

enough
for  all

ለካልጋሪ ነዋሪዎች ስለ ኮሮና ቫይረስ/COVID-19 መረጃ

ካልጋሪ ማህበረሰብ ከሌላው አጋዥ ማህበረሰብ ድርጅቶች ጋር በመተባበር ለንቁዎቹ ካልጋሪ ነዋሪዎች በፍጥነት እያደገ ለመጣው ኮሮና ቫይረስ ታማኝ መረጃ ለመስጠት ነው። ይህ የመረጃው ምንጭ የተዘጋጀው የካልጋሪ ነዋሪዎች በሰላም እና ጤና እንዲጠበቁ ለማድረግ ነው።



የመግሪያ ምንጮች

- ካልጋሪ ህዝብ መጽሐፍት ቤት እንደገለጸው ከሆነ ሳይመለስ ዘግይቶ ጊዜው ላለፈበት መፅሀፍ እስከ ሚያዚያ /ኦገስት 30 ምንም ዓይነት ቅጣት አይኖርም።
- የካልጋሪ ነዋሪዎች የዲጂታል ላይ-በረራውን ማየት ያበረታታል ላይ-በረራው አዳዲስ መረጃን መርሆችን እና የኢ-መረጃዎችን ያካፍላል።



የምግብ ምንጮች

- የካልጋሪ የምግብ ባንክ አዳዲስ ደንበኞችን / ሰዎችን በመቀበል ላይ ነው። መጀመሪያ ይደውሉ በ 403-253-2055 ከዚያ በኋላ እነሱ አቀናጅተው የአደጋ ጊዜ ምግብን እና የመቀበያ / መውሰጃ ጊዜን ያመቻቻሉ።
- ሳልቪቭን አርሚ ምግብ እና አስፈላጊ ነገሮችን ይሰጣል። ለማግኘት በ 403-220-0432 ደውለው ቀጠሮ መያዝ ብቻ ነው።
- የካልጋሪ ካዋፕ /co-op /ጥቅል አገልግሎቶች
- ይሰጣል ። በ ካልጋሪ ጤና አገልግሎት እንዲገለሉ ከተወሰነ በዚህ ኢሜል ያድርጉልን memberengagement @calgarycoop.
- ኬርባይ ማዕከል ግብረሰብ/ሰነድ አረጋግጦን የመስጠት አገልግሎት የሚጠየቀውን የገንዘብ-በመጠንም ከፍ አድርገዋል። ማዕከሉን በ 493-234-6571 ይደውሉ።



መጓጓዣ

- ካሊፎር ትራንስፖርት ሁሉም ደንበኞች የአውቶቡሶችን የኋለ በሮች እንዲጠቀሙ ይጠይቃል።
- አነስተኛ ገቢ ያላቸው ተሳታፊዎች አፕሪልንም በማርች ትኬት ተጠቀሙ።



በ 211 ይደውሉ

የ ህብረተሰብን ማህበረሰብን ጠናን እና የ መንግስትን አገልግሎት መረጃ ለማግኘት በ 211 ይደውሉ።

በ ሕጋዊ አገልግሎት / ፊር ኢንትራ ማመልከቻ በ ቀጥታ መስመር / አንላይን በ calgary.ca ኢሜል ወይም በ ፋክስ መረጃ ወይም በ ማመልከቻ ላይ ድጋፍ ከ ፈለጉ 311 ይደውሉ።



የአካል እና አይምሮ ጤና

የጭንቀት ስሜት እና ስጋት ፍርማል ነገር ነው። ሁሉንም ሰው የምናበረታታው ድጋፍን እንዲፈልግ ነው። ከአይምሮ ጤና አገልግሎት የሚያስፈልጋቸውን ነገሮች ለይህኛካትታል።

- የአልበርታ ጤና አገልግሎቶች። በችግር ጊዜ ያግዛሉ
- የዲስትረስ ማዕከል: 403-266-4357
- የአይምሮ ጤና አገልግሎት መስመር: 1-877-303-2642
- የህፃናት ድጋፍ 1-800-668-6868
- አልበርታ በቅርብ ጊዜ ያሳወቀው የአን ላይን አገልግሎት PurposeMed.com የአልበርታ ነዋሪዎች ከቤት ሳይወጡ የህክምና አገልግሎት እና ህኪም የሚያገኙበት ዘዴ ነው።



ትምህርት በተዘጋበት ጊዜ ልጆቻችን በምን እንከባከባቸዋለን

- የካልጋሪ ትምህርት ቦርድ የዌብ ገፅ ከፍቷል ያ እንዴት ከቤት ሆነው እንደሚማሩ ያግዛል።
- የካልጋሪ ንባብም / ሪድስ አዲስ እንቅስቃሴዎችን ያጋራል ቤተሰብን ለማሳተፍ እና ከልጆች ጋር ትስስርን ለመጨመር። ለበለጠ መረጃ ይህን ይመልከቱ <https://calgaryreads.com/noodle-do-a-day/>

