የግንባር ቀደም
ሰዎች አመለካከቶች፦

የ COVID ጓድ

የማህበረሰብ ትብብር
የሃሳብ አጋሮች ፕሮጀክት

ፖሊሲ፣ ተቋማዊ
እና መህበረሰብ

የግንዛቤ ሪፖርት

በጋራ የተዘጋጁት በ፦ Anastacia-ReneÉ፣ C. Davida Ingram፣ Fathiya Abdi

የሃሳብ አጋሮች

Chaune Fitzgerald፣ Women of Wisdom – TriCities

Dr. Ben Danielson፣ የማህበረሰብ ተሟጋች

Gloria Rodriguez፣ LatinX Unidos of the South Sound

JanMarie Olmstead፣ American Indian Health Commission

Jordan Chaney፣ ባህላዊ ሰራተኛ፣ ገጣሚ

Kathleen Wilcox፣ African Americans Reach & Teach Health

Lin Crowley፣ Asian Pacific Islanders Coalition SPS and Multicultural Center of the South Sound

Faaluaina "Lua" Pritchard፣ Asia Pacific Cultural Center

Lynese Cammack፣ የወጣት ማህበረሰብ ተሟጋች

Mayra Colazo፣ Central WA Disability Resources

Megan Veith፣ Building Changes

Mohamed Bakr፣ Muslim Community Network Association

Mulki Mohamed፣ RuntaNews

Pa Ousman Joof፣ WA West African Center

Priya Jayadev፣ Clallam Mosaic: የአዕምሮ እና የእድገት እክል አገልግሎቶች

Todd Holloway፣ Center for Independence

Van Kuno፣ Refugee & Immigrant Services NW

Vincent Perez፣ Equity Institute

Zyna Bakari፣ Urban League of Metropolitan Seattle

ልዩ ምስጋና ለ Center for Community Relations and Equity ሰራተኞች፦ Anastacia-Renee, C. Davida Ingram, እና Fathiya Abdi፣ እና የማህበረሰብ አጋሮች፦ JM Wong፣ EJ Juarez፣ Elisa Murray፣ Alex Bergstrom፣ እና Charlie McActeer።

ይህ ፕሮጀክት ከዋሽንግተን የፍትሃዊነት ግንዛቤዎችን ይዟል የማህበረሰብ ተኮር ወረርሺኝ የመጀመሪያ ምላሽ ሰጪዎች።

ለዚህ ሰነድ የገንዘብ ድጋፍ የተደረገው (በከፊል) በ Washington State Department of Health (የዋሺንግተን ግዛት የጤና መምሪያ) ከ Centers for Disease Control and Prevention (የበሽታ ቁጥጥር እና መከላከል ማዕከል) አማካኝነት በተገኘ እርዳታ ነበር። በዚህ እትም ላይ የተገለጹት አመለካከቶች እና የጽሁፍ አቅራቢዎቹ የግድ የ Washington State Department of Health ን ወይም Department of Health and Human Services ን (የጤና እና የሰብዓዊ አገልግሎት መምሪያ) ህጋዊ ፖሊሲዎች የሚያንጸባርቁ መሆን አይጠበቅባቸውም፣ ወይም በአሜሪካ መንግስት ድጋፍ በተዘዋዋሪ የንግድ ስሞችን፣ የንግድ ልማዶችን፣ ወይም ድርጅቶችን መጥቀስ አይጠበቅባቸውም።

ይዘቶች

የፖሊስ ግንዛቤ 8

- የማህበረሰብ ተሳትፎ
- ትብብር
- የውሂብ ፍትሃዊነት
- የፖሊሲ ለውጥ
- ወጣቶች

የCOVID-19 ውሂብ 19

- የዘር ልዩነት እና የ COVID-19 ውሂብ
- በ COVID-19 ሆስፒታሎች የመግባት ውሂብ

የተቋም ግንዛቤ 24

- አካታችነት
- የቋንቋ ተደራሽነት
- ፈጠራ
- ዲጂታል ፍትሃዊነት
- ልዩነት
- ትምህርት
- አካባቢ
- የገንዘብ ድጋፍ
- ተስፋ
- መመዘኛ

የማህበረሰብ ግንዛቤ 36

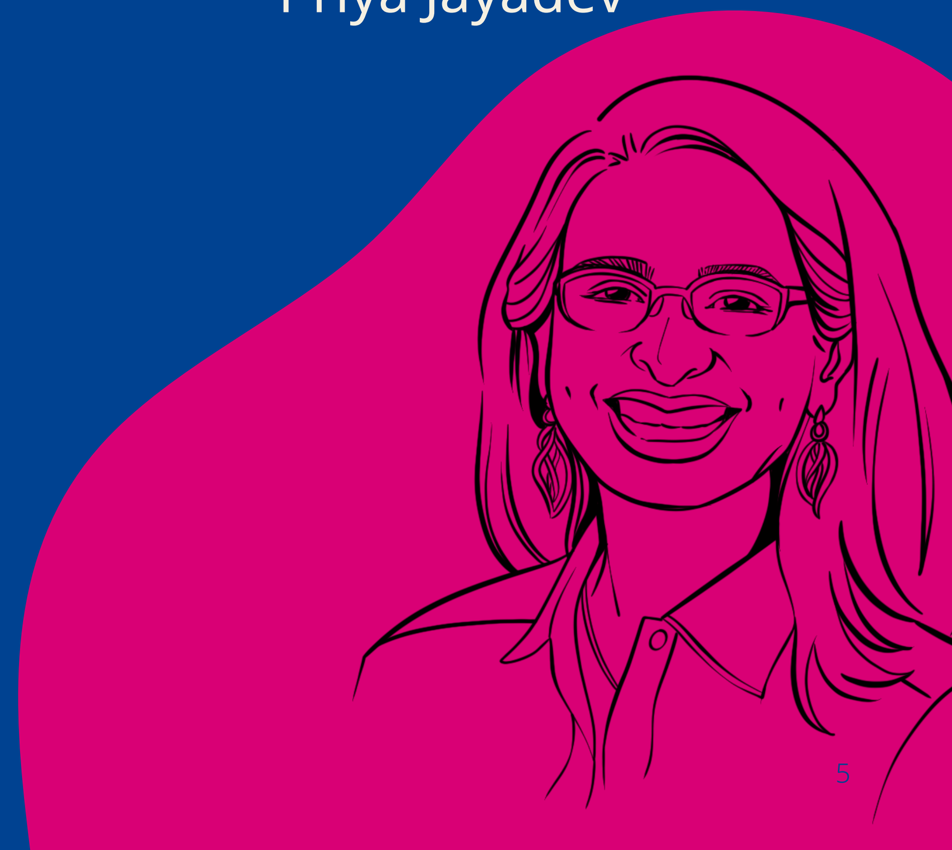
- ተሟጋችነት
- ግንዛቤ
- ግንኙነት
- የባህል ግንኙነት
- በትውልዶች መካከል ያለ ግንኙነት
- ራስን ማግለል
- አላማ

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

“እኛ ሰዎች የዝግመተ ለውጥ ፒራሚድ ጫፍ መሆናችንን እያሰብን እንዞራለን።

አንድ ህዋስ ያለው ቫይረስ እንዴት በቀላሉ ሊያወርደን እንደሚችል ይመልከቱ።”

—Priya Jayadev



ከሰማን፤ ኮቪድ ለሰው ልጅ ህይወት ዋጋ ስለመስጠት ወሳኝ ትምህርቶችን ሰጥቶናል

መጥፎ ጤና ብዙውን ጊዜ በህብረተሰቡ ውስጥ ዋና የሆኑ ማህበረሰቦች አቅም የሚያጡበት፣ መገለል እንዴት እንደሆነ በትክክል **የሚያውቁበት** እና እንዴት እንደሆነ **የሚሰማቸው** ሁኔታ ነው። ኮቪድ በህዝብ ጤና ላይ በርካታ እርስ በእርስ የሚሳበሩ ቀውሶችን አሳይቷል — ከቤት ውስጥ ግንባር ቀደም ሰው እስከ የሰው ሃይል እና በተግባር በሁሉም ቦታ መገመት ይችላሉ።

እንዲሁም እየቀጠለ ያለው ወረርሺኝ ሰዎችን በደንብ ከማስተናገድባቸው መንገዶች ጋር ተወሳስቧል። ቀደም ሲል የነበሩትን ኢፍትሃዊነቶች በግልጽ ያሳያል — የዘር ኢፍትሃዊነት፣ አካል ጉዳተኞች ላይ የሚደረግ መድልዎ፣ ከፍተኛ እስር፣ ደካማ የአረጋውያን እንክብካቤ፣ ተማሪዎችን ወደ ወንጀለኛ የህግ ስርዐት የሚመራ ፖሊሲ፣ የሰራተኛ ጥበቃ እጦት፣ ከምንም እስከ ዝቅተኛ የደሞዝ ቅጥር፣ የመኖሪያ ቤት እና የምግብ ዋስትና እጦት፣ የማህበራዊ መገለል ስቃዮች፣ ከሱስ ጋር ለሚታገሉ ሰዎች የግብዐቶች እጦት፣ የጤና እንክብካቤ የሌላቸው ሰዎች፣ በይነመረብ የሌለው ህይወት፣ የተቆራረጡ መገልገያዎች፣ መኪና አለመኖር ወይም ቀስ የሚል መጓጓዣ፣ በሁሉም ተንከባካቢዎች የሚደገፍ ከፍተኛ ጥረት።

ከላይ ያለው ዝርዝር ሊቀጥል ይችላል።

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

እነዚህ ኮቪድ ማህበረሰቦችን እና ተሟጋቾችን እንዲናገሩ እና አሉታዊ ምላሽ እንዲሰጡ ያስገደዷቸው አንዳንድ አደገኛ መሳበሪያዎች ናቸው።

ፖለቲከኞች፣ ተቋማት፣ ቀጣሪዎች፣ እንዲሁም አንዳንድ ጊዜ ሰዎች ኮቪድ በሶስት ልብ በሚሰብሩ አመታት ያስተማረንን ሁል ጊዜ እንዳይረሱ አጣዳፊ የሆነው ለዚህ ነው።

ኮቪድ ከወረርሺኝ በኋላ ለሚመጣው ህይወት እና ወደፊት ለሚከሰቱ ቀውሶች ያስተማረንን የህይወት ትምህርቶች እናስታውስ

ፖሊሲ ግንዛቤ

ከዋሽንግተን የመጡ የማህበረሰብ የመጀመሪያ ምላሽ ሰጪዎች ጥበባቸውን ያጋራሉ የኮቪድ ድህረ ተጽዕኖዎች ሲቀጥሉ፣ የመመሪያ ስራን ለማጎልበት።

የፖሊሲ ግንዛቤ

- የማህበረሰብ ተሳትፎ
- ትብብር
- የውሂብ ፍትሃዊነት
- የፖሊሲ ለውጥ
- ወጣቶች

የማህበረሰብ ተሳትፎ

መሰናክሎች እያጋጠማቸው ያሉ መካከለኛ የስራ ደረጃ ያላቸው ሰዎች

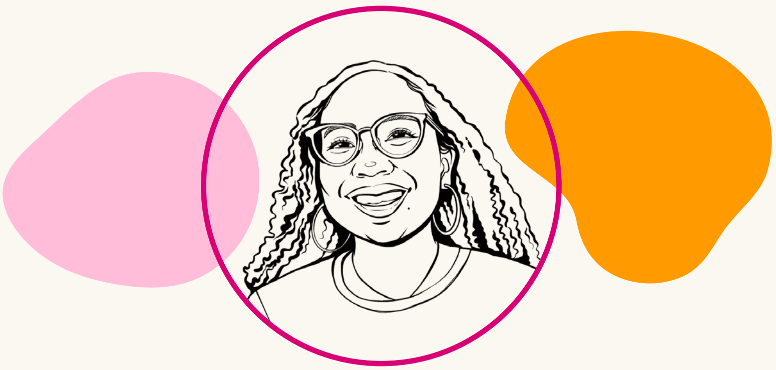
የታሰሩትን፣ የመኖሪያ ቤት እና የምግብ ዋስትና እጦት ያለባቸውን፣ ህጋዊ ሰነድ የሌላቸውን፣ አደንዛዥ እጽ አላግባብ መጠቀምን እና በባህሪ ጤና ጉዳዮችን እየተቋቋሙ ያሉትን፣ ተንከባካቢዎችን፣ ዝቅተኛ/ገቢ የሌላቸውን ሰዎች ጨምሮ ማንኛውም የጤና እንቅፋት የሚገጥማቸው ሰዎችን ማዕከል ማድረግ።

አካታች የማህበረሰብ ተሳትፎ መመሪያዎችን ያዘጋጁ

ከጥቁር እስከ ቀላ ያለ የቆዳ ቀለም እስካላቸው ሰዎች፣ ሁሉንም የሰውነት አይነቶች፣ እድሜዎች፣ የጾታ አገላለጾች፣ የጸጉር ልስላሴ ወይም ሸካራነቶች፣ የፊት ገጽታዎች፣ ኢኮኖሚያዊ ዳራዎችን የሚያካትቱ የማህበረሰብ ተሳትፎ መመሪያዎችን በቀላሉ እንዲገኙ ያድርጉ።

የመሃል ጥቁር፣ ተወላጅ፣ የፓሲፊክ ደሴት ነዋሪ፣ ሂስፓኒክ/ላቲንክስ፣ እና BIPOC ፊቶች

ጥቁር፣ ተወላጅ፣ ፓስፊክ ደሴት ተወላጅ፣ ሂስፓኒክ/ላቲኒክስ፣ BIPOC ፊቶችን እንደሚታይ ልማድ እንዲታዩ እና ማዕከል እንዲደረጉ ያድርጉ። በዚህ ስራ ውስጥ እራሳችንን በሚታይ መንገድ ምሳሌ ሆነን ማየት እንፈልጋለን።

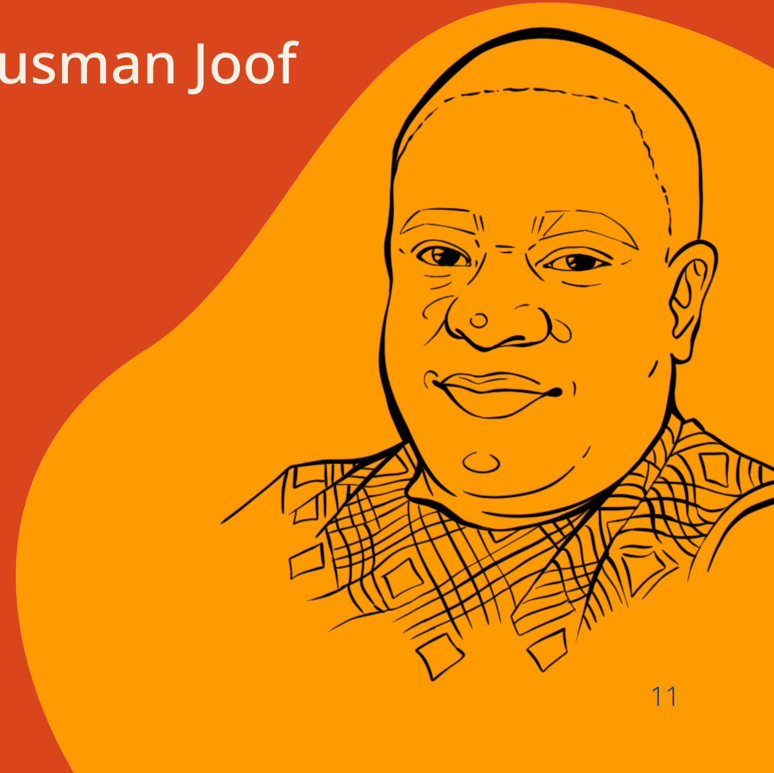


“ለዘመናት ለ ማህበረሰባችን ማድረግ የምንፈልጋቸውን ነገሮች ለማድረግ...

ይህንን ለልጆች፣ እንዲሁም ለአረጋውያን አገልግሎቶችንመስጠት የምንችልበት

ለህብረተሰባችን የረጅም ጊዜ ምኞታችንን ለማሳካት በመጨረሻ ማንኛውንም አይነት የገንዘብ ድጋፍ ወይም ድጋፍ ለማግኘት COVID መከሰቱ በጣም ያሳዝናል።”

—Pa Ousman Joof



የማህበረሰብ ተሳትፎ

የጋራ ትምህርቶችን ይመዝግቡ

ግልጽ በሆነ ቋንቋ እና ግልፅ ግቦች በሁሉም የህዝብ ጤና መሳበሪያዎች ላሉ ማህበረሰቦቻችን ተጠያቂነት ለመፍጠር የጋራ ትምህርቶችን ይመዝግቡ።

የማህበረሰብን ያማከሉ ውሳኔዎችን ያድርጉ

በመገለል ታሪኮች ውስጥ ምክንያት የሆኑትን አካታች ማህበረሰብን ያማከለ ውሳኔ ለመስጠት ቁርጠኛ ይሁኑ — ያለፈውን እና የአሁኑን።

ከማህበረሰብ መሪዎች ጋር ይስሩ

ከማህበረሰብ መሪዎች ጋር ይስሩ። የሚፈልጉትን ነገር መሰረት በማድረግ የተለያዩ የማህበረሰብ አባላትን ይግለጹ።

ትብብር

የጋራ ጥረት ይጠይቃል

እንደ ግለሰብ ወይም የተለዩ ድርጅቶች ሊሰሩ የማይችሉ የጋራ ጥረት በሚጠይቁ አቀራረቦች ላይ ያተኩሩ።

አካታች ህዝባዊ ትብብሮች ዋጋ መስጠት

ማህበረሰቦችን በመምራት እና በውሳኔ ሰጪነት አቅም እና ተጽዕኖ የሚጀምር ሁሉን አቀፍ ህዝባዊ ትብብርን ዋጋ መስጠት እና መፍጠር።

የማህበረሰቡ አባላት እና ሰራተኞች እንዲሳተፉ ይፍቀዱ

ተለዋዋጭ፣ ቀልጣፋ፣ ስልታዊ፣ ምላሽ ሰጪ ይሁኑ። ነገር ግን የማህበረሰቡ አባላት እና ሰራተኞችዎ እንዲሰሩ እና ሙሉ በሙሉ እንዲሳተፉ እንዲሁም የተሻለውን እውቀታቸውን እንዲያቀርቡ ፍጥነትዎን ይቀንሱ።

በማህበረሰብ የሚመሩ ቦታዎች የመገልገያ ጽሁፍ ዝርዝሮች

ሽርክናዎችን ለመርዳት በግዛቱ ውስጥ በማህበረሰብ የሚመሩ ቦታዎችን የመገልገያ ጽሁፍ ዝርዝሮችን ያዘጋጁ።

ትብብር

ኢፍትሃዊነት ባጋጠማቸው እና ላጋጠማቸው ማህበረሰቦች ስልጠናዎችን ይንደፉ

እንደ የጅምላ እስራት፣ የመኖሪያ ቤት እና የምግብ ዋስትና እጦት፣ የአደንዛዥ እፅ አጠቃቀም፣ የአዕምሮ ህመም፣ ዘረኝነት፣ አካል ጉዳተኞች ላይ የሚደረግ መድልዎ፣ በእድሜ የሚደረግ መድልዎ፣ የውጭ ዜጋ ጥላቻ፣ በጾታ ምክንያት የሚደረግ መድልዎ፣ ጾታቸውን የቀየሩ ሰዎችን መጥላት እና ሌሎች የመገለል አይነቶች የመሳሰሉ ኢፍትሃዊነት ባጋጠማቸው እና ላጋጠማቸው ማህበረሰቦች ስልጠናዎችን ይንደፉ።

ትኩረቱን ስጦታዎቻቸው እና ምኞቶቻቸው ላይ ያድርጉ።

በማህበረሰቦች ውስጥ ህዝባዊ የአመራር ክህሎቶችን ይገንቡ

እነዚህ የአመራር እድሎች በሰፊው እንዲገኙ እና በበቂ ሁኔታ ላልተወከሉ ማህበረሰቦች ጠቃሚ እንዲሆኑ በማህበረሰቦች ውስጥ ህዝባዊ የአመራር ክህሎቶችን ይገንቡ።

ትልልቅ ተቋማዊ የበጀት ግብዐቶች ያጋሩ

ትልልቅ ተቋማዊ የበጀት ግብዐቶችን ለጋስ፣ ደፋር እና ተጠያቂ በሆነ መንገድ ያጋሩ።

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

የውሂብ ፍትሃዊነት

የህዝብ ጤና ልዩነት መረጃ

በህዝብ ጤና ልዩነቶች ላይ መረጃን በቀላሉ በሚገኝ፣ ሊፈለግ በሚችል እና ግልጽ በሆነ ቋንቋ ያዘጋጁ።

ማህበረሰቦች የመዋዕለ ንዋይ ፍሰትን ይገልጻሉ

ማህበረሰቦች የመዋዕለ ንዋይ ፍሰት ምን እንደሚመስል/እንደሚሰማቸው ቀደም ብለው የተገነዘቡትን እንዲገልጹ እድሎችን ይፍጠሩ።

የውሂብ ትንተና ስልጠና

ማህበረሰቦች ያለተቆጣጣሪዎች በመረጃ የተደገፈ ማብራሪያ መስጠት እንዲችሉ በበቂ ሁኔታ ያልተወከሉ ማህበረሰቦች በማሰልጠን የመዋዕለ ንዋይ ፍሰት ያድርጉ።

ሰውን ያማከሉ መዋቅሮች

በማህበራዊ መገለል እና ጭቆና ምክንያት ልዩነት ያጋጠማቸውን ማህበረሰቦች በስነልቦና ከመለየት የተቆጠቡ እና የተሻለ ህዝባዊ እና የማህበረሰብ መዋዕለ ንዋይን የሚጠይቁ ሰዎችን ያማከሉ መዋቅሮችን ያዘጋጁ።

ፍትሃዊ የውሂብ አሰባሰብ ዘዴዎች

ለፍትሃዊ የውሂብ መሰብሰቢያ ዘዴዎች ቁርጠኛ ይሁኑ (ለምሳሌ የቋንቋ ተደራሽነት፣ በማህበረሰብ ላይ የተመሰረቱ የታመኑ መልዕክተኞችን ማሳተፍ)።

የቀረቡ ህዝብ ገንዘቦች

የህዝብ ገንዘቦችን በማህበረሰብ ለሚመራው ውሂብ አሰባሰብ እንዲቀርቡ ያድርጉ እና በጣም ከተጎዱ ማህበረሰቦች ጋር ጠቃሚ አጋርነትዎን ይቀጥሉ።

የፖሊሲ ለውጥ

የኮቪድ ሃይልን ይጠቀሙ

በጤና እንክብካቤ ተደራሽነት ለሰፊ የፖሊሲ ለውጥ የኮቪድ እንቅስቃሴን ይጠቀሙ።

ማህበረሰቦች እንዲሳተፉ ያድርጉ

ማንኛውም የፖሊሲ መስጫ ቦታ ማህበረሰቦችን የሚያሳትፍ እና የፖሊሲ ውጤቶችን መቅረጽ የሚችል ፖሊሲ፣ ፕሮቶኮል፣ እና ባህሪያት ሊኖሩት ይገባል።

የተለያዩ የስራ ልምድ ያላቸውን ሰራተኞች መቅጠር

በተሞክሮ ላይ የተመሰረቱ የስራ/የፖሊሲ ውጤቶችን የሚደግፉ የተለያየ ልምድ ያላቸውን ሰራተኞች ይቅጠሩ።

ፍትሃዊ ውሳኔ አሰጣጦችን ያስታውሱ

ፍትሃዊ ውሳኔ አሰጣጥ በጥቁር ማህበረሰዎች ውስጥ የክትባት መጠኖችን ያሻሻልንበት ምክንያት መሆኑን ያስታውሱ። አንዳንድ ጊዜ ነጭ ሰዎች ጥቁር ሰዎች እርዳታ እንደሚያስፈልጋቸው ሲያውቁ በደህንነት ላይ እንደሚገለሉ አይርሱ።

ወጣቶች

በወጣቶች ላይ መዋዕለ ንዋይ ያፍስሱ

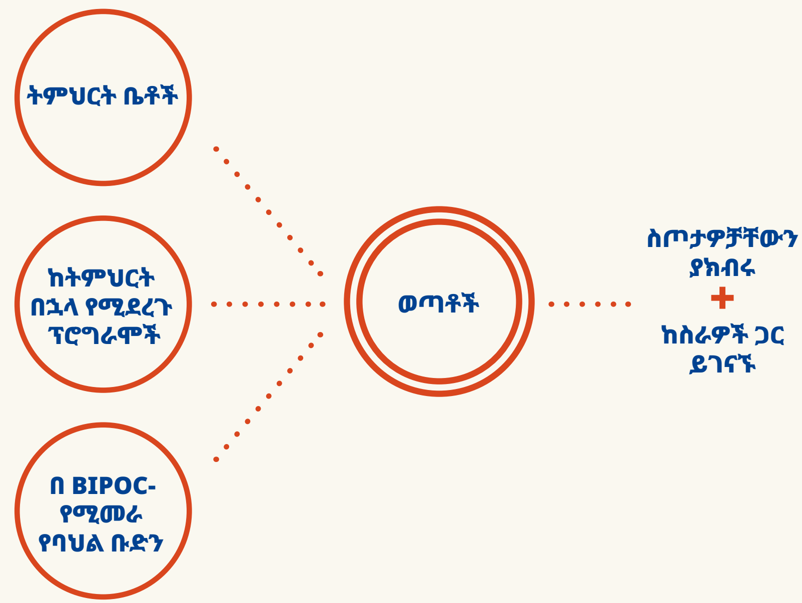
በወጣቶች እና በተለይም በጥቁር ወጣቶች፣ በእስር ላዩ ያሉ ወጣቶች፣ ቤት የሌላቸው ወጣቶች፣ የምግብ ዋስትና የሌላቸው ወጣቶች ላይ መዋዕለ ንዋይ ለማፍሰስ ኮቪድን እንደ እድል ይጠቀሙ፣ነገር ግን ስጦታዎቻቸውን በማክበር ያድርጉት። ህብረተሰቡ ሲጥላቸው መጥፎ ስም አይስጧቸው ወይም ምሳሌ አያድርጓቸው።

ከወጣቶች ጋር ይገናኙ

የማህበረሰብ ተሳትፎን በተለዋዋጭ መንገድ ለማከናወን በትምህርት ቤቶች፣ ከትምህርት በኋላ በሚደረጉ ፕሮግራሞች፣ በ BIPOC-የሚመራ የባህል ቡድን አማካኝነት ከወጣቶች ጋር ይገናኙ።

የህዝብ ጤና ስራዎችን ይከታተሉ

ወጣቶች እና ቤተሰቦቻቸው የህዝብ ጤና ስራዎችን መከታተል መቻላቸውን ያረጋግጡ።



“ኮቪድ የምወዳቸውን ሰዎች በመብላቱ ተጨማሪ ህይወትን

እንደሚያገኝ አፈ ታሪክ አለው (ለውጥ)።

ነገር ግን በአብዛኛው የሚጋበዘው የተሳሳተ መረጃ ተጠቂዎች ላይ ነው።”

—Jordan Chaney

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

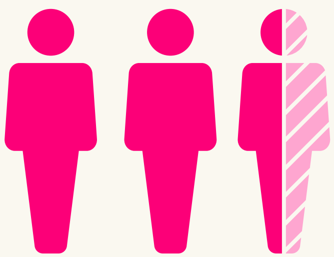
የዘር ልዩነት እና COVID-19 ውሂብ

NH/PI+AI/AN

ከፍተኛው የተስተካከለ እድሜ የ COVID-19 ህመም መጠኖች

የሃዋይ/ የፓሲፊክ ደሴት ተወላጅ (NH/PI) እና አሜሪካዊ ህንዳዊ/የአላስካ ተወላጅ (AI/AN) ህዝቦች ከፍተኛው የተስተካከለ እድሜ የ COVID-19 ህመም መጠኖች ነበራቸው።

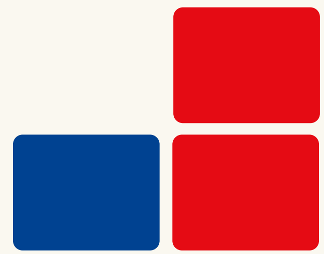
የዘር ልዩነት እና COVID-19 ውሂብ



2.5x
ከፍ ያለ የተስተካከለ እድሜ የሞት መጠኖች

አሜሪካዊ ህንዳዊ/የአላስካ ተወላጅ (AI/AN) ህዝቦች ከኢሲያ እና ከነጭ ህዝቦች 2.5x ከፍ ያለ የተስተካከለ እድሜ የሞት መጠኖች አላቸው።

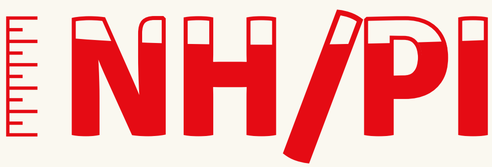
የዘር ልዩነት እና COVID-19 ውሂብ



የኮቪድ የሞት መጠኖች
2x
ከፍ ብለዋል

ጥቁር/አፍሪካዊ አሜሪካዊ ህዝቦች ከኢሲያ፣ ነጭ እና ከብዙ ዘር ህዝቦች 2x ከፍ ያለ የ COVID-19 የሞት መጠኖች አላቸው።

COVID-19 ሆስፒታሎች የመግባት ውሂብ



ከፍተኛ ሆስፒታል ገብቶ የመታከም መጠኖች

የሃዋይ/የፓሲፊክ ደሴት ተወላጅ ህዝቦች ከተረጋገጡ ወይም ሊከሰቱ ከሚችሉ የ COVID-19 ህመሞች መካከል ከፍተኛ ሆስፒታል ገብቶ የመታከም መጠኖች ነበራቸው።

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

COVID-19 ሆስፒታሎች የመግባት ውሂብ

የሃዋይ/የፓሲፊክ ደሴት ተወላጅ ህዝቦች ከተረጋገጡ ወይም ሊከሰቱ ከሚችሉ የ COVID-19 ህመሞች መካከል ከነጭ ህዝቦች በ 5x ከፍ ያሉ ሆስፒታል ገብቶ የመታከም መጠኖች ነበራቸው።

ተቋማዊ ግንዛቤ

የማህበረሰብ የመጀመሪያ ምላሽ ሰጪዎች የጤና ተቋማት ስለ ኮቪድ እንዲያስታውሱ የሚፈልጉት ምንድን ነው?

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

ተቋማዊ ግንዛቤ

- አካታችነት
- የቋንቋ ተደራሽነት
- ፈጠራ
- ዲጂታል ፍትሃዊነት
- ልዩነት
- ትምህርት
- አካባቢ
- የገንዘብ ድጋፍ
- ተስፋ
- መመዘኛ

አካታችነት

የማህበረሰብ ክፍፍሎችን ማደናቀፍ

በማህበረሰባችን ውስጥ መከፋፈልን አያስፋፉ፤ በጥቅሉ የሰው ህይወት ያስከፍለናል።

ግላዊ ፍላጎቶች ይረዱ

አቅም የሌላቸው ማህበረሰቦችን በተጨባጭ መንገዶች ያስቡ እና ግላዊ ፍላጎቶቻችን ከዋና ባህል እንዴት እንደሚለይ ይወቁ።

በባህሪ ጤና ላይ የመዋዕለ ንዋይ ፍሰት ያድርጉ

በሁሉም የህብረተሰብ መሳበሪያዎች በባህሪ ጤና ላይ ከፍተኛ መዋዕለ ንዋይ ፍሰት ማድረግ እንደሚያስፈልግ ይወቁ።

ልዩነት እያጋጠማቸው ባሉ ማህበረሰቦች ላይ የመዋዕለ ንዋይ ፍሰት ያድርጉ

ሰፊ ልዩነት እና ከኮቪድ ጋር የተያያዘ ልዩነት ባጋጠማቸው ማህበረሰቦች ላይ መዋዕለ ንዋይ ፍሰት ያድርጉ።

መደበኛ ግብዐት ለማሰባሰብ ማቀድ

በአካል ጉዳት ፍትህ መሳበሪያዎች (BIPOC፣ LGBTIAA+፣ ቤት የሌላቸው፣ የታሰሩ፣ አረጋውያን፣ ዝቅተኛ/ገቢ የሌላቸው፣ ከአዕምሮ ጤና እና ከአደንዛዥ እጽ አጠቃቀም ጉዳዮችን የሚጋፈጡ) ማህበረሰቦችን መደበኛ ግብዓት ለማሰባሰብ እቅድ ያውጡ።

መመዘኛ እና መዋቅር ይስሩ

ከላይ ያለውን የሚይዝ መመዘኛ እና መዋቅር ይስሩ።

የቋንቋ ተደራሽነት

የብዝሃ ቋንቋ መሳሪያዎች ያቅርቡ

እንግሊዝኛ ብቻ ወይም እንግሊዝኛ እና ስፓኒሽኛ ብቻ ሳይሆን፣ የባለ ብዙ ቋንቋ መሳሪያዎችን ከመጀመሪያው እንዲገኙ ያድርጉ፣ ባለብዙ ቋንቋ መዳረሻን ይንደፉ፣ የASL ተርጓሚዎችን ይጠቀሙ።

የእኛን ማህበራዊ አለም ያስታውሱ

በአካባቢያችን ማህበረሰቦች ውስጥ ያለን የእኛን ማህበራዊ አለም ብዙ የተለያዩ ሰዎችን እንደያዘ ያስታውሱ።

በአለም አቀፍ ደረጃ ያስቡ

በአለም አቀፍ ደረጃ ያስቡ። በዩናይትድ ስቴትስ ወይም በዋሽንግተን ግዛት ውስጥ ያለ ሁሉም ሰው እንግሊዝኛን አይረዳም።

ወጪዎችን መጋራት

ወጪዎችን ከማህበረሰብ ቡድኖች ጋር ያጋሩ። እነዚህ ግብዐቶች ውድ ናቸው።

ትርጉሞች እንዲገኙ ያድርጉ

ይህ ሪፖርት በሌሎች ቋንቋዎች እንዲቀርብ ያድርጉ።

ፈጠራ

የህዝብ ጤና መልዕክቶችን ያሰራጩ

ፈጣሪ ይሁኑ። የህዝብ ጤና መልዕክቶችን (ለምሳሌ ታሪክ፣ ዘፈን፣ ቀልዶች፣ ስብሰባዎ፣ ጭፈራ፣ ጨዋታዎች፣ ምስሎች፣ ፖድካስቶች፣ የመስመር ላይ ይዘት) ለማሰራጨት እንዲረዳ ኪነጥበብን እና ሰብዐዊነትን ይጠቀሙ።

ከኪነጥበብ ሰዎች ጋር ይገናኙ

ከኪነጥበብ ሰዎች ጋር ይገናኙ፤ መግነጢሳዊ ናቸው።

የመሳበሪያ ህይወት ልምድ ያላቸውን የኪነጥበብ ሰዎች ያግኙ

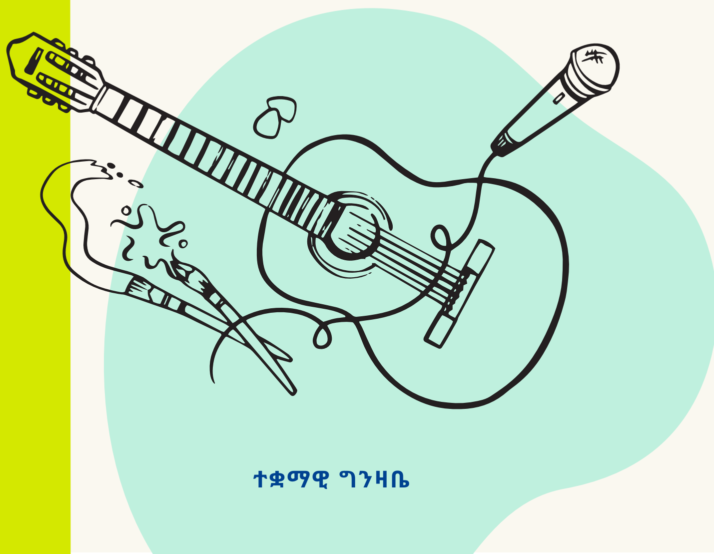
እንደ BIPOC ኪነጥበብ ሰዎች፣ ጥቁር ጾታቸውን የቀየሩ/በሁለቱም ጾታዎች የማይወከሉ ኪነጥበብ ሰዎች፣ የሁሉም ጾታ መግለጫዎች ያላቸው ጥቁር ሴቶች፣ የታሰሩ ወጣቶች እና አዋቂ ኪነጥበብ ሰዎች የመሳሰሉ የህይወት ልምዳቸው መሳበሪያ የሆነ ኪነጥበብ ሰዎችን ያግኙ።

ሰብዐዊነትን ይጠቀሙ

የሰው ልጅ ታሪክን ሁለንተናዊ እና ልዩ ክፍሎችን ለመረዳት ሰብዐዊነትን ይጠቀሙ።

ጥበብን እና ባህልን ይጠቀሙ

የህዝብ ጤናን ወደ ህይወት ለማምጣት ጥበብን እና ባህልን ይጠቀሙ።



ዲጂታል ፍትሃዊነት

የመረጃ መጋሪያ ስርዐቶችን ይፍጠሩ

ሁሉም ሰው እንቅፋቶች እያሉበት እንኳን ዲጂታል ይዘትን እንዴት መጠቀም እንደሚችል ተስፋ የሚያደርጉ የመረጃ መጋሪያ ስርዐቶችን ይፍጠሩ (ለምሳሌ መገናኛ ቦታዎችን ያምጡ፣ መረጃን በተቀሳቃሽ ስልክ ለመጠቀም ቀላል ያድርጉ፣ በቃል ከሚጋሩ ሰዎች ጋር የአናሎግ እትም ይስሩ እና በወረቀት ላይ ያትሙ)።

በከፍተኛ- እና ዝቅተኛ-ቴክኖሎጂ መድረስ

ሰዎችን በአየር ላይ፣ በመስመር ላይ፣ በአካል ለመድረስ ከፍተኛ- እና ዝቅተኛ- መንገዶችን ይጠቀሙ።

ልዩነት

የዘር እና ኢኮኖሚያዊ ልዩነቶችን መፍታት

በስራ እቅዶችዎ ውስጥ የዘር እና የኢኮኖሚ ልዩነቶችን እንዴት እየፈቱ እንደሆነ ያጋሩ።

ተጎጂዎችን ይጠብቁ

በኮቪድ ምክንያት ምን ያህል ሰዎች ህይወታቸውን እንዳጡ ያስታውሱ። በቦርዱ ውስጥ ያሉትን ተጎጂዎች ለመጠበቅ የወደፊት ፖሊሲዎችን ያውጡ።

ትምህርት

ትምህርታዊ ፕሮጀክቶችን ይንደፉ

የማህበረሰብ ሳይንስ ትምህርት ፕሮጀክቶችን ይንደፉ።

ክፍተቶችን ለመረዳት አዝማሚያዎችን ይወቁ

በሳይንስ ትምህርት ክፍተቶች ያሉባቸውን ማህበረሰቦች ለመረዳት በሁለተኛ ደረጃ (K-12) እና ድህረ ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት (ኮሌጅ) ያሉትን አዝማሚያዎች ይወቁ።

መዳረሻ ያቅርቡ

በንቃት በምንታገልበት ጊዜ የፈውስ ኪነ ጥበባት፣ የሃዘን ድጋፍ፣ የእድገት ደህንነትን እና ሌሎችንም ማግኘት እንፈልጋለን።

አካባቢ

የውጪ ቦታዎችን ይንደፉ

በማህበረሰባችን ውስጥ ያሉ ሠዎች በደህና እንዲሰበሰቡ የውጪ ቦታዎችን ይንደፉ።

ሰዎች የ HVAC ስርዐቶችን እንዲረዱ ያግዟቸው

ሰዎች የHVAC (ማሞቂያ፣ አየር ማናፈሻ እና አየር ማቀዝቀዣ) ስርዐቶች አየርን እንዴት እንደሚያጣሩ እና ይህንን ግብዐት አቅም በሌላቸው ማህበረሰቦች ውስጥ እንዴት እንደሚደግፉ እንዲገነዘቡ ይርዱ።

የገንዘብ ድጋፍ

ፈጣን ምላሽ ይድገሙ

ለገንዘብ ድጋፍ የፈጣን ምላሽ አቀራረብን ይድገሙ።

እንቅፋቶች ይቀንሱ

የገንዘብ ድጋፎችን ለማግኘት እንቅፋቶችን መቀነስዎን ይቀጥሉ።

የሰነድ ፍላጎት

በግዛቱ ውስጥ ያሉ የአካባቢ ማህበረሰቦችን ፍላጎቶች ለማሟላት የሚረዳውን መመዝገብዎን ይቀጥሉ።

አንድ የማህበረሰብ መዋዕለ ንዋይ ፍሰት ዳሽቦርድ ያጋሩ

የማህበረሰብ መዋዕለ ንዋይ ፍሰት ዳሽቦርድ ያጋሩ።

መሰረተ ልማት እንዲገነባ ያግዙ

ማህበረሰቦች ለትልቅ የገንዘብ ፍሰት መሰረት ልማት እንዲገነቡ ያግዙ።

ለመመዘን የእርዳታ ንድፍ

አቅም የሌላቸውን የማህበረሰብ መሪዎች መመዘኛ እንዲነድፉ ይርዱ፣ በሚሊዮኖች የሚቆጠሩ ገንዘቦችን ማሰብ አለባቸው።

ተስፋ

አላማ እና ተስፋ ይፈልጋሉ

ሰዎች በሃዘን በተሞላ ቀውስ ውስጥ ምላሽ እንዲሰጡ፣ አላማ እና ተስፋ የሚያደጉበት ነገር እንዲኖራቸው ይረዱ።

መሪ እና ግንኙነት ይፈልጋሉ

ያስታውሱ ሰዎች መሪ ያስፈልጋቸዋል። የትርጉም ወይም የአላማ ስሜት ሊሰማን ይገባል። በባህር ዳርቻ ላይ እንዳለ የአዋሽ ቅንጣት እንዲሰማን አንፈልግም። ያ አይጠቅምም። ግንኙነት ያስፈልገናል። ብቻችንን እንዳልሆንን እንድናውቅ ያደርገናል። እንደ ግለሰቦች ወይም እንደ ግል ማህበረሰብ አይደለም።

ማመን እና መነሳት ያስፈልጋል

ፈጣን ምላሽ ሰጪዎች በአገልግሎታችን ውስጥ እምነት፣ ትርጉም እና አላማ እንደሚያስፈልጋቸው ያስታውሱ። እኛን ለማክበር እና ከፍ ለማድረግ ፖሊሲ አውጪዎች ያስፈልጉናል፣ ስለሆነም ጥረታችን ጠቃሚ እንደሆነ እናውቃለን።

"እንደ ስብሰባዎች እና የስራ ትርዒቶች ያሉ ወደ ምናባዊ ክስተቶችን መቀየሩ ዝግ ጊዜውን እንድቋቋም እና ተመሳሳይ አስተሳሰብ ያላቸውን ግለሰቦች አውታረ መረብ እንዳገኝ ረድቶኛል።"

—Mulki Mohamed

መመዘኛ

የነርሽ ስርዐት ድጋፍን ይስጡ

የማህበረሰብ የህዝብ ጤና መሪዎች በግለሰብ እና በተቋም ደረጃ የነርሽ ስርዐት ድጋፍ ያስፈልጋቸዋል። ስርዐቶችን እና የስነ አዕምሮ ዝግጅትን ያስቡ።

የደህንነት ፕሮግራሞችን ይፍጠሩ

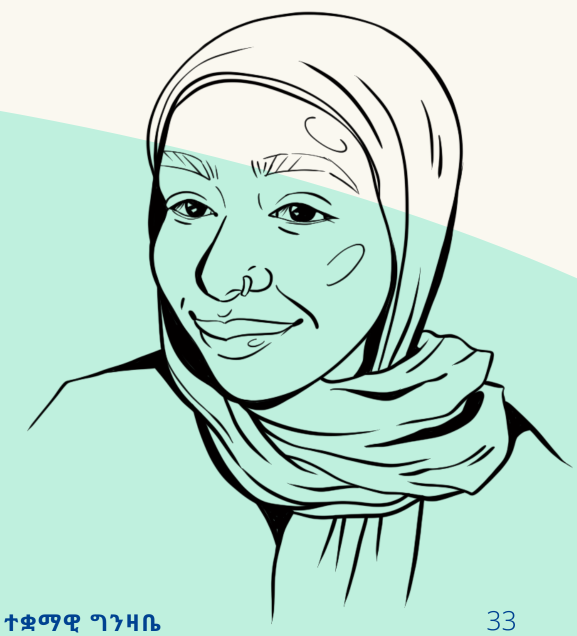
የህብረተሰቡን ግንባር ቀደም ሰዎች ደህንነትን ለመደገፍ የደህንነት ፕሮግራሞችን ይፍጠሩ።

የስሜት ቀውስ እንዴት እንደሚሰራ ይረዱ

የመጀመሪያ እና ሁለተኛ ደረጃ የስሜት ቀውስ እንዴት እንደሚሰራ ይረዱ።

ድጋፍን የበለጠ አካታች ያድርጉ

በሁሉም የማንነት መሳበሪያዎች ያሉ የስራ መደብ ሰዎችን የህይወት ተሞክሮ እንዲያንጸባርቅ ድጋፍን የበለጠ አካታች ለማድረግ መንገዶችን ይፈልጉ።



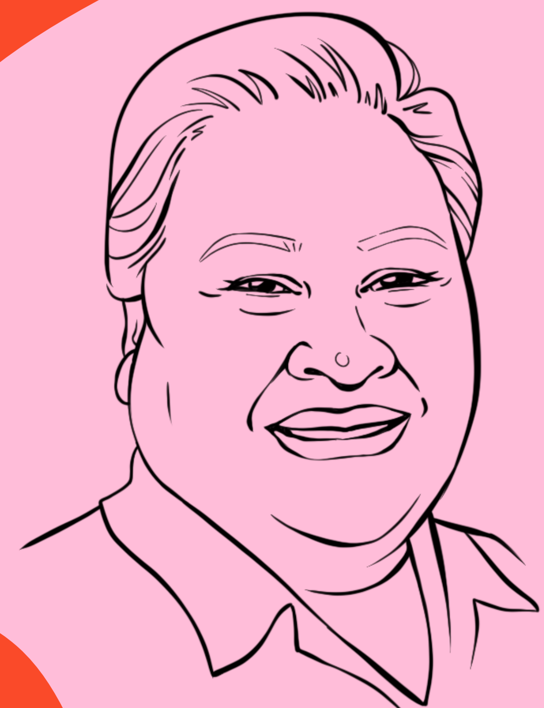
“አበቦቹ መድሃኒቴ እንደሆኑ ይሰማኝ ነበር። የጸሃይ በአንድ መንገድ መውረዷ መድሃኒት ነበር።

ነገሮች በሚያስፈሩበት እና በሚያሳዝኑበት እና በጣም በተሳሳቱበት ጊዜ መያዝ ያለባቸው ትናንሽ ነገሮች ናቸው።”

—Zyna Bakari

“የበለጠ አክባሪ ይሁኑ። ለማይሰሙትም ጭምር”

—Aunty Lua Pritchard



ማህበረሰብ ግንዛቤ

የኮቪድ "ታማኝ መልዕክተኞች" ስለ ወረርሺኙ የራሳቸውን ማህበረሰቦች እንዲያስታውሱ የሚፈልጉት ምንድን ነበር?

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

የማህበረሰብ ግንዛቤ

- ተሟጋችነት
- ግንዛቤ
- ግንኙነት
- የባህል ግንኙነት
- በትውልዶች መካከል ግንኙነት
- ራስን ማግለል
- አላማ

ተሟጋችነት

ማደራጀት እና መገንባት

በጋራ ተደራጅተው ህብረትን ይገንቡ።

ከህግ አወጪ ሰራተኞች ጋር ይገናኙ

በጤና እና በጤና ፍትሃዊነት ላይ ያተኮሩ ፖሊሲ አውጪዎችን ከሚረዱ የህግ አውጪ ሰራተኞች ጋር ስብሰባዎችን ያዘጋጁ። እነዚህ ባለሙያዎች ለሚሰሩላቸው ፖሊሲ አውጪዎች ቅድሚያ የሚሰጣቸውን ነገሮች ለማዘጋጀት ይረዳሉ።

ይህንን ሪፖርት ያጋሩ

የጋራ ራዕይን ወደፊት ለማራመድ እንዲያግዝ በዚህ ሪፖርት ውስጥ ያለውን መረጃ እንደ ግለሰብ ቡድኖች ወይም እንደ አንድ የጋራ ህብረት ያጋሩ።

የስራ ደረጃ ወረቀት ያዘጋጁ

ተግባራዊ ከሆኑ እርምጃዎች እና ድርጅታዊ ፊርማዎች ጋር የስራ ደረጃ ወረቀት ያዘጋጁ።

የ WA DOH የጤና ጥበቃ ጸሃፊን ያግኙ

ከማህበረሰብ ግንዛቤ ጋር የኮቪድ ፍትሃዊነትን በተመለከተ የ Washington Department of Health ጸሐፊ የጤና ጥበቃ ዋና ጸሃፊን ያነጋግሩ።

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

ግንዛቤ

ለጤናዎ ዋጋ ይስጡ

ጤናዎ ዋጋ ያለው መሆኑን ያስታውሱ።

የመጠየቅ መብት

በህብረተሰባችን ውስጥ ካሉ ሰዎች ጋር በመሆን ሰውነትዎን እንዲንከባከቡ የህዝብ ጤና ዘርፉ እንዲረዳዎ የመጠየቅ መብት አለዎት።

ዘመቻዎች እርስዎን የሚያንጸባርቁ መሆን አለባቸው

አስፈላጊ ነዎት። የማህበረሰብ የህዝብ ጤና ትምህርት ዘመቻዎች ህይወትዎን የሚያንጸባርቁ መሆን አለባቸው።

ለመረዳት ቀላል የሆነ መረጃ ማግኘት

ጤናማ ሆነው ለመቆየት እና በህክምና ቀውሶች ወቅት ለማደግ እና ለመረዳት ቀላል የሆነ መረጃ እና እውነታዎችን ማግኘት ይገባዎታል።

ለተሳሳተ መረጃን መፍትሄ ይስጡ

በአፍ እንዲሁም በማህበረሰብ ሰርጦች የተሳሳተ መረጃ ሲያሰራጩ ከሚወዷቸው ሰዎች እና ከስራ ባልደረቦች ጋር ይነጋገሩ።

ግንኙነት

ማህበራዊ መሆን ማለት ደህና መሆን ማለት ነው

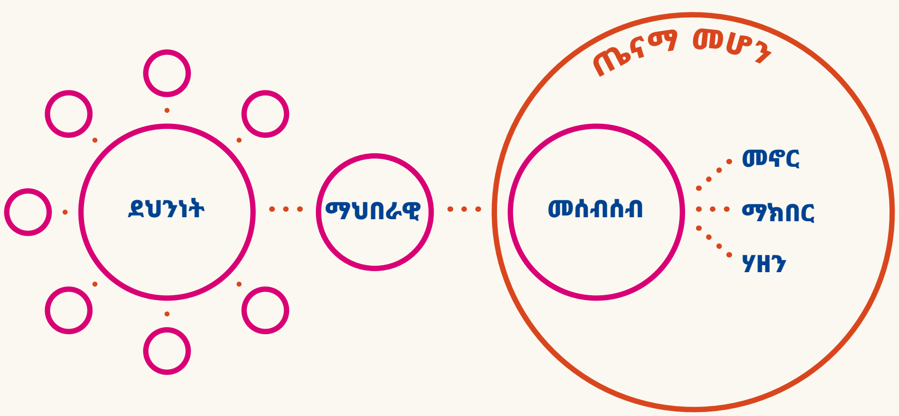
ማህበራዊ መሆን ለብዙ ሰዎች ደህና የመሆን አስፈላጊ አካል መሆኑን ይወቁ።

መሰብሰብ ማለት ድጋፍ ማለት ነው

መሰብሰብ በሁሉም ማህበረሰቦች ውስጥ በጣም ትርጉም ያለው ነው ወይም ብዙ ጊዜ በስራ እና በትምህርት ህይወት ምክንያት ግዴታ ነው። አሁንም ጤናማ ሆነን በመቆየት የእለት ተዕለት ህይወትን እንዴት ማክበር፣ ማዘን ወይም እንደምኖር ለማስረዳት ድጋፍ እንፈልጋለን።

አብረን ጤናማ እንሁን

በተለይ እነዚህ ለውጦች ከምናውቃቸው መንገዶች የተለዩ ከሆኑ እንዴት አብረን ጤናማ መሆን እንደምንችል ለመዘረዘር አብረው ይስሩ።



የባህል ግንኙነት

የባህል ግንኙነት እና መድብለ ዘር ህብረት

የባህል ግንኙነትን፣ መድብለ ዘር ህብረትን በንቃት ይፍጠሩ።

ብሄር እና ማህበረሰብ ተኮር ሚዲያ

ከብሄር ሚዲያ፣ ከማህበረሰብ ተኮር ሚዲያ ጋር ይስሩ።

የብዙ ቋንቋ አስፈላጊነት

አስፈላጊ ከሆነ፣ ባለ ብዙ ቋንቋ ያድርጉት።

በባህል ተኮር እና የባህል ግንኙነት ዘመቻዎች

አሜሪካዊ ተወላጅ/ተወላጅ፣ አፍሪካዊ አሜሪካዊ/ጥቁር፣ ሂስፓኒክ/ላቲን/ላቲኒክስ፣ የፓሲፊክ ደሴት ተወላጅ፣ እና BIPOC ማህበረሰቦችን ከባህል ተኮር እና የባህል ግንኙነት ዘመቻዎች ጋር ያስተዳድሩ።

አዎ/እና አስተሳሰብ

ሁሉንም ጥቁር ሰዎች ለመድረስ እና በጋራ መከባበር ለመንቀሳቀስ አዎ/እና አስተሳሰብን ይጠቀሙ እንጂ ከሁለቱ አንዱ/ወይም አይጠቀሙ።

በትውልዶች መካከል ያለ ግንኙነት

የተለያዩ ትውልዶች በተለያየ መንገድ ያስተጋባሉ

በተመሳሳይ ማህበረሰቦች ውስጥ ያሉ የተለያዩ ትውልዶች የተለያዩ የመልዕክት አይነቶችን ሊያስተጋቡ እንደሚችሉ ያስታውሱ።

የተለያዩ እድሜዎች የተለያዩ ሰርጦችን ይጠቀማሉ

በተለያየ እድሜ ላይ ያሉ ሰዎች የተለያዩ ሰርጦችን እንዴት እንደሚጠቀሙ ይከታተሉ። ለምሳሌ፣ ወጣቶች በ TikTok እና Twitch. ላይ ቀጥታ ስርጭችቶችን ተጠቅመዋል። በተለያዩ ትውልዶች መካከል እንደ Facebook እና Instagram ወይም ፖድካስቶች ያሉ ማህበራዊ ሚዲያዎችን ተጠቅመው ሊሆን ይችላል። ራዲዮ እና በቃል መናገር በይነመረብ ለሌላቸው ዝቅተኛ ገቢ ላላቸው በጣም ዲሞክራሲያዊ ሊሆን ይችላል።

ቀላል የጽሁፍ መልዕክት

ብዙ ጊዜ መረጃን በተንቀሳቃሽ ስልክ እንደምናጋራ ያስታውሱ፣ ስለዚህ ነገሮችን በጽሁፍ መልዕክት በቀላሉ ለማጋራት ቀላል ያድርጉ።

ራስን ማግለል

የተወሰኑ ማህበረሰቦችን ወደ መሪ ቦታ ያምጡ

የታሰሩ፣ የመኖሪያ ቤት እና የምግብ ዋስትና የሌላቸው፣ ዝቅተኛ/ገቢ የሌላቸው ማህበረሰቦች በማህበረሰብ ስራችን መሪ ቦታ አምጡ።

ሰዎችን ሰብዐዊ ማድረግ

በገቢ፣ በዘር እና ስለ ዋጋ በተነገሩ አፈታሪኮች በተከፋፈለ አለም ውስጥ በቀላሉ ወደ ጎን የተገፉ ሰዎችን ሰብዐዊ እንዲሆኑ ለመርዳት ዝግጁ ይሁኑ።

አላማ

ጥንካሬ እና አንድነት

በብዛት ጥንካሬ እንዳለን ይወቁ። አንድነት ችግሮቻችንን በጥንቃቄ እና በብቃት የሚፈቱ አስደናቂ መፍትሄዎችን በጋራ እንድንፈጥር ያስችለናል።

የትርጉም እና የጋራ አላማ ስሜት

የማህበረሰቡ አባላት በጋራ የትርጉም እና የጋራ አላማ ስሜት ሊሰማቸው እንደሚገባ ይረዱ። ግንኙነት ብቻችንን እንዳልሆንን የምናውቅበት መንገድ ነው። እርስበእርሳችን እናስፈልጋለን እና ለመለወጥ ፈቃደኛ የሆኑ ተቋማት ያስፈልጉናል።

“የአንድ ሃገር ሰዎችን
ከምቾት ወረዳቸው አውጥቶ

በቀጥታ ወደ ተግባር
አስገባ።

ለአፍታም ቢሆን የጋራ
ህሊናን

እንዲሁም ከዚህ በፊት
ባልታይበት ዘመን፣ የሰዎች
ስነ ምግባራዊ ነፍስ ከፈተ።

ለተወሰነ ጊዜ፣
ሁላችንንም ገለጠን።”

—Jordan Chaney

የግንባርቀደሞች ድምጽ፡ የኮቪድ መዘምራን

ይህን ሪፖርት ለማንበብ ጊዜ ስለወሰዱ እና እርስዎ ለሚሰሩት አስፈላጊ ስራ ግንዛቤዎቹን ስላከሉ እናመሰግናለን።

Washington State Department of HEALTH

DOH 830-032 May 2024 Amharic
ይህን ሰነድ በሌላ ቅርጸት ለማግኘት፣ ወደ 1-800-525-0127 ይደውሉ። መስማት የተሳናቸው ወይም መስማት የሚቸግራቸው ደንበኞች ወደ 711 (Washington Relay) መደወል ወይም ወደ doh.information@doh.wa.gov ኢሜይል ማድረግ ይችላሉ።