

**ድምጺ አልቦ ፊልም ስክሪፕት፡**

1. እዛ ፊልምን ንድህነትኩም ድምጺ አልቦ እያ
2. ዝኾነ ሰብ ንዝጎድእን ዘሕምምን ዘፍርሕ ወይ ዘሕርቕ ነገር ከቃልዓኪ ኣይክእልን እዩ።
3. እዚ ድማ ዘይትደልዩዮ ነገር ከትገብሪ ይገብረኪ
4. ወይ ድማ ከትገብሪዎ እትደሊ ነገር ከትገድፊ የገድደኪ
5. ዝኾነ ሰብ ከምኡ ክገብር ኣይፍቀድን እዩ!
6. ኩሉ ዓመጽ ጌጋ እዩ፣ ኩሉ ዓመጽ ሃሳዩ እዩ።
7. ንዓኺ ከቢድ ምዃኑ ንፊልጥ ኢና።
8. ንሰኺ ኣገዳሲ ኢኺ
9. ብርቱብ ኢኺ
10. ትብዓት ኢኺ
11. ክንሕግዘኺ ንክእል ኢና - ንዓኺ ኣብዚ ኣለና
12. ክትጻወሪዎ ከም እትክእሊ ንፊልጥ ኢና።
13. ባይንኺ ኣይኮንኪን፣ ሓገዝ ኣሎ
14. ምሳና ክትራኸቢ ትክእሊ ኢኺ
15. ንሕና ንሰምዓኩምን ንሕግዘኩምን ንኣልወኩምን።
16. ብመንገዲ ናይ ደገ ክንክን ሕክምና – ምምሕዳር ከተማ Bollnäs ሓገዝ ንምርካብ ኣመልከቱ፣ ብ 073-087 87 26 ደውሉ ወይ ኢመይል ናብ [socifo.oppnvarde@bollnas.se](mailto:socifo.oppnvarde@bollnas.se) ብምልኣኽ
17. ሓገዝ ንምርካብ ወይ ንኣደ ዓቢ ሰብ ዝምልከት ስክፍታ ንምሕባር ኣመልከቱ፣ ምምሕዳር ከተማ Bollnäs፣ ብቑጽሪ ስልኪ 0278-256 04 ምልውዋጥ 0278-251 90 ደውሉ ወይ ድማ ናብ [social.for@bollnas.se](mailto:social.for@bollnas.se) ኢመይል ስደዱ
18. ኣሃዱ ዓባይቲ ማሕበራዊ ኣገልግሎታት፣ ምምሕዳር ከተማ Söderhamn፣ ብቑጽሪ ስልኪ 0270-750 00 ደውሉ ወይ ናብ [kundtjanst@soderhamn.se](mailto:kundtjanst@soderhamn.se) ኢመይል ስደዱ
19. ንምምሕዳር ከተማ Ovanåker ተወከሱ፣ ናብ [socialtjansten@ovanaker.se](mailto:socialtjansten@ovanaker.se) ኢመይል ስደዱ ወይ ድማ ብ 0271-570 00 [www.ovanaker.se/vald](http://www.ovanaker.se/vald) ደውሉ።
20. ኣብ Bollnäs/Ovanåker ንዝርከቡ **ደገፍ ግዳያት** ብኢመይል ናብ [omfo@bollnas-ovanaker.boj.se](mailto:omfo@bollnas-ovanaker.boj.se) ስደዱ ወይ ድማ ንChrister Jönsson፣ ደገፍቲ ሰብን ኣተሓባባሪትን ብቑጽሪ ስልኪ ብ073-075 30 36 ንElisabeth Johansson፣ ኣደ መንበር ብ070-336 44 20 ደውሉ።
21. መዕቆቢ ደቂ ኣንስትዮ Stöttan፣ ናብ [info@kvinnojourinstottan.se](mailto:info@kvinnojourinstottan.se) ኢመይል ስደዱ ወይ ብቑጽሪ ስልኪ 010-471 10 99 ደውሉ።
22. ኣብ Söderhamn ንዝርከቡ ደገፍ ግዳያት፣ ናብ [info@soderhamn.boj.se](mailto:info@soderhamn.boj.se) ኢመይል ስደዱ ወይ ብቑጽሪ ስልኪ 0270-101 21፣ 070-526 64 03 ደውሉ።
23. ኣብ ህጹጽ እዋን ኩሉ ግዜ ናብ 112 ደውሉ!