

**Oggolaanshaha Shaacinta, Wadaagista iyo Adeegsiga Macluumaadka Shaqsiyeed**

U Keydi Sida Dib-u-sax Daabac

Muuji bogagga tilmaamaha Qari bogagga tilmaamaha

# **Foomkani** wuxuu u oggolaanayaa gudbinta, isku-dubaridka iyo kormeerka adeegyada bixiyeyaasha.

Calaamadee halkan si aad ugu darto wakiil sharci

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Magaca dambe ee sharciga ah:** | **Magaca koowaad:** | Magaca Dhexe | Taariikhda dalashada: |
| Magacyada kale: | | | |
| Cinwaanka: | Magaalada: | Gobolka: | BAAQA CINWAANKA: |
| Telefoonka: | Cinwaanka iimaylka: | | |
| Nooca aqoonsiga: Mid dooro |  | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **La WADAAG:** | | | | | |
| Ujeeddada shaacinta, wadaagista iyo adeegsiga: | | | | | |
| Magaca hay'adda: Mid dooro | | | | | |
| Taariikhda diiwaanada: Mid dooro | | | | | |
| Xiriiriyaha: | | Cinwaanka: | | | |
| Magaalada, gobolka iyo Baaqa Cinwaanka | | | | | |
| Lambarka telefoonka: | | Cinwaanka iimaylka: | | | |
| Lambarka fakiska: | | Isdhaafsiga wada ogolka ah: | Haa |  | Maya |
| Taariikhda ay dhacayso ama munaasabada\* : | | | | | |
| Ma codsataa macluumaad caafimaad oo gaar ah in la shaaciyo? ­ Haa Maya  **Macluumaadka sida gaarka ah loo ilaaliyo:** (*Waxaa jiri kara sharciyo dheeraad ah oo loogu talagalay isticmaalka iyo shaacinta haddii ay jiraan nooca diiwaanka ama macluumaadka ku qoran sanduuqan. Waxaan fahamsanahay inaan* ***wax macluumaad ah*** *la shaacin* ***doonin ilaa*** *aniga ama wakiilkeyga aan* ***xarfaha bilowga magacyada ee xiga noocyada macluumaadka ee hoose*.**)  **HIV ama AIDS: Caafimaadka Maskaxda Baaritaanka hiddo-sidaha**  **Baaritaanka khamriga ama daroogada, daaweynta, gudbinta:** | | | | | |
| Ma jiraan wax macluumaad gaar ah oo **aan** la shaacin karin? | Haa Maya | |  |  |  |
| **Ha WADAAGO:** | | | | | |
| **Ujeeddada shaacinta, wadaagista iyo adeegsiga:** | | | | | |
| Magaca hay'adda: Mid dooro | | | | | |
| Taariikhda diiwaanada: Mid dooro | | | | | |
| Xiriiriyaha: | Cinwaanka: | | | | |
| Magaalada, gobolka iyo Baaqa Cinwaanka | | | | | |
| Lambarka Telefoonka: | Cinwaanka iimaylka: | | | | |
| Lambarka fakiska: | Isdhaafsiga wada ogolka ah: | | Haa | Maya |  |
| Taariikhda ay dhacayso ama munaasabada\* : | | | | | |
| Ma jiraan wax macluumaad gaar ah oo **aan** la shaacin karin? | Haa Maya | |  |  |  |
| **KU DAR** hay'ad wadaagaysa | **KA SAAR** hay'addan wadaagaysa (*kor*e) | | | | |

**Markaan saxiixo foomkan, waxaan u oggolaanayaa kuwa aan magacyadooda xusi doono inay bixiyaan macluumaad shakhsiyeed oo gaar ah oo aniga igu saabsan. Haddii aan ku jawaabo “haa” “isdhaafsiga wada ogolka ah,” waxaan u ogolaanayaa hay'adaha aan magacooda xusayo inay isdhaafsadaan macluumaadka. Waxaa ugu wacan inay aniga i siin karaan adeegyo wanaagsan.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Qiraalkaaga** | |
| * Waxaa la i siiyay fursad aan ku waydiiyo su'aalo ku saabsan foomkan iyo wuxuu yahay. * Waan fahamsanahay waxa foomkan ka dhigan yahay waana oggolahay shaacinta ama wadaagista ku qoran. * Waan fahamsanahay in sharciga gobolka iyo kan dawladda ilaalinayaan macluumaadka ku saabsan adeegyada aan ka helo mid kasta oo ku qoran:   » Hay'ad » Ganacsi » Urur » Qof   * Oggolaanshahan wuxuu shaqeynayaa hal sanno laga bilaabo taariikhda aan saxiixay haddii aan si kale loo dhigin mooyaane.\* * Waan fahamsanahay wakiilkeyga ama aniga inaan joojin karno oggolaanshahan. Si kastaba ha noqotee, macluumaadka la wadaago kahor inta aanan la joojin lama celin karo. Hadal ahaan ayaan u joojin karaa oggolaanshaha macluumaadka daroogada iyo khamriga. Dhammaan codsiyada kale joojinta waa in la qoraa. Waa inaan u soo bandhigaa wixii codsi joojin ah hay'adda, ganacsiga, ururka ama qofka macluumaadka bixinaya. * Waan fahamsanahay in sharciga dawladda ama gobolka uu mamnuucayo dib-u-bixinta waxyaabaha soo socda, iyadoo aan oggolaansho laga helin aniga ama wakiilkeyga:   » Baaritaanka daroogada iyo khamriga » macluumaadka HIV iyo AIDS » Caafimaadka maskaxda  » Macluumaadka gudbinta » Diiwaanada daaweynta » Diiwaanada baxnaaninta xirfadeed   * Waan fahamsanahay in macluumaadka aan lahayn xaddiddad dib-u-shaacin in dib loo shaacin karo. Macluumaadka dib loo shaaciyo dib dambe looma ilaalin karo sidaku cad sharciga dawladda ama gobolka. * Waan fahamsanahay in qof u baahan karo inuu ila soo xiriiro foomkan awgiis si aan u xaqiijiyo aqoonsigeyga. Waxay sidoo kale u baahan karaan inay helaan macluumaad dheeraad ah. * Waan fahamsanahay in go'aansashada inaan saxiixin foomkan laga yaabo:   » Inuu kahor istaago hay'adaha inay go'aan gaaraan haddii aan u-qalmo barnaamijyada qaarkood.  »Inuu iga hor istaago inaan helida gudbino. Wuxuu sidoo kale ka dhigi karaa isku-dubaridka adeegyada bixiyeyaasha mid aad u adag.  » Inuu saameyn ku yeesho awooddeyda helitaanka adeegyada caafimaadka haddii ay lagama maarmaan tahay in la wadaago macluumaadka.  » Ka joojiyo Qorshaha Caafimaadka Oregon (OHP) ama Medicaid bixinta adeegga iyadoo sababtu tahay inaysan haysan wax oggolaansho ah.   * **Waxaan saxiixayaa oggolaanshahayga anoo ikhtiyaarkayga xorta ah haysta.** | |
| **Saxiixa:** | |
| Magaca Qoran: | Taariikhda: |

**Bayaanka sugnaanta**

# Foomkan waxaa ku jiri kara macluumaadkaaga shakhsiyeed. Haddii aad foomka ku soo dirto iimayl waxaa jira waxoogaa halis ah oo ah inuu heli karo qof aadan dooneynin inuu helo macluumaadka. Haddii aadan hubin sida loo diro iimayl sugan, tixgeli inaad isticmaasho boosto ama fakis fakis caadi ah.

Wixii su'aalo ama caawin ah si loo buuxiyo foomkan, fadlan la xiriir hay'adda aad la shaqeyso .

* *Maamulka Caafimaadka Oregon (OHA) 503-947-2340*
* *Waaxda Adeegyada Aadanaha ee Oregon (DHS) 503-945-5600*
* *Guddiga Indhooleyaasha ee Oregon: 971-673-1588*
* *Waaxda Shaqada ee Oregon: 800-237-3710*
* *Waaxda Waxbarashada ee Oregon: 503-947-5600*
* *Adeegyada Guriyeynta iyo Bulshada ee Oregon: 503-986-2000*
* *Waaxda Caddaaladda ee Oregon: 503-378-4400*
* *Waaxda Asluubta ee Oregon: 503-945-9090*
* *Maamulka Dhallinyarada ee Oregon: 503-373-7205*
* *Booliska Gobolka Oregon: 503-378-3720*

\* Oggolaanshahan wuxuu soconayaa hal sanno laga bilaabo taariikhda aan saxiixay, haddii si kale loo xusin mooyee.

**Tilmaamaha qayb-qaybta ah**

# Markaad gudbinayso foomka, uma baahnid inaad ku darto bogagga tilmaamaha.

Si waqtiga loo dhowro, waad sii diyaarin kartaa tirada iyo nooca qeybaha. Sidoo kale waad sii gelin kartaa macluumaadka ururkaaga, kadibna waxaad keydsan kartaa noocyada habyaalada foomkan si aad ugu daabacdo si dhakhso ah Adeegso goobta "Habyaalka" aan la daabicnayn ee geeska kore ee midig ee foomka oo magac u yeel habyaalka si aad u tixraacdo mustaqbalka.

**Sameynta habyaalo hore**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Qeybta Cidda Lala Wadaagayo ama Helayso** | | |
| Ujeedada shaacinta, wadaagista iyo adeegsiga: | | * Sheeg sababaha gaarka ah ay shaacinta macluumaadka, wadaagista iyo adeegsiga loogu baahan yahay. * Haddii qofku uusan rabin inuu ku bixiyo sabab goobtan hay'adda codsanaysa ayaa ku dari karta bayaankan “iyadoo uu codsaday qofka" taasoo ujeedadeedu tahay inuu qofku bilaabo oggolaanshaha. |
| Magaca hay'adda(*liiska hoos aada*) | | * Ka dooro hay'ad liiska hoos aada. * Haddii hay'addu aysan qorneyn, dooro “Wax Kale (fadlan ku qor halkan ):” Kadib, ku qor magaca hay'adda. Magaca hay'adda waa inuu noqdaa mid gaar ah. Tusaale ahaan, qorista “caafimaad” ama “adeeg-bixiye” ma dhammeystirno. Fadlan qor magaca dhakhtarka ama adeeg-ixiyaha. Qof ama nooc kale oo urur ah, sida dugsiga ama shaqo-bixiyaha, qor magaca qofka ama nooc kale oo urur. |
| Macluumaadka gaarka ah ee la shaacin doono (wuxuu *soo baxaa kadib marka la doorto hay'adda* ) | | * K dooro nooca dukumiintiga liiska hoos aada. * Haddii nooca macluumaadka uusan qorneyn, dooro “Wax Kale (fadlan ku qor halkan):” oo qor sharraxaadda. Tusaalooyinka macluumaadka gaarka ah qaarkood waa:   » Qiimaynada » Qorsheyaasha kiiska » Macluumaadka maaliyadeed  » Sookoobisyada biilasha Medicaid » Warbixinnada nafsiga ah  » Natiijooyinka baaritaanka kaadida » Qorsheyaasha daaweynta |
|  | | * Ha muujin “diiwaanka oo dhan” ilaa ay lagama maarmaan tahay si loo gaaro ujeeddada |
|  | | Ujeedada shaacinta, wadaagista iyo adeegsiga:   * Isticmaal badhanka si aad ugu darto ama u tirtirto noocyada macluumaadka dheeraadka ah ee la codsaday, haddii aad u baahato. |
| Taariikhda diiwaannada | | * Muuji taariikhda gaarka ah ee diiwaanada la codsaday. |
| Taariikhda ay dhacayso ama munaasabada | | * Oggolaanshahan wuxuu shaqeynayaa hal sanno laga bilaabo taariikhda aan saxiixay, haddii aan si kale loo sheegin. Tusaale ahaan, haddii “ka bixitaanka isbitaalka” ama “dhammaadka dacwada,” la xusay. |
| Isdhaafsiga labada dhinac | | * “Haa” waxay u oggolaaneysaa macluumaadka gaarka ah ee ku qoran foomka inay isla wadaagaan diiwaan heystaha iyo dadka ama barnaamijyada ku qoran oggolaanshahan. Isdhaafsiga wada ogolka ah ayaa furaya dhammaan diiwaanada la codsaday si looga wadahadlo u dhaxeysa codsadaha diiwaanka iyo kuwa heysta diiwaanka muddo cayiman |
| Miyaad codsatay | | * Doorashada “Haa” waxay soo bandhigi doontaa qeyb lagu sheegi karo noocyada macluumaadka caafimaadka ee gaarka ah. * Astaanta calaamadeynta ee ku jirta booska ku xiga macluumaadka caafimaadka kuma filna. Qofku waa inuu ku qoro xarfaha koowaad ee magacyadiisa goobta ku xigta macluumaadka hadduu oggolyahay inuu wadaago macluumaadkan. * Haddii aad u baahan tahay qeybtan inay ka muuqata nuqulka daabacan, fadlan hubi inaad doorato “Haa” kahor daabacidda. |
| macluumaadka caafimaadka | |
| gaarka ah ee la wadaagi | |
| doono? | |
| Ma jiraan wax macluumaad gaar ah oo **aan** la shaacin karin? | | * Xulashada “Haa” waxay soo bandhigeysaa sanduuqa qoraalka oo aad ku qori kartid macluumaad gaar ah. * Haddii macluumaadka gaarka ah aan la raacinin marka diiwaanada la wadaagayo, fadlan ku qor halkan. * Haddii aad u baahan tahay qeybtan inay ka muuqata nuqulka daabacan, hubi inaad doorato “Haa” kahor daabacidda. |
| Dib-u-wadaagista | * Dib-u-siidaynta waa shaacinta macluumaadka qofka ee foomkan ku jira. * Waxaa jiri kara xayiraado saaran dib-u-wadaagista macluumaadka la fasaxay sida ku cad foomkaan. * Qawaaniinta dawladda iyo gobolka ayaa mamnuucaya dib-u-wadaagista macluumaadka khamriga iyo daroogada, iyo macluumaadka HIV ama AIDS iyadoo aan oggolaansho gaar ah la haysan. | |
| Ku darista hay'adaha codsanayo iyo wadaagayo | * Haddii ay jirto baahi loo qabo codsiyo badan oo hay'adaha codsanayo ama wadaagayo, isticmaal badhanka KU DAR ama KA SAAR si aad ugu darto ama aad uga saarto wixii qeybo dheeraad ah oo "Hay'adda, ganacsiga, urur ama qofka wadaagayo" kahor intaadan daabicin foomka. | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Qeybta qiraalka macmiilka** | |
| Saxiixa qofka ku qoran foomkan ama qof sharci ahaan loo igmaday inuu matalo. | * Qofka si sharci ah loogu igmaday inuu u matalo qofka ku qoran foomkan marnaba lagama codsan karo inuu saxiixo foom oggolaansho oo maran ama aan dhammaystirnayn. |

* Hay'addu waa inay:

» U hayso nuqulka foomka oggolaanshaha oo dhammaystiran, si elektaroonig ah ama fayl warqadeed, waana

» Inay raacdaa jadwalka haynta ee hay'adda.

* Haddii foomamka oggolaanshaha la dhammaystiray ay u keydsan yihiin elektaroonig ahaan, nidaam waa inuu jiraa lagu joojin karo. Haddii oggolaansho la saxiixay goor dambe (*la joojiyo)*, ka noqoshadaas waa in loo qoraa si elektaroonig ahaan.
* Ha u isticmaalin dhegaatiyo foomka oggolaanshaha.
* Marka si sax ah loo dhammaystiro, foomku waa waxa keliya ee loo baahan yahay si loo socodsiiyo shaacinta.

**Hay'adda wadaagayso: Qor xilliga diiwaanada la wadaagay.**