## ማእከል ስድራ ቤት ፍሉይ እዩ

ንሓደ ማእከል ስድራ ቤት ፍሉይ ዝገብሮ፡ እቶም ኣብዚ እንሰርሕ ብቐሊሉ ክንተሓባበርን ንዝተፈላለዩ ድልየታት መፍትሒ ክንረኽበሎም ስለ እንኽእልን እዩ። እዚ ድማ ስድራ ቤታት ቁሩብ ተወሳኺ ሓገዝ ዝደልይሉ ህሞት ምስ ዘጋጥም፡ ብቕልጡፍን ብቐሊሉን ሓገዝ ንኽረኽቡ ቀሊል ይገብረሎም።

ኩሉ ኣብ ማእከል ስድራ ቤት ዝገበር ስራሕ ነቲ ንስድራ ቤታት ጽቡቕ ክህልዉ ዝገብር ነገራት ኣብ ምሕያልን፡ ጸገም ወይ ሕማም ከስዑቡ ዝኽእሉ ነገራት ብኣግኡ ኣብ ምክልኻልን ዘድሃበ እዩ።
ነዚ ንገብሮ ድማ፡-

- ከም ኣብ ቀረባ ዝርከብ መአከቢ ቦታ ብምዃን፡
- ነታ ስድራ ቤት ነቲ ኣብ ከባቢኣ ዘሎ ማሕበራዊ መርበብ (ኣብ ከባቢኣ ምስ ዘለዉ ሰባት ዘለዋ ርክብ) ብምሕያል።
- ስድራ ቤታት ዝሳተፍሉ ናይ ስራሕ ዓይነታት ብምፍጣር፡
- ብቐሊሉ ክርከብ ዝኽእል ደገፍ ብምቕራብ፡
- ማእከል ፍልጠትን ሓበሬታን ብምዃን፡
- ነቶም ኣብ ንጥፈታትና እትሳተፉ ጽቡቕ ኣገልግሎት ብምምዕባል እዩ።

ማእከላት ስድራቤት ኣብ ምሉእ ሃገር ኣለዋ። ኣብ መርበብ ሓበሬታ ማሕበር ምድንፋዕ ማእከላት ስድራ ቤት (FFFF)፡-
www.familjecentraler.se ብዝያዳ ኣንብቡ።

FÖRENINGEN FÖR
FAMILJECENTRALERS
FRÄMJANDE

**www.familjecentraler.se**

# ማእከል ስድራ ቤት

### ንኹሎም ወለዲ ክኾኑ ዝጽበዩ ዘለዉን ቈልዑ ዘለዎም ወለድን ዝኸውን መራኸቢ ቦታ።

# ንዓኹም ኢልና ኢና ኣብዚ ዘለና

ኣብዚ ኣብ ማእከል ስድራ ቤት፡ መብዛሕትኡ እቲ ንስድራ ቤታት ዘድልየን ነገራት ኣኪብና ኣለና። ክሊኒክ ኣዴታት፡ ማእከል ክንክን ጥዕና ቈልዑ፡ ክፉት መውዓሊ ህጻናት፡ ምኽርን ደገፍን ካብ ቤት ጽሕፈት ማሕበራዊ ኣገልግሎት፡ ከምኡ'ውን ካልኦት ዓበይትን ቈልዑን ክትረኽቡ ትኽእሉ ኢኹም።

ኲሉ ኣብ ትሕቲ ሓደ ናሕሲ ተኣኪቡ ኣሎ። ናብዚ ምምጻእ ብድልየት ዝግበር ኮይኑ፡ እታ ስድራ ቤት እንታይ ትመስል ብዘየገድስ ንኹለን ስድራ ቤታት ክፉት እዩ። ናብዚ ምምጻእ ድማ ኣይክፈሎን እዩ።

ኣብዚ ንዓኹምን ናይ ውላድኩምን ረብሓ ተባሂሉ ከም መሕረስቲ፡ ፍሉይ ክእለት ዘለወን ኣለይቲ ሕሙማት፡ መማህራን መውዓሊ ህጻናትን ማሕበራዊ ሰራሕተኛታትን ዝኣመሰሉ ዝተፈላለዩ ሞያውያን ኣካላት ብሓባር ይሰርሑ። ሓካይምን  ስነ-ኣእምሮኛታትን ካልኦት ክኢላታትን እውን ኣለዉ። ብዛዕባ መብዛሕትኡ ነገራት ክትሓቱ ትኽእሉ ኢኹም። ኲሉ ካብ ናይ ውላድኩም ጥዕናን ምዕባለን ክሳብ ዝተፈላለዩ መዓልታዊ ጸገማትን። ንኽንሕግዘኩም ኢና ኣብዚ ዘለና።

## መሰረት ናይ ንጥፈታትና

**ክሊኒክ ኣዴታት።** (ክንክን ጥዕና ደቂ ኣንስትዮ፡ክንክን ጥዕና ነፍሰ ጾራትን ሓራሳትን)። ኣብዚ ኣብ ምሉእ ናይ ጥንሲ እዋን ምስ መሕረስቲ ክትራኸቢ፡ ናይ ጥዕና ዝርርብ ንምግባር ዕድል ክወሃበክን ኣብ ናይ ወለዲ ጉጅለ ክትሳተፊን ትኽእሊ ኢኺ። ጥንሲ መብዛሕትኡ ግዜ ምስ ናይ ወለዲ ጉጅለ፡ ምስ ናትኪ መሕረሲት ወይ ምስ ዘድሊ ምስ ስነ-ኣእምሮኛ ክትመያየጥሉ እትደልዪ ብዙሕ ሓሳባት ከልዕል ይኽእል እዩ። ምስ ወለድኪ ድሕሪ ሕርሲ ንዝግበር መርመራ ናብዚ ክትመጺ ኢኺ። ብዛዕባ መከላኸሊ ጥንሲ እውን ምኽሪ ክወሃበኪ ይኽእል እዩ።

**ክንክን ጥዕና ቈልዑ** ኣብዚ ዝተፈላለየ ናይ ጥዕና መርመራ ንምግባር ዕድል ይወሃብ፡ ክሳብ እቲ ቈልዓ ትምህርቲ ዝጅምር ሓደ ሓደ ግዜ እቲ መርመራ ኣብ ገዛ እዩ ዝግበር። መብዛሕትኡ ግዜ ምስ ሓንቲ ክኢላ ኣላይት ሕሙማት ኢኹም ትራኸቡ፡ ግን ምስ ሓኪም ኣድላዪ ምስ ዝኸውን ድማ ምስ ስነ-ኣእምሮኛ እውን ትራኸቡ ኢኹም። ኣብ እዋን ምብጻሕ ንዕብየትት እቲ ቈልዓ ንከታተል፡ ክታበት ንህብን ከምኡ'ውን ብዛዕባ ንኣብነት ኣመጋግባ፡ ድቃስን ካልኦት ዘድልይዎ ነገራትን እውን ክንዘራረብ ኢና።  ብውልቂ ይኹን ብጉጅለ ንወለዲ ደገፍ ንህብ ኢና።

**ንማሕበራዊ ጉዳያት ዝምልከት ምኽርን ደገፍን።** ኣብ ቤት ጽሕፈት ማሕበራዊ ኣገልግሎት ዝሰርሑ ኣማኸርቲ ወይ ካልኦት ኣማኸርቲ መብዛሕትኡ ግዜ ብሞያ ናይ ማሕበራዊ ሰራሕተኛ ትምህርቲ ዘለዎም ኮይኖም ኣብ ኲነታት ስድራ ወይ ንወላዲ ምኧን ኣብ ዝምልከት ሕቶታትን ሓሳባትን ክሕግዝኹም ይኽእሉ እዮም። ኣብዚ ምስ ዝተፈላለዩ ብዓል መዝታት ርክብ ንምግባር ወይ ካልእ ሓበሬታ ሕብረተ ሰብ ንምርካብ ሓገዝ ክትረኽቡ ትኽእሉ ኢኹም።

**ክፉት መውዓሊ ህጻናት።** እቲ ክፉት መውዓሊ ህጻናት፡ ልብን ማእከልን ናይ'ቲ ማእከል ስድራ ቤት እዩ። ናብዚ መጺእኩም ክትጻወቱ፡ ክትምሃሩ፡ ኣብ ኣተዓባብያ ውላድ ደገፍ ክትረኽቡን ምስ ካልኦት ኣብዚ ከባቢ ዝቐመጡ ስድራ ቤታት ክትፋለጡን ትኽእሉ ኢኹም። ክፉት ኣብ ዝኾነሉ ሰዓታት ከም ዝጠዓመኩም ክትመጹን ክትከዱን ትኽእሉ ኢኹም፡ ኣቐዲምካ ምምዝጋብ ኣየድልን እዩ። ኣብዚ ዝሰርሓ መማህራን መውዓሊ ህጻናት ኣለዋ። ሓደ ሓደ ግዜ ብወለንታ ክትሳተፍዎ እትኽእሉ ንኣብነት ከም ናይ ደርፊ ግዜ ዝኣመሰሉ ብመደብ ዝግበሩ ንጥፈታት ኣለዉ።ኣብዚ ኣብ ትህልውሉ እዋን ባዕልኹም ኢኹም ናይቲ ቈልዓ ሓላፍነት ትወስዱ።

ኣብቲ ክፉት መውዓሊ ህጻናት ምስቶም ካልኦት ኣብ ማእከል ስድራ ቤት ዝሰርሑ ሰባት እውን ክትራኸቡ ትኽእሉ ኢኹም። ሕቶታት ምስ ዝህልወኩም፡ ሽው ነቲ ዕድል ተጠቒምኩምክትሓትዎም ትኽእሉ ኢኹም።