

አወሃህባ ክታብት ኣብ ትሮንድህይም

ብምሉእም ተቐማጦ ትሮንድህይም ኣብዘን ዝቐጽላ ሳምንታትን ኣዋርሕን ንኮቪድ-19 ዝከላኸል ክታብት ክኸተቡ ዕድል ክወሃቦም እዩ። ዕላማና ክሳብ ወቕቲ ክረምቲ(ሳመር) ዘሎ ግዜ መብዛሕትኡ ሰብ ከምዝኸተብ ምግባር እዩ።

ሞባይል ተለፎን እንተሃልዩካ ናይ ክታብት ግደኻ ምስ ኣኸለ መሰጅ(SMS) ክስደደልካ እዩ። ብኖርወይኛ ዝተጻሕፈ ኮይኑ ትሕዝቶኡ ድማ ኣገዳሲ እዩ። እንታይ ተጻሒፉ ከምዘለዎ እንተዘይተረዲኡካ ትሕዝቶኡ ከቶርጉመልካ ዝኸለል ሰብ ንኸሕግዞካ ክትውከስ ኣለካ።

ብዛዕባ መደብ ክታብት ትሮንድህይም ኮሙነ እዚ ዝስዕብ ክትፈልጦ ኣለካ:

- ከይተሓበረካ ኣቐዲምካ ክታብት ንኸትክተብ ቆጶራ ክትሕዝ የብልካን። ናይ ክታብት ግደኻ ምስ ኣኸለ ክውከሱኻ እዩም። ምስ ተወከሱኻ ኣብ ውበሳይት ኢንተርኔት ትሮንድህይም ኮሙነ ኣቲኻ ትኸተቡሉ መጻልትን ሰዓትን ትሕዝ። ሎግ-ኢን ጌርካ ክትሓቱ BankID (kodebrikke/ጂፕ ወይ ኣብ ሞባይል) ግድን እዩ ዘድልዩካ።
- BankID ተጠቐምካ ሎግ-ኢን ጌርካ ክትሓቱ ዘይትኸለል እንተኸይንካ ወይ ኣብቲ ዝተከተሎ ግዜ ክትርከብ ዘይትኸለል እንተኸይንካ ቁጽሪ ተለፎን 90509052 ደውል። ኣብ ግዜ ክታብት ኣተርጓሚ ዘድልዩካ እንተ ኮይኑ ክትሕብር ከምዘለካ ኣይትረስዕ።
- ብኣካል ክትርከብ ከለኻ ወረቐት መንነት ምምላእ ኣይትረስዕ(ፓስፖርት/ሃገራዊ መንነት ካርድ/ባቲንቲ ወይ ስእሊ ዘለዎ ባንክ ካርድ)። **ኣቐዲምካ ቆጶራ ከይሓዝካ ክታብት ክትክተብ ኣይትኸለልን ኢኻ።**
- ክታብት ንኩሉ ሰብ ነጻ እዩ።
- ኣብ ቆጶራኻ ሰዓትካ ሓሊኻ ክትርከብ ኣገዳሲ እዩ። ዶንጊኻ ኣይትምጻእ!
- ብቐጻሊ ትወስዶም ኣፋውስ እንተደኣ ሃልዮም ኮይኖም፡ እዞም ኣፋውስ እንታይ ምጂኖም ዘርኢ ሓበሬታ ክትማላእ ኣለካ።
- ኣብ [ውበሳይትታት ኢንተርኔት ትሮንድህይም ኮሙነ](#) ኣየናት ጉጅለታት ቀዳምነት ይወሃቦም ብቐጻሊ ሓበሬታ ክወጽእ እዩ። ንሓፋኽ ክታብት ክወሃብ ከሎ ኣብ ክለ ዕድመ ልዕሊ 75 ዓመት ዝርከቡ ሰባት እዮም መጀመርታ ዝኸተቡ።
- ክታብት ምኽታብ መን ቀዳምነት ይወሃቦም ንዝብል እቲ ቅደም-ተኸተል ሰብ-ስልጣን ጥዕና ሃገር እዮም ዝውስኑዎ። ተቐማጦ ሕክምና፡ ካልኣት ዕድመ ዝደፍኡ ሰባት ወይ/ድማ ሕዳር ሕማማትን ከበድቲ ሕማማትን ዘለዎም እዩ ቀዳምነት ዝወሃቦም።
- ትሮንድህይም ኮሙነ ክታብት ዝህበሉ ቦታታት ኣብ Statens Hus ኣብ Prinsens gate 1፡ ከምኡውን ኣብ ኣዳራሻት ኣብ ዝተፈላለዩ ቦታታት ምምሕዳር ክባቢታት ከተማ ዝርከቡ እዩ ክኸውን።
- ገሊጾም ብሕማም ወይ ሕዳር ስንክልና ኣብ ቦታ ክታብት ክርከቡ ከጸግሞም እዩ። ብሕክምናዊ ኣገልግሎት ዝዘከብሩ (hjemmetjenesten) ሓገዝ ዝግበረልካ እንተኸይኑ ንሶም ብዛዕባ ክታብት ክትብሩኻ እዮም ወይ ድማ ብቐጽሪ ተለፎን 90 50 90 52 ደዊልካ ክትውከሶም ትኸለል ኢኻ።
- ኩሎም ካብ ኮቪድ-19 ዝከላኸሉ ክታብታት ናይ ገለ ሳምንታት ጋግ ብምግባር ክልተ ግዜ ክንክተቦም ኣለና። መታን ምሉእ ክከላኸሉልና። ቀዳማይ ክታብትን ካልኣይ ክታብትን ዝወሃቡ ግዜታት ኣብ ሓደ እዋን ኢኻ ቆጶራ ትሕዘሉ። ክታብት ትደሊ ዲኻ ኣይትደልን ዝብል ሕቶ ውን መልስ ክትሰገል ኢኻ።
- ብሰብ-ስልጣን ጥዕና ኖርወይ ክሳብ ሕጂ (ዕለት 20/1) ክልተ ካብ ኮቪድ-19 ዝከላኸሉ ክታብታት ተቐብላነት (godkjent) ረኺቦም ኣሎው። እዞም ተቐባልነት ረኺቦም ዘለዉ ክልተ ክታብታት ናይ ምክልኸል ደረጃኦም ዳርጋ ማዕረ እዩ። ካልኣት ክታብታት ድማ ኣብ ተቐባልነት ዝረኽቡሉ መስርሕ ይርከቡ ኣሎው። ኣብቲ ትኸተቡሉ እዋን እቲ ተረካቢ ዝኾነ ክታብት እዩ ንግኻ ዝወሃብካ።

- እዞም ክታቦታት ብጥብቂ ዝተፈተኑ ብምጥፋንም ኣብ ግብረ ክውዕሉ ተቐባልነት ዝረኽቡ እዮም። ኩሎም ክታቦታት ጎናዊ ሳዕቤናት ኣሎምም፡እንተኾነ ግና መብዛሕትኦም ፍኹስ ዝበሉን ዝገድፉኻን እዮም። እቶም ሓደስቲ ክታቦታት ጎናዊ ሳዕቤናት እንተደኣ ሃልዩዎም ሰብ-ስልጣን ኣፋውስ ብቐረባ ምስ ካልኣት ሃገራት እንዳተሓባበሩ ብጥብቂ ክከታተሉዎን ክጽንዑዎን እዮም።
- ቆልዑ ኮሮና ሒዙዎም ከቢድ ሕማም ክሓሙ ብጣዕሚ ሳሕቲ ዝርእ ተርእዮ እዩ። እቶም መጀመርታ ናብ ኖርወይ ዝመጹ ክታቦታት ኣብ ቆልዑን ንኣሸቱ መንእሰያትን ብዙሕ ዝተፈተኑ ኣይኮነን። ስለዚ ኣብ ቀዳማይ እብረ ትሕቲ 18 ዓመት ዝዕድሚኦም ቆልዑ ክይተኸተቡ ክጸንሑ ዝብል ምኽሪ እዩ ዘሎ።
- ገለ ግዜ ምስ ሓለፊ ቀዎምቲ ሓካይም(Fastlegene) ምስ ትሮንድህይም ኮሙነ ውዕል ብምግባር ክታቦት ክወሃብ ገለ ክፋሉ ሓላፍነት ይወሃቦም ይኸውን እዩ። ይኹን ደኣ እምበር ብቐዳምነት ክታቦታት ኣብቶም ተተኪሎም ዘለዉ ማእከላት እዩ ክወሃብ።
- ኣብቶም ክታቦት ዝወሃቡሎም ኣዳራሻት ኩሉ ግዜ ብቐዳምነት ሰራሕተኛታት ጥዕና ክህልዉ እዮም።
- ክታቦት ክትክተብ ኣብ ትርከብሉ እዋን ጥዕናኻ ምሉእ ክኸውን ኣሎዎ፡ ከምኡውን ማስኬራ ክትጥቀም ኣለካ።
- **ዘድልዩካ እንተኾይኑ ኣተርጓሚ ክትጥቀም መሰልካ እዩ።** ኣተርጓሚ ብነጻ እዩ። ናይ ምኽታብ ግደኻ ምስ ኣኸለ ኣተርጓሚ ዘድልዩካ እንተኾይኑ ሽዑ ሓብር ኢኻ። ኣተርጓምን ሰራሕተኛታት ጥዕናን ምስጠር ናይ ምዕቃብ ግዴታ ኣለዎም። ብዛዕባ ጥዕናኻ ዝረኽቡዎ ሓበሬታ ብምስጢር ይዕቅቡዎ ማለት እዩ።
- ሽሕጎን ብዝተኸለለ መጠን ዝበዝሑ ሰባት ክኸተቡ ብሃገር ደረጃ ተደላዩ እንተኾነ፡ ክታቦት ወለንታዊ እዩ።

ሕቶታትን መልስታትን ብዛዕባ ክታቦት ኮሮና፡

ሕቶ፡ ክታቦት ወለንታዊ ድዩ ግዴታዊ፤
 መልሲ፡ ኣብ ኖርወይ ኩሉ ዓይነት ክታቦት ወለንታዊ እዩ። እዚ ውን ንኮቪድ-19 ዝከላኸል ክታቦት ይምልከት።

ሕቶ፡ ኩብ ኮቪድ-19 ዝከላኸል ክታቦት ክንደይ እዩ ዋግኡ፤
 መልሲ፡ ኩብ ኮቪድ-19 ዝከላኸል ክታቦት ብነጻ እዩ።

ሕቶ፡ ኣየናይ ክታቦት ክኸተብ ከምዝደሊ ክመርጽ ይኸእል ድዩ፤
 መልሲ፡ ኣብቲ ትኸተቡሉ እዋን እቲ ተረካቢ ዝኾነ ክታቦት ክትክተብ እዩ ዕድል ዝወሃበካ። ሰብ-ስልጣን ኖርወይ ክሳብ ሕጂ (ዕለት 20.1.2021) ዘሎ ግዜ ክልተ ክታቦታት ኮቪድ-19 ተቐባልነት ሂሰም ኣሎዉ። ክልቲኦም እዞም ተቐባልነት ረኺቦም ዘለዉ ክታቦታት ናይ ምክልኻል ደረጃኦም ዳርጋ ማዕረ እዩ። ድሕሪ ግዜ ካልኣት ክታቦታት ውን ተቐባልነት ክረኽቡ ይኸእሉ እዮም።

ሕቶ ፡ እዚ ክታቦት ጽቡቕ ጌሩ ተፈቲኑ ድዩ፤
 መልሲ፡ እዞም ተቐባልነት ረኺቦም ዘለዉ ክታቦታት ብጥብቂ ዝተፈተኑ እዮም።

ሕቶ፡ እዚ ክታቦት ጎናዊ ሳዕቤናት ኣሎዎ ዶ፤
 መልሲ፡ መብዛሕትኦም ክታቦታት ጎናዊ ሳዕቤናት ክህልዎም ይኸእል እዩ ፡ ይኹን ደኣ እምበኣር መብዛሕትኦም ፍኹስ ዝበሉን ዝገድፉኻን እዮም። ብዛዕባ [ተቐባልነት ዝረኽቡ ክታቦታትን ምናልባታዊ ጎናዊ ሳዕቤናትን](#) ኣንብብ(ብኖርወይኛ ዝተጻሕፈ)

ሕቶ፡ ቆልዑ ክኸተቡ ድዮም፤
 መልሲ፡ ኣይፋል፡ ቆልዑን ንኣሸቱ መንእሰያት ትሕቲ 18 ዓመት ዝዕድሚኦምን ኣብዚ እብረ እዚ ክታቦት ኣይክወሃቦምን እዩ። ኣብ ተነካላቲ ጉጅለታት ዝርከቡ ቆልዑ ገዲፍካ።

ሕቶ፡ እዚ ክታቦት ኣብ ቆልዑ ጽቡቕ ጌሩ ተፈቲኑ ድዩ፤
 መልሲ፡ እተን ክልተ ተቐባልነት ዝረኸባ ቀዳምነት ክታቦታት ኣብ ቆልዑን ንኣሸቱ መንእሰያትን ኣይተፈተናን። ቆልዑ ድማ ማዕረ ዓበይቲ ኣይኮኑን ዝሓሙ። ኣብዚ ቀዳማይ እብረ እዚ ክታቦት ንቆልዑን ንኣሸቱ መንእሰያትን ትሕቲ 18 ዓመት ዝዕድሚኦም ኣይወሃቦም ዝብል ምኽሪ እዩ ዘሎ።

ሕቶ፡ ኣነ ዝኸተብሉ ግዜ መግስ እዩ ኢሉ ክጽብ ይኸእል? እቲ መደብ ክሳብ ክንደይ እዩ ብናህሪ ክግስግስ፤

መልሱ: ጥምረት ትሮንድህይም ኮሙኒ ልዕሊ 18 ዓመት ዝዕድሚኦም ብምሉእም ክሳብ 20 ሰነ ዘሎ ግዜ ክኸተቡ እዮም ዝብል እዩ። እዮም ዝግበዩን ዝለገሉ ተነካእነት ዘለዎም ጉጅለታትን እዮም ብቑዓምነት ዝኸተቡ፡ እንተኾነ ግና በዩናይትድ ካንገላንድ ክምዝኹን ዘርእ መደብ ንግዜኡ ኣይተወደእን ዘሎ።

ሕቶ: ንስድራቤተይ ኣብ ሓደ እዋን ብጥርጥርታ ክምትኸተብ ክገብር ይኸእል ድዩ?
መልሱ: ኣይፋል: ንነፍስኻ ጥራሕ ኢኻ ክታቦት ክትጠልብ ትኸእል።

ሕቶ: ካልእ ሕማማት እንተደኣ ሃልዩኒ ከ ክታቦት ክኸተብ ይኸእል ድዩ?
መልሱ: እወ ክሳብ ምልክታት ኮሮና ዘይሃለወካ ወይ ቀዋሚ ሓኪምካ ብሕክምናዊ ምኽንያታት ኣይትከተብ ኢሉ ዘይመኸረካ ክትከተብ ትኸእል ኢኻ።

ሕቶ: ኣረጋውያንን ኣጸቢቓም ዝሓመሙን ከኣ ክኸተቡ ይኸእሉ ድዩ?
መልሱ: እወ: ክኸተቡ ኣይግብኦምን እዩ ዘብሉ ዝተወሰኑ ሕክምናዊ ምኽንያታት ክሳብ ዘይሃለዉ ክኸተቡ ይኸእሉ እዮም።

ሕቶ: ንክታቦት ኣብ እንዳ ቀዋሚ ሓኪመይ ቆጸራ ክሕዝ ይኸእል ድዩ?
መልሱ: ንግዜኡ ብዝተኸለለ መጠን ዝበዝሑ ኣብዮም ተተኪሎም ዘለዉ ማእከላት ክታቦት ክኸተቡ እዮም ዝብል ዕላማ እዩ ዘሎ።

ሕቶ: ኣብ ገዛ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ዝህባ ነርስ(hjemmesykepleien) ከ ክኸትብኒ ይኸእል ድዩ?
እወ: ናብ ቦታ ክታቦት ክትመጽእ ዘይትኸእል እንተኾይንካ: ኣብ ገዛ ዝመጸ ነርስ ብውዕል መሰረት ክታቦት ክህባኻ ይኸእል እዩን።

ሕቶ: ካብን ናብን ቦታ ክታቦት ባዕለይ ክጓግዝ ዘይክእል እንተኾይን: ኮሙኒ መጓግዥያ የዘጋጅዉልይ ድዮም?
መልሱ: ኣይፋል: መጓግዥያ ባዕልኻ ክተሳልፎ ኣለካ። ሕሙማትን ስንኩላንን ኣብ ገዝኦም ክታቦት ክወሃቦም ይኸእል እዩ።

ሕቶ: ዘሰንዩኒ ሰብ ሓዘ ከመጽእ ይኸእል ድዩ?
መልሱ: ኣይፋል: ተመሓለፍቲ ሕማማት ንምክልኻል ኣሰናዩ ኣብ ኣፍደገ ቦታ ክታቦት ክጸብዩካ ኣሎዎ። ኣብ ገለ ውሑድ ኣጋጣሚታት ሕድገት ክግበር ይከኣል እዩ።

ሕቶ : ከምዝተኸተብኩ ምስክር ወረቐት ክወሃበኒ ይኸእል ድዩ? ንመገኛ: ውዕላት መድሕን ወዘተ ክድሊ ስለዝኸእል፤
መልሱ:እወ: ካርድ ክታቦት ክወሃበካ ይኸእል እዩ።

ሕቶ: ግደይ ከምዝኸኣለ መግስን ብኸመይን እዩ ዝሕበረኒ፤
መልሱ: ግደኻ ምስ ኣኸለ ብመሰጅ(sms) ክውከሱኻ እዮም። ኣብቲ መሰጅ ብዘዕባ ትሮንድህይም ኮሙኒ ዝህበካ ክታቦት ዘሎ ጽሑፍ እንተዘይተረዲኡካ ድማ ናብ ቁጽሪ ተለፎን 90 50 90 52 ደውል። እንተደኣ ክኢልካ ኣብቲ ዝሰደደልካ መሰጅ ተጻሒፉ ዘሎ መራኸቢ ሊንክ ኢንተርነት እዩ።

ሕቶ: ብኣካል ምስ ተረኩበኩ ክንደይ ግዜ ክወስድ እዩ ኢለ ኣብ ግምት ክእቱ ኣለኒ፤
መልሱ: እቲ ክታቦት ንባዕሉ ገለ ውሑዳት ደጃይቕ ጥራሕ እዩ ዝወስድ። ምስ ተኸተብካ ን20 ደጃይቕ ክትጸብ ኣለካ። መታን ኩሉ ጽቡቕ ከምዝኸደ ከነረጋግጽ።

ሕቶ: ምስ ተኸተብኩ ብቐጥታ ክኸይድ ይኸእል ድዩ?
መልሱ: ካብ ቦታ ክታቦት ቅድሚ ምኽድካ ን20 ደጃይቕ ግድን ክትጸብ ኣለካ።

ኣብዚ ብዘዕባ ክታቦት-ኮቪድ-19 ብፍርዎኛ ዝተጻሕፈ ተወሳኺ ሓበሬታ ኣሎ:
<https://www.fhi.no/sv/vaksine/koronavaksinasjonsprogrammet/koronavaksine/>

The Coronavirus immunisation programme:
<https://www.fhi.no/en/id/vaccines/coronavirus-immunisation-programme/who-will-get-coronavirus-vaccine-first/>

ኣብ ትሮንድህይም ቡብምድቦም ዘለዉ ክልታት ዕድመ ብቁጽሪ

85 ዓመትን ልዕሊኡን: 1214 ደቅ ተባዕትዮን 2347 ደቅ ኣንስትዮን
75-84 ዓመት: 4103 ደቅ ተባዕትዮን 4988 ደቅ ኣንስትዮን
65-74 ዓመት: 8342 ደቅ ተባዕትዮን 9082 ደቅ ኣንስትዮን
55-64 ዓመት: 10692 ደቅ ተባዕትዮን 10813 ደቅ ኣንስትዮን
45-54 ዓመት: 13523 ደቅ ተባዕትዮን 12956 ደቅ ኣንስትዮን
20-44 ዓመት: 43034 ደቅ ተባዕትዮን 38528 ደቅ ኣንስትዮን

እዚ ዝርዝር ሓበሬታ ካልእ ሕጻናትን ኩነትን ዘለዎም ሰባት ኣይገልጹልናን እዩ። ተቐማጦ ሕክምናን ምሩጻት ጉጅለታት ሰራሕተኛታት ጥዕናን ውን ኣይተፈለዩን ዘለዉ።
ብዛዕባ እዚ ተወሳኺ ሓበሬታ ትደሊ እንተኾይንካ ብዛዕባ ቅደም-ተኸተል ኣወሃህባ ክታብት ኣብዚ ከተንብብ ትኸእል ኢኻ (ኖርወይኛ):

<https://www.fhi.no/sv/vaksine/koronavaksinasjonsprogrammet/hvem-kan-fa-koronavaksine/>

In English:

<https://www.fhi.no/en/id/vaccines/coronavirus-immunisation-programme/who-will-get-coronavirus-vaccine-first/>

ኣብዚ ጽሑፍ ዘሎ ሓበሬታ ብምሉኡ ኣብ ወብሳይት ትሮንድህይም ኮሙኒ ክወጽእ እዩ:

<https://www.trondheim.kommune.no/>