

# Adeegga Gudbinta Caafimaadka Maskaxda ee Washington ee loogu talagalay Carruurta iyo Dhowr iyo toban jirka

## 4 Shay oo Muhiim ah in Laga Ogaado Adeeggayaga

### Waxaa qoysaska lala xiriiriyaa adeeg bixiyeyaasha caafimaadka maskaxda iyo habdhaqanka

Waxaan annagu adeeg bilaash ah ugu deeqnaa qoys kastoo deggan Washington oo raadinaya adeeg bixiyeyaasha bukaansocodka ee meeli ka bannaan tahay ee aqbala caymiska ilmahaaga.

### Waxaa qoysaska loogu adeegaa sida ugu dhakhso badan ee suurogal ah

Adeeggayagu waxuu ku dadaalaa in uu qoysaska isla waqtigaaba xiriir la galo ama dib ula soo xiriiro 48 saacadood gudahood. Ka dib marka ay soo wacaan ama soo diraan foomka internetka, waxay qoysasku qorshaystaan qaabilaad ay la yeeshaan khabiirka gudbinta. Qiyaas ahaan 2 toddobaad ka dib marka la qaabilo, waxay qoysasku heli doonaan maclumaadka hal ama labo adeeg bixiye oo loogu taliyey. Waxaan annagu u heellannahay in aan adeeg bixiyeyaasha daawaynta bixiya u dirno gudbinno waxtar leh oo cabbiran. Xogta sahaminta ayaa lagu muujiyey in boqolkiiba 60 qoysasku ay ballan ku qorshaysteen ama ku tageen 2 toddobaad gudahood ka dib markii ay heleen talooyinkayaga.

### Qoysasku waxay adeegga ku qaddariyaan heer sare

Sahaminta qanaca qoyska ayaa lagu soo ogaaday in jawaabeyaashu ay aad u filanayaan in ay Adeegga Caafimaadka Maskaxda ee Carruurta iyo Dhowr iyo toban jirka (Mental Health Service for Children and Teens) kula taliyaan dadka kale ee u baahan daryeelka caafimaadka maskaxda iyo habdhaqanka (5tii meeloodba 4.9 meel). Waxay iyagu u arkeen in adeeggu uu daboolay baahiyahooda (5tii meeloodba 4.7 meel) oo ay aad ugu qanceen (5tii meeloodba 4.7 meel).

### Adeegyada Afceliyaha

Si aad u soo wacdo barnaamijka adigoo afceliye ama turjumaan isticmaalaya, wac lambarka 1(866)583-1527. Dhegeyso luqadda aad doorbidayso oo dooro lambarka la bixiyey. Waxaa lagu galin doonaa sugitaan gaaban waqtiga afceliye la soo dooranayo. Marka afceliyuhu uu khadka soo galo, qofkaas weydiiso in uu barnaamijka toos uga soo waco lambarka 833-303-5437.



### War dheeraad ah oo ku saabsan adeegga:

- Qoysasku waxay adeegga heli karaan marka ay wacaan lambarka **833-303-5437**, Isniinta ilaa Jimcaha laga bilaabo 8 subaxnimo ilaa 5 galabnimo Saacadda baasifigga, si ay ula xiriiraan khabiirka gudbinta.
- Bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka waxaa dhammaantood lagu dhiirrigelinayaa in ay qoysaska u soo tilmaamaan adeeggayaga.
- Naga caawi in aan dadka kale wax uga sheegno adeeggan goonida ah ee cusub ee loogu talagalay qoysaska!
- Masuuliyiinta Daryeelka caafimaadka ee Washington (Washington Healthcare Authority) ayaa maalgelinaya adeegga gudbinta waxaana hawlgelinaya isbitaalka Seattle Children's.

