## ከቤተሰቦች እና ጓደኞች ጋር እንዴት መገናኘት እንደሚችሉ ጠቃሚ ምክሮች:

- ከቤተሰቦች እና ጓደኞቻቹ ጋር በየግዜው ስልክ ይደዋወሉ፣ በተለይም እርስዎ ወይም እነርሱ ብቻቸውን የሚኖሩ ከሆነ።
- የአስቸኳይ አጋጣሚ በሚኖር ግዜ ሊደወልላቸው የሚችል የቅርብ ተጠሪዎ/የቅርብ ቤተሰቦችዎን ወይም ጓደኞችዎን ዝርዝር ጽፈው ያስቀምጡ፡
  ስማቸውን፣ ስልክ ቁጥራቸውን እና አድራሻቸውንም ጭምር ይጻፉ።
  የአስቸኳይ አጋጣሚ በሚኖር ግዜ ሊደወልላቸው የሚችል የቅርብ ተጠሪዎን ዝርዝር የገንዘብ ቦርሳዎ ውስጥ ያስቀምጡ።
- ቤተሰብዎ/የአስቸኳይ አጋጣሚ በሚኖር ግዜ ሊደወልላቸው የሚችል የቅርብ ተጠሪዎ የስልክ ቁጥርዎ እና አድራሻዎ እንዳላቸው ያረጋግጡ።
- ከቤተሰብዎ አባላት ርቀው የሚኖሩ ከሆነ፣ የጎረቤቶቻቸውን ወይም ሌላ ከቤተሰብዎ ጋር የሚገናኝን ሰው አድራሻ ይያዙ።
- ምናልባት ቢታመሙ ልጆችዎ ሊደውሉላቸው የሚችሉ የሌሎች ቤተሰብዎችዎን አባላት የስልክ ቁጥር ጽፈው ለልጆችዎ ይስጡ።
- ከታመሙ እና ወደ ሆስፒታል መሄድ ካለብዎት የስልክዎን ቻርጀር መውሰድ ያስታውሱ።
- እነዚህን ጠቃሚ ምክሮች ከሌሎች ጋር ይካፈሉ!

## ሌሎች ጠቃሚ ምክሮች:

- በሓኪም የታዘዘልዎት መድሃኒት ካሎት የሱን መረጃ እና አለርጂክ የሚያደርግብዎት (የማይስማማዎት ምግብ ወይ መድሃኒት) ዝርዝር በቀላል የሚገኝ ቦታ ያስቀምጡት፣ ለምሳሌ ከቅርብ ተጠሪዎ ዝርዝር ጋር።
- በ COVID-19 ምክንያት በከባድ ሁኔታ ቢታመሙ ከቤተሰብዎ/የአስቸኳይ አጋጣሚ በሚኖር ግዜ ሊደወልላቸው ከሚችል የቅርብ ተጠሪዎ ጋር ስለ ፍላጎትዎ ተነጋግረዋል?

## የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪ ካርድ

- ቢታመሙ ወይም ለመግባባት ቢቸገሩ፣ የሕክምና ሰራተኞች ለሚፈልጉት ሰው እንዲነግሩልዎት ይፈልጉ ይሆናል ።
- ይህንን የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪ ካርድ መጠቀም ይችላሉ፣ ይህንን ካርድም የገንዘብ ቦርሳዎ ውስጥ ያስቀምጡ።
- የእርስዎን እና የአስቸኳይ አጋጣሚ በሚኖር ግዜ ሊደወልላቸው የሚችል የቅርብ ተጠሪዎን (የቤተሰብ አባል፣ ጓደኛ ወይም ሌላ እዚህ ካርድ ላይ ለመጠቀስ እና የአስቸኳይ አጋጣሚ ቢኖር ሊደወልለት የተስማማ ሰው) ዝርዝር ጭምር ይጻፉበት። ይህ ሰው ሌላ የሆነ ሕጋዊ ወይም የገንዘብ መብት ወይም ሓላፊነት የለውም። የአስቸኳይ አጋጣሚ በሚኖር ግዜ ሊደወልላቸው የሚችል የቅርብ ተጠሪዎ ቢያንስ አንዳቸው እንግሊዝኛ የሚናገሩ ከሆነ ከሕክምና ሰራተኞች ጋር ለመግባባት ይቀልላል።
- የሕክምና ሰራተኞች ፎርሙን ለማንበብ እንዲችሉ <u>በእንግሊዝኛ</u> ይሙሉት። <u>በእንግሊዝኛ</u> መጻፍ የማይችሉ ከሆነ አንድ ሰው እንዲረዳዎት ይጠይቁ። የዚህ ካርድ ትርጉም የሚቀጥለው ገጽ ላይ አለ።
- ይህንን አትመው ማውጣት የማይችሉ ከሆነ፣ እዚህ ላይ ያለውን መረጃ በትክክል ወረቀት ላይ <u>በእንግሊዝኛ</u> ጽፈው የገንዘብ ቦርሳዎ ውስጥ ያስቀምጡ።
- ይህ የእርስዎ መረጃ ነው። ወደ ቀይ መስቀል አይላኩት።

English Version

CUT FOLD

BritishRedCross

## Emergency Contact Card

### About you

Name……………………………………………………

Date of birth…………………………………………

Phone number………………………………………

Address……………………………………………………

……………………………………………………………

Language(s) spoken…………………………………

GP / Family doctor……………………………………

GP phone number……………………………………

### Next of Kin / Emergency Contact

Name……………………………………………………

Relationship to you…………………………………

(It can be family or a friend)

Phone number………………………………………

Address……………………………………………………

……………………………………………………………

Language(s) spoken…………………………………

If under 18 yrs, how old are they? ………………

Do they live in UK? (please circle) Yes No

**If you have no next of kin, please write "No contact"**

FOLD

### Additional Emergency Contact

Name……………………………………………………

Relationship to you…………………………………

(It can be family or a friend)

Phone number………………………………………

Address……………………………………………………

……………………………………………………………

Language(s) spoken…………………………………

If under 18 yrs, how old are they?………………

Do they live in UK? (please circle) Yes No

***Have you discussed your wishes with your Next of Kin/ Emergency Contacts, if you were seriously ill due to COVID-19?***

**Please keep this card in your wallet or purse**

redcross.org.uk/trace

RESTORING FAMILY LINKS

# የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪ ካርድ

- እባክዎን መልስዎን የእንግሊዝኛው ካርድ ላይ ይጻፉ።

# የተተረጎመው ካርድ

ይቁረጡት ይጠፉት

| | |
|---|---|
| BritishRedCross<br><br>**የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪ ካርድ**<br>**ስለ እርስዎ**<br>ስም<br>የትውልድ ቀን<br>ስልክ ቁጥር<br>አድራሻ<br><br>የሚናገሩት ቋንቋ(ዎች)<br>ጂፒ/ የቤተሰብ ሐኪም<br>የጂፒ ስልክ ቁጥር | **የቅርብ ተጠሪዎ/ የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪዎ**<br>ስም<br>ከእርስዎ ጋር ያላቸው ዝምድና<br>(ቤተሰብ ወይም ጓደኛ ሊሆን ይችላል)<br>ስልክ ቁጥር<br>አድራሻ<br><br>የሚናገሩት ቋንቋ(ዎች)<br>ዕድሜያቸው ከ 18 ዓመት በታች ከሆነ፣ ስንት ዓመታቸው ነው?<br><br>ዩኬ ነው የሚኖሩት? (እባክዎን ያክብቡት) አዎ የለም<br><br>የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪ ከሌሎት "ተጠሪ የለኝም" ብለው ይጻፉ |
| **ተጨማሪ የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪ**<br>ስም<br>ከእርስዎ ጋር ያላቸው ዝምድና<br>(ቤተሰብ ወይም ጓደኛ ሊሆን ይችላል)<br>ስልክ ቁጥር<br>አድራሻ<br><br>የሚናገሩት ቋንቋ(ዎች)<br>ዕድሜያቸው ከ 18 ዓመት በታች ከሆነ፣ ስንት ዓመታቸው ነው?<br><br>ዩኬ ነው የሚኖሩት? (እባክዎን ያክብቡት) አዎ የለም | *በ COVID-19 ምክንያት በከባድ ሁኔታ ቢታመሙ ከቅርብ ተጠሪዎ / የአስቸኳይ ግዜ ተጠሪዎ ጋር ስለ ፍላጎትዎ ተነጋግረዋል?*<br><br>**እባክዎን ይህንን ካርድ የገንዘብ ቦርሳዎ ውስጥ ያስቀምጡ**<br><br>**redcross.org.uk/trace**<br><br>RESTORING FAMILY LINKS |

ይጠፉት