Ook in andere talen beschikbaar, scan de QR-code
Also available in other languages, scan the QR code
Başka dillerde de mevcuttur, QR kodunu tarayın.
متاح أيضًا بلغات أخرى امسح رمز الاستجابة السريعة
ብኻልእ ቋንቋታት እውን ይርከብ። ነቲ QR ኮድ ስካን (ምስሊ ቅዳሕ) ግበሮ

ኣብ ገዛኻ ናይ ጠሊን ሰበባን ጸገም ኣሎካ ዶ?

ነዞም ኣገደስቲ ምኽርታት ተኸቲልካ ኣብ ገዛኻ ጥዑይ ኣየር ክህሉ ኣረጋግጽ

ኣብ ገዛኻ ናይ ሰበባ ጸገም ኣሎካ። ሰበባ ኣንጻር ጥዕና እዩ። ኣብ ገዛኻ ጥዕና ዘይብሉ ኣየር ከስዕብ ይኽእል። ከምኡ'ውን ምልክታት/ጸገም፡ ከም ሰዓል ወይ ሕጽረት ትንፋስ። ምእላይ ሰበባ ብጣዕሚ ኣገዳሲ ክኸውን ኸሎ ከምኡ'ውን ንኸይምለስ ምክልኻልን ኣገዳሲ እዩ። ነዚ ብኸመይ ከም እትገብሮ ኣብ ታሕቲ ኣንብብ።

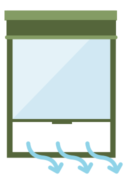
ሰበባ ምእላይ

ሰበባ ብቐጥታ እለዮም

ዋላ እካ ውሑዳት ነጥብታት ጥራይ ይኹኑ።
ዝዓበየ ትኳዕ/ክፋል? ምስ ናይ ኣባይቲ ትካል ባርነቨልድ ተራኸብ።

ዝተፈቐደ ንጥረ ነገር ተጠቐም

ነቲ ሰበባ ብዝተፈቕደ ናይ መጽረዪ ሰበባ እለዮ። ኣብቲ መዐሸጊ ዘሎ መምርሒታት ብጥንቃቐ ተኸተል። ምሕቃቕ ሶዳ ኣብ ማይ (5 መብልዒ ማንካ ኣብ ሓደ ሊትሮ) እውን ክሕግዝ ይኽእል እዩ፣ ንትሪ ዘለዎ ሰበባ ግን ኣይኮነን። ቅድሚ ነቲ ሰበባ ምእላይካ፣ እቲ ጽፍሒ ርጥብ ዝበለ ምግባር የድሊ።



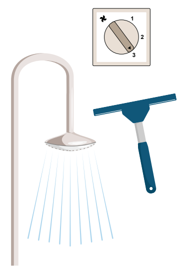
ፅሩይ ኣየር ምእታው

ነቲ ሰበባ ክትኣሊ ከሎኻ ንመስኮት ክፈት።
ካልእ ሰብ ነቲ ስራሕ ክሰርሖ ሕተቶ፣ ተሃዋሲ ሳንቡእ እንተሃልዩካ ኾይኑ።
እቲ ጽፍሒ ድሕሪ ምጽራይ ብግቡእ ክነቅጽ ግበር።

ሰበባ ምጉዳል

ምብሳል

ኣብ ልዕሊ እቲ ድስቲ መኽደኒ ጌርካ ምብሳል።
ነቲ መጻይት ሃፋ ውልዓዮ፣ ነቲ መካኒካዊ ንፋስካ ናብ ዝለዓለ ደረጃ ምቕያር ወይ ን15 ደቓይቕ መስኮት ክፈት።



መሕጸብ ነፍሲ

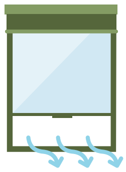
ኣብ እዋን ምሕጻብ ነፍሲን ድሕሪን ምሕጻብ ነፍሲ ማዕጾ ዕጹው ይኹን፣ ነቲ መካኒካዊ ንፋስካ ናብ ዝለዓለ ደረጃ ምቕያር ወይ ን15 ደቓይቕ መስኮት ክፈት።
ድሕሪ ምሕጻብ ነፍስኻ ነቲ መንደቕ ብመደምሰሲ ኣንቅጾ።
ድሕሪ ምሕጻብ ነፍስኻ ንተወሳኺ 15 ደቓይቕ ንፋስ ምእታው።

ዝተሓጽበ ክዳውንቲ ምንቃጽ

እንተተኻኢሉ ንኽነቅጽ ክዳውንትኻ ኣብ ደገ ተንጠልጦ።
ኣብ ውሽጢ ገዛ ከተንቅጽ ከለኻ፣ ማዕጾ ክፍሊ ዕጹው ጌርካ መስኮት ክፈት።
ወይ ድማ መንቀጽ ተጠቐም።

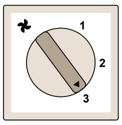
☞ ብዛዕባ ጠሊ ኣየር ኣብ ሓደ ክፍሊ ዝያዳ ክትፈልጥ ትደሊ?
ጠሊ ኣየር ብሃይግሮሜተር ጌርካ መርምሮ።

መዓልታዊ ንፋስ ምእታው



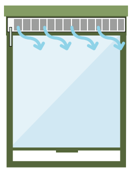
ኣብ ውሽጢ ገዛ ንጹህ ኣየር ምእታው

መዓልታዊ ኣብ ገዛኻ ንፋስ ኣእትወሉ ንሓድሕዱ ተጻራሪ ዘለዋ መስኮት ብምኽፋት፣ ስለዚ ድማ ይነፍሕ። 10 ደቓይቕ እኹልን ነዊሕን እዩ። ድሕሪ ምድቃስካ ን15 ደቓይቕ መስኮት ክፈት።



ኩሉ ግዜ እቲ ናይ ንፋስ ስርዓት ወሊዕካ ምጽናሕ

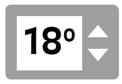
ብመዓልቲ ኣብ ማእከላይ ደረጃ። ኩሉ ግዜ ኣጋይሽ ምስ ዝህልዉኻ ነቲ ስርዓት ንፋስ ናብ ዝለዓለ ደረጃ ግበሮ፣ ምግቢ እናብሰልካ፣ ነፍሲ ክትሕጸብን ክዳውንቲ ከተንቅጽን። ነቲ ስርዓት ምሉእ ብምሉእ ፈጺምካ ከይተጥፍኦ።



ኩሉ ግዜ ንፋስ ዝኣትወሉ መጥበሲ ክፉታትን ጽሩያትን ይኹኑ

ኣብ መስኮት መጥበሲ ኣሎ ድዩ? እዚ 24 ሰዓታት ክፉት ይኹን። መጥበሲ የለን? ከምኡ እንተኾይኑ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ክፍሊ መስኮት ቁሩብ ተኸፊቱ ይጽናሕ።
ነቲ መጥበሲ ብማይ ሳሙና ኣጽርዮ ወይ ድማ ነቲ ርስሓት ብኾስታሪት መኪና ከምዝምጾ ግበር።

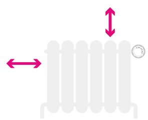
ገዛ ውዑይ ጌርካ ምጽናሕ



ገዛኻ ኣዝዩ ከም ዘይዝሕል ኣረጋግጽ

መዓልቲ: 18 ዲግሪ ሰንቲግሬድ ወይ ልዕሊኡ፣
ብለይቲ: እንተወሓደ 15 ዲግሪ ሰንቲግሬድ።
ነቲ መሞቒ ምሉእ ብምሉእ ከይተጥፍኦ።

ንኹለን ክፍልታት ውዑይ ጌርካ ምጽናሕ ኣጸጋሚ ድዩ፡
ንኣብነት ገንዘብ ስለ ዝሓትት?
ኣብ ዝሑል ክፍልታት ሰበባ ብቕልጡፍ ይመጽእ።
ነዘን ክፍልታት ተወሳኺ ኣቓልቦ ሃበን።
ሓደ ክፍሊ ዝሑልን ጠሊን ይስምዓካ ድዩ? ወይስ ሰበባ ትርኢ?
ከምኡ እንተኾይኑ ነቲ መውዓዪ ክብ ኣብሎ።



መሞቒ ገዛ ነጻ ይኹን

ኣብ ቅድሚኡ ዝኾነ ፈራንሽ ኣይተቐምጥ።
ኣብ ልዕሊኡ መጋረጃ ኣይትስቐል።
በዚ መንገዲ እዚ እቲ ዋዒ ጽቡቕ ጌሩ ክዝርጋሕ ይኽእል።

ምስ ትሕቲ መሬት መውዓዪ ወይ ሓድሽ ስርዓተ ንፋስ፣ መብዛሕትኡ ግዜ ነቲ ሙቐት ቀዋሚ ሓደ ዓይነት ምግባር ይሓይሽ። ነቲ ናይ ምትካል መምርሒታት ተኸተል። ኣብ ጥርጣረ እንተሃልዩ? ምስ ናይ ኣባይቲ ትካል ባርነቨልድ ተራኸብ።

ስለምንታይ ሰበባ ንፈትሕን ንከላኸልን?

ሰበባ ጥዕና ዘይብሉ ኮይኑ ናይ ጥዕና ጸገም ከስዕብ እውን ይኽእል፣ ከም ሰዓል ወይ ሕጽረት ትንፋስ ዝኣመሰሉ። ስለዚ እዩ ሰበባ ምእላይ ኣገዳሲ ዝኾውን ንኸይምለስ ድማ ምክልኻል ዘለኩም።

እቲ ሰበባ ብቐጻሊ ይምለስ ድዩ?

ምስ ናይ ኣባይቲ ትካል ባርነቨልድ ተራኸብ። ብሓባር ፍታሕ ንደሊ።

ካብ ምንባብ ምርኣይ ትመርጽ?

ነቲ QR ኮድ ስካን (ምስሊ ቅዳሕ) ብምግባር ካብ GGD (ናይ ምምሕዳር ኣገልግሎት ጥዕና) መነባብሮ ሃዋህው ብዛዕባ ምፍታሕን ምክልኻል ሰበባን ናይ መግለጺ ቪድዮታት ርኣዩ። ብቋንቋ ቱርኪን ዓረብን እውን ይርከብ።

ነቲ QR ኮድ ስካን (ምስሊ ቅዳሕ) ብምግባር ኣብ Steffie.nl ነታ ፊልም `ጥዑይ ኣየር ኣብ ገዛ` ('Gezonde lucht in huis') ርኣዩ። ብብዙሕ ቋንቋታት ይርከብ። ወይ ድማ ናይ ንፋስ ምእታው ጸወታ ተጻወቱ።

woningstichting Barneveld

0342 - 427 500
info@wstg-barneveld.nl

Parmentierstraat 1
3772 MS Barneveld