

# 3

# ናብ ዓወት ዝወስኑ መገዲ

## PATHWAY TO SUCCESS

### TIGRINYA TRANSLATION

እዚ ናይ መረገገጺ ወረቀት እዚ፡ ካብ ናይ ክንክን መሰናበቲ መደብኩም ኣቲ ዝበለጸ ጠቐሚ ንክትረኽቡ ክትገዛኩም እዩ። እዚ፡ ማሕበራዊ ሰራሕተኛኹም ዝመልኦ ካልኣኣሰልቻዊ ቅጥላ ኣይኩነን። ብርግጽ፡ ኣገዳሲ ሰነድ ኩይኑ፡ እንታይ ክትገብሩ ትደልዩ፡ እንታይ ሓገዛት ትጽብዩ ከምኡ ውን ትካል ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት (ቤት-ምኽሪ) ብኸመይ ይሕገዛኩም ንዝብሉ ሕቶታት ብዝምልከት ዝሰርዓልኩም እዩ።

እዚ፡ ብትካል The Who Cares? Trust ([www.thewhocarestrust.org.uk](http://www.thewhocarestrust.org.uk)) ዝፈረዮ ኩይኑ፡ ካብ ተኸታታሊ ናጻ ናይ መረገገጺ ወረቀት ተወሲዱ ነቶም ናይ ክንክን ተመኩሮ ዘለዎም መንእሰያት ተባሂሶ ዝተዳለወ እዩ። ንሓገዝን ንምኽሪን ወይ ሓበሬታ ብዘዕባ መሰላትኩም ንምርካብ፡ ኣብ ምኽሪ መውሃቢ መስመር 020 7017 8901 (ቀዳመ ሰንበት 10:30 ቀ.ቐ ክሳብ 3 ድ.ቐ) ደውሎ ወይ ናብ ነቐጣ ማርብብ ሓበሬታ [advice@thewhocarestrust.org.uk](mailto:advice@thewhocarestrust.org.uk) ኢ-መይል ግብሩ።



## መሰንገሪ መደብ እንታይ'ዩ? ንምንታይ ከ ኣገዳሲ ኩይኑ?

ነፍሲ-ወከፍ ኣብ ትሕቲ ክንክን ወይ ምቁጽጻር ዝርከብ ቁለዓ፡ ዝበዝሖ ግዜ ካብ ከባቢ ደቂ 16 ዓመት ልደት ዝጅምር ካብ ትሕቲ ክንክን መሰናበቲ መደብ ክህልወኩም ኣለዎ። እዚ ብሕገ'ኡ እዩ። ካብ ትሕቲ ክንክን መሰናበቲ መደብኩም፡ ብርእሰኹም ንምሕዳር ንክትለማመዱ፡ ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ብኸመይ ከምዝሕገዛኩም ዝገልጽ፡ ብኸልኦ ኣዘራርባ፡ ኣብ መንጎኹም፡ ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ከምኡ ውን ካልኦት ኣብ ሂወትኩም ኣገደስቲ ዝኹኑ ሰባትን ዝኣኑ ውዕል'ዩ።

ልዕሊ ኹሉ ድማ፡ እቲ መደብ ርክይቶኹም ኣብ ግምት ኬእቲ ስለዘለዎ፡ ድልየታትኩምን ስምዒታትኩምን ብጽሑፍ ንክትሰፍሩ ዕድል ይህበኩም።



## ካብ ትሕቲ ክንክን እትሰናበቱሉ መደብኩም ኣብ እትዳልዉሉ ክትዘክርዎ ዘለኩም፡

- ዝኹነ ዘየሓገሱኩም ነገር ምስ ዝህሉ፡ ግለጽዎ።
- ነገራት ከምቲ ትጽቢት ዝተገብረኩም ኣብ ዘይኩኑሉ ግዜ፡ ሓገዛት ምእንቲ ክገበር፡ ኩሉ ግዜ 'መደብ ቢ' ክህሉ ኣለዎ።
- ናይ ነፍሲ-ወከፍ ርክይቶ ንጹር መታን ክኸውን፡ ምስ ኤስ.ዱብልዩ/ፒ.ኤ. ዘለኩም ዘይምርጽዳእ፡ ብጥንቓቕ ክገለጽ ኣለዎ።
- ብዘዕባ መደብኩም ማለት፡ ብዘዕባ ስፎራ-ቤትኩም፡ መግዚት፡ መማህራን፡ ኣገልግሎታት ጥዕና፡ ኣይ.ኣር.ኡን ተሓላቒ (ብዘይ ኣፍልጦኹም ግና ኣይኩነን) ካልኦት ሰባት ክሕተቱ እዮም።
- ናይ መወዳእታ ዓመት ካብ ትሕቲ ክንክን ናይ መሰናበቲ መደብኩም፡ ብውልቅኹም ኣብ እትነብሩሉ ክትረኽቡም ብዘዕባ ዘለኩም ሓገዝ ዘተኩረ ክኸውን ኣለዎ። ሓጺ ጽፏፍ ወይ ጽቡቕ ናይ መሰናበቲ መደብ፡ ክትገዛኩም ዘለዎ መን'ዩ፡ እንታይ ክትገብሩ ከምእትኸእሉ፡ ብኸመይ ርክባት ክትገብሩ ትኸእሉ ንዝብሉ ሓሳባት ዝሕብር ክኸውን ኣለዎ።

## ገምጋማት

መሰናበቲ መደብኩም፡ ብውሑዱ ኣብ ነፍሲ-ወከፍ ሽዱሽተ ወርሒ ክገምገም ኣለዎ። ኣብ ዝኹነ ግዜ ክገምገመልኩም ክትሓቱ ግን ትኸእሉ ኢኹም። ኣብ ሂወትኩም ሓጺ ዓቢ ለውጢ ምስ ዝህሉ፡ ገምጋም ክገበር ኣለዎ። ምኽንያቱ፡ መደባትኩም ነቲ ንህሉው ኩነታትኩም ዘንጸባርቑ ክኸውን ስለዝግባእ።

ናይ መሰናበቲ መደባትኩም ኣብ ዝገምገመሉ ግዜ፡ ንስኽትኩምን ማሕበራዊ ሰራሕተኛኹም/ፒ.ኤ. ክታምኩም ከተንብሩሉ ኣለኩም። ቅዳሕ ክውሃበኩም ውን ኣለዎ። ነቲ ዝውሃበኩም ቅዳሕ ኣብ ውሑስ ቦታ ባቕብዎ፡ ኩሉ ነገራት ብኸምቲ ዝወጸ መደብ ይኸይድ ከምዘሎ ንምርግጽ ድማ ብስሩዕ ተኸታተልዎን ተቐጻጻርዎን።

**ክትርስዕዎም ዘይብልኩም፡**

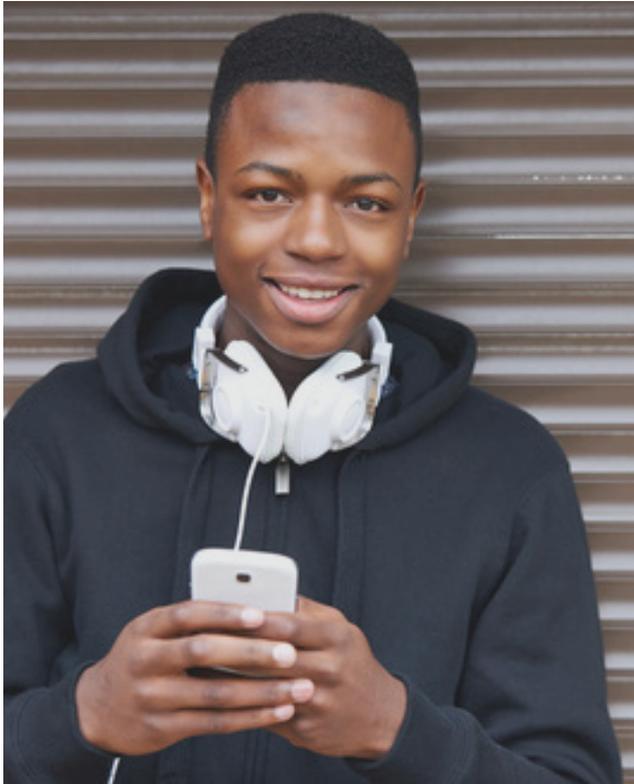
- ብዘዕባ ሂወትኩም ምኺኑ፡
- ኣብ ምትግባሩ ወይ ኣብ ምዝዛመ፡ ክትዋስኩ ግዴታዊ ምኺኑ፡
- ኣቀራርባኹም ቤት-ምኽሪ-ብኸመይ ከምዝሕገዛኩም ዝገልጽ ክኸውን ኣለዎ፡
- ኩሉ ግዜ ቅዳሕ ክህልወኩም ኣለዎ

# 3

*Care*  
ADVICE LINE  
020 7017  
8901

## ካብ ትሕቲ ክንክን ናይ መሰናበቲ መደብ ኩም እንታይ ከጠቓልል ይግባእ?

**ጥዕና** - ናይ ጥዕና ጸገማት ምስ ዝህልዎኩም፡ ነዚ ንምቁጽጻር ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ብኸመይ ክሕግዎኩም ከምዘለዎ ናይ ካብ ትሕቲ ክንክን ናይ መሰናበቲ መደብ ክገልጹ ኣለዎ። እዚ ነቶም ጸገማት ንምግለጽ ማለት ኣይኮነን፤ እንታይ ደኣ፡ ጥዕደ ኣገባብ መገባብር ንኸትመርሑ (ንኣብነት፡ ኣባልነት ጂምናዥዩም ኣብ ምሓዝ) ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ብኸመይ ክሕግዎኩም ይኸኣል ክሕብር ኣለዎ።



### ትምህርቲ፡ ስልጠናን ዕድን

- ሓንጺጽኩምዎ ዘለኹም መደብ፡ ንኸትዕወቱሉን ሞያዊ ዕላማኹም ንኸትጭብጡን ዘድልዩኩም ዘበለ ኩሉ ነገራት ብግብኡ ዘስፈረ ክኸውን ኣለዎ። እዚ ከኣ፡ ነቲ ክትበጽሑዎ እትሕልኩዎ ዘለኹም ንጹር ዕላማን ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ብኸመይ ብገንዘብ ከይተረፈ (ንመጽናዕትኹም እተድልዩኩም ላፕቶፕ ዝባይነታ ከምፒዩተር...? ኣብ'ዚ ኣስፍርዎ) ሓገዝ ይገብረልኩም፤ ነዚ ዘጠቓልለ ክኸውን ኣለዎ።

### ከመይ ይስምዓኩም

- ብዛዕባ ገዛእ ርእሰኩም ከመይ ይስምዓኩም? ምስ ክልኩት ሰባት ብምንጽጻር ንገዛእ ርእሰኩም ከመይ ተረኽብዎ? ክሕግዎ ዝኸኣሉ ነገራት ኣለዉዶ? ማሕበራዊ ሰራሕተኛኹም/ፒ.ኤ. ምእንቲ ክከታተሉኩም፡ ነዚ ክፈልጡ ጽቡቕ'ዩ።

### ስድራቤትን ማሕበራዊ ዝምዳናን

(**ኔትዎርክ**) - ምስ ስድራቤትኩም ጽቡቕ ዝምድናዶ ኣለኩም? ሓገዝ ደሊኹም እትኸድዎም ሰባት ረኺብኩም ዶ ኣለኹም? እተውጽኡዎ መደብ፡ ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ብኸመይ ጽቡቕ ማሕበራዊን ስድራቤታዊን ዝምድናታት ንኸህልዎኩም ከምዝሕግዎኩም ክገልጹ ኣለዎ። ምስ ስድራቤትኩም ንኸትራኹ ተሰሪዑ ዘሎ ግዜ ባህ ምስ ዘይብሉኩም፡ ተዛረቡ ወይ ሓብሩ።

### መንነት

- እዚ፡ ንስኹትኩም እንታይ ምኺንኩም ዝገልጽ እዩ። ብዛዕባ ሕሉፍኩም፡ ብዛዕባ መለላዩ ቋንቋኹም፡ ሃይማኖትኩም፡ ብሃርኩምን ጾታዊ ዝምባላኹም ብኸመይ ክትሓገዩ ምስ እትደልዩ፡ ከምኡ ድማ እቲ ቅኑዕ ሰነድ ወረቐት መንነት ሒ ዝኩም ከምዘለኹምን ነቲ ናታትኩም ፋይላት ብኸመይ ተጥቀሙሉን ኣብ ምርግጽ ዝኹኑ ሕቶ ምስ ዝህልዎኩም ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎትኩም ክሕግዎኩም እዩ።

### ዘለኩም ግብራዊ ክእለታት

- እዚ፡ ኣብ እኹል ዕድሜ ዝበጽሑ ሰብ ከም ምኺንኩም መጠን፡ ኣብ ሂወት ማዕረ ክንደይ ቅሩባት ምህላውኩም ዝፍትሽ እዩ። ብውልቅኹል ንምንባር ድሉዎት ምእንቲ ክትኩኑ፡ እንታይ ክትምሃሩ ኣለኩም? ነዚ ክትገብሩ ኹ ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎት ብኸመይ ክሕግዎኩም ይኸኣል?

### ገንዘብ - እዚ ኣዝዩ ኣገዳሲ'ዩ፤ ካብ ናታትኩም ውሽጣዊ/ከባብያዊ በዓል መዘ፡

**ገንዘባዊ ሓገዝ** ክትረኽቡ ምኺንኩም ኣብቲ ቃለ-መግለጺ ብንጹር ሰፊሩ ዘሎ ጉዳይ'ዩ። ኣብ'ዚ ቃለ-መግለጺ'ዚ፡ ንዘለኩም መሰልን ክልእ ገንዘባዊ ሓገዝ ንኸትረኽቡ ዘኸኣሉኩም ነገራትን ብኸምልከት፡ ነቲ ዝውሃቡኩም ገንዘባዊ ሓገዝ መዓሰን ብኸመይን ተረኽብዎ፡ ብኸግባእ ተዘርዚሩ ይርከብ። ብተወሳኺ፡ ንዘድልዩኩም ባጆት፡ ዝህልዎኩም ውህሊንን ንዘለኩም ጠቕምታትን ዘጠቓልለ ክኸውን ድምዳሜ ኣለዎ።

### ኣባይ ከም እትነብሩ

- ናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎትኩም፡ ንመንበሪኹም (ህልዉ ወይ ናይ መጻኢ መደብ) ብኸምልከት ኣኹል መጽናዕት ክገብር'ዩ። ከምኡ ድምዳሜ እትቐመጡሉ ቦታ፡ ድሕነቲ፡ ዘለዎ ዕዳን ክራይ ገዛን ከይተረፈ፡ እንታይ ከምዝመስል ብኸግባእ ከጽንዖ እዩ። ኣብ መጻኢ ብዛዕባ ገዛ ክህልዎኩም ዘሎ ተኸኣሎ ብኸምልከት ማለት፡ መደባት ብዛዕባ ብውልቅኹም ናብ እትቐመጡሉ መንበሪ ምግባዝን እዚ ንክኸውን ከ እንታይ ክግበር ከምዘለዎን ንኸብሉ ሕቶታት ኣመልኪቱ'ውን መግለጺ ክውሃቡኩም እዩ። ኣብ'ቲ እትቐመጡዎ ዘለኹም ቦታ ሕጉ'ሳት ኣይኮኑን ከምን? ንናይ ምኽሪን ማዕዳን ኣገልግሎትኩም ሓብሩዎም።

\* ኣብ ሕገ ቁልዑ 1989 ን ሕገ ምስንባት ክንክን 2000 ን ሰፊሩ ኣሎ