Qajeelfamawwan Iddoo Misooma Hawaasaa

1. Waggaa guutuu akka misoomsitan affeeraamtaniittu. Waktii guddinaa ol'aanaa irratti (Eeblaa – Onkololeessaa) iddoo keessan akka armaan gadiitti akka fayyadamtan agarsiisa
    - Biyyoo biqiltuuf ta'u qopheessuu.
    - Biqila dhaabuufi guddisuu.
    - Oomisha ga'e makaruu.
    - Aramaa dhabamsiisuu, keessattuu isaan sanyii abaaboo ykn dhaabaman keessatti argaman.
    - Sanyii barbaadamu biyyoo irratti osoo hin harca'in dura sassaabuu.

2. Si'aayinaan yoo hin misoomsine iddoo misoomaatiif akka armaan gadiitti kunuunsa itti fufi:
    - Aramaa dhabamsiisi, keessattuu isaan sanyii abaaboo ykn dhaabaman keessatti argaman.
    - Biqiltoota du'anii fi goggogan keessattuu yoo dhukkubsatan ykn ilbiisotaan uwwifaman dhabamsiisuu.
    - Meeshaalee mukkeenii akka caasaatti barbaachisan kan akka fannistuu timaatimaa kan hirkoo ta'uuf dhaabaman yeroo faayidaa irra hin oolletti seeraan mana kuusaa kaa'uu.

3. Karaawwanii fi sararawwan dallaa iddoo misoomaa kee wal tuqan eeguuf itti gaafatama ni qabda.
    - Karaawwan iddoo misoomaa kee irraa tarkaanfii 2.5–3 bal'atan hambisuun qaamonni biroo sirriitti darbuu akka danda'an godhi.
    - Karaawwan irraa aramaa dhabamsiisuun dallaan alatti gati, kunis iddoon misoomaa kee dallaan kan wal tuqu yoo ta'e.
    - Wantoota barbaachisoo iddoo misoomaa kee keessatti kuusi.
    - Biqiloota daangaawwan misoomaa kee keessa kaa'i.

4. Paarkiuwwaan Poortilaadii fi bakkeewwaan bashananaa kuusaa koosii yookiin biqilootaa ni qopheessu.
    - Biqilootaa fi meeshaawwaan isaanii akkasumaas haftee kan bakkeewwaan misoomaa kee irra jiraaniif abbumaan kan keeti.
    - Haftee biqilootaa bakkeewwaan misoomaa kee irraa jiru akka xaa'ootti itti gargaaramuu,awwaaluu yookiin bakka koosii itti gattanitti gatuun dhabamsiisuutu isiin barbaachiisa.

5. Daana'oo fi ilbiisota nyaataa ta'an manneen iddoo misoomaa keessan keessa jiran irraa dhorkaa.
    - Ilbiisota maxxantuu ta'an kan uwwisaan wal qabatanii dhufa dhabamsiisuun iddoo kompoostii keessan sirreessaa.
    - Oomishni yeroo ga'etti makaruun madda nyaata isaanii kan ture dhabamsiisuu fi haftee nyaataa mana nyaanni itti bilcheeffamu keessa jiran dhabamsiisuu.
    - Bishaan guyyoota 3 oliif iddoo tokkotti kuufame dhabamsiisuun bookeewwan hanqaaquu akka hin buusne dhorkuu.

6. Callaa guddistuun orgaanikaa misooma kanaaf ni barbaachisa.
    - Xaa'oo orgaanikaa, farra aramaa ykn farra ilbiisotaa qofa fayyadamuu.
    - Oomishni ati fayyadamuu barbaaddu kan eeyyamame ta'uu isaa yoo mirkaneessuu barbaadde dhaabbata meeshaalee orgaanikaa keessa deebiin ilaaluu irratti weebsaayitii www.omri.org irra barbaadi ykn toora maastar gaardanar irratti lakkoofsa 503-655-8631 irratti bilbili.

7. Waggaattii iddoo hawaasa keetii irratti yoo xiqqaate sa'aatii 6 tajaajiluun gumaacha godhi. Sa'aatiiwwan 3n hanga Waxabajjii 30tti xumuramuu kan qaban yoo ta'u sa'aatiiwwan 6n ammoo hanga Onkololeessqa 31tti xumuramuu qabu.
    - Dalagaawwan sa'aatii tajaajilaa keetiif hojjettu baruuf hoji gaggeessaa iddoo misoomaa quunnami ykn FAQ dubbisi.
    - Sababawwan miishama qaamaatiin ykn haala rakkoo dhuunfaatiin sa'aatiiwwan tajaajilaa kanneen gumaachuu yoo dadhabde hojjetichi eeyyama addaa akka siif gaafatu quunnami.
    - Misoomsitoonni sa'aatiiwwan tajaajilaa hin xumurre ykn waggoota 2 kan walitti aananiif eeyyama addaa gaafatan ramaddiin isaanii akka haareffamu isaaniif hin eeyyamamu. Akkasumas iddoon isaanii qaama biraatiif ramadama.

Itti Gaafatamummaa Misoomsaa fi Hojiirra Oolmaa Qajeelfamichaa

Misoomsitoonni qajeelfamoota iddoo misoomaa armaan gadiitiif itti gaafatamu. Hojjetaa fi hoji gaggeessaan tola oolaan iddoo misoomichaa waggaa guutuu iddoowwan misoomaa kanneen dhaabbiidhaan ni to'ata. Misoomsaan qajeelfamoota iddoo misoomaa yoo hin hordofne hojjetaan yaadannoo akeekkachiisaa ni kennaaf.

- Waktii misoomaa isa guddaatti (Eebla – Onkololeessa) iddoon misoomaa yoo duwwaa ta'e hojjetaan iddoo misoomaa abbaa iddoo kana qabe ni qulqulleessa. Qaamni iddoo kana qabes deebii kennuu fi misoomsuu jalqabuuf torban 2 qaba. Torban 2n keessatti yoo tarkaanfiin hin fudhatamne iddichi qaama biraatiif ramadama.
- Misoomsitoonni yaadannoo akeekkachiisaa waktii misoomaatti yeroo 3 yoo fudhatan yeroo yaaliitiif bakka ittiin hojjetaa giddu galichaawaliin hojjetan kan karoora misoomaa uumuu fi iddoo misoomaa isaanii qabatanii turuuf isaan gargaaru waliin hojjechuuf filannoo qabu.
- Dallawwaan/Haaxiiroonni/ kan haftee arfaffaa fudhaataan waggaa keessaatti eeguumsi kan hagamee fi lafti ijaarsaaf safarame irra deebiin qophaa'a/ilaalama/.
- Misoomsitoonni yaadannoo akkeekkachiisaa kanaaf ykn iddoon misoomaa irraa fudhatamuu isaatiif qindeessaa sagantaa iddoowwan misoomaa hawaasaatti gaaffii dhiyeessuun ol iyyachuu ni danda'u. gaaffiin ol iyyannoo qindeessaa sagantaa iddoowwan misoomaa hawaasaatiin, hoji gaggeessaa iddoo misoomaa biroo tokko kan miseensa saba wal fakkaataa ta'ee ykn afaan wal fakkaataa dubbatuu kan misoomsaa ta'e (yoo danda'ame) waliin ta'uun irra deebiin ni ilaalama.

Ibsa Wantoota Miidhaa Hin Qabnee:

Gargaarsa uummataatiif deeggarsa fudhachuu ykn kennuun hirmaattonni poolisiiwwanii fi adeemsawwan akkasumas seerota jiraniif bitamuuf akkasumas biiroo paarkiiwwaniitii fi iddoowwan bashannanaa, sagantaa misooma hawaasaa, magaalaa Poortilaand, abbaa qabeenyaa fi kireeffattoota isaa akkasumas abbootii aangoo, bakka buutotaa fi hojjettoota isaanii miidhaa, hubaatii fi badiisa kamirraayyuu jechuunis

gochoota miidhaa qabeenya irra ga'uun dhufan irraa ykn miidhaa qaamaa akksumas du'a nama kamiiyyuu kan sababa iddoo misoomaa kana qabachuuf dhufuun akkasumas/ fi hirmaattonni, misoomsitoonni hirmaattota waliin hojjetan ykn keessummoonni iddoo misoomaa kana fayyadamuu isaanii kan ka'e isaan irra ga'u irraa eeguu fi balaa irraa ittisuuf waliigalaniiru.

Ibsa ADA:

Sagantaawwan, gochaawwanii fi dalagaawwan magaalaa haala wal qixa ta'een dhiyaachuu isaanii gargaaruuf magaalaan Poortlaand poolisiiwwanii fi adeemsawwan fooyyessuun namoota qaama miidhamtoota ta'aniif deeggarsaa fi tajaajilawwan gaarii kenna. Hojjetaa sagantaa misooma iddoo hawaasaa lakk. 503-823-1612(TTY503-823-6868) irratti gaaffii akkanaa gaafachuu ni dandeessu.

Beeksisa al-loogii:

Sagantaawwanii fi tajaajilawwan paarkiiwwanii fi iddoowwan bashannanaa Poortilaand baay'ina gosoota aadaa hawaasa keenyaa calaqqisiisu. Amantaa, gosa, bifa, saala, naannoo, sanyii, umurii ykn dandeettii irratti hundaa'uun hin loognu.