

## Raadraac

Xarumaha Adeegyada Medicare iyo Medicaid waxay u baahan yihiin in Adeegyada Ku Saleysan Bulshada iyo Guriga in ay raacaan xeerarka qaarkood. Gobollada waa in ay raacaan oo ay meelmariyaan xeerarkan si ay u joogteyaan maalgelinta federaalka. Xeerarkan waxaa loo yaqaanaa xeerarka Goobta HCBS.

Waxaad akhrrin kartaa wax badan oo xeerarkan ku saabsan:

- [Xeerarka Goobaha HCBS](#)
- [Goobaha Guriga iyo Bulshada Ku Saleysan - Xeerka Maamulka ee Washington](#)



## Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Adeegyada Guriga iyo Bulshada Ku Saleysan

Booqo mareegtadeenna:

<https://www.dshs.wa.gov/dda/developmental-disabilities-administration-services-programs>



DSHS 22-1916 SM (Rev. 8/23) Somali

## Xeerarka Goobaha Adeegyada Guriga iyo Bulshada Ku Saleysan

*Xeerarka Adeeg-bixiyahaagu ay tahay in uu Raaco*



# Haddii aad hesho Adeegyada Guriga iyo Bulshada Ku Saleysan, adeeg bixiyeyaashaadu waa in ay xeerarkan raacaan.

## Adeeg bixiyeyaashaadu waa in ay ku siiyaan...

- Asturnaana.
- Sharaf iyo ixtiraam.
- Xorriyadda in aan lagu boocboocsan ama laguugu hanjabin in aad sameyso wax aadan doonayn in aad sameyso.
- Xorriyadda in aanan lagu juujuubin iyadoo la adeegsanayo xoog jireed ama daawo.

## DDA iyo adeeg bixiyeyaashaadu waa in ay weyddiistaan ra'yigaaga oo ku saabsan...

- Goorta iyo halka ay ka dhacayaan kulamadaada qorsheynta.
- Yoolashaada shakhsiyeed.
- Adeegyadaada iyo cidda bixinaysa.

## Adeeg bixiyahaaga wuxuu u baahan yahay in uu fahmo in aad qaadata dhammaan go'aamada ku saabsan nolashaada, oo ay ku jiraan...

- Sida aad u qorsheyntayso maalintaada.
- Sida aad u qurxinayso goobtaada.
- Hawlaha aad dooraneyso in aad ka qaybgasho.
- Sida aad u kharash-gareynayso lacagtaada.
- Haddii aad dooneyso in aad shaqeyso.
- Sida aad waqtigaaga u isticmaasho, iyo dadka aad la wadaagto.

## Haddii aad adeegyo ka hesho adeeg bixiye degaan joogo:

### Waxaad kaloo xaq u leedahay...

- In aad ku noolaato guri aad doorato oo aadna awoodi karto, in aad ka doorato ikhtiyaarada la heli karo.
- Heshiis dhul kiraysi saxiixan, heshiis kiro, heshiis aqbaalaad ama cabashada qandaraas la mid ah oo lala yeelanayo Gobolka Washington iyo shuruudaha iyo sharciyada kiraystaha iyo mulkiilaha ee degaanka.
- Guri si dhab ah loo geli karo.
- Furaha gurigaaga.
- Asturnaanta qolkaaga jifka iyo musqusha, oo ay ku jiraan xiridda albaabada.
- U qurxi goobtaada sida aad jeclaan lahayd iyo si aad u soo bandhigto agabkaaga shakhsiyeed.
- Goobta gurigaaga ee aad ku soo dhoweyn karto dadka ku soo booqanaya iyo saaxiibada.
- Dadku haku soo booqdaan goorta aad dooneyso.
- Ra'yi ku yeello doorashada hawladeennada kula shaqeynaysa.
- Ra'yi ku yeello cidda aad la nooshahay.
- Qorshee jadwalkaaga maalinlaha ah, oo ay ku jirto marka aad soo toosto oo aad sariirta aado.
- Dooro waxa iyo goorta aad cuneeyso.
- Dooro halka aad ka tageyso bulshada iyo muddada aad joogeyso.
- Hel macluumaad iyo taageero si aad ugu hesho fursado madadaallo, waxbarasho iyo kuwo shaqo bulshadaada dhexdeeda.

Haddii adeeg bixiyahaaga ama qof kale oo doonaya in uu xaddido/wax-ka-beddelo wax ka mid ah xuquuqahan oo sabab u ah walaacyada ku saabsan caafimaadkaaga ama bedqabkaaga, waxay keliya sidaa u sameyn karaan xalka ugu dambeeya ahaan, **HADDII lagu daro qorshahaaga adeegga ee uu shakhsigu xuddunta u yahay, OO aadna oggoshahay.**

Haddii aad oggoshahay xaddidaadaha, qorshahaagga adeegga ee uu qofku xuddunta u yahay waa in ay ku jiraan:

- Sharraxaadda baahida gaarka ah ee la qiimeeyay.
- Sharraxaadda waxa horey la isugu dayay.
- Isku-dayada aad kaga soo baxayso baahidaada ee aanan shaqeyn.
- Siyaabaha lagu cabbirri karo haddii xaddidaadda ay yareysay walaaca caafimaadka iyo bedqabka.
- Inta jeer ee qorshaha dib-loo-eegi doonno si loo arko haddii xaddidaadaha weli loo baahan yahay.
- Qorshaha korjoogteynta ee lagu hubinayo in waxqabadyada iyo taageeroinka aysan wax dhibaato ah kuu keenayn.
- Oggolaanshahaaga oo qoraal ah.

**Waxaad xaq u leedahay in aad diido xaddidaad/wax-ka-beddelka qorshaha. Adeeg bixiyahaaga waa in uusan bilaabin ama sii wadin xaddidaadda haddii aadan oggolaan. Si loo xaqiijiyo in codkaaga la maqlay, waxaad qaadi kartaa tallaabooyinka qaarkood.**

1) Maareyaha kheyraadka kiiskaaga ha oggaado. Waxaad booqan kartaa xafiiskooda, ka waci kartaa telefoonka ama u diri kartaa iimayl. Maamulaha kiiskaaga waa in uu kuu soo jawaabaa laba maalmood oo kuwa shaqada ah gudahooda si uu kaaga caawiyo wax-ka-qabashada walaaca. Haddii aadan garaneyn cida ay tahay maareyaha kheyraadka kiiskaaga, waxaad ka eegi kartaa barta internet-ka [www.dshs.wa.gov/dda/find-dda-office](http://www.dshs.wa.gov/dda/find-dda-office).

2) Waxaad su'aal ku weyddiin kartaa ama cabasho ka soo gudbinta kartaa barta internet-ka [www.dshs.wa.gov/dda/how-file-complaint-dda](http://www.dshs.wa.gov/dda/how-file-complaint-dda)

Haddii aad qabto walaac ku saabsan ka deyrin, xadgudub, dayac, dhiigmiirasho, ama dhiigmiirasho maaliyadeed, waxaad waci kartaa 1-866-END-HARM ama 1-866-363-4276

