

Maxay...

dadka ka yiraahdeen?

“Waxaan u maleynayaa qof kasta ee ku jira xaalad caafimaad oo teyda oo kale ah, oo la qabsanaya dhibaatooyinka maamulida caafimaad wuxuu ka faa’iidayaa barnaamijkan. Wuxuu ku caawinayaa dadka in ay noolashooda dib ugu helaan si nidaamsan wuxuuna ku caawinayaa hadafyadooda wuxuuna siinayaa rajo.”

“Kalkaaliyaha iyo shaqaalaha daryeelkayga shakhsi ahaaned waxay joogeen waqtiyada ballamada takhtarkayga qaarkood, taas oo igu caawisay in aan si fiican u fahmo hab-raacyada ama in aan caddeeyo su’aalaheya qaarkood. Waxaan aamin sanahay in u dirisyada caafimaad ee kalkaaliyaha uu sameeyay iyo daryeelka aan helay in ay hagaajiyeen muuqaalkayga iyo caafimaadkayga. Waxaan iska dhaafay sigaar cabidda sigaarna ma cabbin ilaa Nofeembar.”

Maamulka Daryeelka ee Xanuunka Daba-dheeraada waxay bixinayaa adeegyadan

- Qiimeynta daryeel caafimaad.
- Qorsheynta tallaabo caafimaad oo qofka lagu salaynayo.
- Taageero ah isu duwista daryeelka caafimaad iyo adeegyada kale.
- Waxbarasho iyo tababar
- Waxay kugu caawinayaan in ay isu duwaan daryeelkaaga haddii aad ku jirtay isbitaalka.

Wixii xog dheeri ah

Aging and Disability
Services Administration

1-800-422-3263

Wakaalada Deegaanka ee Waayeelada



ADSA Aging & Disability
Services Administration

DSHS 22-1476 SM (2/12)

Waa Caafimaadkaaga

Mas’uul Ka Noqo



Baro habab cusub oo aad caafimaadkaaga ugu maareynaysid guriga ee ah **Maamulka Daryeelka Xanuunka Daba-dheeraada.**



Waa maxay...

Maamulka Daryeelka

Xanuunka Daba-dheeraaday?

- Qorshe tallaabo caafimaad oo xoogasaaraya hadafyadaada caafimaad iyo caawimaada laga yaabo in aad u baahatid si aad u gaartid hadafyadaasi.
- Kalsooni fiican oo ah la shaqeynta kooxda daryeelkaaga caafimaad sida takhaatiirta, kalkaaliyeyaasha iyo daaweyeyaasha.
- Caawimaad aad ku helaysid waqtiyo ballamo caafimaad.
- Kalsooni korortay oo kugu caawinaysa si aad mas'uul uga noqotid caafimaadkaaga.
- Taageero lagugu caawinayo si aad u sameysid isbeddalada hab-nololeed caafimaad qab leh.
- Waxbarasho ku saabsan sida aad uga hortagi lahayd dhibaatooyinka dheeriga ah ee caafimaadkaaga.



Adeegyadan aniga maa la iigu talagalay?

- Maareeyaha Daryeelka Kalkaaliyahaaga wuxuu la shaqeynayaa Maareeyaha Dacwadaada iyo takhaatiirtaada si ay kaaga taageeraan la shaqeynta kooxda daryeelka caafimaadkaaga.
- Adeegyada Maareeyaha Daryeelka Kalkaaliyahaaga waxaa laga yaabaa in ay caawimaad ka geystaan si loo yarreeyo booqashooyinka isbitaalka iyo qololka xaaladaha degdega ah, waxayna taageerayaan caafimaadkaaga fiicnaaday iyo daryeelka-shaksi ahaaneed.

Tani qiimaheeda waa imisaa?

- Caymiska daryeelka caafimaad ayaa bixinaya lacagaha adeegan.
- Adiga kharash kugu ma fadhiyo.
- Waxaad u helaysaa dhammaan adeegyadii Caymiska Daryeelka Caafimaad sidii hore.

Maxaan baranayaa?

Maareeyaha Daryeelka Kalkaaliyahaaga wuxuu kugu caawin karaa in aad wax badan ka baratid:

- Maareeynta daaweynyadaada.
- Maareynta xaaladahaaga caafimaad.
- Wuxuu kugu caawinayaa si aad u heshid adeegyada bulshadaada.

Waa maxay waxa la iga doonayo in aan sameeyo?

- In aad la shaqeytid kalkaaliyaha xilliyada booqashada iyo wacitaanada taleefoon.
- In aad qorsheha waxa aad doonaysid sameysid si aad u wanaajisid caafimaadkaaga.

Yaan la shaqeyndoona?

- Kalkaaliye-caafimaad oo tababaran sidii tababarahaaga caafimaad ahaan.
- Maareeyaha dacwadaada ee Wakaalada Deegaankaaga ee Waayeelada.
- Daryeel-bixiyeyaashaada lacagta qaata iyo dadka kale ee kula shaqeyaa.
- Dadka aad sheegtid in ay muhiim kuu yihiin oo ay ka mid yihiin la taliyeyaasha caafimaadka maskaxda iyo daaweyeyaasha.

Sideen ku garanayaa haddii aan u qalmo?

- Ma qaadataa Caymiska Daryeelka Caafimaad oo loogu talagalay daryeelkaaga.
- Halis ma ugu jirtaa dhibaatooyin caafimaad.
- Maku qaadataa adeegyo daryeel shakhsi ahaaneed gurigaaga.