ዋዕላ ኣይኸን ክራኽት (Eigen Kracht)*

ምስ ኣይኸን ክራኽት ብሓባር ብምዃን... ንመጻኢ ኹም ዝኸውን ውጥን ምድላው!

EIGEN KRACHT CENTRALE

ዝኾነ ዘጋጠመ ኣጸጋሚ ነገር ኣሎ ድዩ?

ዝኾነ ደስ ዘይበለካ ኣጸጋሚ ነገር ኣሎ ድዩ?
ወይ ዝኾነ ከመሓየሽ ዘለዎ ነገር ኣሎ ድዩ?

ኣብ ገዛ፣ ኣብ ስራሕ ወይ ኣብ ነጻ ግዜኻ
ጽቡቐ ምኻድ ዝኣበየካ ኣሎ ድዩ?
ብዛዕብኡ ክትዘራረብ ትደልይ ዲኻ?
ከምዚ እንተኾይኑ ኣይኸን ክራኽት ንዓኻን
ንስድራ-ቤትካን ክሕግዘኩም ይኽእል እዩ፡፡

እዚ ኸ ብኸመይ ይካየድ?

ንስኻን ንስድራ-ቤትካን፣ ቤተሰብካ፣
ኣዕሩኽትኻ፣ መሓዙትካን ከምኡ እውን ሓደ
ሓደ ግዜ ተሓጋጋዚኻ (hulpverlener) ብሓባር
ንምዝታይ ትእከቡ፡፡
እዚ ድማ ዋዕላ ኣይኸን ክራኽት ተባሂሉ
ይጽዋዕ፡፡

ምስ ነሓድሕድኩም ድሕሪ ምምደያጥ
ድማ ብሓባር ንመጻኢ ዘገልግል ውጥን
ከተዳልዉ ኢኹም፡፡

ኣብቲ ዋዕላ መን ምሳኻ ክሳተፍ ትደልይ?

ክሕግዘካ ዝኽእል ሰብ፣ ባዕልኻ
ክትመርጽ ትኽእል ኢኻ።

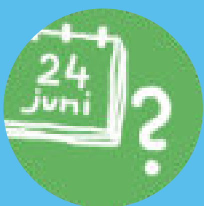
ሓፍትኻ፣ ሓውኻ፣ ዓርክኻ፣ መሓዛኻ፣
ኣቦኻ፣ ኣደኻ፣ መማህርትኻ ዝነበረ ሰብ፣
መሳርሕትኻ ወይ እውን ንዓኻ ዝብጽሑኻ
ካልኦት ሰባት ክትመርጽ ትኽእል ኢኻ።

ንዓኻ ብፍላይ ክሕግዘካ ዝኽእል ሰብ
ክትመርጽ ትኽእል ኢኻ።
እዚ ኸኣ ‘ፍሉይ ሓጋዚ’ ተባሂሉ ይጽዋዕ።
ንሱ ወይ ንሳ፣ ንኣብነት፣ ነቲ ክትብሎ ዝደለኻ
ነገር ንኽትገልጽ ምእንቲ ይሕግዘካ።

ነቲ ናይ ዘተ ምትእኽኻብ መን የዋድዶ?

ንዓኻ ዝሕግዝ ሓደ ናይ ኣይኸን ክራኽት ሰብ ኣሎ።
እዚ ሰብ ድማ 'ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት' ይበሃል።

እቲ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት፣ ኣብቲ ዘተ መን ምሳኻ ክሳተፍ ከም እትደሊ ይሓተካ። ንነፍስወከፍ ሰብ ድማ ናብቲ ዘተ ንኽመጽእ ይሓትት።



ምስ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት ብሓባር ብምዃን፣ እቲ ናይ ዘተ ምትእኽኻብ ዝካየደሉ ዕለትን ሰዓትን ትውስኑ። ብተወሳኺ ዘተ ዝካየደሉ ቦታ እውን ትውስኑ።

እቲ ናይ ዘተ ምትእኽኻብ ኣብ ዝካየደሉ እዋን ዕረፍቲ ክትሓትት ትኽእል ኢኻ፡፡ስለዚ ሽዕኡ ናብ ካልእ ክፍሊ ክትከይድ ትኽእል ኢኻ ማለት እዩ፡፡

ዝብላዕ፣ ዝስተይ፣ ወይ ዝኾነ ካልእ ነገር ምስ እትደሊ እውን ይከኣል እዩ፡፡

ነዚ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት ከዋድዶ እዩ፡፡

ዘተ ምትእኽኻብ

1.

ንስኻ ምስ ስድራ-ቤትካ፣ ቤተሰብካ፣ ኣዕሩኽትኻ፣ መሓዙትካን ተሓጋጋዚን ብሓባር ትእከቡ። ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት ድማ ንነፍስወከፍ ሰብ ምስንሓድሕዶም የላልዮም።

2.

ንምፍላጡ ኣገዳሲ ብዛዕባ ዝኾነ ጉዳይ ሓበሬታ ይወሃብ። ብኸምዚ መንገዲ ድማ ጽቡቐ ውጥን ከተዳልዉ ትኽእሉ። ነፍስወከፍ ሰብ ክሓትትን ክዛረብን ይኽእል እዩ።

3.

ብድሕሪኡ እቲ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት፣ ምናልባት እውን ተሓጋጋዚ ምስዝህሉ፣ ንኽትዝትዩ ምእንቲ ንዓኻትኩም ንበይንኹም ሓዲጎምኹም ይወጹ።

4.

ሽዕኡ ምስ ስድራ-ቤትካን ኣዕሩኽትኻ/ መሓዙትካን ብሓባር ውጥን ከተዳልዉ ኢኹም፡፡ እዚ ውጥን ድማ ክጸሓፍ እዩ፡፡

5.

እቲ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኽት፣ ምናልባት እውን ተሓጋጋዚ ምስዝህሉ፣ እንደገና ተመሊሶም ይመጹ፡፡ ብዛዕባ እቲ ዘዳለኹሞ ውጥን ትነግርዎም፡፡

6.

ብድሕሪኡ ነቲ ውጥን ንምዕዋት ክትሰርሑ ኢኹም፡፡ ምስ ነንሓድሕድኩም ብኸመይ ቀጻሊ ሓበሬታ ከም እትለዋወጡ ድማ ትሰማምዑ፡፡

7.

ኣብ መወዳእታ ነፍስወከፍ ሰብ ናብ ገዝኡ ይኸይድ፣
ኣብቲ ውጥን ዝሰፈረ ንክትግበር ኸኣ ይሰርሕ፡፡

ዋዕላ ኣይኸን ክራኸት ንኽካየድ ክንደይ ዝኸውን ግዜ ይወስድ?

ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኸት፣ ብዝተኻእለ መጠን ብዙሓት ንዓኻ ኣገደስቲ ዝኾኑ ሰባት ንምእካብ ክፍትን እዩ።

ምስ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኸት ብሓባር ብምኻን ድማ፣ እቲ ዋዕላ ኣይኸን ክራኸት መዓስ ክካየድ ምኧኑ ትውስኑ። ብኸምዚ ድማ እቲ ዝካየደሉ ዕለት ቀልጢፍካ ክትፈጦ ትኽእል።

ብኸመይ ይኞጽል?

ዋዕላ ኣይኸን ክራኸት ንመጻኢኻ ዝምልከት ውጥን እንተዳልውሉ ኣገባብ እዩ።

ንስኻ፣ ስድራ-ቤትካን ተሓጋጋዚን ተሓባቢርኩም ነቲ ውጥን ኣብ ተግባር ከተውዕልዎ ኢኹም።

እቲ ውጥን ከመይ ይኸይድ ከምዘሎ ምስ ነንሓድሕድካ ምዝርራብ መብዛሕትኡ ግዜ ሓጋዚ እዩ።

ብዙሕ ኣሳልጦን ዓወትን ንምነየልኩም!

ንዋዕላ ኣይኸን ክራኽት ዝምልከት ምስላዊ ተንቀሳቓሲ-ፊልም ኣብ ዩትዩብ (YouTube) ክትረኽቦ ትኽእል ኢኻ። እቲ ምስላዊ ተንቀሳቓሲ-ፊልም፣ ኣይኸን ክራኽት ብኸመይ ከምዝካየድ ዝገልጽ እዩ።

ኣብዚ ታሕቲ ድማ ካብቲ ምስላዊ ተንቀሳቓሲ-ፊልም ዝተወስደ ስእሊ ንኣብነት ቀሪቡ ኣሎ።

ነቲ ምስላዊ ተንቀሳቓሲ-ፊልም ንኽትርእዮ ምእንቲ ነዚ ኣብ ታሕቲ ዝርከብ ኮድ ብካሜራ ናይ ሞባይልካ ስካን ግበሮ።

ወይ ድማ ኣብዚ ዝስዕብ መተሓላለፊ ጠውቕ፡ https://youtu.be/2g87a8kjqjU

ብዛዕባ ናትካ ኣወሃሃዲ ኣይኸን ክራኸት፣

ስም ....

ቁጽሪ ተሌፎን ....

ኣነ ንህይወተይ ኣገዳሲ እዩ ኢለ ዝሓስቦ፤

....

....

....

ኣብ ዋዕላ ኣይኸን ክራኸት ምሳይ ንኽሳተፉ ዝደልዮም ቤተሰብን ኣዕሩኽትን መሓዙትን፤

....

....

....

....

ንዓይ ዝሓገዙኒ ወይ ኣብ መጻኢ ክሕግዙኒ ዝኽእሉ ተሓጋገዝቲ፤

....

....

....

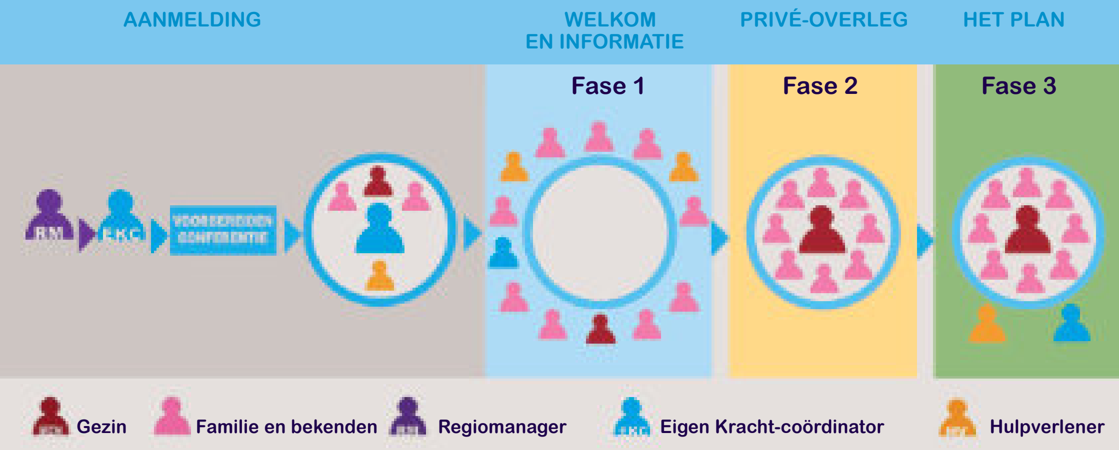
....

ዋዕላ ኣይኸን ክራኸት ኣብ ዝካየደሉ እዋን፣ ኣነ እዚ ዝስዕብ ዝብላዕን ዝስተይን ንኽህሉው እደልይ እየ፤

....

....

ስእላዊ መግለጺ ናይ ዋዕላ ኣይኸን ክራኽት



ሰራሕተኛታት ናይ ኣይኸን ክራኽት ሰንትራል (Eigen Kracht Centrale) ኣብ ብምልኡ ኔዘርላንድ ይሰርሑ እዮም። ብዛዕባ እዚ ተወሳኺ ክትፈልጥ እንተትደሊኻ ናብ ቍጽሪ ተሌፎን፡ 085 – 049 85 64 ደውል ወይ መልእኽቲ ኢ-መይል ናብ info@eigen-kracht.nl ልኣኽ።

© EKC 2022

ነዚ ሓበሬታዊ-ጽሑፍ ኣብ ምድላው ንዝተሓባበሩ ኩሎም ሰባት ምስጋና ነቕርብ።
ንድፊ፡ Grafisch Bureau DUS bv, L. Zoon
De stichting Eigen Kracht Centrale bezit de ANBI-status
(ተቐዋም ኣይኸን ክራኽት ሰንትራል ናይ ግብረ-ሰናይ ኣፍልጦ ዝተዋህቦ እዩ)።