ሙቐት ኣብ ዝኾነሉ እዋን ካብ ሓደጋ ይርሓቑ

ተዳለዉ

- ንመጠንቀቕታ ህጹጽ ሃደጋ ኣብ publicalerts.org/signup ይመዝገቡ
- እዋናዊ ትንቢታት ኩነታት ኣየር ይስምዑ
- ዝከኣል እንተ ኾይኑ መቐዝቐዚ ኣየር* ይግጠምሙ
- መቐዝቐዚ ኣየር እንተ ሃልይዎም፣ መዓጹ ይሸፍኑ
- ብዛዕባ ሓደጋታት ሙቐት ንሓኪሞም የዘራርቡ
- ንሃይሊ ምጥፍእ ብኸመይ ከም እትዳለዉ ንምፍላጥ ነቲ ኣእንጋዲኦም ብምህታት ያረጋግጹ። ናይ PGE ዓሚል እንተድኣ ኾይኖም፣ ናብ bit.ly/PGEPrepare ይብጽሁ ወይ ከኣ ነቲ ኮድ QR ስካን ይግበሩ:

ዝሑልን ዕኹል ፈሳሲ ዘለዎን ኾይኖም ይጽንሁ

- ዋላ እውን እንተ ዘይጸመዖም፣ ምሉእ መዓልቲ ማይ ይስተዩ
- ዝከኣል እንተ ኾይኑ፣ ኣብ ደገ ምስራሕን ኣካላዊ ምውስዋስ ምግባርን እሸሸ ይበሉ
- ዝሑል ሻወር ወይ ነብስ ምህጸብ ይውሰዱ
- ኣብ እዋን ቐትሪ መጋረጃታት ወይ መሸፈኒታት ይዕጸዉ
- ገዛኹም ኣመና ሙቐት እንተ ሃልይዎ፣ ናብ ከም ቤተ-መጻሕፍቲ፣ ሞል ዕዳጋ ወይ ከም ማእከል ምዝሓል ዝኣመሰለ ኣየር መቐዝቐዚ ዘለዎ ቦታ ይኺዱ። (ንማእከል ማዝሃሊ ቦታታትን ኣማራጺታት መጓዓዝያን ናብ 211 ይደውሉ።)
- ንቜልዑ ኾነ ንቤት እንስሳታት ኣብ ማካይን ኣይትሕደጉዎም

ኣብ ርክብ ይጽንሁ

ንፈተውቶምን ጎረባብቶምን፣ ብፍላይ ከኣ እቶም አየር መቐዝቐዚ ዘይብሎም፣ ልዕሊ 65 ዓመት ዝኾኑ፣ በይኖም ይነብሩ ዘለዉ ን/ወይ ምስ ሕዱር ሕማም ዝነብሩን ከም ዘለዉ ኣረጋግጽ።

ምስ ሙቐት ዝተዓሳሰሩ ሕማማት ምልክታት ምልላዩ ይመሃሩ

ናይ ሙቐት ድኻም ወይ ወቕዒ ሙቐት?

ናይ ሙቐት ድኻም

- ጽርውርው ምባል
- ጽምኢ
- ብኸቢድ ምርሃጽ
- ምቕልሸላሽ
- ድኽመት

ናይ ሙቐት ድኻም ናብ ወቕዒ ሙቐት ክመርሕ ይኽእል ኢዩ።

ወቕዒ ሙቐት

- ምድንጋር
- ጽርውርው ምባል
- ንቕሃት ህሊና ምስዓን

ወቕዒ ሙቐት ህጹጽ ሕክምና እንተ ዘይተገይሩሉ ሞት ወይ ነባሪ ስንክልና ኸስዕብ ይኽእል እዩ።

- ናብ ዝሑል ቦታ ምቕያር
- ክዳውንቲ የላሕልሑ
- ዝሑል ማይ ይምዓጉ
- ምልክታት ሕማም እንተ ዘይተመሓይሾም ሕክምናዊ ሓገዝ ይዓልሹ

- **ናብ 911 ይደወሉ!**
- ሰብ ናብ ዝሑል ከባቢ የግዓዙ
- ክዳውንቲ የላሕልሑ እሞ ተወሳኺ ቐጸላታት የግልሱ
- ብማይ ወይ ብበረድ ይዝሃሉ

ደገፍ የድልዮም ድዩ?

- ህጹጽ ሕክምና እንተ ሃልዩኩም፣ ናብ 911 ይደውሉ።
- ነቲ አየር መቐዝቐዚ ኽትጥቀሙ አቕሚ ተዘይሃልይዎም ከም መዝሓሊ ማእከላትን ደገፍ መሳለጥያታትን ዝኣመሰሉ ነገራት ንምርካብ ናብ 211 ወይ 1-866-698-6155 (TTY 711) ይደውሉ ወይ ኸኣ ናብ 211info.org ይኺዱ።
- *ኣባል ትልሚ ጥዕና Oregon (Oregon Health Plan) (Medicaid) እንተ ኾይኖም እሞ አየር መቐዝቐዚ መሳርሒ ወይ መጻረዪ ኣየር ዘድልዮም እንተ ኹይኑ፣ እቲ ዝተወሃሃደ ኽንክን ውድቦም (Coordinated Care Organization, CCO) ነዚ ኪህቦም ይኽእል እዩ። ኣየናይ CCO ኸም ዘለዎም ርግጸኛ እንተ ዘይኾኖም ንምፍላጥ ናብ 1-800-273-0557 ይደውሉ።
- ኣብ oregonfoodbank.org ብናጻ ንጥረ ነገራት ዘለዎ ምግቢ ይርኸቡ።
- ዝያዳ ምጭንናቕ ይስምዖም? ሓገዝ ምህታት ጸገም የብሉን። ናብ 988 ደዊልካ (TTY: 1-800-799-4TTY (4889))፣ ኣብ መዓልቲ 24 ሰዓት ማለት ኣብ ሰሙን ሸውዓተ መዓልቲ ናብ 741741 OREGON ኢሎም መልእኽቲ ይጽሓፉ ወይ 988lifeline.org ይብጽሁ።