The CAMBRIDGE LIFE
Cambridgema.gov/digital

A publication of the Office of the City Manager
City of Cambridge, 795 Massachusetts Avenue,
Cambridge, MA 02139 • 617-349-4300
Cambridgema.gov
Cambridgema.Gov @Cambma

የከተማ አስተዳዳሪ Yi-An Huang
የካምብሪጅ ከተማ ምክር ቤት :
ከንቲባ Sumbul Siddiqui
ምክትል ከንቲባ Alanna M. Mallon
የምክር ቤት አባል Burhan Azeem
የምክር ቤት አባል Dennis J. Carlone
የምክር ቤት አባል Marc C. McGovern
የምክር ቤት አባል Patricia M. Nolan
የምክር ቤት አባል E. Denise Simmons
የምክር ቤት አባል Paul F. Toner
የምክር ቤት አባል Quinton Y. Zondervan

በገጽ 14-20 ላይ የብዙ ቋንቋዎች አርዕስቶች

Página 14
Lea la información en español

Página 15
Leia as informações em português

Paj 16
Li enfòmasyon an kreyòl ayisyen

ገፅ 17
መረጃውን በአማርኛ ያንብቡ

صفحة 18
قراءة المعلومات باللغة العربية

পৃষ্ঠা 19।
বাংলায় তথ্য পড়ুন

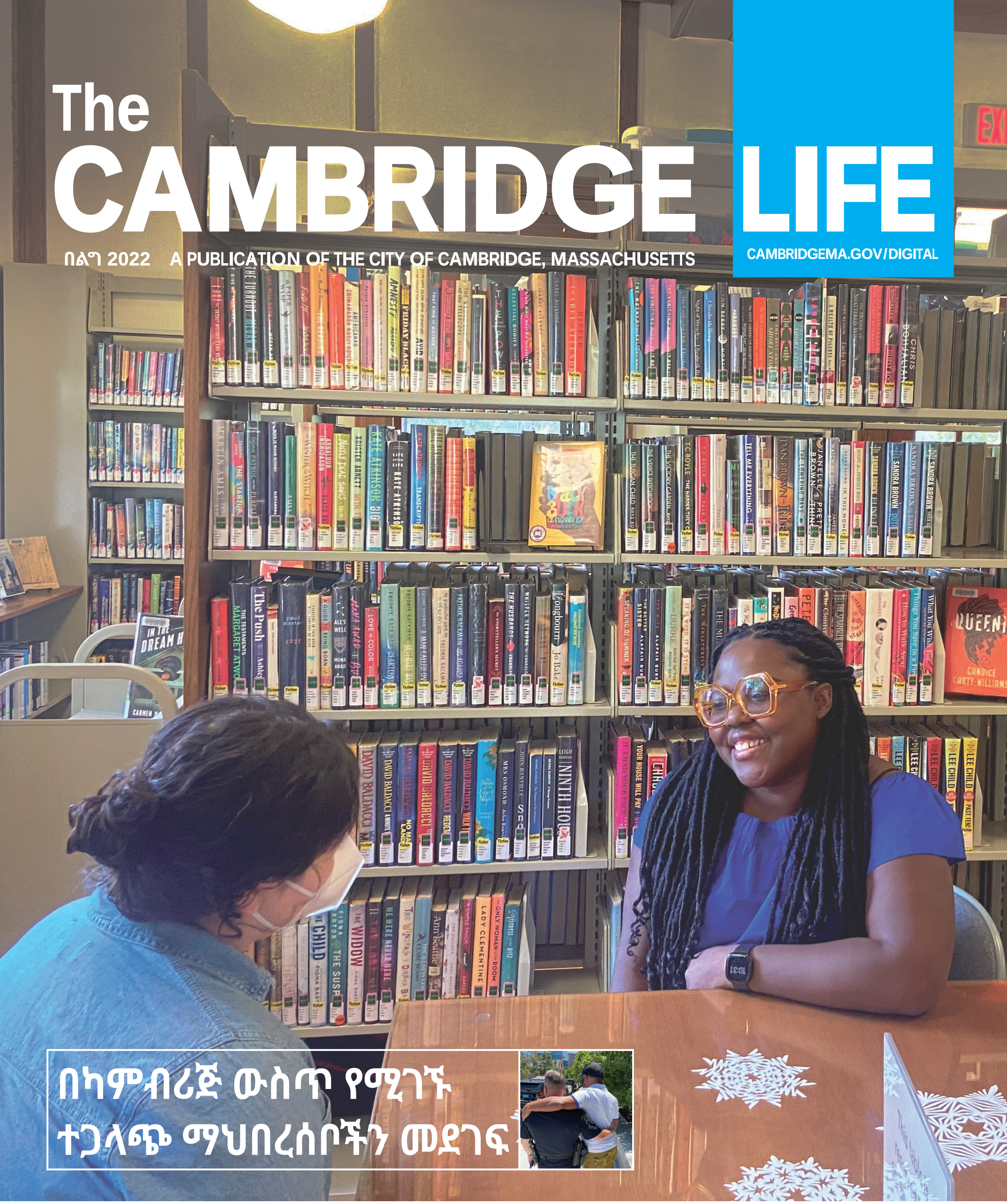
第 20 页
阅读中文信息

የበለጠ ይወቁ፣ እርስዎን ስለሚያስፈልግዎት ነገሮች፣
Cambridgema.gov/subscribe ላይ ይመዝገቡ።

The CAMBRIDGE LIFE

CAMBRIDGEMA.GOV/DIGITAL

በልግ 2022 A PUBLICATION OF THE CITY OF CAMBRIDGE, MASSACHUSETTS



በካምብሪጅ ውስጥ የሚገኙ ተጋላጭ ማህበረሰቦችን መደገፍ

A
ድሆችን በመደገፍ ላይ ታሪካዊ እይታ
ገጽ 8

ከአዲሱ የከተማ አስተ ዳዳሪ Yi-An Huang ጋር የተካሄደ የጥያቄ እና መልስ ቆይታ

የከተማዋ ሰራተኞች ለሚያስፈልጋቸው ሰዎች ወሳኝ ድጋፎችን በመስጠት ላይ

ነዋሪዎች ያሉባቸውን ተግዳሮቶች ይፈቱ ዘንድ ከMulti-Service Center (የብዙ አገልግሎ ቶች ማዕከል) ሰራተኛ የሚቀርብ ድጋፍ።

ወረርሽኙ የምግብ ድህ ንነትን የሚያረጋግጡ አዳዲስ አቀራረቦች እን ዲኖሩ አነሳስቷል

የብዙ ቋንቋዎች ዳሰሳ ገጽ 14-20

በተመጣጣኝ ዋጋ የሚቀርብ የመኖሪያ ቤት ወፍ በርር እይታ

The U.S. Department of Housing and Urban Development (HUD) ((የተባበሩት የአሜሪካ መንግስታት የቤቶች እና የከተማ ልማት) በተመጣጣኝ ዋጋ የሚቀርብ ቤትን አንድ ቤተሰብ ከቤት ጋር ተያይዘው ለሚመጡ ወጪዎች፣ ይህም የቤት ኪራይን ወይም ብድር እና የአገልግሎት ክፍያዎችን ጨምሮ የሚከፍልተት ክፍያ ከአጠቃላይ ወርሃዊ ገቢያቸው ከ 30% ያልበለጠ ሲሆን ነው ብሎ ጠቅለል አድርጎ ይገልጸዋል። አንዳንድ መርሃ-ግብሮች ተከራዮች ከአጠቃላይ ወርሃዊ ገቢያቸው ውስጥ ለቤት ጉዳይ ለሚወጡ ወጪዎች የሚውል 40% ክፍያ እንዲከፍሉ ሊጠይቁ ይችላሉ።

የ Frost Terrace እና Inman Crossing በተመጣጣኝ ዋጋ የሚቀርበ የመኖሪያ ቤት ፎቶዎች በRobert Benson Photography.

ዘርፎች

በፌደራል እና በግዛቶች ድጎማ የሚደርግላቸው የመኖሪያ ቤቶች አንድ አመልካች የ Area Median Income (AMI) (የአካባቢ አማካይ ገቢ) እንዲኖረው ወይም ከአካባቢ አማካይ ገቢ 50% በታች የሆነ ገቢ እንዲኖረው ይጠይቃሉ። አንዳንድ መርሃ-ግብሮች የአንድ አመላካች ገቢ የ AMI 80% እንዲሆን ይፈቅዳሉ። አመልካቾች ምንም ገቢ የሌላቸው ሊሆኑም ይችላሉ።

በገቢ ላይ የተመሰረተ የመኖሪያ ቤት። ይህ ደግሞ አንድ አመልካች ዝቅተኛ እና ከፍተኛ የገቢ መጠን መመሪያዎችን እንዲያሟላ ይጠይቃሉ።

ዓይነቶች

ተንቀሳቃሽ ክፍል 8/ተከራይ ላይ የሚመሰረት ቫውቸር። ይህ ድጎማ ተከራዩን የሚከተል ሆኖ በተባበሩት የአሜሪካ መንግስታት ውስጥ በየትኛውም ቦታልያ ጥቅም ላይ መዋል የሚችል ነው። አንድ ቫውቸሩን የያዘ ሰው በቤቶች ባለስልጣን/ኤጀንሲ ፈቃድ ወይም ማረጋገጫ የሚሰጠው ቤት ራሱ ፈልጎ ያገኛል።
በመኖሪያ አከባቢ ላይ መሰረት ያደረገ የመኖሪያ ቤት/ህዝባዊ መኖሪያ ቤቶች ሁሉም በህንጻው ወይም የልማት ቦታው ውስጥ የሚገኙ ክፍሎች ድጎማ የተደረገላቸው ናቸው። አንድ ተከራዮች የሚኖሩበትን ቤት ለቀው ከወጡ ድጎማው እነሱን አይከተልም።
ፕሮጀክት ላይ መሰረት ያደረገ የመኖሪያ ቤት። አንዳንድ በህንጻው ውስጥ የሚገኙ ክፍሎች ድጎማ የሚደረግላቸው ናቸው፣ መላው ህንጻ ግን ድጎማ የሚደረግለት አይደለም። ከመኖሪያ አከባቢ መሰረት የሚያደርግ ወይም ህዝባዊ የመኖሪያ ቤት ጋር ተመሳሳይ በሆነ መልኩ፣ ተከራዮቹ ቤቱን ለቀው ከሄዱ፣ ምንም ዓይነት ድጎማ አይደረግላቸውም።
Mass Rental Voucher Program (MRVP) (የማሳቹሴትስ የኪራይ ቫውቸር መርሃ-ግብር): ይህ ተንቀሳቃሽ/በተከራይ ላይ ወይም በፕሮጀክት ላይ መሰረት ያደረገ ሊሆን ይችላል። ተንቀሳቃሽ የ MRVP ቫውቸር በMA ብቻ ላይ ነው ጥቅም ላይ ሊውል የሚችለው።

ማነው

የቤቶች ባለስልጣናት። አብዛኛዎቹ በMA የሚገኙ ከተሞች የቤቶች ባለስልጣናት አላቸው። የቤቶች ባለስልጣናት ከHUD እና/ወይም ከMA Department of Housing and Community Development (DHCD) (የቤቶች እና የማሕበረሰብ ልማት ክፍል) ለቫውቸሮች እና የህዝባዊ መኖሪያ ቤቶች የሚሆን የገንዘብ ድጋፍ ያገኛሉ። የቤቶች ባለስልጣናት ቫውቸሮችን፣ በፕሮጀክት የገንዘብ ድጋፍ ላይ የተመረኮዘ መኖሪያ ቤቶችን የሚያስተዳድሩ ሲሆን የህዝብ ወይም በመኖሪያ አከባቢ ላይ መሰረት ያደረጉ የመኖሪያ ቤቶችንም ያለማሉ እንደዚሁም ይጠግናሉ።

የቤቸች ኤጀንሲዎች። በማሳቹሴትስ ውስጥ 9 Regional Administering Agencies (RAAs) (ክልላዊ አስተዳደር ኤጀንሲዎች) ይገኛሉ። እነዚህ ለትርፍ ያልተቋቋሙ ኤጀንሲዎች የተለያዩ የቤቶች ድጎማ መርሃ-ግብሮችን ያስተዳድራሉ። ከዚህም በተጨማሪ፣ የግዛቲቱን ገንዘባዊ ድጋፍ መርሃ-ግብር (Residential Assistance for Families in Transition; RAFT (በሽግግር ውስጥ ለሚገኙ ቤተሰቦች የሚሰጥ የመኖሪያ ድጋፍ)) ያስተዳድራሉ። Metro Housing|Boston ለካምብሪጅ ነዋሪዎች አገልግሎት የሚሰጥ ክልላዊ ኤጀንሲ ነው።

በካምብሪጅ ውስጥ በተመጣጣኝ ዋጋ ቤት ለማግኘት የት እና እንዴት ማመልከት እንደሚቻል

ነዋሪዎች በካምብሪጅ ውስጥ እና በዙሪያዋ በተመጣጣኝ ዋጋ የመኖሪያ ቤት ለማግኘት ለምልቻው የሚገባቸው 5 ዋና ማመልከቻዎች አሉ።

- **Cambridge Housing Authority (CHA) (ካምብሪጅ የቤቶች ባለስልጣን)** ልተንቀሳቃሽ ክፍል 8 ቫውቸር እንደዚሁም ለካምብሪጅ በመኖሪያ ቦታ ላይ መሰረት ያደረገ እና ለካምብሪጅ ፕሮጀክት ላይ መሰረት ያደረጉ ክፍሎችን ለማግኘት በቀጠታ ወደ CHA ማመልከቻ ያስገቡ።**cambridge-housing.org/applicants**
- **CHAMP (Common Housing Application for Massachusetts Programs) (የጋራ መኖሪያ ቤቶች ማመልከቻ ለማሳቹሴትስ መርሃ-ግብሮች)** ለሁሉም በMA ውስጥ የሚገኙ በስቴቱ የገንዘብ ድጋፍ የሚደርግላቸው የህዝብ መኖሪያ ቤቶች የሚሆን በማዕከላዊነት የሚተዳደር ማመልከቻ። **camb.ma/CHAMP**

ቀጥሎ ያሉት 3 ማመልከቻዎች በMetro Housing|Boston ድረገጽ **metrohousingboston.org/apply-for-section.8** ላይ ሊገኙ የሚችሉ ናቸው።

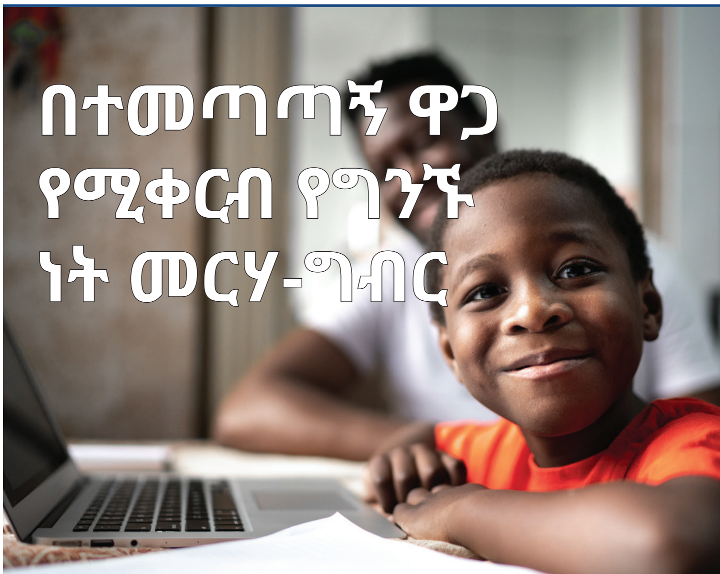
- **ክልላዊ የመኖሪያ ቤት ማምልከቻ።** ለክፍል 8 ተንቀሳቃሽ ቫውቸሮች ወደ ሁሉም ክልላዊ የመኖሪያ ቤቶች ኤጀንሲዎች የሚሄድ አንድ ማመልከቻ።
- **በክልላዊ የመኖሪያ ቤት ፕሮጀክት ላይ መሰረት ያሚያደርግ ማመልከቻ።** በሜትሮ የመኖሪያ ቤቶች ክልል ውስጥ ለሚገኙ በፕሮጀክት ላይ መሰረት የሚያደርጉ የመኖሪያ ቤቶች ማመልከቻ ያስገቡ።
- **ማዕከላዊ የሆነ የክፍል 8 ማመልከቻ።** ወደ አብዛኛዎቹ በመላው ግዛቲቱ ውስጥ የሚገኙ የቤቶች ባለስልጣናት የሚሄድ አንድ ማመልከቻ። ወደ ካምብሪጅ አይሄድም- በቀጠተ ወደ CHA ማመልከቻዎን ያስገቡ።

ከዚህም በተጨማሪ፣ ገቢያቸው የ AMI 50% እና 120% የሆነ ነዋሪዎች፣ የ Cambridge Community Development Department (የካምብሪጅ የማሕበረሰብ ልማት መምሪያ) ሁለት በገቢ መሰረት የሚያደርጉ የኪራይ መርሃ-ግብሮች እና የቤት ባለቤትነት መርሃ-ግብሮችን ያቀርብላቸዋል። የበለጠ መረጃ ለማግኘት **cambridgema.gov/applyforaffordablehousing** ን ይጎብኙ።

ማጠቃለያ

የመኖሪያ ቤት ለማግኘት ማመልከቻ ማስገባት ግራ የሚያጋባ እና የሚያስጭንቅ ሊሆን ይችላል። ከላይ ከተጠቀሰው መረጃ በተጨማሪ፣ ሌሎች መርሃ-ግብሮች እና የመኖሪያ ቤት ዕድሎች ሊኖሩ ይችላሉ። ተጨማሪ መረጃ ለማግኘት፣ እባክዎን Office of the Housing Liaison (የቤቶች ግንኙነት ቢሮ) ን ፦ **Mpensak@cambridgema.gov** ላይ ኢሜይል በመላክ ያነጋግሩ።

ማውጫ



ይህ አዲስ የፌደራል መርሃ-ግብር ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው ቤተሰቦች ለአዲስ ወይም ለነባር የኢንተርኔት አገልግሎት የሚከፍሉት ክፍያ እንዲቀንሱ የሚያግዝ ነው።

የ $30/ወር የኢንተርኔት ቅናሽ ዎን እያገኙ ነው?

ይህ አዲስ የፌደራል መርሃ-ግብር ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው ቤተሰቦች ለአዲስ ወይም ለነባር የኢንተርኔት አገልግሎት የሚከፍሉት ክፍያ እንዲቀንሱ የሚያግዝ ነው። መስፈርቱን የሚያሟሉ ቤተሰቦች የመርሃ-ግብሩ ተሳታፊ ከሆነ አቅራቢ ላፕቶፕ ወይም ታብሌት በሚገዙበት ጊዜ አንድ ጊዜ ብቻ የ$100 ቅናሽ ያገኛሉ። ከነዚህ መርሃ-ግብሮች ውስጥ በአንዳቸው ላይ ተሳታፊ ከሆኑ፣ ወዲያው መስፈርቱን የሚያሟሉ ይሆናል፦

• SNAP • Medicaid • Federal Public Housing Assistance (የፌደራል ህዝባዊ የቤቶች ድጋፍ) • Lifeline • WIC • Supplemental Security Income • Veterans Pension/Survivor Benefits (የአርበኞች ጡረታ/ለተመላሾች የሚሰጡ ጥቅማ ጥቅሞች)

ለማመልከት፣ **AffordableConnectivity.gov** ይጎብኙ ወይም ወደ 1-877-384-2575 ይደውሉ።

Federal Communications Commission

2 ከአዲሱ የከተማ አስተዳዳሪ Yi-An Huang ጋር የተካሄደ የጥያቄ እና መልስ ቆይታ

6 የከተማ ማሕበራዊ ሰራተኞች

የምግብ ዋስትና አለመኖር 11

ነዋሪዎች ተግዳሮቶችን ይፈቱ ዘንድ መርዳት 10

የካምብሪጅ ፖሊስ በችግር ጊዜ ጣልቃ የመግባት ስልጠና 12

2-3 ከአዲሱ የከተማ አስተዳዳሪ Yi-An Huang ጋር የተካሄደ ጥያቄ እና መልስ

4-5 ከChristina Giacobbe በአዲሱ የከተማዋ Community Safety Department (የማህበረሰብ ደህንነት ክፍል) ጋር በተያያዘ የተደረገ የጥያቄና እና መልስ ቆይታ

6-7 እጅጉን ተጋላጭ ለሆኑ የማህበረሰባችን አባላት ከከተማዋ ሰራተኞች የሚሰጥ ድጋፍ

8-9 በAlms Houses በኩል ለድሃው የሚደረግ ድጋፍ የሚያሳይ ታሪካዊ ምስል

10 Cambridge Multi-Service Center (ካምብሪጅ የብዙ አገልግሎት ማዕከል) ሰራተኞች ነዋሪዎች ተግዳሮቶችን ይፈቱ ዘንድ የሚሰጡት እርዳታ

11 ወረርሽኙ የምግብ ድህንነትን የሚያረጋግጡ አዳዲስ አቀራረቦች እንዲኖሩ አነሳስቷል

12-13 የካምብሪጅ ፖሊስ በችግር ጊዜ ጣልቃ የመግባት ስልጠና

14-20 ዋና ዋና የአንቀጽ ሃሳቦች ትርጉሞች

Cambridgema.gov/digital ላይ በመሄድ የካምብሪጅ ህይወት እና ሌሎች ሕትመቶችን ዲጂታላዊ ስሪት ያግኙ። ይህ መስተጋብራዊ የሆነ ድህረ-ገጽ ከሕትመት ችግሮች እንደዚሁም ቪድዮዎች እና ሌሎች ፎቶዎችን የተመለከቱ ተጨማሪ እና ወቅታዊ የሆኑ አንቀጾችንም የያዘ ነው።

ከአዲሱ የከተማ አስተዳዳሪ Yi-An Huang ጋር የተካሄደ የጥያቄ እና መልስ ቆይታ

- የከተማ አስተዳዳሪ በከተማው ምክር ቤት ነው የሚሾመው
- የከተማ አስተዳዳሪ እንደ ከተማዋ ዋና የስራ አስፈጻሚ መኮንን ሆኖ ያገለግላል
- Yi-An Huang በከተማዋ ላይ ከሴፕቴምበር 6፣ 2022 ጀምሮ ሲሰራ ቆይቷል

ካምብሪጅ አዲስ የከተማ አስተዳዳሪ Yi-An Huang አግኝታለች

"እቺን የምወዳት ከተማን የማገልገል ዕድል ስላገኘው ደስተኛ ነኝ። እኛ እንደ ከተማ የሃይል፣ ብዝሃነት እና ታላቅ ህልም ባለቤቶች ነን - በዚህ ሃላፊነት ላይ መቀመጥ ታላቅ ክብር ነው።"
የከተማ አስተዳዳሪ Yi-An Huang

የካምብሪጅ ከተማ አስተዳዳሪነት ሃላፊነትን ስታስብ በጣም ፍላጎት እንዲያድርብህ ያደረጉህ የተወሰኑ ነገሮች ምንድን ናቸው?

እቺን የምወዳት ከተማን የማገልገል ዕድል ስለማግኘት ሳስብ ነበር እጅጉን የተደሰትኩት። በካምብሪጅ ህዝባዊ ትምህርት ቤቶች ውስጥ የሚማሩ ሶስት ልጆች አሉኝ፣ ይህ ማሕበረሰብም ነው ደግሞ ዕድገታቸውን የሚቀርጸው። መደረግ የሚቻለውን ነገር በማየት እንደሚነቃቁ እና ለሁሉም የተሻለች የምትሆን ከተማ ለመገንባት ብዝሃነት ያለው ማሕበረሰባችንም በጋራ ሲሰራ እንደሚያዩ ተስፋ አደርጋለው። እኛ እንደ ከተማ የሃይል፣ ብዝሃነት እና ታላቅ ህልም ባለቤቶች ነን - በዚህ ሃላፊነት ላይ መቀመጥ ታላቅ ክብር ነው።

በካምብሪጅ ማደግ እና ቤተሰብ መመስረት በተመለከተ ደስ የሚሉህ ነገሮች ምንድን ናቸው?

ያደግኩት በቦስተን አከባቢ ነው፣ ነገር ግን ከኮሌጅ ከወጣው ጀምሮ ካምብሪጅ ቤቴ ሆና ቆይታለች። ከትዳር አጋሬ ጋር የተዋወቅነው ትምህርት ቤት ውስጥ ነው፣ የመጀመሪያው ቀጠሮኣችን ደግሞ Au Bon Pain Harvard Square ውስጥ ነው የነበረው። የጋብቻ ጥያቄዬን Weeks Bridge ላይ አቅርቤ፣ ጋብቻችን ደግሞ Memorial Church ነበር የፈጸምነው። ልጆቻችን በከተማ ውስጥ የተወለዱ ሲሆን እኔም ብዙ ውብ የሆኑ ጠዋቶች እና ከሰዓቶች በጣም አስገራሚ በሆኑት ፓርኮቻችን እና የመጫወቻ ሜዳዎቻችን ላይ አሳልፌያለሁ። በተለይም ደግሞ ከBroadway በስተ ሰሜን በኩል ተደብቆ የሚገኘው Paine የጨዋታ መስክን እጅጉን እወደዋለው። ከዚህም በተጨማሪ ይህን ማሕበረሰብ በአጠቃላይ- በዓለማችን ላይ ልዩነት ለመፍጠር የሚሹ ብዙ ሰዎች ያላቸውን ጥልቅ ፍላጎት እጅጉን እወደዋለው። ሃብታም የሆነ የሲቪክ እና የማሕበረሰብ ማዕቀፍ ይገኛል፣ እኔም የዚህ አካል በመሆኔ እጅጉን ደስ ይለኛል።

በትርፍ ጊዜህ ምን ማድረግ ደስ ይልሃል?

ሶስት ልጆች እና ውሻ አለን፣ በዚህ የተሰነሳ ብዙም ትርፍ የምለው ጊዜ የለኝም! በዚህ የህይወቴ ምዕራፍ፣ የትርፍ ጊዜ ስራዎቼ በጣሙን ተግባር ላይ ያተኮሩ ሆነዋል! ምግብ ማብሰል ደስ ይለኛል፣ ከልጆች ጋር ደግሞ በጣም አስደሳች እየሆነ መጥቷል። ልጅህ በፈገግታ ተሞልቶ እርሱ የሚወደውን ምግብ እንደሰራህለት ሲነግርህ ከመስማት ውጭ ሌሎች ፍሰሃ እንዲሰማህ የሚያደርጉ ጥቂት ነገሮች ናቸው ያሉት። አሁን ላይ ለማገዝ በሚችሉበት የዕድገት ደረጃ ላይ ይገኛሉ። እንቁላል በመጥበስ ጀምረን አሁን ላይ ፓን ኬኮችን ወደ መስራት እየተሸጋገርን ነው፣ በዚህም በቅርቡ በኩሽና ውስጥ ረዳት የምግብ አብሳዮች እንደማገኝ ተስፋ አለኝ።

የከተማ አስተዳዳሪ ሆነህ በምታሳልፋቸው የመጀመሪያዎቹ ጥቂት ወራት ውስጥ ምን ማሳካት ትፈልጋለህ?

በጣምኡን በስራ የተጨናነቀ በልግ እንደሚሆን አውቃለው! ከከተማዋ ምክር ቤት እና ማሕበረሰብ ጋር ጠንካራ የሆነ የስራ ግንኙነት ለመገባት ጠንክሬ እንደምሰራ ተስፋ አደርጋለው። ብዙ ልንሰራባቸው የሚገቡ ጉዳዮች አሉ፣ እናም ነገሮችን ከግብ ለማድረስ ለመጀመር እጅጉን ብቁ ከሆኑት የከተማችን ሰራተኞች ጋር ለመስራት ደስተኛ ነኝ። ነገር ግን ዋናው ነገር የመረዳት እና የእምነት መሰረት መኖር እንደሆነ አውቃለው። በተለይም ደግሞ ወሳኝ የሆኑ ውሳኔዎችን በምንወስንበት ጊዜ፣ በተለምዶ ወደ ከተማዋ የስብሰባ አዳራሽ የማይመጡ ሰዎች ለመጋበዝ እና በውይይት ላይ ተጨማሪ ድምጾችን እንደማካትት ተስፋ አደርጋለው።

ካምብሪጅን እየገጠሟት ያሉ ትላልቅ ፈተናዎች እና ያሏትስ ትልልቅ ዕድሎች ምንድን ናቸው ብለህ ታምናለህ?

ከተማን ማስተዳደር እጅጉን ከባድ ነው! ጥልቅ የሆኑ ፈተናዎች እየገጠሙን ይገኛሉ- የመኖሪያ ቤት፣ የአየር ንብረት ለውጥ፣ መጓጓዣ እንደዚሁም የበለጠ እኩልነት ያለበት እና ፍትህ የሰፈነበት ማሕበርሰብ መገንባት። እንዴት ነው ትልልቅ ህልሞችን፣ በአስቸኳይ የሚወሰዱ እርምጃዎችን እና ጠንካራ የሆነ አፈጻጸም ወደ ማምጣት ደረጃ እንዴት ነው ከፍ የምንለው? ይህን ደግሞ እኛ እንደማህረሰብ ወደ ልዩነት እያመራን ሳይሆን ወደ ፊት እየተራመድን እንዴት ነው ልናደርገው የምንችለው? አሁን ላይ እየገጠመን ያለወ ትልቁ ፈተና እና ያለን ትልቁ ዕድል ይህ ይመስለኛል።

ከቀደመው ስራህ ያካበትከው የስራ ልምድ አሁን ላይ አንተን እንደ አንድ የከተማ አስተዳዳሪ እንዴት ይጠቅመኛል ብለህ ታስባለህ?

በBoston Medical Center ያሳላፍኳቸው ዘጠኝ አመታትን እወዳቸዋለው፣ ከስራ ባህሉ አስገራሚው አካል ደግሞ ራእያችንን ከግብ ለማድረስ የተሻለ ተቋም እንዲሆን በመስራት ላይ ትኩርትን ማድረግ ነበር። በተወሳሰበአሰራር ውስጥ ስንት ነገር እንዳለ እና የመማር፣ ሃላፍነት የመውሰድ እና ቀጣይነት ያለው መሻሻል የሚያመጣ ባህል እንዴት መገንባት እንደሚቻል ተምሬበታለው። በአሁኑ ሰዓት በመሰራት ላይ የሚገኝ ብዙ ትልልቅ ስራ አለ፣ እኔም ይህን መልካም ስራ ለመደገፍ እና ለሁሉም ነዋሪዎቻችን የሚጠቅሙ ውጤቶችን ለማምጣት የሚያስችሉን አዳዲስ ዕድሎችን ለመፈለግ እንደምሰራ ተስፋ አደርጋለው።

በዚህ አዲስ ሃላፊነትህ ላይ ከመምጣትህ በፊት ከከተማዋ መሪዎች ጋር ስትገናኝ ነበር። እንዴት ነበር?

በክረምት ለነበረኝ ጊዜ፣ አዳዲስ ግንኙነቶችን የመመስረቻ ዕድል በማግኘቴ፣ በተለይም ደግሞ ሁላችንም በጥሩ ስሜት ላይ የነበርን በመሆኑ እጅጉን ደስተኛ ነኝ። በበጋ አጋማሽ መጀመር እጅጉን አስቸጋሪ ይሆን ነበር። ከከተማዋ መሪዎች፣ የከተማ ምክር ቤት እንደዚሁም እኔ ጋር ከማህበረሰቡ ከመጡ ሰዎች ጋር ረጅም ጊዜ ወስጄ ሳዳምጥ እና ስማር ነበር። በጣም መነሳሳትን የሚፈጥር፣ በአሁኑ ጊዜ እየገጠሙን ያሉ ፈተናዎችን ያየሁበት እና ምን ያህል የጋር የምንላቸው ያሉን እሴቶች፣ ግቦች እርስ በእርስ እንዲጣጣሙ የማያደርጉ አንዳንድ ፈተንዎችንም ያስተዋልኩበት ነበር። በዛ ጉዳይ ላይ የበለጠ ለመስራት ተስፋ አለኝ፣ ብዙ ያላገኘኋቸው ሰዎች እንዳሉ ስለማውቅ፣ ወደ ፊት ብዙ ውይይቶች ለማድረግ ፍላጎቱ አለኝ።

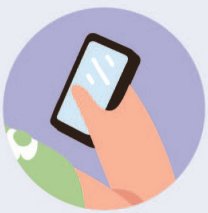
ስለ አመራር ስልትህ እና ከማሕበረሰቡ ጋር እንዴት ባለ መልኩ ለመነጋገር እና ሰራ ለመስራት እንደምታልም ንገርን?

ከተማዋ ከከተማው ምክር ቤት በሚሰጣት አቅጣጫ ላይ ተመርኩሳ ለህዝቦቹ ጥቅም ነው የምትሰራው። እኔ ያለኝ ተስፋ፣ ከተማዋ፣ ማሕበረሰቡ እና የክተማ ምክር ቤቱ፣ አሁን ላይ እየገጠሙን ያሉ ከባባድ ችግሮችን ለመፍታት በሚደረገው ጥረት ውስጥ የአንድ ቡድን አባላት እንደሆኑ እንዲሰማቸው ነው። ይህ ማለት ግን ሁሌም እንስማማለን ማለት አይደለም፣ ነገር ግን በአንድ ጀልባ ውስጥ ተሳፍረን እንዳለን አይነት ስሜት ሊሰማን ይገባል፣ ይህም የጋራ የሚያስማሙ ነገሮችን ለማግኘት መሰራት እና በስተመጨረሻም በአንድ አይነት አቅጣጫ ላይ በጋራ መጓዝ መቻል ማለት ነው። ከማሕበረሰቡ የሚሰጡኝን አስተያየቶች፣ ግብአቶች እና መመሪያ ለመቀበል ተስፋ አደርጋለው- ስህተቶችን እንደምሰራ አውቃለው፣ የሁል ጊዜ አቀራረቤም ደግሞ እውነተኛነት እና ግልጽነት፣ መማር እና ለማሻሻል መሞከር ነው።

ከአዲሷ የካምብሪጅ Community Safety Department (የማሕበረሰብ ደህንነት መምሪያ) ዳይሬክተር Christina Giacobbe ጋር የተደረገ የጥያቄና መልስ ቆይታ

- ይህ አዲስ መምሪያ የካምብሪጅ በጣም ተጋላጭ ነዋሪዎችን ለመደገፍ ተለዋጭ፣ ህዝባዊ ያልሆነ የደህንነት ምላሽ ለአመጽ እና የባህርይ ቀውስ ጥሪዎችን በማቅረብ ይረዳል።
- ስለወንጀል፣ የእሳት አደጋ፣ የህክምና ድንገተኛ አደጋ ወይም የባህሪ ጤና ቀውስ ለማሳወቅ ወደ 911 ይደውሉ። ወደ 911 መደወል ሁሌም ይመረጣል ሆኖም ወደ 911 የጽሑፍ መልዕክት መላክም አንድ አማራጭ ነው።
- የስሜት ጭንቀት ወይም ራስን የማጥፋት ሀሳብ ሲኖርብዎ ወደ አዲሱ የስልክ መስመር 988 ይደውሉ ወይም የጽሑፍ መልዕክት ይላኩ።

ካምብሪጅ የአማራጭ ምላሽ መርሃ-ግብር

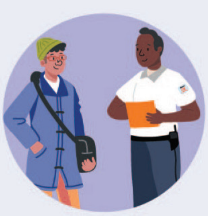


1. የስልክ ጥሪ

አንድ ቀውስ ያጋጠመው ወይም ቀውስ ሲያጋጥም ያስተዋለ ሰው ወደ 911 ይደውላል።

2. ማሰማራት

የካምብሪጅ ከተማ ስምሪት የካምብሪጅ የአማራጭ ምላሽ መርሃ-ግብርን እንደ አንድ አግባብነት ያለው ምንጭ አድርጎ በመጠቀም የእሳት አደጋ፣ ፖሊስ ወይም የተለመደው EMS ከማሰማራት ይልቅ የአማራጭ ምልሽ ሰጪ ቡድንን ያሰማራል።



3. ምላሽ

ይህ የአማራጭ ምላሽ ሰጪ ቡድን ሁኔታውን ለመገምገም እና ቀጠሎ የሚሆነውን ነገር ቀውሱ ካጋጠመው ግለሰብ ጋር ሆነው ለመስራት ያላቸውን እውቀት እኛ ተሞክሮ አንድ ላይ ይጠቀማሉ።

4. ድጋፍ

ይህ የአማራጭ ምላሽ ሰጪ ቡድን ቀውስ ያጋጠመውን ሰው ከተጨማሪ ድጋፍ ሰጪ አገልግሎቶች ጋር በማገናኘት ክትትል እንዲደረግለት ለማስቻል ያላቸውን የማሕበረሰቡ ምንጮች እውቀት ይጠቀማሉ።

የከተማውን አማራጭ የምላሽ አሰጣጥ የሙከራ መርሃ-ግብር በማሳየት ላይ

የማህበረሰብ ደህንነት መምሪያው ተጋላጭ የሆነውን ህዝብ ዒላማ ያደረጉ ቁልፍ መርሃ-ግብሮች እና አገልግሎቶችን በማቅረብ የማህ በረሰቡን ደህንነት የሚያሻሽሉ በማህበረሰቡ የሚመሩ መፍትሔዎችን ያስተባብራል።

አዲሱ የማህበረሰብ የደህንነት መምሪያ (CSD) መርሃ-ግብሮችን የሚያስተባብሩ እና የባህሪ ጤና ቀውስ (የአዕምሮ ጤና፣ የእድገት እክሎች፣ እና የአደንዛዥ ዕፅ ተጠቃሚነት) ፣የጥቃት መከላከል እና ጣልቃ ገብነት እንዲሁም አጠቃላይ ደህንነት ላይ የሚያተኩሩ ቁልፍ የሆኑ የማህበረሰብ አገልግሎቶችን የሚሰጡ የህዝብ ያልሆኑ የደህንነት ሰራተኞችን ያቅፋል። በተጨማሪም CSD፣ የመስክ ቡድኖች ሁከት-አልባ እና የባህሪ ጤና ቀውስን በተመለከተ ለሚደረጉ ጥሪዎች ምላሽ የሚሰጡበት አማራጭ የምላሽ አሰጣጥ የሙከራ መርሃ-ግብር በዚህ በልግ ያስጀምራል ወደ 911 መደወል ሁልጊዜ ተመራጭ ቢሆንም መደወል በማይቻልበት ጊዜ ወደ 911 የጽሑፍ መልዕክት መላክ ይቻላል። አዲሱ የ 988 መስመር የስሜት ጭንቀት፣የባህሪ መቃወስ፣ ራስን የማጥፋት ስሜት ላጋጠማቸው ወይም ስለሚወዱት ሰው የተጨነቁ ነገር ግን እንዴት ያንን ሰው መደገፍ እንዳለባቸው ለማያውቁ በሙሉ ይገኛል።

የማህበረሰብ የደህንነት መምሪያ ምንድነው? ከተማውስ ይህን እየፈጠረ ያለው ለምንድነው?

የማህበረሰብ የደህንነት መምሪያ ነባር የካምብሪጅ የጤና ደህንነት ኤጀንሲዎች እና ሌሎች መምሪያዎች የሚሰሩዋቸውን ጠቃሚ ስራዎች የሚያሟላ ራሱን የቻለ ክፍል ነው። እንደሌሎች የማህበረሰብ ደህንነት ኤጀንሲዎች እና መርሃ-ግብሮች ሁሉ፣ CSD ጉዳት ቅነሳ እና ሁሉም ሰው ክብር፣ ራስን በራስ ማስተዳደር እና እድል ሊኖረው ይገባዋል በሚል እምነት ላይ የተመሰረቱ የአሰቃቂ የበፊት ታሪክ መረጃዎች መርሆች ላይ የተመሰረቱ በመረጃ የተደገፉ አገልግሎቶችን ለመስጠት ይፈልጋል።

ከተማው ይህን መርሃ-ግብር የሚያቋቁመው ከትጥቅ ውጭ ያሉ የምላሽ አሰጣጥ መርሃ-ግብሮችን ለሚያዘጋጀው የከተማው የምክር ቤት መምሪያ ምላሽ ለመስጠት እንዲሁም ለአደጋ ተጋላጭ የሆኑ የካምብሪጅ ነዋሪዎችን ስለመደገፍ እና ጥቃት የመከላከል ጥረቶችን በተመለከተ ማህበረሰቡ ላይ ላለው ስጋት ምላሽ ለመስጠት ነው።

አዲሱ የ988 መስመር ቁጥር ምንድነው እና መቼ ጥቅም ላይ መዋል አለበት?

ሰዎች አሁንም ስለወንጀል፣ ስለ እሳት አደጋ ፣ ስለ የህክምና ድንገተኛ አደጋ ወይም ስለ የባህሪ ጤና ቀውስ ለማሳወቅ ወደ 911 መደወል ይችላሉ። የስሜት ጭንቀት ወይም ራስን የማጥፋት ቀውስን የተመለከቱ ወይም ማንኛውም ይህን ካጋጠመው ሰው ለሚደረጉ ጥሪዎች እንዲውል አዲስ የ988 መስመር ሀምሌ ላይ ተጀምሯል። የ988 መስመር ቁጥር ስለሚወደው ሰው የተጨነቀ እና የዛ ሰው ደህንነት እንዲረጋገጥለት ወይም እርዳታ እንዲደረግለት ለሚፈልግ ሰው ጥቅም ላይ መዋል ይችላል። የህክምና ባለሙያ ያልሆኑ፣ የሰለጠኑ አማካሪዎች ለሁሉም ደዋዮች ነፃ፣ ሚስጥራዊ የስሜት ድጋፍ ለመስጠት ይገኛሉ። የ988 ማዕከላት እንደአስፈላጊነቱ የድንገተኛ ጊዜ ወይም አማራጭ ምላሽን ለማስተባበር ከአከባቢው የ911 ማዕከላት ጋር በቅርበት ይሰራሉ። በተጨማሪም፣ ሰዎች የከተማው ከአደጋ ጊዜ ውጪ ቁጥር 617-349-3300 ላይ መደወል ይችላሉ።

የማህበረሰቡ የደህንነት መምሪያ ለማህበረሰቡ የሚሰጡ አገልግሎቶችን እንዴት ያሻሽላል?

CSD በማህበረሰቡ ተሳትፎ፣ በትኩረት ቡድኖች፣በመረጃ ትንተና፣ እንዲሁም ተጋላጭ ለሆነው ህዝብ የአገልግሎት ክፍተቶችን የሚለይ የተማክሮ ቡድን በማቋቋም ተጨማሪ መርሃ-ግብሮችን እና አገልግሎቶችን ለማዘጋጀት ከአከባቢው ለትርፍ ያልተቋቋመ፣የማህበረሰብ የደህንነት ኤጀንሲዎች እና ሌሎች የአከባቢው አጋሮች ጋር ይተባበራል። እነዚህ አገልግሎቶች የጋራ የመረዳጃ አገልግሎቶች እና ማህበረሰቡን መሰረት ያደረገ የክህሎት ግንባታ እና ስልጠና ማቅረብ እንዲሁም የባህሪ ጤና ችግር ላጋጠማቸው የማህበረሰብ አባላት የድህረ እንክብካቤ እና ንቁ ማህበረሰባዊ ምላሽ መስጠትን ያካትታሉ።

ምላሽ የሚሰጠው ፖሊስ ወይም CSD መሆኑ እንዴት ይወሰናል?

የክስተት ቦታው ላይ የደህንነት ስጋት የሌለባቸው ሁከት-አልባ የቀውስ ጥሪዎች በCSD ምላሽ ይሰጥባቸዋል። ነገር ግን፣ እንደሁሉም የድንገተኛ ጊዜ አገልግሎት እቅዶች ሁሉ፣ በክስተት ቦታው ላይ የሁሉም ደህንነት መጠበቅ ቅድሚያ የሚሰጠው ነው። የክስተት ቦታው ላይ የጦር መሣሪያ ወይም አስጊ ሁኔታ ሊኖር የሚችልበት የደህንነት ስጋት ካለ በመጀመሪያ ፖሊስ ምላሽ ሰጥቶ ሁኔታውን ካረጋጋ በኋላ የሚያስፈልጉ ተጨማሪ ግብዓቶች ስለመኖራቸው ይወሰናል።

የCSD ሰራተኞች ምን ዓይነት ስልጠና ይወስዳሉ?

የመምሪያው ሰራተኞች እንደ የስራ ድርሻቸው የተለያዩ ስልጠናዎችን ይወስዳሉ። ለአማራጭ የምላሽ አሰጣጥ መርሃ-ግብሮች ምርጥ ልምምድ ናቸው ተብለው ከሚታወቁት ስልጠናዎች መካከል፦ የችግር አያያዝ፣ መባባስን ማስወገጃ ዘዴዎች፣ የበፊት አሰቃቂ ታሪክ መረጃን መሰረት ያደረገ ምላሽ አሰጣጥ፣ አነሳሽ ቃለ-መጠይቅ፣ CIT (የችግር ጊዜ ጣልቃገብነት ስልጠና)፣ ጉዳት ቅነሳ፣ CPR እና የመጀመሪያ እርዳታ፣ የቤት ውስጥ ብጥብጥ መከላከል እና ምላሽ አሰጣጥ፣ የፍላጎቶች ግምገማ እና የደህንነት እቅድ፣ የወጣቶች ተሳትፎ፣ የአቻ ድጋፍ፣ የምስክር ስልጠና፣ የዘር እኩልነት እና የአከባቢው ማህበረሰብ ድርጅቶች እና ግብዓቶች ስልጠና

በማህበረሰብ የደህንነት መምሪያ ውስጥ ስለመስራት እንዴት የበለጠ ማወቅ እችላለሁ?

በማህበረሰብ የደህንነት መምሪያ ውስጥ ያሉ ክፍት የስራ መደቦችን ለማየት የከተማውን የስራ ገጽ በ**Cambridgema.gov/jobs**ላይ ይመልከቱ። ለተጨማሪ መረጃ Christina Giacobbe ን **cgiacobbe@cambridgema.gov** ላይ በመሄድ ያነጋግሩ።

የከተማው ሰራተኞች ለካምብሪጅ ተጋላጭ የሆኑ ማህበረሰቦች ወሳኝ የሆነ ድጋፍ ይሰጣሉ።

- የካምብሪጅ የህዝብ ቤተ-መጻሕፍት በአካልም ሆነ በስልክ የሚረዳ የማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ አለው። ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛው እንግሊዝኛ፣ ስፓኒሽ እና ሄይቲ ክሪኦል ይናገራል።
- በካምብሪጅ አረጋውያን ማዕከል ውስጥ የሚገኙ ሰራተኞች የግብዓቶች እና የመረጃ እርዳታ ሊሰጡ ይችላሉ።
- በ911 የጥሪ ማዕከል እና የካምብሪጅ ፖሊስ ውስጥ የሚገኙ ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኞችም እንዲሁ ድጋፍ ይሰጣሉ።

ቁርጠኝነት ለፍትሐዊ ነት፣ ተደራሽነት እና አካታችነት

ከተማችን ለሁሉም የካምብሪጅ ማህበረሰብ በተለይም በጣም ተጋላጭ ለሆኑት ህዝቦቻችን ሁሉን አቀፍ የሆኑ የመርሃ-ግብር ስብስቦችን ለማቅረብ ያለው ቁርጠኝነት በበርካታ መምሪያዎች ውስጥ የማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኞች እንዲጨመሩ አስችሏል።

የቤተ-መጻሕፍት ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ ከነዋሪዎች ጋር በአካባቢያቸው ቅርንጫፍ ወይም በስልክ ይገናኛል።

የቤተ-መጽሐፍቱን ግብዓቶች ለማግኘት፣ ለመፍጠር እና ለመጠቀም በየዕለቱ በመቶዎች የሚቆጠሩ የማህበረሰቡ አባላት ወደ ካምብሪጅ የሕዝብ ቤተ-መጽሕፍት (CPL) እና ቅርንጫፎች ያመራሉ። ከቤተ-መጽሐፍቱ አዳዲስ ሀብቶች መሀል አንዱ የሆነው፣ በማርች 2021 የተደረገው የማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኞች መጨመር ከተማው ለፍትሐዊነት፣ ተደራሽነት እና አካታችነት ያለውን ቁርጠኝነት ያሳያል። እንዲሁም የማህበረሰቡ አባላት የመሰብሰብ ዝንባሌ ያላቸው ቦታዎች ላይ ግብዓቶችን ስልታዊ በሆነ መንገድ በማኖር ድጋፍ ለመስጠት የሚደረግ የከፍተኛ ሙከራ አካል ነው።

በCentral Square ቅርንጫፍ ቤተ-መጻሕፍት የምትገኘው ፈቃድ ያላት ክሊኒካል ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ የሆነችው Marie Mathieu፣ የማህበረሰቡ አባላትን በየቅርንጫፉ የምታገኝ ሲሆን እንግሊዝኛ፣ ስፓኒሽ እና ሄይቲ ክሪኦል ትናገራለች። ባለፈው ዓመት ውስጥ ውስብስብ የስርዓት ድሮችን በማሰስ ለጥቅማ ጥቅሞች እና ድጋፎች እንዲመዘገቡ ከ300 በላይ ደንበኞችን ረድታለች። እነዚህ ስርዓቶች ብዙውን ጊዜ ህይወት አድን የሆኑ ግብዓቶች እጅግ የሚያስፈልጋቸው ማህበረሰቦች ጋር እንዳይደርሱ የማይታለፍ መሰናክል የሚሆኑ ናቸው። በተጨማሪም Marie ደንበኞች ወሳኝ የሆኑ የምግብ እና የአዕምሮ ጤና ግብዓቶችን እንዲያገኙ እና ለመኖሪያ ቤት እና ስራዎች እንዲያመለክቱ ረድታለች። አራት ተለማማጅ ሠራተኞች የቤተ-መጻሕፍቱን ማህበራዊ አገልግሎቶች የሚያሟሉ ሲሆን የማህበረሰብ አባላት ለሳምንታዊ የመግቢያ ጥሪዎች እንዲመዘገቡ የሚያስችለውን የእንክብካቤ ጥሪ ተነሳሽነት በመሞከር ረገድ አስተዋጽኦ አድርገዋል። ከዚህም በተጨማሪ Marie የCPL (ካምብሪጅ የህዝብ ቤተ-መጽሐፍት) ሰራተኞች እንዴት ለተጋላጭ ማህበረሰቦች ድጋፍ መስጠት እንደሚችሉ በማሰልጠን ቤተ-መጽሐፍቱ የተቸገሩትን መርዳት የሚችልበትን አቅም አስፍታለች።

የካምብሪጅ ፖሊስ ማህበራዊ ጉዳይ ሠራተኞች፣ የፖሊስ መኮንኖች ተጋላጭ ከሆኑ ማህበረሰቦች ጋር የሚሰሩት ስራ ላይ ድጋፍ ይሰጣሉ።

የካምብሪጅ ፖሊስ ክፍል (CPD) ክሊኒካል ድጋፍ ክፍል (CSU) ሁለት ፈቃድ ያላቸው ክሊኒካል ማህበራዊ ጉዳይ ሠራተኞች አሉት። Elana Klein እና Sabrina Voegelin የስነ-ልቦና ባለሙያ እና CSU ዳይሬክተር ከሆኑት ዶ/ር James Barrett ጋር በመሆን በተለይም የቤተሰብ እና ማህበራዊ ፍትህ ክፍል ውስጥ በቀጥታ ከነዋሪዎች እና ቤተሰቦች ጋር ለሚሰሩ መኮንኖች ወሳኝ የሆነ ድጋፍ ይሰጣሉ። የCSU ሰራተኞች መደበኛ ስልጠና ይሰጣሉ፣ አንዳንድ የጤና ሁኔታዎች በሰው ባህሪ ላይ እንዴት ተፅዕኖ እንደሚያሳድሩ መኮንኖች እንዲረዱ ያግዛሉ እንዲሁም የማህበረሰብ የመከላከል መርሃ-ግብሮችን ይደግፋሉ።

ጀርባ ገፅ ላይ የሚገኘው ፎቶ፦ *የCOA ዋና ዳይሬክተር Susan Pacheco (በስተ ቀኝ) እና የCOA የደንበኞች አገልግሎት ዳይሬክተር Vincent McCarthy (በስተ ግራ) ለአረጋውያን ማዕከል ደንበኛ ሰላምታ እየሰጡ።* ***(ከላይ):*** *የቤተ-መጻሕፍት ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ Marie Mathieu ከደንበኛ ጋር ሲገናኙ።*

CSU ለነዋሪዎች በተለይም ከመኮንኖች ጋር በቀጥታ ለሚገናኙ ወይም ወደ መምሪያው ለሚላኩ ተጋላጭ ማህበረሰቦች በቀጥታ ይደርሳል። የCSU ዋና ግብ በወንጀል ፍትሕ ስርዓት ውስጥ የመሳተፍ አደጋ ላይ ካሉት ጋር አብሮ በመስራት ትኩረታቸውን ከእስር ቤት በማዞር ወደ አስፈላጊ ድጋፍ እና አገልግሎቶች እንዲሄዱ ማድረግ ነው። በዚህ ባለፍነው ዓመት የCSU ሰራተኞች ከ900 በላይ ልዩ ጉዳዮች ላይ ሰርተዋል።

የአደጋ ጊዜ ግንኙነት ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ ወደ 911 የሚደረጉ አንዳንድ ጥሪዎችን በተመለከተ ጥሪ ተቀባዮችን ይረዳል።

የከተማው የድንገተኛ ጊዜ ግንኙነት መምሪያ ለተቸገሩት ወቅታዊ እርዳታ ለመስጠት ቆርጦ ተነስቷል። እንዲሁም የድንገተኛ ጥሪ ማዕከል ውስጥ ወደ 911 የሚደረጉ ጥሪዎችን እና የአይምሮ ጤናን የሚያካትት ድንገተኛ ያልሆነ የጥሪ መስመርን በማስተናገድ ጥሪ ተቀባዮችን እንዲያግዝ ፈቃድ ያለው የማህበራዊ ጉዳይ ሠራተኛ አስገብቷል።

የካምብሪጅ አረጋውያንን ከማህበራዊ አገልግሎቶች ጋር ማገናኘት

የካምብሪጅ በዕድሜ የገፉ (COA) ደንበኞች አገልግሎት ቡድን እድሜው 60 እና ከዛ በላይ የሆነ ማንኛውም የካምብሪጅ ነዋሪ የሚያስፈልገውን ግብዓት ማግኘት እንዲችል የሚረዳ የጉዳዮች አስተዳደር አካሄድ ወስዶ ይሰራል። COA የተለያዩ ማህበራዊ-ተኮር አገልግሎቶችን ይሰጣል። ምንም እንኳን በቀጥታ ክሊኒካዊ ወይም የህክምና አገልግሎቶችን ባይሰጥም የCOA ሠራተኛ እነዚህን አገልግሎቶች ወደሚሰጡ የአከባቢው ኤጀንሲዎች አረጋውያንን መላክ ይችላል።

የCOA ሰራተኛ ከአረጋውያን ጋር በሚገናኝበት ጊዜ የመኖሪያ ቤት ግብዓቶች፣ የምግብ አቅርቦት፣ የአይምሮ ጤና ወይም የግንዛቤ ድጋፍ፣ የገንዘብ አስተዳደር ወይም የህክምና አገልግሎት ጥቅም ማግኘት ስለመቻሉ ለመወሰን የደንበኛውን እያንዳንዱን የግል ሁኔታ በጥንቃቄ ይመረምራል። ሠራተኛው አረጋዊው ከጤና ወይም ደህንነት ጋር በተያያዘ ግብዓቶች እንደሚያስፈልጋቸው ከወሰነ የሰመርቪል-ካምብሪጅ የአረጋውያን አገልግሎት፣ በካምብሪጅ ቤቶች ባለስልጣን የአረጋውያን መኖርያ ውስጥ የሚሰሩ ፈቃድ ያላቸው ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኞች፣ የካምብሪጅ የፖሊስ መምሪያ ወይም የግዛቱ የጥበቃ አገልግሎትን ጨምሮ ከማህበረሰብ አጋሮች ጋር ያስተባብራል።

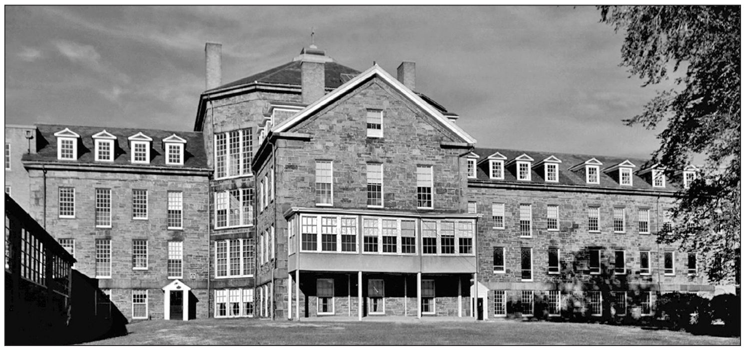
የCOA ዋና ዳይሬክተር Susan Pacheco "ግባችን አረጋውያን ራሳቸውን የመቻል ደረጃ እና ጥራት ያለው ህይወትን ጠብቀው መኖር እንዲችሉ ነው" ብለዋል። "በተጨማሪም ለአረጋዊያን ቀጣይነት ያለው ማህበራዊ ድጋፍ በመስጠት ላይ እናተኩራለን። ሰዎች ሲገለሉ አካላዊ እና አዕምሯዊ ጤንነታቸው በፍጥነት ያሽቆለቁላል፤ በመሆኑም ግንኙነት ለደህንነታቸው ወሳኝ ነው"

The Cambridge Almshouses and Avon Home for Children (የካምብሪጅ የችግርተኞች መጠለያዎች እና የአቮን ቤቶች ለህፃናት)

A
የድሆች እንክብካቤ ታሪካዊ እይታ

በአብዮታዊው ጦርነት ሳቢያ በኒው ኢንግላንድ የእንግሊዝ ሰፈራ ከጀመረበት ጊዜ አንስቶ የተቸገሩ ሰዎች ለእርዳታ ወደቤተሰቦቻቸው፣ ጎረቤቶቻቸው እና ቤተ-ክርስቲያናቸው ይሄዱ ነበር። ምንም ድጋፍ የሌላቸው የከተማው ኃላፊነት ሆኑ፤ ልጆች እንደተለማማጆች ወይም አገልጋዮች ሊወሰዱ አዋቂዎች ደግሞ የጉልበት ስራ ተቀጥረው ሊሰሩ ይችላሉ። ጦርነት እና የገንዘብ ውድቀት ብዙዎችን ለድህነት ዳረጋቸው፤ ትንንሽ ከተማዎችም ድሆቻቸውን ወደ የችግርተኞች መጠለያዎች (የድሆች ቤቶች) እና ወደ ከተማ እርሻ ቦታዎች መሰብሰብ ጀመሩ።

የካምብሪጅ የመጀመሪያዎቹ ሁለት የችግርተኞች መጠለያዎች በነባር ህንጻዎች ውስጥ ይገኙ ነበር፦የመጀመሪያው በ1779 በHarvard Square ሲሆን ተከታዩ ደግሞ በ1786 North Cambridge ነበር። ሶስተኛው በ1818 በአሁኑ Sennott Park አቅራቢያ የተገነባው በ1836 ተቃጥሏል። አራተኛው ከተማው በገዛው መሬት ላይ በ1838 ተገነባ። በCharles River ዳር ከWestern Avenue እስከRiver Street ድረስ ያለው 11 ሄክታር መሬት የችግርተኞች መጠለያን እና የከተማ እርሻን ያስተናግዳል። የንብረቱ ዋጋ በከፍተኛ ሁኔታ ጨመረ። እናም በ1849 ከተማው በጡብ የተገነባውን መጠለያ ቤት የRiverside Press እስኳል ወደሚሆነው መጽሐፍት ማምረቻነት ለቀየረው አሳታሚ ሸጠው።



የመጠለያ ህንፃው አሁንም በ 45 Matignon Avenue ላይ ቆሞ የሚገኝ ሲሆን ከ2005 ጀምሮ ለÉcole Bilingue መኖሪያ ሆኖ ቆይቷል። ፎቶ ca. 1969.
የካምብሪጅ ታሪካዊ ኮሚሽን። የሠራተኞች ፎቶ

የካምብሪጅ መጠለያ ሙሉ እይታ (በስተቀኝ) እና የከተማ እርሻ ፎቶ ca. 1900.
የካምብሪጅ ታሪካዊ ኮሚሽን። ካልታወቀ ምንጭ።

አዲስ የከተማ እርሻ Alewife እና Tannery Brooks አቅራቢያ ተከፈተ። ከተማው F አዲስ የድሆች ቤት እንዲሰራ የእስር ቤት መሻሻል እንቅስቃሴ መሪ ለነበሩት ለቄስ Louis Dwight ቡድን እና Gridley J. ውል ሰጠ። Bryant፣ የተዋጣለት የቦስተን አርክቴክት። በ1851 የተጠናቀቀው አዲሱ ህንጻ በመጠለያው ነዋሪዎች በተጠረቡ ግራጫ-አረንጓዴ እና ብርቱካናማ ቡኒ ድንጋዮች የተገነባ ነው። ዋናው ማዕከል ቢሮዎችን እና የጋራ ክፍሎችን ይዟል። ወንዶች እና ሴቶች ተለይተው ነበር። በተለያየየህንጻው ክንፍ ይተኙ፣ ለየብቻ የተዘጋጁ አውደ-ጥናቶች ላይ ይሳተፉ እንዲሁም በሁለት የተለያየመመገቢያ ክፍሎች ውስጥ ይመገቡ ነበር። ተቆጣጣሪው (ወይም ጠባቂው) እና ቤተሰቡ በሶስተኛው ክንፍ ውስጥ የግል ክፍሎች እና መኝታ ቤቶችን ያዙ።

አቅም ያላቸው ነዋሪዎች የቤት ውስጥ ተግባራት፣ እርሻ፣ ድንጋይ ቁፋሮ እና ቆሻሻ ማውጣት ላይ መስራት ይጠበቅባቸው ነበር። ጉልበታቸው መጠለያውን ጠብቆ ለማቆየት እንዲሁም ለሚጎበኛቸው ሐኪም፣ ነዳጅ እና ከአካባቢው ስጋ ቤቶች ለሚመጣ ስጋ ለመክፈል ረድቷቸዋል።

በ1913፣ የመጠለያው ነዋሪዎች በዋናነት አዛውንቶች እና ህመምተኛ ድሆች ነበሩ። እርሻው የሚንቀሳቀሰው በኪሳራ ነበር። መጠለያው፣ ለአረጋውያን እና አቅመ-ደካሞች የከተማው መኖሪያ ተብሎ ስሙ ተቀየረ እንዲሁም የሆስፒታል መገልገያዎች ተጨመሩ። (በኋላ፣በ650 Concord Avenue አሁን Neville Place ተብሎ የሚጠራው ቦታ ላይ አዲስ የከተማ መኖሪያ ከFresh Pond ፊት ለፊት ተገነባ። የድሮው መጠለያ ቤት በ1929 ለቦስተን ሊቀ-ጳጳስ ተሸጦ የነበረ ሲሆን እሱም በ2005 ለቦስተን ዓለም-አቀፍ ትምህርት ቤት ተሸጠ።

የካምብሪጅ የAvon መኖሪያ የህጻናት መጠለያ

James Huntington፣ Harvard Square በሚገኘው የጌጣጌጥ መሸጫው እና Avon Hill Street በሚገኘው ቤቱ መካከል ሲራመድ በየዕለቱ ለሚያጋጥሙት የተቸገሩ፣ ወላጅ-አልባ ህጻናት ያዝን ነበር። በሜይ 1874፣ ሙሉ በሙሉ የተዘጋጀ ፣10 ልጆችን የሚይዝ ቦታ ያለው የህጻናት ማሳደጊያ 32 Avon Hill Street ላይ ገነባ።

Huntington ተቋሙን ለብቻው ጠብቆ ማቆየት አልቻለም። በኖቬምበር 1874፣ የመኖሪያውን አስተዳደር ገንዘብ ለሚያሰባስብ፣ መመሪያዎችን ለሚያወጣ እና የቤት ውስጥ ስራዎችን ጭምር ለሚያከናውን የባለአደራዎች ቦርድ አስተላለፈ። የካምብሪጅ ተማሪዎች ገንዘብ፣ ምግብ፣ የቤት እቃዎች፣ መጻሕፍት፣ መጫወቻዎች እና የሀገር ጉብኝት ሽርሽር ለገሱ። የአከባቢው አነስተኛ ሆቴል አገራባች መሬቱን ለመጫወቻ ቦታነት አበረከተ። አስተዳደሮቹ የቤተሰባዊነት ስሜት ያለው አከባቢን መፍጠር በመፈለጋቸው ህፃናቱ ትምህርት ቤት እንዲሄዱ እና የእሁድ ትምህርት እንዲያገኙ እንዲሁም ከአከባቢው የጤና ባለሙያዎች ነፃ የጤና እንክብካቤ እንዲያገኙ አመቻቹ። በ1879 ፣ ለ15 ተጨማሪ ህፃናት ክፍል የያዘ ባለሶስት ፎቅ ክንፍ መኖሪያው ላይ ተጨመረ ሆኖም ያለው ፍላጎት ከሚገኘው ቦታ በላይ መጨመሩን ቀጠለ።

የ2018፣ የ32 Avon Hill Street እይታ፣ Huntington ለህጻናት ማሳደጊያ ነት የገነባው ቤት (በኋላ የAvon መኖሪያ ተብሎ የሚጠራው)

የካምብሪጅ ከተማ ንብረት የመረጃ ቋት።

የAvon መኖሪያ በ1000 Mass. Ave ጀርባ በሚገኘው ትልቅ ግቢ ውስጥ ለአከባቢው ህጻናት የመጫወቻ ሜዳ ከፈተ።

የAvon Home የመጨረሻው አድራሻ 1000 Massachusetts Avenue ነበር። ህንጻው በ1975 ፈረሰ።

የካምብሪጅ ታሪካዊ ኮሚሽን። 55ኛው የAvon Home ዓመታዊ ሪፖርት፣ 1929.

በ1889፣ ስኬታማ የገንዘብ ማሰባሰቢያ ዘመቻ የAvon መኖሪያ በ309 Mt. Auburn Street ላይ አዲስ ሰፊ ህንጻ እንዲከፍት አስቻለው። የእንክብካቤ ሞዴሎች እየተሻሻሉ ሲሆዱ፣ መኖሪያው የማደጎ የሙከራ መርሃ-ግብር ጀመረ። አዲሱ አካሄድ በጣም ውጤታማ እና ስኬታማ ከመሆኑ የተነሳ በ1913፣ ባለአደራዎቹ የህጻናት ማሳደጊያውን ለመዝጋት እና እንደ የህጻናት ምደባ ኤጀንሲ ብቻ ለመስራት ድምጽ ሰጡ። ከአስር ዓመታት በኋላ ድርጅቱ 1000 Massachusetts Avenue ላይ የAvon Hill ማህበረሰብ ማዕከልን ከፈተ። ድርጅቱ የማደጎ ስራውን ቀጥለእንዲሁም በአውደ-ጥናቶች እና በአዲሱ የመጫወቻ ሜዳ እንዲዝናኑ የሰፈር ህጻናትን ጋበዘ።

በ1945፣ የማህበረሰብ ማዕከሉ ተዘጋ፣ ቢሮዎቹም ወደ Church Street ተዛውረው ኤጀንሲው የማህበረሰብ አገልግሎቶቹን ማሳደግ ቀጠለ። በ1965፣ የAvon መኖሪያ፣ ለህጻናት ጥብቅና በመቆም የተረጋጋ፣ ደህንነቱ የተጠበቀ እና ፍቅር ያለበት ቤት ውስጥ መኖራቸውን እያረጋገጠ የቀጠለው የካምብሪጅ የቤተሰብ እና የህጻናት አገልግሎቶች፣ የአሁኑ Bridges Homeward አካል ሆነ።

የካምብሪጅ ባለብዙ አገልግሎት ማዕከል ሰራተኞች፣ ነዋሪዎች የመኖሪያ ቤት መሰናክሎችን እንዲወጡ እና ወሳኝ ግብዓቶችን ማግኘት እንዲችሉ ይረዳሉ።

- የባለብዙ አገልግሎት ማዕከሉ የቤት እጦት ላይ ያሉ ሰዎችን ይረዳል እንዲሁም ሰዎች በቤታቸው ውስጥ እንዲቆዩ ለመርዳት ከቤት የመፈናቀል መከላከል ድጋፍ ይሰጣል።
- ሰራተኞች፣ ያሉትን ጥቅማጥቅሞች ደንበኞች እንዲያገኙ ለመርዳት የእያንዳንዳቸውን ግላዊ ሁኔታ ያዳምጣሉ።
- MSC (ባለብዙ አገልግሎት ማዕከል) ከከተማ እና የማህበረሰብ አገልግሎቶች ጋር የሚያገናኝ ማዕከል ነው።

በ362 Green Street የሚገኘው የካምብሪጅ የባለብዙ አገልግሎት ማዕከል (MSC)፣ የቤት እጦት ለገጠማቸው፣ ከቤት መፈናቀል ለተጋረጠባቸው፣ ፈታኝ የመኖሪያ ቤት ሁኔታዎች ውስጥ ለሚገኙ ግለሰቦች እና ቤተሰቦች ቀጥተኛ አገልግሎቶችን ይሰጣል። በዓመት እስከ500 የሚደርሱ ቤተሰቦችን የሚያገለግለው MSC፣ ደንበኞች ለህዝብ ለሚሰጡ ጥቅማጥቅሞች እንዲያመለክቱ፣ የህግ ድጋፍ እና የገንዘብ ምክር፣ እንዲሁም የአይምሮ ጤንነት እና የአደንዛዥ እጽ አላግባብ ተጠቃሚነት አገልግሎቶችን እንዲያገኙ ይረዳል።

የMSC ዳይሬክተር Maria Melo፣ “ሰዎች ደህንነት እንዲሰማቸው እና የዕለት ተዕለት ህይወታቸውን እንዲመሩ ለማብቃት የተረጋጋ የመኖሪያ ቤት መኖር ቁልፍ ነው” ብለዋል። “ግለሰቦች የመኖሪያ ቫውቸሮችን እንዲያገኙ እንረዳቸዋለን፣ በመኖሪያ ቤት ፍለጋቸው እንደግፋቸዋለን፣ እንዲሁም የመኖሪያ ቤት መረጋጋትን ከሚያበረታቱ ግብዓቶች ጋር እናገናኛቸዋለን“

የፈMSC ሰራተኞች ሰዎች የመኖሪያ ቤት እንዲያገኙ ለመርዳት ከከተማው የማህበረሰብ ልማት መምሪያ የቤቶች ክፍል፣ ከከተማው የቤቶች ግንኙነት ቢሮ፣ ከካምብሪጅ የቤቶች ባለስልጣን እና ሌሎች የአከባቢው የቤት አቅራቢዎች ጋር በቅርበት ይሰራሉ። በአካል የመኖሪያ ቤቶች ፍለጋ አውደ-ጥናት ሁልጊዜ ማክሰኞ ከሰዓቱ 02:30 እስከ 05:00 ድረስ ይሰጣል፤ ተሳታፊዎች ስለአከባቢው የመኖሪያ ቤት አማራጮች ያውቃሉ እንዲሁም ድጎማ የሚደረግላቸው የመኖሪያ ቤት ጠባቂዎች ዝርዝር ውስጥ ለመካተት ያመለክታሉ። ለመመዝገብ፣ 617-349-6338 ላይ ይደውሉ።

የMSC ሰራተኞች ደንበኞች በመኖሪያ ቤት የማግኘት ሂደት ውስጥ የሚያጋጥሟቸውን መሰናክሎች እንዲወጡ መርዳት ይችላሉ። ለምሳሌ፣ ቤት እጦት ያጋጠመው ግለሰብ፣ ለመኖሪያ ቤት ቫውቸር ብቁ ለመሆን የመታወቂያ ካርድ ከሌለው ይህን ለማግኘት የሚያስፈልገውን የ25 ዶላር ክፍያ MSC መሸፈን ይችላል። እንዲሁም የቤት እጦት ያለባቸውን ግለሰቦች እና ቤተሰቦች ክፍት ቦታ ወዳላቸው መጠለያዎች ሊመሩ ይችላሉ።

የMSC ስራ ዋና ገጽታ በቤት እጦት እና ከቤት የመፈናቀል መከላከል ላይ ያተኩራል፤ እና ሰራተኞቹ ደንበኞች ጥቅማጥቅሞችን ሙሉ በሙሉ መጠቀማቸውን ለማረጋገጥ የእያንዳንዳቸውን ግላዊ ሁኔታ ይገመግማሉ። “በሁሉም የስራ ቀናት ያለቀጠሮ የመስተናገጃ ሰዓታትን እናቀርባለን። ያጋጠምዎት ምንም ይሁን ምን፣ ስለሁኔታዎ የሚያናግርዎት የጉዳይ አስተዳደር አለ” ይላሉ Melo። “ሀሳብዎ የሚደመጥበት ሁሉንም በአንድ የሚያገኙበት ስፍራ ነን”።

እንደ የሰብዓዊ አገልግሎት መርሃ-ግብር መምሪያ ክፍል፣ MSC ደንበኞችን በፍጥነት ከነዳጅ እርዳታ፣ የካምብሪጅ የቅጥር መርሃ-ግብር እና የህፃናት እንክብካቤ ግብዓቶችን ጨምሮ ከአጋዥ የከተማ እና የማህበረሰብ አገልግሎቶች ጋር ለማገናኘት የሚገኝ ድርጅት ነው።

MSC ከሌሎች የከተማ መርሃ-ግብሮች ሪፈራል ያገኛል እና ደንበኞችን ከማህበረሰቡ አገልግሎት ሰጪዎች ጋር ያገናኛል። ለምሳሌ ደንበኞች ኪራይ ሳይከፍሉ ከዘገዩ፣ MSC ለበጀት እገዛ ወደ Just-A-Start ነፃ የገንዘብ ዕድሎች መርሃ-ግብር ሊመራቸው ይችላል። ደንበኞች ህጋዊ ችግሮች እያጋጠሟቸው ከሆነ የMSC ሰራተኞች ወደ እንደ Cambridge/Somerville ህጋዊ አገልግሎቶች እና De Novo ላሉ አጋሮች ሊመሯቸው ይችላሉ።

MSC በኢሚግሬሽን ወረቀት ላይ የነፃ እገዛ ወይም ወደ ሌላ የኢሚግሬሽን አገልግሎቶች ሪፈራል በማግኘት ዙሪያ ለካምብሪጅ የሄይቲ ማህበረሰብ ድጋፍ የሚሰጥ የሄይቲ አገልግሎቶች አስተባባሪን በውስጡ ይዟል።

“ደንበኞቻችንን ለመርዳት ከማህበረሰብ አጋሮቻችን ጋር በቋሚነት እየሰራን ነው” ይላሉ Melo። “ይህ ትብብር በተከራይ እና አከራይ መሀል ያለን አለመግባባት እንደ መፍታት ካለ ከፍ ያለ ጥረት አንስቶ እስከ ቤት ለሌለው ደንበኛ ጫማ የማግኘት ዓይነት ትንንሽ መፍትሔዎችን ያካልላል።”

የባለብዙ አገልግሎት ማዕከል ያለቀጠሮ የመስተናገጃ ሰዓቶች

362 Green St., Cambridge

ሰኞ .... 9 a.m. – 7:30 p.m.
ማክሰኞ-ሐሙስ .... 9 a.m. – 4:30 p.m.
ዓርብ ....9 a.m. – 11:30 a.m.

ለተጨማሪ መረጃ፣ 617-349-6340 ላይ ይደውሉ።

በካምብሪጅ ውስጥ የምግብ ዋስትና ማጣትን በተመለከተ ወረርሽኙ አዳዲስ አካሄዶች እንዲኖሩ ያነሳሳል።

- የኮቪድ-19 ወረርሽኝ በካምብሪጅ ውስጥ ረሃብ ዋነኛ ችግር መሆኑን አጋልጧል።
- አዳዲስ መርሃ-ግብሮች በተናጠል ለሚገኙ ወይም በለይቶ ማቆያ ለሚገኙ ነዋሪዎች ምግብ ያደርሳሉ።
- የአከባቢው ኤጀንሲዎች የከተማውን የድንገተኛ ጊዜ የምግብ ስርዓት አሻሽለዋል።

በኮቪድ-19 ወቅት የምግብ ወጪ እና ስራ አጥነት በመጨመሩ ብዙ ሰዎችን ለምግብ እጦት ስጋት ዳርጓል። በ2021 ከ8 የካምብሪጅ ነዋሪዎች 1 ሰው የምግብ ዋስትና አልነበረውም።

ከማርች - ሰኔ 2020 ድረስ አብዛኞቹ የምግብ ማከማቻዎች ተዘግተው ቢቆዩም የከተማው የአረጋዊያን ምክር ቤት በማህበረሰቡ የምግብ መስመር ላይ ለአረጋውያን እና በሽታ የመቋቋም አቅም ለሌላቸው ከ1000 በላይ ምግቦችን ካቀረበው Food for Free ጋር በአጋርነት ሰርቷል። በዲሴምበር 2020፣ የካምብሪጅ የህዝብ ጤና መምሪያ በቤት ውስጥ ወይም በለይቶ ማቆያ ተገልለው አንድ ሳምንትና ከዛ በላይ የቆዩና ምግብ ማግኘት የማይችሉ ነዋሪዎችን ለመርዳት ጥረቱን ቀጥሏል።

የካምብሪጅ የህዝብ ጤና መምሪያ የስነ-ምግብ ባለሙያ የሆኑት Rachael Cross, MS፣ RD፣LDN፣ “እነዚህ ነዋሪዎች ወደ ምግብ ማከማቻ ወይም የግሮሰሪ መደብር የሚወጡበት መንገድ አልነበራቸውም እንዲሁም የቤት ውስጥ ምግብ አቅርቦት ክፍያም እጅግ ውድ ነበር” ብለዋል። ካምብሪጅ ኮቪድ ፖዘቲቭ የሆኑ እና ለምግብ እጦት ተጋላጭ የሆኑ ነዋሪዎችን የሚለይ እንዲሁም የምግብ ሸቀጣ ሸቀጦችን እና አቅርቦቶችን በፍጥነት ወደቤታቸው የሚያደርስ ስርዓት አስፈልጓት ነበር።

የጤና መምሪያው ከካምብሪጅ ኢኮኖሚያዊ ዕድሎች ኮሚቴ (CEOC) እና Food For Free ጋር ተባብሯል። በአራት ሳምንታት ውስጥ ቡድኑ እንዲህ ዓይነቱን ስርዓት ጀምሯል። በኮቪድ-19 “የማረጋገጫ” ጥሪዎች ወቅት የህዝብ ጤና የንክኪ ተከታታዮች ምግብ የሚያስፈልጋቸውን ነዋሪዎች ለይተዋል። መረጃው በኤሌክትሮኒካዊ መንገድ ለCEOC ሰራተኞች እንዲደርስ ይደረጋል። እነሱም ምግብ ፣ የስጦታ ካርዶች እና ሌሎች አቅርቦቶችን አሽገው ይልካሉ። Food For Free ምግቦችን ወደ ቤት ያደርስ ነበር።

“በጣም ታምሜ ነበር፣ ወደ ገበያ መሄድም ሆነ ምግብ ማብሰል አልቻልኩም፣ ምንም ማድረግ አልቻልኩም” ስትል አንዲት ባለፈው በልግ በኮቪድ-19 ተይዛ የነበር እና የምግብ ጥቅል ከመርሃ-ግብሩ የተቀበለች ሴት ተናግራለች። “ይህ በገንዘብም ሆነ በስሜት ረገድ ትልቅ እገዛ ነበር“

እስካሁን ከ180 በላይ የካምብሪጅ ቤተሰቦች በዚህ መርሃ-ግብር አማካኝነት የምግብ ጥቅል አግኝተዋል፤ ይህም መርሃ-ግብር በ2022 ከአውራጃው እና ከተማው ጤና ኃላፊዎች ብሔራዊ ማህበር የፈጠራ እና ልምምድ ሽልማት አግኝቷል።

ካምብሪጅ ውስጥ ስላለው ረሃብ እና አዲሱን ፍላጎት ለማሟላት የከተማው የድንገተኛ ጊዜ የምግብ ስርዓት መጠናከር እንደሚገባው ወረርሽኙ አሳይቷል።

ከላይ የሚገኘው ፎቶ፡- የCEOC ሰራተኞች በኮቪድ-19 ሳቢያ በተናጠል ወይም በለይቶ ማቆያ ለሚገኙ ነዋሪዎች የምግብ ሳጥኖችን ያዘጋጃሉ።

በ2021 የጤና መምሪያ እና CEOC በአሁኑ ጊዜ ሰባት የምግብ ማከማቻዎችን ያካተተው እና በየዓመቱ ብዙ ሺህ ነዋሪዎችን የሚያስተናግደው የካምብሪጅ የምግብ ክምችት መረብን ለማሻሻል አቀዱ።

የ2021 የካምብሪጅ የምግብ ክምችት መረብ ግምገማ ሪፖርት ደራሲ እና የCEOC የመርሃ-ግብሮች እና የህዝብ መመሪያ ዳይሬክተር Rachel Plummer፣ “ለደንበኞቻችን ክብር በጣም አስፈላጊ ነው” ብለዋል።

CEOC በበልግ 2021 የሰሜን ካምብሪጅ የምግብ ማከማቻውን ሲከፍት ከግምገማው ሪፖርት የተሰጡትን ብዙ ምክረ-ሃሳቦች በውስጡ አካቷል። ተልቅ ያለ ቦታ አለ ማለት ውጪ ላይ የሚሰለፉ ደንበኞች ቁጥር ይቀንሳል ማለት ነው። የምግብ ማከማቻው ረዘም ያሉ ሰዓታትን የሚቆይ ሲሆን ደንበኞች የሚፈልጉትን ምግብ ከመደርደሪያዎች ላይ መምረጥ ይችላሉ።

Food For Free ስርዓቶችን አሻሽሏል፣ ተጨማሪ በጎ ፈቃደኞችን መልምሏል እንዲሁም አዳዲስ የቤት ለቤት ምግብ አቅርቦት መርሃ-ግብሮችን ፈጥሯል። በጥር 2021፣ ኤጀንሲው ከልክ ያለፈውን የምግብ ፍላጎት ለመፍታት *Just Eats* ን ጀመረ። ድርጅቱ መጀመሪያ ላይ በየሳምንቱ ለ500 ቤተሰቦች በታላቁ ቦስተን አከባቢ የምግብ ሳጥኖችን ለማከፋፈል አቅዶ ነበር፣ ሆኖም የምግብ ፍላጎቱ እጅግ ከመብዛቱ የተነሳ በአሁኑ ሰዓት Food For Free በየሳምንቱ ከ4000 በላይ ለሚሆኑ ቤተሰቦች የምግብ ሳጥኖችን እያከፋፈለ ይገኛል።

ይህንን ጥረት የበለጠ ለመደገፍ ከተማው በአሜሪካን የማዳን እቅድ ህግ (ARPA) ገንዘብ መድቧል።

ምግብ ያስፈልግዎታል?

- የምግብ ዕቃዎችን በዚፕ ኮድ ይፈልጉ: **camb.ma/need-food**
- የካምብሪጅ የምግብ ግብዓቶች መመሪያ **camb.ma/foodguide**

ለካምብሪጅ የምግብ ኤጀንሲ ወይም ማከማቻ በበጎ ፈቃደኝነት ለመለገስ፣ እባክዎ ካምብሪጅ የምግብ ግብዓቶች መመሪያ ውስጥ የሚገኙትን ቡድኖች ያናግሩ።

ለካምብሪጅ ፖሊስ የችግር ጊዜ ጣልቃ ገብነት ስልጠና እያመጣው ያለው ለውጥ እና ስለ Nelson ታሪክ

- የችግር ጊዜ ጣልቃ ገብነት ስልጠና (CIT) ለሁሉም ደህንነቱ የተጠበቀ ውጤት ወሳኝ ሚና ሊጫወት ይችላል።
- የCIT መርሃ-ግብሮች የአዕምሮ ህመም ያለባቸውን ግለሰቦች ከወንጀለኛ መቅጫ ስርዓት ወደ የጤና እንክብካቤ ስርዓቶች እንዲዛወሩ ያደርጋሉ።
- ብርቱ የCIT መርሃ-ግብሮች ያሏቸው ማህበረሰቦች የከባድ እና ለሞት የሚዳርጉ ክስተቶችን መቀነስ ይመለከታሉ።

እንደ መምሪያ፣ የካምብሪጅ ፓሊስ መምሪያ (CPD)፣ በመስክ ላይ ሊያጋጥሟቸው ለሚችሉ የተለያዩ ሁኔታዎች መኮንኖችን በተሻለ ሁኔታ ለማዘጋጀት በስልጠና ላይ ከፍተኛ ኢንቨስትመንት ያደርጋሉ። እንደ የችግር ጊዜ ጣልቃ ገቢ ቡድን (CIT) ስልጠና ዓይነት ካሉ መርሃ-ግብሮች የሚገኝ ልምድ፣ ምላሽ ሰጪ መኮንኖች ከሚያሳዩት ርህራሄ እና ትዕግስተኛነት ጋር ለሁሉም አካል ደህንነቱ የተጠበቀ ውጤት በማስገኘት ረገድ ከፍተኛ ሚና ይጫወታል።

የCIT የስልጠና መርሃ-ግብር በሕግ አስከባሪ አካላት፣በአዕምሮ ጤና ባለሙያዎች፣ በሱስ ስፔሻሊስቶች፣ በባህሪ ጤና (የአዕምሮ ህመም፣ የእድገት እክል፣ እና ሱስ) በተጠቁ ግለሰቦችና ተሟጋቾቻቸው መካከል የተፈጠረ ማህበራዊ ሽርክና ነው።

በሜምፊስ TN የሚገኘው የማህበረሰብ መመሪያ መርሃ-ግብርን መሰረት በማድረግ፣ CIT የተነደፈበት ግብ በችግር ውስጥ ላሉ ሰዎች ተገቢውን ግብዓቶች ለመለየት ሁሉም ሰው በጋራ እንዲሰራ ነው። ሌላው የCIT አንቀሳቃሽ ኃይል፣ ተገቢ በሆነው ጊዜ ሁሉ የአዕምሮ ህመም ያለባቸውን ግለሰቦች ከወንጀል ፍትህ ስርዓት አርቆ ወደ የጤና እንክብካቤ ስርዓቱ ማዞር ነው። አሃዛዊ መረጃዎች እንደሚያመለክቱት፣ ብርቱ የCIT መርሃ-ግብር ተግባራዊ በሚሆንባቸው ማህበረሰቦች ውስጥ ከባድ እና ለሞት የሚዳርጉ ክስተቶች ይቀንሳሉ።

የCIT ስልጠናን ያጠናቀቁ መኮንኖች የእድገት እክል እና የአዕምሮ ህመም የተለመዱ ምልክቶችን መረዳት ይማራሉ እንዲሁም እነዚህን ምልክቶች ለሚያሳዩ ግለሰቦች የተሻሉ ምላሾችን ለመስጠት በሚያስችል ዕውቀትና ክህሎት የታጠቁ ናቸው።

ይህ የNelson ታሪክ ነው።

በዚህ ዓመት መጀመሪያ ላይ በከፍተኛ ትግል ውስጥ ካለፈ እና የራሱን ህይወት ሊያጠፋ ከቀረበ በኋላ፣ ዛሬ ላይ Nelson ትልቅ ለውጥ እያሳ የነው። CPD በNelson እድገት ኩራት ይሰማዋል። የሱን ፈቃድ ካገኘ በኋላም አንዳንድ አስደናቂ የጉዞውን ታሪክ እያካፈለ ነው።

ነሐሴ 2020 ከሰዓት በኋላ ነበር። Nelson በGreen Street ባለ ሰባት ፎቅ ጣሪያ ጫፍ ላይ ቆሞ ነበር። በማሳቹሴትስ የሚገኘው ብቸኛው አደንዛዥ ዕፅ እና/ወይም አልኮል መጠጥ ተጠቃሚ የሆኑ የጎዳና ተዳዳሪዎችን በሚቀበለው የCASPAR ድንገተኛ አገልግሎት ማዕከል መጠለያ ውስጥ የተፈጠረ ግጭትን ተከትሎ Nelson እጅግ ተበሳጭቶ የነበረ ሲሆን የራሱን ህይወት ለማጥፋት እየዛተ ነበር። ደህንነቱን በጠበቀ ሁኔታ ከጣራው ጫፍ እንዲወርድ ለመርዳት ይችሉ ዘንድ ግንኙነት ለመፍጠር እና እምነቱን ለማግኘት መኮንኖች አንድ

ከላይ የሚገኘው ፎቶ፦ ዶ/ር James Barrett፣ በCPD የክሊኒካል ድጋፍ ክፍል ዳይሬክተር፣ የችግር ጊዜ ጣልቃገቢ ቡድን ስልጠና ላይ ትምህርት እየሰጡ።

ሰዓት ያህል ጊዜ አሳልፈዋል። ምላሽ ከሰጡት መኮንኖች መካከል አንዷ የሆነችው - Christine Gilbertson- Central Square ውስጥ በምትሰራው ስራ ምክንያት ከNelson ጋር ትውውቅ ነበራት። Nelson በስኪዞፈርኒያ፣በአልኮል መጠጥ አላግባብ ተጠቃሚነት እንዲሁም በንዴት ችግሮች እንደሚሰቃይ ታውቃለች። በሚቀጥለው ሰዓት ውስጥ፣ Nelson ከመኮንን Gilbertson እና ምላሽ ሰጪ መኮንኖቹ ጋር የተሻለ ምቾት ተሰማው፣ ከመጠለያው ጋር የተፈጠረውን ግጭት ፈታ፣ በመጨረሻም ከቆመበት ጫፍ ዞር አለ።

በዚያን ጊዜ Nelson የጎዳና ተዳዳሪነት ብቻ አልነበረም ያጋጠመው። ከሰዎች ጋር ያለው ግንኙነት፣ ለራሱ ማድረግ ያለበት እንክብካቤ እና በማህበረሰብ ውስጥ ደህንነቱን በጠበቀ መልኩ የመስራት ችሎታው ላይ አሉታዊ ተጽዕኖ ያሳደሩ ከባድ የአዕምሮ ጤና ችግር ምልክቶችን ለመቋቋም ጭምር እየታገለ ነበር። ከአንዳንድ ስር የሰደዱ የጤና ችግሮች ጋር እየታገለ የነበረ ሲሆን ከአጠገቡ ምንም ዓይነት ድጋፍም ሆነ አገልግሎት አልነበረውም። በማደጎ ቤት ካደገ እና በArlington ት/ቤት ከተማረ በኋላ Nelson ወደ ቦስተን ሄደ፣ እዛም ከወንበዴዎች ጋር መሰማራት፣ አልኮል ያለአግባብ መውሰድ፣ የቤተሰብ አባላት ሲገደሉ መመልከት፣ ከረጅም ጊዜ የሴት ጓደኛው ጋር መለያየት እና የበርካታ መጠለያዎች እና አገልግሎት ሰጪዎች መቀያየር ገጠመው። የረጅም ጊዜ መረጋጋት ሊያገኝ አልቻለም፣ የመጠጥ አወሳሰዱን መቆጣጠር ቸገረው፣ እንዲሁም ስርዓቱን ያለአላግባብ የመጠቀም የወንጀል ክስ ሊያስቀርብብት እስከሚችል ድረስ ወደ 911 በተደጋጋሚ ደውሏል። ሜይ 2020 ላይ ድልድዩን በእኩለ-ሌሊት አቋርጦ መጠለያ ፍለጋ ከሄደበት ጊዜ አንስቶ ካምብሪጅ ውስጥ ቆይቷል።

“ካምብሪጅ ተቀበለኝ፣” ብሏል Nelson “ወደ ካምብሪጅ የመጣሁበት ብቸኛው ምክንያት መጠለያ ነበር እኩለ-ሌሊት ነበር እናም የሙቀት ማዕከሉ ተቀበለኝ።” Nelson የመኝታ ቦታ ቢያገኝም ትግሉን ቀጠለ። በሚቀጥሉት ሁለት ዓመታት ውስጥ Nelson፣ በካምብሪጅ ፖሊስ ውስጥ በተጎጂነት፣ በተጠርጣሪነት፣ በተሳታፊነት አልያም በምስክርነት ከ50 በላይ ሪፖርቶች ውስጥ ስሙ ተጠቅሷል።

“በምትወድቅበት ጊዜ ሁሉ አንተን ለማንሳት እገኛለሁ
አሁን ቤተሰብ ማለት ነህ::”
- መኮንን Mike Padua ለNelson የተናገረው::

ከላይ የሚገኘው ፎቶ:- የካምብሪጅ ፖሊስ መኮንን Mike Padua እና Nelson::

ከመኮንን Gilbertson በተጨማሪ Nelson ከማህበረሰብ አገልግሎት ሰጪ መኮንን Mike Padua ጋር ግንኙነት መፍጠር እና እምነት ማሳደር ጀመረ። መኮንን Padua በተደጋጋሚ Nelson በካምብሪጅ ሲዘዋወር ሲያየው ስራዬ ብሎ ሰላምታ ይሰጠው እና ሁኔታውን ያረጋግጥ ነበር፤ የግል የስልክ ቁጥሩን ጭምር ለNelson ሰጥቶታል። በተጨማሪም Nelson፣ ከመኮንን Gutoski፣ ሳጅን Lowe፣ እንዲሁም በካምብሪጅ ፖሊስ ፈቃድ ካላት የማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ Elana Klein ጋር ግንኙነት ነበረው። ”እንደ መኮንን Gilbertson፣ Padua፣ Gutoski፣ ሳጅን Lowe ወይም Elana Klein ባይሆን ኖሮ ይሄኔ አሁን እስር ቤት ነበርኩ” ሲል Nelson ይናገራል።

በነዚህ ፈተናዎች መሀል Nelson ከአዕምሮ ህመም፣ አሰቃቂ የአንጉል ጉዳት፣ የመማር እክል እና አልኮል ያለአግባብ ተጠቃሚነት ጋር ስለነበረው ትግል ጥሩ ግንዛቤ አሳይቷል። በተለይም CPD ውስጥ ከብዙዎች ጋር ጠንካራ፣ የመተማመን እና የመተሳሰብ ግንኙነት ከፈጠረ በኋላ እርዳታ ጠይቋል እንዲሁም ከፖሊስ እና አገልግሎት ሰጪዎች ጋር ለመስራት ያለውን ጠንካራ ፍላጎት ገልጿል።

ስለ ኔልሰን ጉዞ ሙሉውን ፅሁፍ **Cambridgema.gov/digital ላይ ያንብቡ።**

በጊዜ ሂደት፣ Nelson በሴፕቴምበር 2020 ከEliot PATH የአገልግሎት ሰጪ ሰራተኛ፣ በሰኔ 2021 ከአዕምሮ ጤና ጉዳዮች ስራ አስኪያጅ፣ ቀጥሎም በሴፕቴምበር 2021 ከVinfen ቡድን ጋር ጨምሮ ከበርካታ የድጋፍ ሰጪ አገልግሎቶች ጋር ግንኙነት መፍጠር ችሏል። እንዲሁም በሚያዝያ 2021 ከሳይካትሪስት፣ በሜይ 2021 ከመጀመሪያ ደረጃ እንክብካቤ አቅራቢ፣ በሜይ 2021 ከመኖሪያ ቤት አፈላላጊ እና በሴፕቴምበር 2021 ከጉብኝት ነርስ ማህበር (VNA) አባል ጋር አብሮ መስራት ጀመረ።

የሱ ጥፋት ባልሆነበት መንገድ ሰባት የጉዳይ ስራ አስኪያጆች፣ ሁለት ሳይካትሪስቶች እና ሁለት የቤት አፈላላጊዎችን ጨምሮ በርካታ የእንክብካቤ አቅራቢዎች መቀያየር ቢያጋጥመውም Nelson የቀረቡለትን ሁሉንም ድጋፎች በፀጋ ተቀብሎ በሚገባ ተጠቅሞባቸዋል በተጨማሪም፣ በኖቬምበር 2021 በካምብሪጅ YMCA የአንድ ክፍል መቆያ ማግኘት እስከቻለበት ጊዜ ድረስ ወደ ሁለት አመት በሚጠጋ ጊዜ ውስጥ ከአምስት በላይ መጠለያዎች ውስጥ ኖሯል።

ምንም እንኳን Nelson በኑሮው ላይ የረጅም ጊዜ አለመረጋጋት ቢኖርም፣ የእንክብካቤ ቡድኑ በተደጋጋሚ ቢቀያየሩበትም እንዲሁም ከአዕምሮው እና አካላዊ ጤንነቱ ጋር በተያያዘ ስር የሰደደ ትግል ቢገጥመውም፤ በተግባሩ እና ደህንነቱ ላይ እጅግ አስደናቂ ለውጦችን ለማሳየት ጠንክሮ ሰርቷል። አሁን ላይ Nelson ከዋና ተንከባካቢ ሀኪሙ እና ሳይካትሪስቱ ጋር በመደበኛነት ይገናኛል፣ መድኃኒት ይወስዳል፣ የአልኮል አወሳሰዱን በከፍተኛ ሁኔታ ቀንሷል፣ የተረጋጋ የኑሮ ሁኔታ አለው እንዲሁም ከVinfen case የጉዳይ አስተዳደር ቡድኑ ጋር በቅርበት ይሰራል።

እስካለንበት ጊዜ ድረስ፣ ያለፉትን የወንጀል ጉዳዮቹን በሙሉ ለመፍታት ተቃርቧል እንዲሁም የአዕምሮ ህመም ያሉባቸው እና በአገልግሎቶች የወንጀል ቅሬታዎች የቀረቡባቸውን የማህበረሰቡን ነዋሪዎች በወንጀል ፍትህ ስርዓት ከመቅጣት ይልቅ ድጋፍ ለመስጠት የተቋቋመው የካምብሪጅ የአዕምሮ ጤና ፍርድ ቤት ውስጥ በጥሩ ሁኔታ እየሰራ ነው። ከገጠመው የአገልግሎት ሰጪዎች በብዛት መቀያየር አንፃር የካምብሪጅ ፖሊስ መምሪያ በህይወቱ ውስጥ ያለማቋረጥ ድጋፍ ሲሰጡት ከነበሩት መሃል አንዱ ነው።

የNelson ቀጣዩ ግብ የበለጠ ድጋፍ ሊያገኝበት ወደሚችልበት የVinfen የጋራ መኖሪያ መግባት ነው።

እንደ CPD ማህበራዊ ጉዳይ ሰራተኛ Klein ገለጻ፣ “Nelson በአዕምሮ ጤናው ዙሪያ ስለገጠሙት ፈተናዎች ያለውን ግንዛቤ ይዞ መቆየቱን እንዲሁም የሚሰጠውን ማንኛውም ዓይነት ድጋፍ መቀበሉን ቀጥሏል። አንድ ደንበኛ እንደዚህ ጠንክሮ ሲሰራ፣ በርካታ መሰናክሎችን ሲያልፍ እና በአጠቃላይ በተግባሩ ላይ ይህን መሰል መሻሻል ሲያሳይ ብዙም አላየሁም::”

“አሁን ላይ የማውቀውን ቢያውቁ ብዙ ሰዎች እርዳታ ለማግኘት ይሹ ነበር“ ብሏል Nelson::

Nelson እዚሁ ካምብሪጅ ውስጥ ባገኘው እርዳታ መነሳሳትን አግኝቷል እናም የሚያጋጥሙትን ሌሎች እንደዚሁ እርዳታ የሚያስፈልጋቸውን ሰዎች ለመርዳት እየሞከረ ይገኛል። “ካምብሪጅን ለቅቄ መሄድ አልፈልግም፣” ብሏል Nelson:: “እዚህ ቤተሰብ አለኝ።”

Avisos importantes en esta publicación The Cambridge Life

Información útil sobre viviendas asequibles

- Solicitar una vivienda puede ser abrumador.
- El Multi-Service Center (Centro de Servicios Múltiples) o la Housing Liaison Office (Oficina de Enlace de la Vivienda) de la ciudad pueden ayudar.
- Para obtener información, llame al 617-349-6340 o al 617-349-6337.

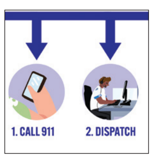
Programa Internet Service Discount

- Los hogares con bajos ingresos pueden obtener un descuento mensual de $30.
- Los hogares que cumplan con los requisitos también pueden obtener un descuento por única vez de hasta $100 en la compra de una computadora.
- Para solicitar el descuento, llame al 1-877-384-2575.

Cambridge da la bienvenida al nuevo administrador de la ciudad, Yi-An Huang

- El Cambridge City Council (Consejo de la Ciudad de Cambridge) nombra al administrador de la ciudad.
- El administrador de la ciudad desempeña la función de director general.
- Yi-An Huang comenzó a trabajar para el Ayuntamiento el 6 de septiembre de 2022.

La Ciudad de Cambridge crea un nuevo Community Safety Department (Departamento de Seguridad Comunitaria)



- Este departamento proporcionará una respuesta alternativa para las llamadas de crisis de carácter no violento.
- Llame al 911 para denunciar un crimen, informar un incendio, una emergencia médica o una crisis de salud mental.
- Llame al nuevo número 988 para informar una crisis de salud mental no violenta.

Los trabajadores sociales de la ciudad proporcionan un apoyo significante a las familias de Cambridge

- La trabajadora social de la Cambridge Public Library (Biblioteca Pública de Cambridge) puede ayudar de manera presencial o por teléfono. Habla inglés, español y criollo haitiano.
- El personal del Cambridge Senior Center (Centro para Adultos Mayores de Cambridge) también puede colaborar con recursos e información.

El Multi-Service Center de la ciudad ayuda a los residentes que tienen problemas de vivienda

- El Multi-Service Center ayuda a las personas que se encuentran sin hogar.
- El Multi-Service Center puede ayudar a las personas a permanecer en sus hogares.
- El personal puede asesorar a las personas para que accedan a todas las prestaciones que tienen a su disposición.

La formación ante situaciones de crisis capacita a la policía para responder a las llamadas

- Los agentes de policía son capaces de comprender mejor los síntomas de las enfermedades mentales.
- Un buen programa Crisis Intervention puede ayudar a disminuir los incidentes graves y mortales.
- Las personas con enfermedades mentales pueden recibir más ayuda.

La pandemia impulsa nuevos enfoques de inseguridad alimentaria

- La pandemia de la COVID-19 reveló que el hambre es un problema importante en Cambridge.
- Los programas nuevos proveen de alimentos a los residentes que se encuentran aislados o en cuarentena.
- Los organismos locales mejoraron el sistema de alimentos de emergencia de la ciudad.

Recordatorio de la COVID-19

- Asegúrese de tener todas las vacunas Y los refuerzos.

Para obtener más información, visite:
cambridgema.gov/TCLSpanish

Avisos importantes nesta publicação do The Cambridge Life

Ajuda com informações sobre Moradias de Baixo Custo

- Solicitar moradia pode ser avassalador.
- O City's Multi-Service Center (Centro Multi-Serviços da Cidade) ou o Housing Liaison Office (Gabinete de Ligação Habitacional) da cidade podem te ajudar.
- Para obter ajuda, ligue para 617-349-6340 ou 617-349-6337.

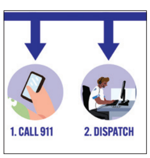
Programa Internet Service Discount

- As famílias com baixos rendimentos podem obter um desconto de $30 por mês.
- As famílias elegíveis também podem obter um desconto único de até $100 por um computador.
- Para se candidatar, ligue para 1-877-384-2575.

Cambridge dá as boas-vindas ao novo Gerente da Cidade, Yi-An Huang

- O Gerente da Cidade é nomeado pelo Cambridge City Council (Conselho Municipal de Cambridge).
- O Gerente da Cidade serve como Diretor Geral da Cidade.
- Yi-An Huang começou a trabalhar para a Cidade em 6 de setembro de 2022.

A cidade de Cambridge está criando um novo Community Safety Department (Departamento de Segurança Comunitária)



- Este departamento fornecerá uma resposta alternativa a chamadas de crise não violentas.
- Ligue para o 911 para relatar um crime, incêndio, emergência médica ou crise de saúde comportamental.
- Ligue para o novo número 988 para relatar uma crise de saúde comportamental não violenta.

Assistentes sociais da cidade fornecem importante Apoio às famílias de Cambridg

- O assistente social da Cambridge Public Library (Biblioteca Pública de Cambridge) pode ajudar pessoalmente ou por telefone. Ela fala Inglês, Espanhol e Crioulo Haitiano.
- A equipe do Cambridge Senior Center (Centro Sênior de Cambridge) também pode ajudar com recursos e informações.

O City's Multi-Service Center (Centro Multi-Serviços da Cidade) ajuda moradores com problemas de moradia

- O Multi-Service Center (Centro Multi-Serviços) atende pessoas em situação de rua.
- O Multi-Service Center (Centro Multi-Serviços) pode ajudar as pessoas a ficarem em suas casas.
- A equipe pode ajudar as pessoas a acessar todos os benefícios disponíveis.

Treinamento de crise prepara a polícia para responder a chamadas

- Os policiais podem entender melhor os sintomas da doença mental.
- Um bom Programa Crisis Intervention pode ajudar a reduzir incidentes graves e fatais.
- Indivíduos com doença mental podem obter mais ajuda.

A pandemia inspira novas abordagens à insegurança alimentar

- A pandemia COVID-19 revelou que a fome é um grande problema em Cambridge.
- Novos programas trazem alimentos aos residentes em isolamento ou quarentena.
- As agências locais melhoraram o sistema alimentar de emergência da Cidade.

Lembrete COVID-19

- Certifique-se de que você está totalmente vacinado E reforçado.

Saiba mais em:
cambridgema.gov/TCLPortuguese

Pages 14-20 are Highlights from this issue of *The Cambridge Life*, translated in multiple languages.

Avi enpòtan nan piblikasyon The Cambridge Life sa a

Èd Enfòmasyon sou Lojman Abòdab

- Aplike pou lojman ka yon tet chaje.
- Multi-Service Center (Sant Milti-Sèvis) vil la oswa Housing Liaison Office (Biwo Lyezon Lojman) kapab edew.
- Pou èd, rele 617-349-6340 oswa 617-349-6337.

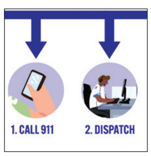
Pwogram Internet Service Discount

- Fanmi ki gen revni fèb yo ka jwenn yon rabè $30 pa mwa.
- Kay ki elijib yo kapab tou jwenn yon rabè yon sèl fwa jiska $100 pou yon òdinatè.
- Pou aplike, rele 1-877-384-2575.

Cambridge akeyi nouvo Manadjè Vil la Yi-An Huang

- Cambridge City Concil (Konsèy Vil Cambridge) la nonmen Manadjè Vil la.
- Manadjè Vil la ap sèvi kòm Ofisye anchèf Egzekitif Vil la.
- Yi-An Huang te kòmanse travay pou vil la nan dat 6 septanm 2022.

Vil Cambridge ap kreye yon nouvo Community Safety Department (Depatman Sekirite Kominotè)



- Depatman sa a pral bay yon repons altènatif pou apèl kriz ki pa vyolan.
- Rele 911 pou rapòte yon krim, dife, ijans medikal, oswa kriz sante konpòtmantal.
- Rele nouvo nimewo 988 la pou rapòte yon kriz sante konpòtmantal ki pa vyolan.

Travayè sosyal vil yo bay fanmi Cambridge yon sipò enpòtan

- Travayè sosyal Cambridge Public Library (Bibliyotèk Piblik Cambridge) ka ede an pèsòn oswa nan telefòn. Li pale Anglè, Espanyol, ak Kreyòl Ayisyen.
- Anplwaye nan Cambridge Senior Center (Sant Prensipal Cambridge la) ka ede tou ak resous e enfòmasyon.

Multi-Service Center (Sant Milti-Sèvis) vil la ede rezidan ki gen pwoblèm pou lojman yo

- Multi-Service Center (Sant Milti-Sèvis) la ede moun ki ap viv nan lari yo.
- Multi-Service Center (Sant Milti-Sèvis) la ka ede moun rete lakay yo.
- Anplwaye yo ka ede moun jwenn aksè nan tout avantaj ki disponib pou yo.

Fòmasyon sou sitiyasyon Kriz Prepare Lapolis la nan Reponn Apèl yo

- Ofisye lapolis yo ka pi byen konprann sentòm maladi mantal.
- Yon bon Pwogram Crisis Intervention Kriz ka ede diminye ensidan grav ak ensidan fatal yo.
- Moun ki gen maladi mantal ka jwenn plis èd.

Pandemi an enspire nouvo apwòch nan ensekirite alimantè

- Pandemi COVID-19 la revele ke grangou se yon gwo pwoblèm nan Cambridge.
- Nouvo pwogram yo pote manje bay rezidan yo nan izolasyon oswa karantèn.
- Ajans lokal yo te amelyore sistèm manje ijans vil la.

Rapèl COVID-19

- Asire w ke w pran vaksen an konplètman E ranfòse.

Aprann plis nan:
cambridgema.gov/TCLHaitiancreole

በዚህ The Cambridge Life እትም ውስጥ ጠቃሚ ማሳሰቢያዎች

የተመጣጣኝ ቤት መረጃ እርዳታ

- ቤት ለማግኘት ማመልከት ከባድ ስራ ሊሆን ይችላል፡፡
- የከተማው Multi-Service Center (ባለብዙ አገልግሎት ማዕከል) ወይም Housing Liaison Office (የመኖሪያ ቤት አገናኝ ቢሮ) ሊያግዝዎት ይችላል፡፡
- ለእርዳታ፣ 617-349-6340 ወይም 617-349-6337 ላይ ይደውሉ፡፡

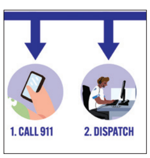
Internet Service Discount ፕሮግራም

- ዝቅተኛ ገቢ ያላቸው ቤተሰቦች በወር የ $30 ቅናሽ ሊያገኙ ይችላሉ፡፡
- ብቁ የሆኑ ቤተሰቦች ለአንድ ኮምፒውተር የአንድ ጊዜ $100 ቅናሽ ሊያገኙ ይችላሉ፡፡
- ለማመልከት፣ 1-877-384-2575 ላይ ይደውሉ፡፡

ካምብሪጅ አዲሱን የከተማ አስተዳዳሪ ዪ-አን ሁዋንግን እንኳን ደህና መጣህ ይላል፡፡

- የከተማው አስተዳዳሪ የተሾመው በCambridge City Council (በካምብሪጅ ከተማ ምክርቤት) ነው፡፡
- የከተማው አስተዳዳሪ የከተማው ዋና ስራ አስፈጻሚ ሆኖ ያገለግላል፡፡
- ዪ-አን ሁዋንግ ለከተማውበሴምቴምበር 6፣ 2022 ላይ መስራት ይጀምራል፡፡

የካምብሪጅ ከተማ አዲስ Community Safety Department (የማህበረሰብ ደህንነት ዲፓርትመንት) እየፈጠረ ነው



- ይህ ዲፓርትመንት የጥቃት ላልሆኑ የአደጋ ስልክ ጥሪዎች አማራጭ ምላሽን ያቀርባል፡፡
- ወንጀልን፣ የእሳት አደጋን፣ የሕክምና ድንገተኛ አደጋ ወይም የባሕርይ ጤና ቀውስ ሪፖርት ለማድረግ ወደ 911 ይደውሉ፡፡
- አዲሱን 988 ቁጥር በመደወል ዓመፅ የሌለበትን የባሕርይ ችግር ሪፖርት ማድረግ ይቻላል፡፡

የከተማ ማህበራዊ ሠራተኞች ለካምብሪጅ ቤተሰቦች ጠቃሚ ድጋፍ ይሰጣሉ

- Cambridge Public Library (የካምብሪጅ የሕዝብ ቤተ መጻሕፍት) ማህበራዊ ሠራተኛ በአካል ወይም በስልክ ሊረዳ ይችላል፡፡ እንግሊዝኛ፣ ስፓንኛና የሄይቲ ክሪዮል ትናገራለች፡፡
- በተጨማሪም Cambridge Senior Center (በካምብሪጅ አዛውንት ማዕከል) ውስጥ ያሉ ሠራተኞች በግብአቶችና በመረጃ ሊረዱይችላሉ፡፡

የከተማው Multi-Service Center (ባለጥምር አገልግሎት ማዕከል) ነዋሪዎችን በመኖሪያ ቤት ስጋት ላይ ያግዛል

- Multi-Service Center (ባለጥምር አገልግሎት ማዕከል) የመኖሪያ ቤት እጦት ያጋጠማቸውን ሰዎች ይረዳል፡፡
- Multi-Service Center (ባለጥምር አገልግሎት ማዕከል) ሰዎች በቤታቸው እንዲቆዩ ሊረዳቸው ይችላል፡፡
- ሠራተኞች ሰዎች ሊያገኟቸው የተገባቸውን ጥቅሞች በሙሉ እንዲያገኙ ሊረዷቸው ይችላሉ፡፡

የዓመፅ ሥልጠና ፖሊሶች ለጥሪዎች ምላሽ እንዲሰጡ ያዘጋጃቸዋል

- የፖሊስ መኮንኖች የአእምሮ ሕመም ምልክቶችን በተሻለ መንገድ መረዳት ይችላሉ፡፡
- ጥሩ የCrisis Intervention ፕሮግራም ከባድና ለሞት የሚዳርጉ አደጋዎችን ለመቀነስ ይረዳል፡፡
- የአእምሮ ሕመም ያለባቸው ሰዎች ተጨማሪ እርዳታ ሊያገኙ ይችላሉ፡፡

ወረርሽኝ ለምግብ አለመረጋጋት አዲስ አቀራረቦችን ያነሳሳል

- የኮቪድ-19 ወረርሽኝ በካምብሪጅ ረሃብ ዋነኛ ችግር እንደሆነ አመልክቷል፡፡
- አዳዲስ ፕሮግራሞች ለብቻቸው ወይም ተገልለው ለሚኖሩ ነዋሪዎች ምግብ ያመጣሉ፡፡
- የአካባቢው ድርጅቶች የከተማዋን አስቸኳይ የምግብ ሥርዓት አሻሽለዋል፡፡

COVID-19 ማሳሰቢያ

- ሙሉ በሙሉ እንደተከተቡና ማጠናከርያ እንደወሰዱ እርግጠኛ ይሁኑ፡፡

በተጨማሪም በ **cambridgema.gov TCLAmharic** ላይ ይማሩ

ملاحظات مهمة في هذا المنشور من The Cambridge Life

مركز Multi-Service Center يساعد الخدمات المتعددة) في المدينة السكان في المسائل المتعلقة بالسكن

• يساعد Multi-Service Center (مركز الخدمات المتعددة) الأشخاص المشردين.

• يمكن أن يساعد Multi-Service Center (مركز الخدمات المتعددة) الأشخاص على البقاء في منازلهم.

• يمكن للموظفين مساعدة الأشخاص في الحصول على جميع المزايا المتاحة لهم.

يُهيئ التدريب على الأزمات ضباط الشرطة للرد على المكالمات

• يُمكن لضباط الشرطة فهم أعراض الأمراض العقلية بشكل أفضل.

• يوجد برنامج جيد للتدخل في الأزمات وهو برنامج Crisis Intervention والذي يمكن يمكن أن يساعد في تقليل الحوادث الخطيرة والكارثية.

• يمكن للمصابين بأمراض عقلية الحصول على المزيد من المساعدة.

يلهمنا الوباء نُهُجاً جديدة للتعامل مع انعدام الأمن الغذائي

• كشف وباء COVID-19 أن الجوع يمثل مشكلة رئيسية في كامبريدج.

• هناك برامج جديدة لإحضار الطعام للسكان المعزولين أو الخاضعين للحجر الصحي.

• قامت الوكالات المحلية بتحسين نظام الغذاء في حالات الطوارئ في المدينة.

تذكير بخصوص فيروس COVID-19

• تأكد من حصولك على اللقاح والجرعات المنشطة بالكامل

تعرف على المزيد على:
cambridgema.gov/TCLArabic

المساعدة بمعلومات السكن ميسور التكلفة

• قد يكون من المرهق التقدم بطلب للحصول على سكن.

• يمكن الحصول على المساعدة من Multi-Service Center (مركز الخدمات المتعددة) أو Housing Liaison Office (مكتب تنسيق الإسكان) في المدينة.

• للمساعدة اتصل على 617-349-6340 أو 617-349-6337.

برنامج Internet Service Discount

• يمكن للأسر منخفضة الدخل الحصول على خصم شهري بقيمة $30 دولار.

• يمكن للأسر المؤهلة أيضاً الحصول على خصم لمرة واحدة يصل إلى $100 دولار لشراء جهاز كمبيوتر.

• للتقدم بطلب اتصل على 1-877-384-2575.

كامبريدج ترحب بمدير مجلس المدينة الجديد السيد يي آن هوانج

• يتم تعيين مدير مجلس المدينة من قبل Cambridge City Council (مجلس مدينة كامبريدج).

• يعتبر مدير مجلس المدينة بمثابة الرئيس التنفيذي لها.

• بدأ يي آن هوانج العمل في المدينة في 6 سبتمبر 2022.

تعمل مدينة كامبريدج على إنشاء Community Safety Department (إدارة جديدة للسلامة المجتمعية)

• ستقوم هذه الإدارة بتوفير بديل للرد على مكالمات الأزمات التي لا تنطوي على عنف.

• اتصل برقم 911 للإبلاغ عن الجرائم أو الحرائق أو حالات الطوارئ الطبية أو أزمات الصحة السلوكية.

• اتصل برقم 988 الجديد للإبلاغ عن أزمات الصحة السلوكية التي لا تنطوي على عنف.

يقدم الأخصائيون الاجتماعيون بالمدينة دعماً هاماً لعائلات كامبريدج

• يُمكن للأخصائيين الاجتماعيين بـ Cambridge Public Library (مكتبة كامبريدج العامة) تقديم المساعدة بشكل شخصي أو عبر الهاتف. تتحدث الإنجليزية والإسبانية والكريولية الهايتية.

• يمكن لموظفي Cambridge Senior Center (مركز كامبريدج لرعاية كبار السن) تقديم المساعدة من خلال الموارد والمعلومات.

Pages 14-20 are Highlights from this issue of *The Cambridge Life,* translated in multiple languages.

The Cambridge Life লাই এই প্রকাশনায় গুরুত্বপূর্ণ বিজ্ঞপ্তি

সাশ্রয়ী মূল্যের আবাসন বিষয়ক তথ্য সহায়তা

- আবাসনের জন্য আবেদন করা ভীতিকর হতে পারে।
- নগর Multi-Service Center (বহুমুখী-সেবা কেন্দ্র) বা Housing Liaison Office (আবাসন লিয়াজো অফিস) সাহায্য করতে পারে।
- সহায়তার জন্য, 617-349-6340 বা 617-349-6337 নম্বরে কল করুন।

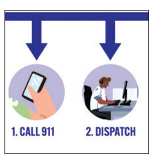
Internet Service Discount কর্মসূচি

- নিম্ন আয়ের পরিবার প্রতি মাসে $৩০ ছাড় পেতে পারে।
- যোগ্য পরিবারগুলোও একটি কম্পিউটারের জন্য $১০০ পর্যন্ত এককালীন ছাড় পেতে পারে।
- আবেদনের করতে, 1-877-384-2575 নম্বরে কল করুন।

Cambridge নতুন City Manager ই-আন হুয়াংকে স্বাগত জানায়

- নগর ব্যবস্থাপককে Cambridge City Council (ক্যামব্রিজ নগর পরিষদ) দ্বারা নিযুক্ত করা হয়।
- নগর ব্যবস্থাপক নগর প্রধান নির্বাহী কর্মকর্তা হিসেবে কাজ করেন।
- ই-আন হুয়াং ৬ সেপ্টেম্বর, ২০২২ থেকে শহরের জন্য কাজ শুরু করেন।

Cambridge সিটি একটি নতুন Community Safety Department (সম্প্রদায় নিরাপত্তা বিভাগ) তৈরি করছে



- এই বিভাগটি অহিংস, সংকট মুহূর্তে বিকল্প প্রতিক্রিয়া প্রদান করবে।
- একটি অপরাধ, আগুন, জরুরি চিকিৎসা বা আচরণগত স্বাস্থ্য সংকটের রিপোর্ট করতে 911 এ কল করুন।
- একটি অহিংস, আচরণগত স্বাস্থ্য সংকট রিপোর্ট করতে নতুন 988 নম্বরে কল করুন।

শহর সামাজিক কর্মীরা Cambridge পরিবারকে গুরুত্বপূর্ণ সহায়তা প্রদান করেন

- Cambridge Public Library (ক্যামব্রিজ গণ গ্রন্থাগার) সামাজিক কর্মী ব্যক্তিগতভাবে বা ফোনে সাহায্য করতে পারেন। তিনি ইংরেজি, স্প্যানিশ এবং হাইতিয়ান ক্রেওল ভাষায় কথা বলেন।
- Cambridge Senior Center (ক্যামব্রিজ ঊর্ধ্বতন কেন্দ্র) এর কর্মীরা সম্পদ এবং তথ্য দিয়ে সহায়তা করতে পারেন।

নগরের Multi-Service Center (বহুমুখী-সেবা কেন্দ্র) আবাসন সংক্রান্ত উদ্বেগ নিয়ে বাসিন্দাদের সাহায্য করে

- Multi-Service Center (বহুমুখী-সেবা কেন্দ্র) এমন মানুষজনকে সাহায্য করে যারা গৃহহীনতার সম্মুখীন হচ্ছে।
- Multi-Service Center (বহুমুখী-সেবা কেন্দ্র) মানুষজনকে তাদের বাড়িতে থাকতে সাহায্য করতে পারে।
- কর্মীরা মানুষজনকে তাদের কাছে উপলভ্য সকল সুবিধা পেতে সহায়তা করতে পারে।

সংকটকাল প্রশিক্ষণ পুলিশকে কলে সাড়া দেওয়ার জন্য প্রস্তুত করে

- পুলিশ অফিসাররা মানসিক অসুস্থতার লক্ষণগুলো আরও ভালভাবে বুঝতে পারেন।
- একটি ভাল Crisis Intervention কর্মসূচি গুরুতর এবং মারাত্মক ঘটনা কমাতে সাহায্য করতে পারে।
- মানসিক রোগে আক্রান্ত ব্যক্তিরা আরও সাহায্য পেতে পারেন।

মহামারী খাদ্য নিরাপত্তাহীনতার জন্য নতুন পদ্ধতিকে অনুপ্রাণিত করে

- কোভিড-১৯ মহামারী প্রকাশ করেছে যে Cambridge এ ক্ষুধা একটি বড় সমস্যা।
- নতুন প্রোগ্রামগুলো আইসোলেশনে থাকা বাসিন্দাদের জন্য খাবার নিয়ে আসে।
- স্থানীয় সংস্থাগুলো শহরের জরুরি খাদ্য ব্যবস্থার উন্নতি করেছে।

কোভিড-১৯-এর রিমাইন্ডার

- নিশ্চিত হোন যে আপনি সবগুলো টিকা নিয়েছেন এবং সুরক্ষিত আছেন।

এখান থেকে আরও জানুন:
cambridgema.gov/TCLBengali

Pages 14-20 are Highlights from this issue of *The Cambridge Life*, translated in multiple languages.

本 The Cambridge Life 出版物中的重要通知

经济适用住房信息帮助

- 申请住房会使人感到困难。
- 该市的Multi-Service Center（多服务中心）或Housing Liaison Office（住房联络办公室）可以提供帮助。
- 如需帮助，请拨打617-349-6340或617-349-6337。

Internet Service Discount 计划

- 低收入家庭每月可获30美元优惠。
- 符合资格的家庭还可一次性获得最多100美元的电脑优惠。
- 如需申请，请致电1-877-384-2575。

剑桥迎来新的市经理 Yi-An Huang

- 市经理由Cambridge City Council（剑桥市议会）任命。
- 市经理是城市的首席执行官。
- Yi-An Huang将于2022年9月6日上任。

剑桥市正在建立新的Community Safety Department（社区安全部）

- 如有非暴力紧急呼叫，该部门将提供替代性应答。
- 如需报告犯罪活动、火灾、医疗紧急事故或行为健康危机，请致电911。
- 如需报告非暴力行为健康危机，请致电新号码——988。

该市的社会工作者为剑桥家庭提供重要的支持

- Cambridge Public Library（剑桥公共图书馆）的社会工作者可在现场或通过电话提供帮助。其可支持英语、西班牙语以及海地克里奥尔语。
- Cambridge Senior Center（剑桥青少年中心）的工作人员也可以提供资源和信息的帮助。

该市的 Multi-Service Center帮助居民解决住房问题

- Multi-Service Center为无家可归的人提供帮助。
- Multi-Service Center可以帮助他们找到栖身之地。
- 工作人员可以为这些人提供帮助，使他们获得可用的福利。

危机训练让警察做好应对呼叫的准备

- 警察可以更好地了解精神疾病的症状。
- 一个良好的Crisis Intervention计划可有助于减少严重、致命事件的发生。
- 患有精神疾病的个人可以获得更多帮助。

大流行促使应对粮食不安全问题的新方法出现

- 在COVID-19疫情之下，饥饿是剑桥市的一个主要问题。
- 新计划为隔离或检疫隔离的居民提供食物。
- 地方政府改善了该市的应急食物系统。

COVID-19 提醒

- 请确认您已经完全接种疫苗并接种了加强针。

如需了解更多信息，请访问
cambridgema.gov/TCLChinese

የህዝብ ጤና መረጃ

የኮቪድ-19 መከላከያዎ ወቅቱን የጠበቀ ነው?

- መከተብዎን እና የክትባት ማጠናከሪያ መውሰድዎን እርግጠኛ ይሁኑ!
- እድሜው 5 እና ከዛ በላይ የሆነ ሁሉም ሰው የክትባት ማጠናከሪያ መውሰድ አለበት።
- ዕድሜዎ ከ50 በላይ ከሆነ ሁለት የክትባት ማጠናከሪያዎችን እንዲወስዱ ይመከራሉ።
- አይጠብቁ – የሚመቾትን ቦታ **vaxfinder.mass.gov** ላይ በመሄድ ያግኙ።

ኮቪድ-19 ፖዘቲቭ ነዎት? ሕክምና ያግኙ!

በዕድሜ ወይም በጤና ምክንያት በኮቪድ-19 ለከባድ ህመም ተጋላጭ ከሆኑ እና ኮቪድ-19 ፖዘቲቭ ሆነው ምልክቶችን የሚያሳዩ ከሆነ ወድያውኑ ህክምና ማግኘትዎን ያረጋግጡ። በርካታ ነፃ መድኃኒቶች ይገኛሉ። ተጨማሪ መረጃ **Cambridgema.gov/freecovid19treatments** ላይ ያግኙ።

የየዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) ወቅታዊ መረጃ፡-

የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) በቫይረስ የሚመጣ በሽታ ሲሆን እስከ ቅርብ ጊዜ አሜሪካ ውስጥ እምብዛም ታይቶ አያውቅም። የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) ለመጀመሪያ ጊዜ በዩናይትድ ስቴትስ ሜይ ላይ ሪፖርት የተደረገ ሲሆን ከዚያም በበጋው ወቅት ተጨማሪ ሪፖርቶች ተደርገዋል። የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) በቅርበት፣ ግላዊ፣ ብዙውን ጊዜ በቆዳ-ለቆዳ ንክኪ ወደማንኛውም ሰው ሊተላለፍ ይችላል። እንዲሁም የጉንፋን መሰል ምልክቶች ሊኖረውም ላይኖረውም በሚችል ሽፍታ ይታወቃል። የካምብሪጅ የህዝብ ጤና መምሪያ ሁኔታውን በቅርበት መከታተሉን ይቀጥላል።

የዝንጀሮ ፈንጣጣ *(Monkeypox)* ን ለመከላከል የሚከተሉትን እርምጃዎች ይውሰዱ፡-

- የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) የሚመስል ሽፍታ ካለባቸው ሰዎች ጋር የቅርብ፣ ቆዳ-ለቆዳ ንክኪ ያስወግዱ።
- የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) የያዘውን ሰው ሽፍታም ሆነ የቁስል ቅርፊት አይንኩ።
- የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) ከያዘው ሰው ጋር አይሳሳሙ፣ አይተቃቀፉ ወይም የግብረ-ስጋ ግንኙነት አይፈፅሙ።
- የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) ከያዘው ሰው ጋር የመመገቢያ ዕቃዎችንም ሆነ የመጠጫ ኩባያዎችን አይጋሩ።
- የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) የያዘውን ሰው የመኝታ ቦታ፣ ፎጣዎች ወይም ልብሶች አይንኩ።
- እጅዎን ብዙ ጊዜ በሳሙና እና ውሃ ይታጠቡ ወይም የአልኮል የእጅ ማፅጃ ይጠቀሙ።

ለዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox) ተጋልጫለው ብለው ካሰቡ ስለክትባት እና ህክምና መረጃ ለማግኘት ወድያውኑ የጤና እንክብካቤ ሰጪዎን ያግኙ። ተጨማሪ መረጃን፦ **Cdc.gov/poxvirus/የዝንጀሮ ፈንጣጣ (Monkeypox)** ላይ ያግኙ።