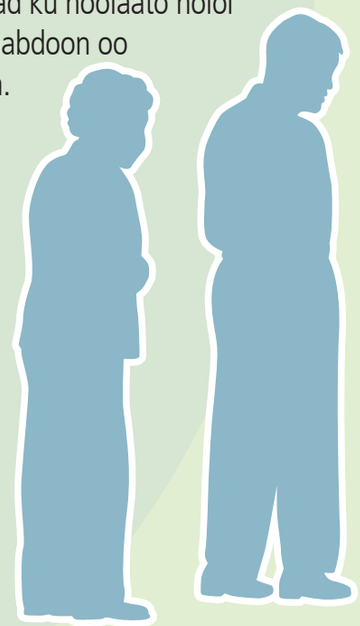
Waa qorsahaaga iyo dookhaaga!

Adiga ayaa is-maamulaya. Adiga ayaa dejinaya qorshaha adeegyadaada iyo taageeradaada. Adiga ayaa dooran kara inaad yeelato wakiil sharci, xubin qoys ama saaxiib ku caawiya. Adiga ayaa dejisanaya qorshaha taageeradaada waxaana ka mid ah adeegyadaada oo aad ku salayso hadafyadaada, waxa kuu muhiimka ah, iyo baahiyahaaga la qiimeeyay.

Adiga ayaa go'aan ka gaari doona adeegyada aad u-qalanto ee kaa caawin kara inaad ku noolaato nolol caafimaad leh, nabdoon oo wax soo saar leh.



Kheyraad kaa caawin kara inaad go'aan ka gaarto adeegyada

Si aad ula xiriirto **barnaamijka naafada korriinka ee bulshada (CDDP)** ee ka jira deegaankaaga, booqo https://www.oregon.gov/odhs/idd/Pages/cddp.aspx ama wac 503-945-5811.

Si aad ula xiriirto **dallaalka adeegyada taageerada** ee deegaankaaga si aad uga ogaato wax badan oo ku saabsan xulashooyinka aad heli karto, booqo www.mybrokeragemychoice.org ama wac 503-945-5811.

Si aad u hesho macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada naafada garaadka ama korriinka ee Oregon, "Like" saar Facebook-ga "Oregon Developmental Disabilities."

Si aad u hesho macluumaad faahfaahsan oo ku saabsan adeegyada naafada korriinka, booqo https://www.oregon.gov/odhs/idd/Pages/default.aspx.

Si aad isugu xirto shabakad qoyska oo ka kooban dad kuu dhow, kala xiriir Oregon Consortium of Family Networks barta https://ocdd.org/families-supporting-families/.

Si aad u hesho halka uu ku yaalo xafiiska naafada korriinka ee gobolkaaga, booqo https://www.oregon.gov/odhs/idd/Pages/cddp.aspx.

Oregon Department of Human Services
OFFICE OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES SERVICES

Xafiiska Adeegyada Naafada Korriinka (ODDS)
500 Summer Street NE E02
Salem Oregon 97301

Telefoonka: 503-945-5811
TTY: 1-800-282-8096

Find us on Facebook

Like saar Facebook-geena:

https://www.facebook.com/oregonDHS.IDD/

La xiriir xafiiska CDDP ee deegaankaaga si aad u hesho macluumaad dheeraad ah.

Dukumintigaan waxaad ku heli kartaa luuqado kale, daabacaad ballaaran, farta indhoolaha ama qaabka aad doorbidaysid. Kala Xiriir Xafiiska Adeegyada Naafada Korriinka (ODDS) iimaylka DD.DirectorsOffice@odhsoha.oregon.gov ama lambarka 503-945-5811 (wicitaan/farriin). Waan aqbalnaa dhammaan wicitaannada dadka maqalka ku adag yahay.

100-240850 DHS 0338 (9/2023) Somali

WAAXDA ADEEGYADA AADANAHA EE OREGON

Doorashada Adeegyada Naafada Korriinka ee loogu talagalay Carruurta iyo dadka Qaangaarka ah

Oregon Department of Human Services
OFFICE OF DEVELOPMENTAL DISABILITIES SERVICES

Adeegyada naafada korriinka ee laga yaabo inaad hesho waxaa lagu saleeyaa qiimeynta baahiyaha. Halkani waxaad ka ogaan doontaa adeegyada aad heli karto iyo cidda bixin karta.

Haddii adiga ama ilmahaaga la ogaado inaad u-qalantaan adeegyada naafada korriinka, waxaad filan kartaa in:

- **Aan ku baranno.** Aan kula soo xiriirno isla markiiba kadib marka aad hesho ogeysiiska u-qalmitaankaaga si aanu u ogaanno wax badan oo adiga kugu saabsan islamarkaana kula wadaagno macluumaadka ku saabsan adeegyada laga helo deegaankaaga.
- **Waxaad naga caawin doontaa inaan fahamno baahida aad u qabto taageerada adiga oo ka** jawaabaya su'aalo ku saabsan baahiyahaaga.
- **Waxaad awoodi doontaa inaad ka hadasho hadafyadaada iyo baahida aad u qabto taageerada.** Waxaan sidoo kale ka wada hadli doonnaa halka aad rabto inaad ku noolaato, inaad ka shaqayso iyo inaad ka hesho adeegyada.
- **Waad booqan kartaa dadka bixiya adeegyadaan.** Waad dooran kartaa qofka kaa caawin doona inaad gaarto hadafyadaada.
- **Waxaad ogaan doontaa wax ku saabsan adeegyada kaa caawinaya inaad daboosho baahiyahaaga iyo hadafyadaada.**

Adeegyadee ayay carruurtaydu heli karaan?

Isku duwaha adeegyada ayaa ra'yigaaga heli doonaa islamarkaana qorshaha qori doona si loo buuxiyo baahiyaha qiimeyn ee ilmahaaga. Qorshaha waxaa sidoo kale ka mid ah cidda mas'uulka ka ah inay gacan ka geysato daboolida baahiyahaas, imisa jeer iyo inta ay le'eg tahay caawimaada ay bixin doonaan, iyo sida baahida taageero kasta ee la qiimeeyay loo maalgelin doono. Isku duwaha adeegyada ayaa kula soo xiriiri kara bishiiba mar si loo hubiyo in qorshuhu shaqaynayo ama si loo ogaado sida loo wanaajin karo.

Adeegyada laga yaabo inuu heli karo ilmahaaga kadib qiimeynta waxaa ka mid ah:

- Daryeelka gargaarka ee loogu talagalay daryeeleyaasha qoyska;
- Tababar kaa caawinaya inaad daboosho baahiyaha ilmahaaga;
- Ka caawinta hawlaha maalinlaha ah sida karinta cuntada, qubeyska ama quudinta ilmahaaga;
- Wax ka beddelka gurigaaga si looga dhigo mid ku habboon ilmahaaga;
- Ka caawinta caqabadaha habdhaqanka; iyo
- Taageerooyinka tiknoolajiyadeed qaarkood.

Adeegyadani beddel uma ahan mas'uuliyadda joogtada ah ee saaran qoyska.

Shabakadaha qoys-ka-qoyska ah ayaa sidoo kale laga yaabaa in laga heli karo deegaankaaga. Waxaad la kulmi kartaa qoysaska kale waxaadna ka ogaan kartaa kheyraadka laga helo deegaanka.

Xusuusnow, inuu kani yahay qorshahaaga…

"Ga'aamo caafimaad la iima gaari karo, aniga oo la ila tashan"

Adeegyadee ayay heli karaan dadka qaangaarka ah?

Iyadoo lagu saleynayo baahiyahaaga iyo hadafyadaada, waa kuwan adeegyada aad heli karto:

- **Tageerada hawlaha maalinlaha ah** sida qubayska, labbiska, wax soo iibsiga, karinta cuntada, maaraynta lacagahaaga, iyo ka caawinta caqabadaha habdhaqanka iyo wadaxiriirka.
- **Taageerada bulshadaada dhexdeeda.** Qof kasta faa'iido ayay u leedahay marka aad firfircoon tahay ee aad hawlaha bulshadaada ka qayb qaadato. Waan ku siin karnaa taageero ku caawisa.
- **Taageerada shaqaalaynta.** Waxaan aaminsanahay in qof walba oo raba inuu shaqeeyo uu helo taageero marka uu isku dayayo inuu shaqo raadsado. Taageeradu waxay kaa caawin kartaa inaad gaarto hadafyadaada shaqo.

Waxaad ku dhex heli kartaa adeegyada gurigaaga dhexdiisa, hoyga qoyskaaga, hoyga kooxeed ama hoyga xannaanaynta.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan adeegyada

Haddii aad ku nooshahay gurigaaga ama hoyga qoyskaaga, waxaad dooran kartaa cidda ku siinaysa adeegyada maaraynta kiiskaaga, oo ay ku jiraan:

- Wakiilka gaarka ah ee dallaalka adeegyada taageerada ah; ama
- Isku duwaha adeegyada ee barnaamijka naafada korriinka ee bulshada (CDDP).

Haddii aad u baahan tahay taageero 24-saac ah inaad ku hesho meel ka baxsan gurigaaga, isku duwaha adeegyada CDDP ayaa ku siin doona adeegyada maaraynta kiiskaaga.

Haddii aad ku nooshahay gurigaaga ama hoyga qoyskaaga, waxaa laga yaabaa in aad awooddo inaad hesho caawimaada si aad gurigaaga uga dhigto mid ku habboon ilmahaaga oo nadiif iyo ammaan ah.

Qof jooga CDDP ayaa kula kulmi doona si uu kaagala hadlo adeegyada I/DD. Ka codso qofkan inuu kuu sheego wax ku saabsan dadka iyo hay'adaha oo dhan, oo ay ku jiraan dallaaliinta adeegyada taageerada, kuwaasoo sida ugu wanaagsan gacan uga geysan kara daboolida baahiyahaaga. Haddii aad u baahan tahay in lagaa caawiyo la xiriirida dallaalka, ka codso CDDP.