لێکۆڵینەوەی تەندروستی و باشگوزەرانی کۆچبەران واتا

Maamu

MAAMU

زانیاری لەبارەی لێکۆڵینەوەی تەندروستی و باشگوزەرانیی کۆچبەران

بەهۆی ئەو لێکۆڵینەوەیەوە زانیاریی گرینگ و نوێمان دە ست دە کە ویت سە بارە ت بە تە ندروستی کۆچبە ران.

ئامانجی لێکۆڵینە وپێش خستنی باشگوزە رانی کۆجبە ران و خێزا نە کانیانە.

- پێش خستن و گەشەپێدانی تەندروستی وە کەمکردنەوەی جیاوازی تەندروستی
- یارمەتیدانی نیشتەجێبونی کۆچبەران، کار پەیداکردنیان و سەرکەوتنیان لە ژیانی کاردا
- دابینکردنی ئەو خزمەتگوزاریانەی کە کۆچبەران پێویستیان پێیە تی

لە ڕێگەی زانیاری لێکۆڵینەوەکەوە هەروەها ئەو کێشانەی کە پەیوەندیان بە ژیانی کار کردەنەوە هەیە دەتوانین تەداخولیان تێدا بەکەین و لە جاری جاران باشتر ڕێگا چارەیان بۆ بدۆزینەوە.

بە شدارانی لێکۆڵینە وە

- زانیاری گرینگتان سەبارەت بە تەندروستیتان بە دە ست دە کە ویت
- ئەمجا ئەتوانن کاریگەریتان هەبێت لە سەر ئەوەی، کە چی جۆرە خزمەتگوزاریەکتان پێشکەش بکرێت لە داهاتودا، بۆ خێزانەکانتان و گرووپە جیاوازەکانی کۆچبەران

لە نێوان هەموو بەشدار بووانی ئەم لێکۆڵینەوەیەدا کۆمەڵێک پێشکەشی وەکو دیاری دەست خۆشانە بە شیوازی تیر و پشک دابەش دەکرێت.

MAAMU

بۆزانیاری زیاتر

Anu Castaneda (ئانو کاستانەدا)
لێکۆڵەرەوەی تایبەت تەلەفۆن 020 610 8597

Shadia Gaily (شادیە گایلو)
ڕێکخەری پڕۆژەکە: تە لە فۆن 020 610 8537

Mulki Mölsä (موڵکی مۆلسە)
دکتۆری لێکۆڵەر: تە لە فۆن 020 610 8718

ێیمە یل: etunimi.sukunim@thl.fi

تە لە فۆن بە خۆرایی بە زمانانی جۆرواجۆر

کوردی، فارسی. 0800 140 011
سۆماڵی. 0800 140 012
ڕووسی. 0800 140 013

مامو لە فێس بووکا
www.facebook.com/maamututkimus

کێڵا، خەزێنەی سۆشیاڵی ئەورۆپا، (ESR) هەروەها پروژەی خەزێنەی پارێزەری کار لە ژێر ناوی سەرکەوتنی کۆچبەران لە کارو شوێنی کاردا. شەریکەکانی کاری هاوبەشمان لەم پروژەدا ئەمانەن: وەزارەتی تەندروستی و کۆمەڵایەتی، دەزگای تەندروستی کار و ئەو شەش شارەی کە لێکۆڵینەوەکەی تیادا ئەنجام دەدرێت.

Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto
Vipuvoimaa EU:lta 2007–2013

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

www.thl.fi/maamu

لێکۆڵینەوەی مامو (Maamu) واتا کۆچبەران چیە؟

مامو یە کە مین لێکۆڵینە وە ی دانیشتوانی فینلە ندا مەبەست لەو لێکۆڵینەوەیە، کۆکردنەوەی زانیاریە سەبارەت بە ئەو کۆچبەرە گەورەساڵانە ی کە کۆچیان کردووە بۆفینلە ندا.

ئەم لێکۆڵینەوەیە دەزگای تەندروستی و باشگوزەرانی

(THL) پێی هەڵدەسێت ,

کە ئەم دەزگایە سەبارەت بە تەندروستی و باشگوزەرانی فینلاندی زانیاری بە دەست هێناوە و بەشێوازی جۆراوجۆر لێکۆڵینەوەی لە سەر دانیشتوانی فینلاند کردووە.

هەروەها بەرپرسی ئەو بەشەی ئامانجی لێکۆڵینەوەکەیە کە پەیوەندیان بە تەندروستی کارەوە هەیە.

دەزگای تەندروستی و باشگوزەرانی دەستی کردوە بە یەکەم لێکۆڵینەوەی دانیشتوانی فینلەند کە تیایدا بە تایبەت لە سەر تەندروستی و باشگوزەرانی کۆچبەران دەکۆڵێتەوە.

دەزگای تەندروستی کاری وڵات کە بەڕێوبەری چونە سەر کار و باشگوزەرانی کرێکارانە.

گشت ئەو کەسانەی کە بانگهێشت کراون و هەروەها بەشداریکردنی ئەوان لەم لێکۆڵینەوەدا گرینگە .

Seppo Koskinen

سێپپۆ کۆسکینێن

دوکتۆرا لە زانستی پزیشکی، پرۆفێسۆری لێکۆڵینە ئامۆژگا تەندروستی و باشگ

کێن ئەوانەی بانگهشت دەکرێن بۆ لێکۆلینەوەکە؟

گەورەسالّی سۆمالّی و ڕوسی و کورد بانگهێش دەکەین.

ئەوانە هەڵدەبژێردرێن بۆ ئەم لێکۆڵینەوەیە کە تەمەنیان لە نێوان 64–18ساڵان بێت و لە سۆمالّی، ڕوسیا، یەکیەتی سۆڤیەت، ئێران یان ئێراق لە دایک بوبێتن و زمانی دایکیان سۆمالّی، ڕوسی یان کوردی. هەروەها ئەوانەی لە روسیا لە دایک بووبن کە زمانی فینلەندی زمانی دایکیانە و قسەی پێدەکەن لەم لێکۆڵینەوەیەدا بەشدارن.

ئەو کەسانەی کە بۆ لێکۆڵینەوەکە هەڵدەبژێردرێن لەناو دانیشتواندا ناویان بە تیروپشکی و خۆوبەختان بە پرۆگرامی نموونە بژێر دەردەچێت و ئە وان نموونە ی گرووپی کۆچبە را نن.

بۆ 3000 کە س بانگهێشت دە نێرین کە دووای گێشتنی بانگهێشت نامە کان، پیوە ندیان لە گە ڵ دە کرێت.

بە مەبەستی باش تێگەیشتن لە ئەم لێکۆڵینەوەیە بە هەموو ئەو کەسانەی کە لە لێکۆڵینەوەکەدا بەشداری دەکەن زانیاری و ڕێنمایی زیاتر بە زمانی دایکیە تیان پێدەدرێت.

دەزگای تەندروستی و باشگوزەرانی بەرپرسە لە مەوادەکانی لێکۆڵینەوەکە، لای خۆی دەیپارێزێت و زانیاریەکانی بەوپەڕی متمانەوە تاوتوێ دەکات. دەزگای تەندروستی و باشگوزەرانی یاسای نهێنی پاراستن و زانیاریە کەسێتیەکان پێڕەو دەکات.

زانیاریە کەسێتیەکانتان بەوپەڕی نهێنی دەپارێزرێن.

لێکۆڵینەوەکە چۆن دەکرێت؟

لێکۆڵینەوەکە بە دوو بەش دەکرێت: چاوپێکەوتن و پشکنینە تەندروستی.

چاوپێکەوتن

ئەو کەسانەی کە چاوپێکەۆتنی پرسیارو وڵام ئەنجام دەدەن و هەروەها پەرستاری خزمەتی لێکۆڵینەوە کە هەڵدەستێت بە پشکنینی تەندروستی، بە زمانی سۆمالی، ڕووسی یان کوردی قسەت لە گەڵ دەکەن.

لە چاو پێکە وتنە کاندا پرسیاری ئە م شتانە ت لێ دە کرێت

- باری تە ندروستیت و نە خۆشیە کانت
- بارودۆخی ژیانت
- چی جۆرە تاقیکردنەوەیەکت(ئەزموون و هەڵسەنگاندن) هەیە لە بارەی خزمەتی تەندروستیی فینلەندی و ئەو کۆمەک و یارمەتیە کۆمەڵایەتیانەی کە وەری دەگریت.

پشکنینی تەندروستی

پشکنینە تەندروستیەکانیش لە بنکەی تەندروستی شارەکەی خۆت ئەنجام دەدرێت و بە خۆراییە.

لە پشکنینی تە ندروستیدا

- پێوانەی بەژن، کێشانەی قورسایی، فشاری خوێن، ترپەی دڵ، پێوانەی سمت و کەمەر، هیمۆگلۆبین
- پشکنینی ناو دەم و ددان
- پێوانەی توانای کارکردن
- هەروەها لە تاقیگای بنکەی تەندروستیدا نمونەی خوێنیش بە ڕە زامە ندی وەردەگرن. لە نمونەی خوێنەکەتدا زیاترینی ڕێژەی شکری خوێن، کۆلێسترۆڵی خوێن(چەوری خوێن)، ڤیتامین دی(ویتامین– دی) هەروەها فەحسی کاری جگەر و ڕێژەی ئیلتێهاب و هەو کردنی دەپشکنرێت.

- لە ساڵەکانی 2011 - 2010 دا لە هێلسنکی.
- لە سالّی 2011 لە ئێسپۆ ۆ ڤانتا
- لە ساڵەکانی 2012 - 2011 شدا لە تورکو و تامپێرێ و ڤاسا