Landstinget Kronoberg

ئەگەر پێویست بوو ئێوە دەتوانن لە خزمەتگوزاریی وەرگێرانی زارەکی کەڵک وەرگرن. کاتێ کە چاوپێکەوتن لەگەڵ ئێوە رێکدەخرێت، تکایە ئێمە لە پێویستی خۆتان بۆ وەرگێری زارەکی ئاگادار بکەنەوە. پاشان کارگێرانی چاودێریەکانی تەندروستی بۆ ئامادەبوونی وەرگێری زارەکی لە کۆمپانیایەکی وەرگێران کاری پێویست جێبەجێ دەکەن.

ئەگەر نەخۆش کەوتن

ئەگەر نەخۆش کەوتن یان برینێکتان لێکەوت و پرسیارێکتان لەمبارەوە هەبوو، ئەنجومەنی شاری کرۆنۆبێرگ (Kronoberg County Council) پێشوازی دەکات لە پەیوەندی کردنی ئێوە.

لە کاتە فریاکەوتنیەکاندا پەیوەندی بکەن بە ١١٢

لە کاتی نەخۆش کەوتن یان ڕووداوی برینی تیابەر (لە نێو بەر) بە زەنگی مەترسی SOS (SOS Alarm) بە ژمارەی ١١٢ پەیوەندی بکەن. زەنگی مەترسی SOS بە شێوەی شەو و ڕۆژ چالاکە. کارگێرانی ئەوێ دەتوانن کاتێ کە چاوەڕوانی ئامبولانسن هەندێ سفارشت پێشکەشی ئێوە بکەن.

بۆ سفارشتی چاودێری تەندروستی بۆ ١١٧٧ تەلەفۆن بکەن

هەر کاتێ کە ویستتان دەتوانن بۆ ناوەندی فریاگوزاری پزیشکی تەلەفۆن بکەن. لەگەڵ کەسێ قسە دەکەن کە دەتوانێت هەموو پرسیارەکانی ئێوە وەڵام بداتەوە. ئەو بە ئێوە دەڵێت کە داخوا دەتوانن بۆ خۆتان کارێک جێبەجێ بکەن یان ئەوەی کە داخوا پێویستە پەیوەندی بکەن بە سستەرێک (پەرستار)، دوکتۆر یان یەکەی فریاگوزاری نەخۆشخانەوە.

ئەگەر لە نێو ڕۆژدا نەخۆش کەوتن

ناوەندی چاوپێکەوتنی تەندروستی سەرەتایی هەندێ فەرمانبەری هەیە کە دەزانن چۆن زۆربەیەک لە نەخۆشیەکان چارەسەر بکەن. هەندێ جار سفارشتی چاک تەواوە بەڵام هەندێ جاریش دەبێت سەردانی لای پزیشک بکەن.
دوکتۆرەکەی ئێوە لە ناوەندی چاودێری تەندروستی سەرەتاییدا دەتوانێت کارێک بکات کە لە نەخۆشخانەیەکدا بکەونە بەر چاودێری پسپۆڕانە.

ئەگەر لە کاتژمێرەکانی ئێوارە، شەو یان لە کۆتایی حەوتەدا نەخۆش کەوتن

ئەگەر لە کاتژمێرەکانی ئێوارە، شەو یان لە کۆتایی حەوتەدا نەخۆش کەوتن و بارودۆخی فریاکەوتنی ڕوویدا، کاتێ کە ناوەندی چاودێری تەندروستی سەرەتایی داخراوە، بۆ ناوەندی فریاگوزاری پزیشکی تەلەفۆن بکەن. هەموو کاتێ پێش چوون بۆ ناوەندی فریاگوزاری پزیشکی بۆ ئەوێ تەلەفۆن بکەن.
کاتژمێری کارکردنی Ljungby: دووشەممە تا هەینی21-17، شەممە و یەکشەممە،21-8، تەلەفۆن: 00 51 58-0372
کاتژمێری کارکردنی Växjö: دووشەممە تا هەینی21-17 ، شەممە و یەکشەممە21-8 ، تەلەفۆن: 00 78 58-0470

پەرتووکی چاودێری لە خۆ (Self-care)

ڕێنوێنی چاودێری لە خۆ هەندێ سفارشت و تێبینی تیادایە لەسەر ئەو کارانەی کە خۆتان دەتوانن بۆ کەمکردنەوە یان چارەسەرکردنی نەخۆشی سادە جێبەجێیان بکەن. ئەم کتێبە هەروەها لە دیاری کردنی ئەوەدا کە داخوا پێویستە بە خزمەتگوزاری تەندروستییەوە پەیوەندی بکەن یان نا، یارمەتی ئێوە دەدات. دەتوانن وێنەیەکی بەخۆڕایی لەم کتێبە لە بەشی وەرگرتنی یەکەکانی چاودێری تەندروستی ئەنجومەنی بەش، وەرگرن. هەروەها دەتوانن وێنەیەک لەوە لە ڕێگای ماڵپەڕی ئەنجومەنی بەشەوە سفارشت بکەن. دەتوانن لە ڕێگای پەیوەندی کردنی تەلەفۆنی بە ژمارەی 56 85 58-0470 فۆرماتی CD ئەم کتێبەش سفارشت بکەن.

www.1177.se

لە رێگای سەردانی ماڵپەڕی 1177.se/Kronoberg/Kronoberg دەتوانن زانیاریی زۆرتر لەسەر نەخۆشیەکان، چاولێکردنەکان و چاودێری لە خۆ دەست بخەن. هەندێ زانیاریش لە پێوەندی لەگەڵ نەخۆشی، ناونیشانەکانی پەیوەندی کردن، خزمەتگوزاریی و هەواڵەکانی پێوەندیدار بە ئەنجومەنی ناوچەی کرۆنۆبێرگیش پێشکەش کراوە.

Landstinget Kronoberg

ئەگەر پێویست بوو ئێوە دەتوانن لە خزمەتگوزاریی وەرگێڕانی زارەکی کەڵک وەرگرن. کاتێ کە چاوپێکەوتن لەگەڵ ئێوە ڕێکدەخرێت، تکایە ئێمە لە پێویستی خۆتان بۆ وەرگێڕی زارەکی ئاگادار بکەنەوە. پاشان کارگێڕانی چاودێریەکانی تەندروستی بۆ ئامادەبوونی وەرگێڕی زارەکی لە کۆمپانیایەکی وەرگێڕان کاری پێویست جێبەجێ دەکەن.