመጽ ተባሂሉ ይጽዋዕ።

refugio thüringen e.V.

ማእከል ምኽርን ምውህሃድን ቱሪንገን - ረፉግዮ ቱሪንገን- ብምትሕብባር ምስ የናየር ገዛ/መዕቆቢ ደቀኣንስትዮ

JENAER FRAUEN HAUS E.V.

ዓመጽ ንምምካት እንታይ ክትገብሪ ትኽእሊ፧

ንስኺ በደለኛ ከም ዘይኮንኪ ምፍላጥ ኣገዳሲ'ዩ። ሕንከት ወይ ሕፍረት ክስምዓኪ የብሉን። ኣንጻር ዓመጽ ክትምክትን ብዘይ ዓመጽ ሂወትኪ ክትመርሕን መሰል ኣለኪ።

ሓገዝ እንተደሊኺ ንመን ክትውክሲ ትኽእሊ፧

ገዛ/መዕቆቢ ደቀኣንስትዮ / ማእከል ምኽሪ ደቀኣንስትዮ / ናይ ደቀኣንስትዮ ህጹጽ ደወል ተሌፎን

ኣብ መላእ ጀርመን ንደቀኣንስትዮ ሓገዝ ንምሃብ ዝተዋህበ ቁጽሪ ተሌፎን 08000 116 016

ቁጽሪ ተሌፎን ፖሊስ 110

ንደቀኣንስትዮ ደገፍ ኣብ ዝህባ ትካላት ዝነጥፉ ሰራሕተኛታት ብዙሕ ተመኩሮ ስለ ዘለዎም፤ ብዛዕባ ተኽእሎታት ሓገዝን ሓለዋን ዝምልከት ሓበሬታ ንምሃብ ቅሩባት'ዮም።

ገዛ/መዕቆቢ ደቀኣንስትዮ

መዕቆቢ ደቀኣንስትዮ ንግዳያት ዘቤታዊ ዓመጽ ዝኾኑ ደቀኣንስትዮን ቆልዑን ሓለዋ፡ ቦታን ዕረፍትን ይህብ። እዚ ገዛ ስቱር ኮይኑ፡ ንስኺን ውሉድክን ብነጻ ክትንቀሳቐሱ፡ ክትኣትውን ክትወጽኡን እትኽእልሉ መእለዪ ቦታ'ዩ።

ካብ'ዚ መዕቆቢ ገዛ ጠቕሊልካ ምውጻእ ምስ ዝድለ፡ ኣብ ዝኾነ እዋን ይከኣል'ዩ። ኣብኡ ኣብ እትጸንሕሉ እዋን ሰራሕተኛታት ናይ'ቲ ገዛ ብዛዕባ ናይ መጻኢ ስጉምታት ዝምልከት መደባት ኣብ ምውጻእ ከምኡ'ውን ዘለኪ ሕቶታትን ስክፍታታትን ኣብ ምምላስ ሓገዛት የበርክቱ። ኣብ ዝውደቡ ቆጸራታት ድማ ሓገዝን መሰነይታን ምሃብ ይከኣል'ዩ።

ገዛ/መዕቆቢ ደቀኣንስትዮ / ማእከል ምኽሪ ደቀኣንስትዮ ኣብ ጥቓኺ፡

gefördert durch:

Die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration

ቃንቃ ትግርኛ | *tigrinya*