

Qorshaha Dariiqayg a Shaqada

Hagaha xilliga kala-wareegga
ardayda naafada ah ee ka
dugsiga sare

Mahadnaq

Waxaannu si gaar ah ugu mahad celinaynaa xirfadlayaasha, xubnaha qoyska iyo xubnaha isu-doodida ee Guddiga La-talinta Waaxda Waxbarashada ee Oregon waayo aragnimadooda mashruucan.

Waxaannu sidoo kale u mahadcelineynaa xubnaha qoyska, ardayda, barayaasha iyo xirfadlayaasha kale ee nagu soo biiray kulan maalin dhan ah gu'ga 2019. Inta uu socday kulanka, waxay ku qaadatay saacado badan inay akhriyaan qayb kasta oo ka mid ah hagaha waxayna soo jeedinayaan talooyin ku saabsan horumarinta oo ku salaysan khibrad shakhsiyeed iyo khibrad.

Waaxda waxbarashada Oregon iyo Golaha Oregon ee Naafada Korriinka ayaa daabacay buug-gacmeedkan iyaga oo gacan ka helaya Waaxda Adeegyada Dadweynaha ee Oregon, Xafiiska Adeegyada Naafada Korriinka iyo barnaamijka Baxnaaninta Farsamada.

Mahadnaq	2
Warqad soo dhawayn ah	5
Gacaliyayaal Ardayda iyo Qoysaska,	5
Cutubka 1aad. Horudhac	7
Ku soo dhawow Hagaha Xilliga Kala-wareegga Oregon ee loogu talagalay ardayda iyo qoysaska!	7
Siday ardaydu u isticmaali karaan hagahan	2
Siday ardaydu u isticmaali karaan hagahan	3
Sida loo isticmaalo xaashiyaha shaqada.....	3
Xaashiyaha Raad-raaca	4
Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Isku-tashiga	7
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Isku-tashiga	9
Cutubka 2aad. Waa maxay qorshaynta ku salaysan shaqsiga?	10
Qorshaynta ku salaysan shaqsiga.....	10
Astaanta hal-bog	11
Astaantayda Hal-bog	12
Su'aalaha xaashida Shaqada: Khariidaynta Kheyraadkayga Qorshaynta Xilliga Kala-wareegga	15
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Qorshaynta Xilliga Kala-wareegga.....	17
Cutubka 3aad. Waa maxay ikhtiyaarradayda xirfadda iyo kulliyada?	18
Helitaanka shaqo.....	18
Tababbarka shaqada iyo waxbarashada.....	19
Xaashiyaha Raad-raaca ee Shaqada iyo Waxbarashada.....	21
Bilow Su'aalaha Xaashida: Khariidaynta Kheyraadkayga Qorshaynta Xilliga kala-wareegga.....	23
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Qorshaynta Xilliga Kala-wareegga.....	25
Cutubka 4aad. Sideen go'aan u gaadhi karaa qof weyn ahaan?	26
Tusaalooyinka taageerada go'aan qaadashada.....	26
Xaashida Raad-raaca ee Go'aan-qaadashada	28
Bilow Su'aalaha Xaashida: Khariidaynta Kheyraadkayga Go'aan qaadashada	30
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Go'aan-qaadashada	32

Cutubka 5aad. Sideen ugu noolaan doonaa nolol caafimaad leh?	33
Xaashiyaha Raad-raaca ee Nolol Caafimaad leh	34
Bilow Su'aalaha Xaashida: Khariidaynta Kheyraadkayga Nolol Caafimaad leh	36
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Nolol Caafimaad leh	38
Cutubka 6aad. Waa maxay ikhtiyaarradayda nolosha bulshada?	39
Xaashiyaha Raad-raaca ee Nolosha Bulshada	40
Bilow Su'aalaha Xaashida: Khariidaynta Kheyraadkayga La noolaanshaha Bulshada	42
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Khayraadkayga La noolaanshaha Bulshada	44
Cutubka 7aad. Adeegyadee ayaan heli karaa?.....	45
Adeegyo iyo taageero noocee ah ayaa ku diyaar ahaan doona?	45
Adeegyada xilliga kala-wareegga	45
Xafiiska Adeegyada Naafada Korriinka	48
Baxnaaninta Xirfadeed.....	51
Dheefaha Soshiyal Sekuyurati.....	52
Qorshaha Caafimaadka Oregon	53
Cutubka 8aad. Qaamuus	56
Cutubka 9aad. Lifaaq	58
Kheyraadka.....	58
Sawirka Xilliga Kala-wareegga	67
Xaashiyaha Raad-raaca ee La Noolaanshaha Bulshada	73
Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga La Noolaanshaha Bulshada	75
Astaantayda Hal-bog	76

Warqad soo dhawayn ah



Gacaliyayaal Ardayda iyo Qoysaska,

Hagahan ayaa kaa caawin doona inaad hormuud u noqoto noloshaada oo aad ahaato mid habaysan markaad ka gudubto dugsiga una gudubto noloshaada qaangaarka. Isticmaal qaybaha aad danaynayso ama isticmaal qayb marka mawduucu la xidhiidho waxa noloshaada ka dhacaya. Buuxi xaashida shaqada keligaa, qoyskaaga ama kooxdaada qorshaynta kala guurka. Sideeda qaybood waxa loo habeeyey sidan soo socota:

Qaybta 1aad waa hordhac habka qorshaynta kala guurka iyo xirfadaha aayo-katashiga ee kaa caawin doona inaad noloshaada maamusho. Waxa kale oo aad baran doontaa warqadaha shaqada ee Trajectory iyo Xiddiga aad isticmaali karto si aad u habayso fikradahaaga ama aad u samayso qorshe.

Qaybta 2aad waxay soo bandhigaysaa qaybaha kala duwan ee kooxdaada kala-guurka iyo xeeladaha qorshaynta ee qof-cududeedka kaa caawinaya inaad aqoonsato oo aad diirada saarto meelaha aad ku fiican tahay iyo yoolalkaaga.

Qaybta 3aad waxay qeexaysaa siyaabo kala duwan oo aad ku heli karto shaqo oo aad u shaqayso xagga xirfadda adoo baranaya ganacsi xirfad leh ama qaadashada shahaado.

Qaybta 4aad waxay sahamisaa taageerooyinka kaa caawin doona inaad go'aan ka gaadho qof weyn.

Qaybta 5aad waxay ka hadlaysaa waxaad samayn karto si aad u dareento caafimaad iyo badbaado markaad dhisayso nolosha aad rabto.

Qaybta 6aad waxay kaa caawinaysaa inaad sahamiso fursadaha iyo agabka aad ku nooshahay meesha aad rabto inaad ku noolaato bulshadaada.

Qaybta 7aad waxay qeexaysaa adeegyada laga yaabo inaad u qalanto kuwaas oo kaa caawin kara inaad gaarto yoolalkaaga.

Ugu dambayntii, qaamuusku ayaa sharraxayaa ereyo gaar ah.

Qayb kasta waxa ku jira su'aalo aad adiga iyo qoyskaaguba ka fikiraysaan, tusaalayaal kheyraadka la heli karo si lagu taageero, iyo waraaqo shaqo oo kaa caawinaya inaad habaysan tahay oo aad qorshe samaysato.

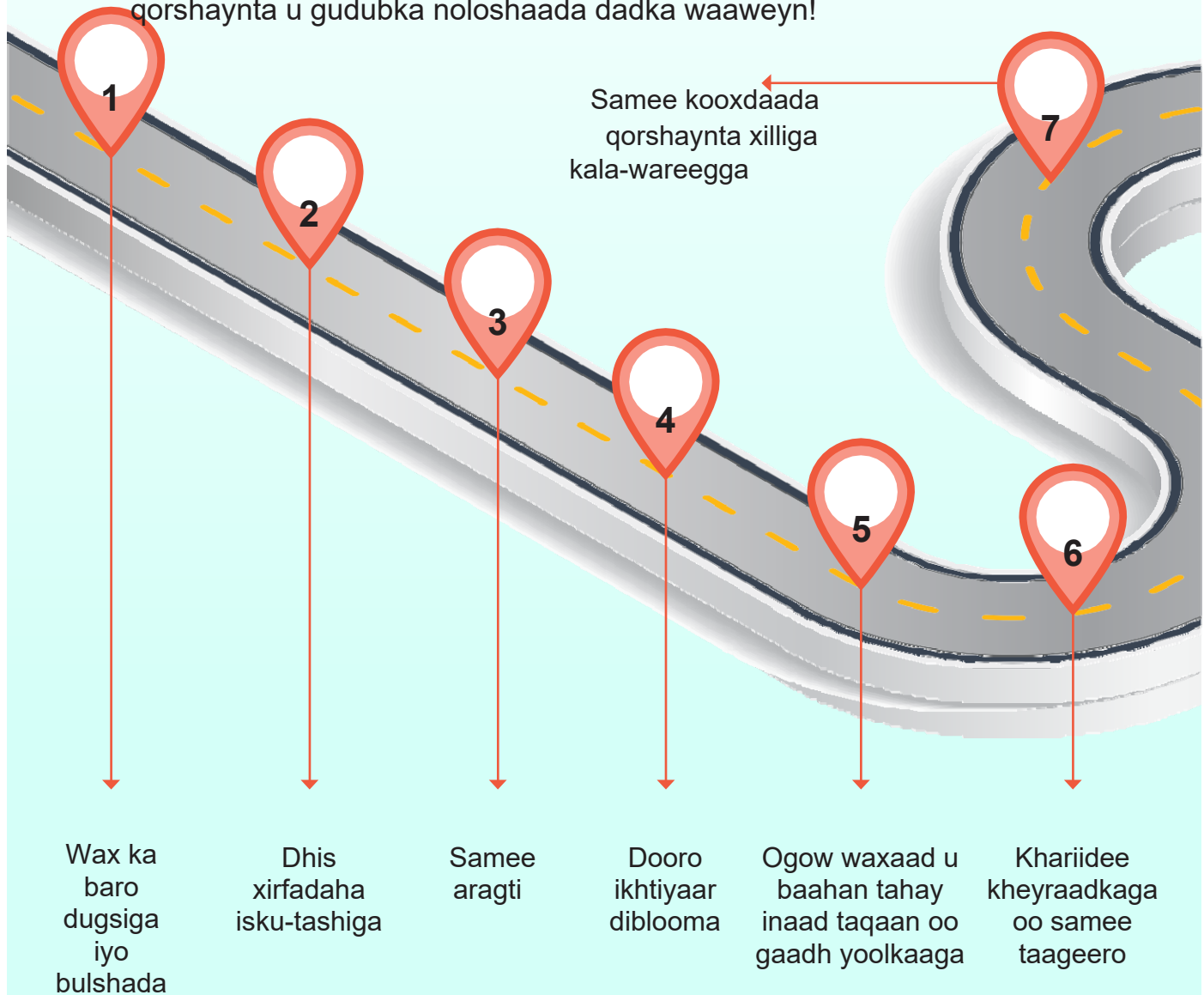
Tusaalooyinka xaashida shaqada ee bannaan ayaa laga heli karaa lifaaqa.

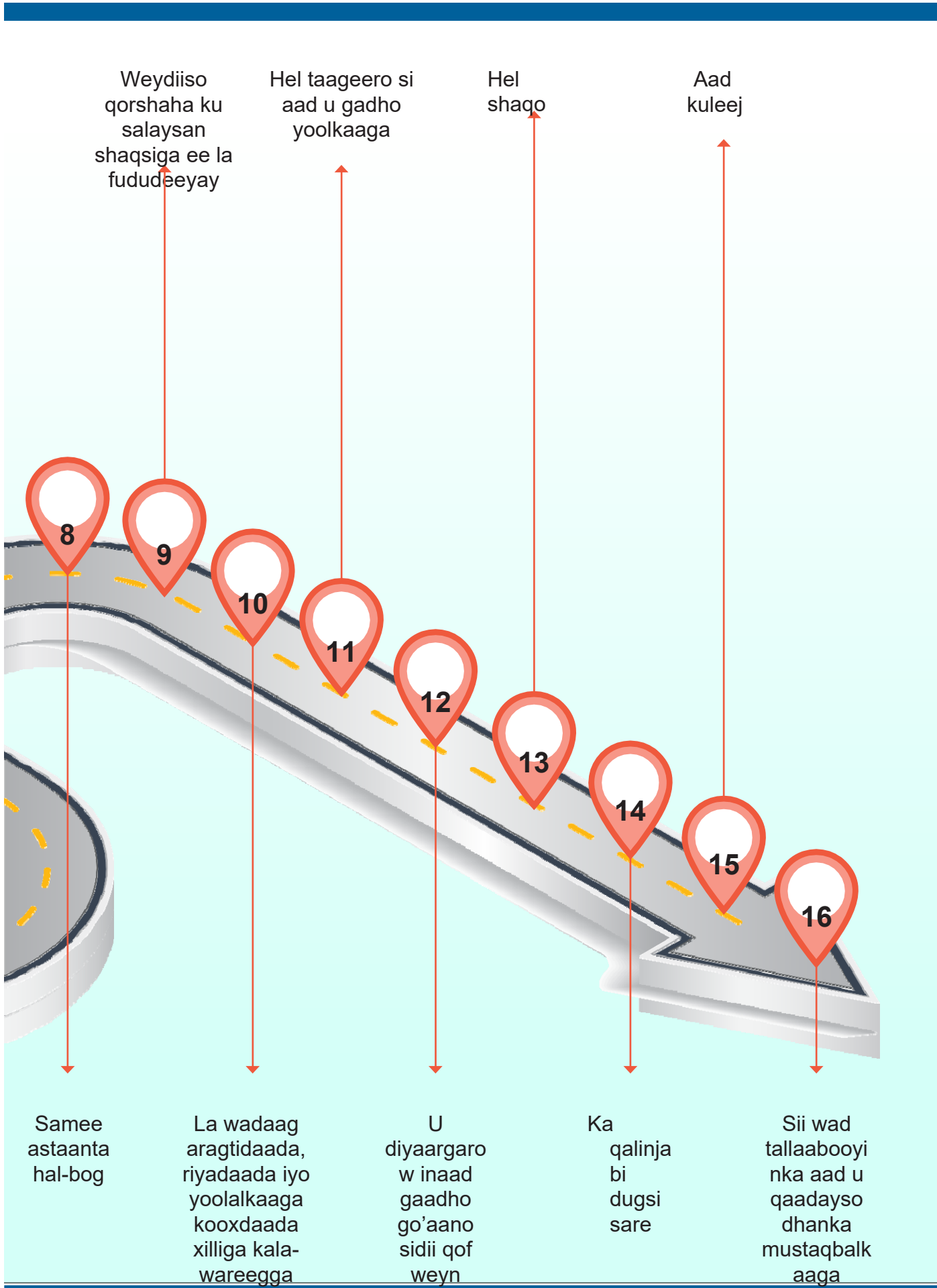
1. Horudhac



Ku soo dhawow Hagaha Kala-wareegga ee Oregon ee ardayda iyo qoysaska!

Marka aan ka hadalno xilliga kala-wareegga, waxaan ula jeednaa waqtiga ay dhallinyaradu ka guurayaan dugsiga sare una gudbayaan nololsha qaangaarka - guud ahaan da'da 14 ilaa 21. Safarkaagu waa mid adiga kuu gaar ah, laakiin dad badan ayaa qaadaya tillaabooyin la mid ah jidka. Hagahan wuxuu kaa caawinayaa inaad ka fikirto tillaabooyinkaas oo aad ogaato waxa adiga kugu habboon. Ku soo dhawow khariidaddaada cusub si ay kaaga caawiso qorshaynta u gudubka nololshaada dadka waaweyn!





Sida ardaydu u isticmaali karaan hagahan

Waxaad ku jirtaa safar xiiso leh oo ah dugsiga sare ilaa nolosha qaangaarnimada! Sida ay noloshaadu u ekaan doonto adiga ayay kugu xidhan tahay. Hagahan waxa ka buuxa su'aalo, kheyraad iyo

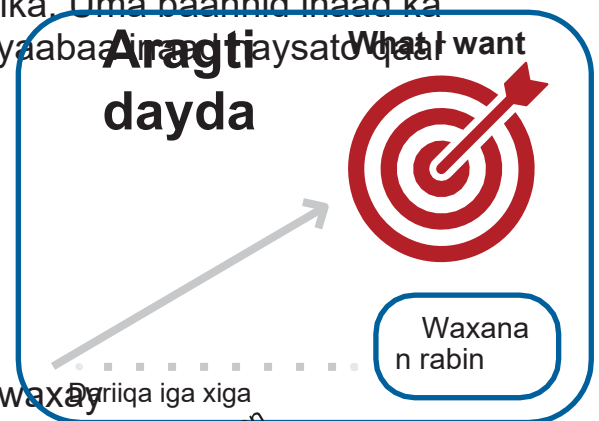
waraaqo shaqo si ay kaaga caawiyaan qaabaynta fikradahaaga, inaad abuurto himilada mustaqbalka, samayso doorashooyin iyo go'aamo, oo aad samayso qorshe ay kaa caawinayaan waalidkaa, macalimiintaada iyo kuwa kale ee aad doorato. Su'aalahaan waxaa loola jeedaa in lagu dadajiyo wadhadalka. Uma baahnid inaad ka jawaabto dhamaantood, waxaana laga yaabaa inaad haysato qorshe adiga kuu gaar ah.

Maxaad noloshaada aragti uga leedahay? Dadka intooda badan waxay bilaabaan inay ku riyoodaan markay carruur yar yar yihiin waxa ay rabaan inay noloshoodu u ekaato. Fikradahani waxay

isbeddelaan markay bartaan, koraan oo ay helaan khiBrad nololeed. Markasta oo aad sii weynaato, aragtidaadu waxay noqotaa bartilmaameed aad hiigsanayso marka aad qorshaynayso nolosha dugsiga sare kadib. Markaad yeelato aragti, waxay u badan tahay inaad sii haysato jidkaaga, gaadho yoolalkaaga oo aad xaqiijiso riyadaada.

Inta lagu jiro dugsiga, waxaad horumarin doontaa xirfadaha "isku-tashiga" si ay kaaga caawiyaan inaad gaadho aragtidaada. Isku-tashi waa koox xirfado ah oo ay dadku adeegsadaan inta ay ku jiraan noloshooda qaangaarnimada.

Xirfadaha isku-tashiga qaarkood oo aad u baahan tahay waxaa ka mid ah:







Siday waalidiintu u isticmaali karaan hagahan

Xilliga kala-wareegga waa wakhti ay ka buuxaan isbeddel, korriin iyo raynrayn - mararka qaarkoodna cabsi iyo jahawareer. Waxaad ka qaadanaysaa door muhiim ah inta uu ilmahaagu ka gudbayo dugsiiga sare una gudbayo qaangaarnimada.

Hagahan waxa ka buuxa su'aalo, kheyraad iyo waraaqo shaqo si ay idiinka caawiyaan adiga iyo ilmahaaga abaabulida fikradaha, ka fikirida himilada mustaqbalka iyo sida aad halkaas ku gaadhi lahaydeen, oo aad u wada shaqayn lahaydeen. Su'aalahan waxaa loola jeedaa in lagu dadajiyo wadhadalka. Uma baahnid inaad ka jawaabto dhammaantood, waxaana laga yaabaa inaad haysato qaar adiga kuu gaar ah. Ardayda iyo qoysasku aad bay u guulaystaan marka ardaydu bilaabaan qorshaynta goor hore oo ay wadaan hawsha - iyagoo kaashanaya xubnaha qoyska, macalimiinta iyo dadka kale.

Sida loo isticmaalo xaashiyaha shaqada

Xaashiyaha Raad-raaca

Labada bog ee soo socda (iyo inta badan qaybaha), waxaad ka heli doontaa xaashi shaqo si aad u abuurto jid kuu gaar ah. Jid macneheedu waa "dariiq la doortay ama la qaatay" (Qaamuuska Dhaxalka ee Maraykanka). U isticmaal xaashida shaqada fikradahaaga waaweyn. — sida waxa aad rabto in noloshadu noqoto marka aad dugsiiga ka baxdo. Waalidiintaadu waxay kaa caawin karaan inaad abuurto jihada jidkaaga iyagoo ku waydiinaya su'aalo kaa caawinaya inaad horumariso fikrado. Warqad shaqo oo madhan ayaa sidoo kale ku jirta Lifaafa si aad uga samaysato nuqullo.

- Ka bilow inaad ku qorto dhawr waxyaalood oo aad noloshada rabto dugsiiga sare kadib qaybta "Waxa aan rabo inaan gaadho". Waxaannu ku soo darnay su'aalo si aad u bilowdo.
- Hoosta "Waxa aanan rabin noloshayda," ku qor dhowr waxyaalood oo aad ogtahay inaad rabin noloshada.
- Sanduuqyada ku yaal fallaadha adag waxay kaa caawinayaan inaad ka fikirto khibradaha aad hore u soo martay, ama khibradaha aad u baahan tahay inaad yeelato, si aad ugu dhaqaaqdo dhinaca aragtidaada.
- Sanduuqyada ku yaal fallaadha dhibcaha leh waxay kaa caawinayaan inaad ka fikirto waaya-aragnimada aad soo martay - ama aad rabto inaad iska ilaaliso inaad lahaato - sababtoo ah

waxay kaa fogaynayaan aragtidaada, iyo waxa aanad rabin.



Xaashiyaha Raad-raaca

Waayo-aragnimada noloshii hore

Waa maxay waayo-aragnimada aad hore u soo martay ee taageeraya aragtidaada?

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Waa maxay waayo-aragnimada hadda ama mustaqbalka ee aad u baahan tahay si aad u taageerto aragtidaada?

Waayo-aragnimada noloshii hore

Waa maxay waayo-aragnimadii hore ee kugu riixday waxyaabo aadan rabin?

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad u baahan tahay inaad iska ilaaliso waayo waxay kugu riixayaan waxyaabo aadan rabin?



Xaashiyaha Raad-raaca (*sii socda*)

Sideen rabaa inay noloshaydu u eekaato dugsiga sare kadib?

Halkee ayaan rabaa inaan ku noolaado, ka shaqeeyo, u aado dugsi ama aan ku raaxaysto kadib markaan ka tago dugsiga sare? Maxaan rabaa inaan madadaalo ahaan u sameeyo?

Yaan rabaa inaan waqti la qaato?

Waxyaabaha aanan rabin noloshayda



Xaashiyaha xiddigta

Dadku waxay isticmaalaan kheyraad isku jira si ay u helaan nolol wanaagsan. Xaashida Xiddigta, oo aad ka heli doonto qaybaha intooda badan, waa qalab kaa caawinaya adiga iyo qoyskaaga inaad garataan ama “sawirtaan” kheyraadka la xidhiidha mawduuc kasta oo hagahan ku jira. Markasta oo aad buuxinayso xiddigtaada, waxaad u baahan kartaa inaad ka fikirto su'aalaha badan ee ku qoran "**Su'aalaha Xaashida Xiddigta**" si ay kuugu dedejiso wada-sheekaysi macno leh. Waxaa laga yaabaa inaadan ka jawaabin su'aalaha oo dhan, waxaana laga yaabaa inaad haysato qaar adiga kuu gaar ah.

Waxa kale oo aad isticmaali kartaa kheyraadka ku qoran lifaaqa si ay kaaga caawiyaan abuurista fikrado. Xaashiyaha xiddigta oo maran oo dheeraad ah ayaa lagu daray lifaaqa.





Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Isku- tashiga

Tiknoolajiga

Muxuu tiknoolajigu muhiim ugu yahay noloshayda?

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawin karta dugsiga? Sideen u isticmaali karaa taleefankayga casriga ah,

iPad-kayga iyo ama aaladaha kale si aan u helo madax-bannaani dheeraad ah?

Barnaamijyadee ayaa iga caawin kara jadwal samaynta?

Sideen u isticmaali karaa baraha bulshada si aan ugu xirnaado asxaabtayda?

Sidee bay tiknoolajiyaddu iiga caawin kartaa isgaarsiinta?

Awoodaha shakhsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Waa maxay masuuliyadaha iga saaran: Naftayda? Guriga? Dugsiga?

Maxaa wanaajinaya maalintayda? Maxaan samayn karaa si aan maalintayda u wanaajiyo? Maxay yihiin shay'ada aan ku fiicanahay inaan qabto? Maxay yihiin shay'ada qaar ee aan rabo inaan ku fiicnaado? Sideen ula wadaagaa waxyaabaha aan rabo iyo waxa aanan rabin?

Xirfadahee ayaan yeeshay si aan khatar u qaato? Sideen wax uga baranayaa khaladaadkayga?

Kheyraadka Bulshada

Maaxan ku raaxaystaa inaan qabto iyo maaxan ku raaxaysan karaa inaan qabto?

Halkee ayaan ka shaqayn karaa ama ugu tabarruci karaa bulshadayda?

Maxaa iga caawin doona inaan dhex socdo bulshadayda (barashada wadista, raacida bas, iwm.)?

Sideen u sahamiyaa meeshan rabo mustaqbalka inaan ku noolaado?

Sideen u baranayaa sii wadida waxbarashada iyo siduu kuleejku

yahay?Sideen ugala xidhiidhaa waxaan rabo iyo waxaan rabin?

Xirfadahee ayaan yeeshay si aan u qaato khataraha oo aan wax uga barto khaladaadkayga?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Maxaa caawinaya waalidkayga, macallimiintayda iyo kuwa kale ka caawinaya inay bilaabaan inay ii arkaan sidii qof weyn?

Sideen ula wadaagaa naafanimadayda ama baahiyaha daryeel caafimaad?

Sideen ula wadaagaa yoolalkayga, rajadayda iyo riyoyinkayga inta lagu jiro qorshaynta shirarka?

Xidhiidhada

Yaan raadiyaa?

Sideen asxaab u samaysan karaa?

Yaa I baraya inay caadi tahay inaan qalad sameeyo?

Yaa iga caawinaya inaan barto waxa aan sameeyo marka ay xaalad degdeg ah jirto?

Yaan kala hadli karaa shukaansiga, galmada iyo in aan yeesho xuduudo caafimaad leh?

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

Adeegyadee ayaa iga caawin kara inaan shaqo helo ama tabarruc waayo-aragnimo?

Sideen ugu tababbaran karaa raadinta iyo helidda shaqo?

Ma leeyahay yoolal iga caawiya inaan ku tababbarto samaynta go'aannadayda iyo gudbinta dookhyadayda?

Waa maxay taageerooyinka uu dugsigaygu i siiyo?

Sidee bay Baxnaaninta Xirfaddu iiga caawin kartaa in aan isu diyaariyo kulliyad ama xirfad shaqo? Waa maxay ikhtiyaarradayda caymiska caafimaadka qof weyn ahaan?

Sideen u sahamin karaa taageerooyin si aan ugu noolaado halkaan rabo inaan ku noolaado? Miyaan uqalmaa adeegyada iga caawinaya inaan helo taageerada aan u baahanahay?



Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Isku-tashiga

Ku qor yoolkaaga bartamaha xiddigta. Waxaad tahay khabiirka noloshaada! Liis ku samee xaashida xiddigta ee hoose ee leh dhammaan khayraadka iyo hantida aad keento shirarka qorshaynta kala-wareegga. Ka eeg **bogga xx** wixii ah su'aalo iyo kheyraad si aad u bilowdo.

**Tiknoolajiy
adda**

**Awoodaha shakhsi-ahaaneed iyo
kheyraadka**

Xidhiidhada

Kheyraadka bulshada

Adeegyada aan heli karo

2. Waa maxay qorshaynta ku salaysan shaqsiga?



Qorshaynta ku salaysan shaqsiga

Qorshayaasha ugu wanagsan waxa ay ku bilaabmaan waxa aynnu ku wanaagsanahay oo halkaas ayay ka dhismaan. Qorshaynta shakhsi ahaaneed waa hal istiraatiijiyad oo kaa caawinaysa inaad taasi samayso. Qaybtani waxa ay sharraxaysaa saddex istiraatiijiyadood oo qorshayneed oo ku salaysan shaqsiga oo aad kula wadaagayso macluumaadka kooxdaada xilliga kala-wareegga:

- Humaaga hal bog
- Qorshayaasha waxbarashada shaqsi-ahaaneed ee hoggaamiya ardayga ama IEPS. iyo
- Qorshaha ku salaysan shaqsiga.

Kooxdaada xilliga

kala-wareegga

Kooxdaada xilliga kala-wareegga waxay kulmaan ugu yaraan hal mar sannadkii si ay kuu taageeraan inta lagu jiro xilliga kala-wareegga ee nololshaada. Markaad la kulanto, waxaad aqoonsan doontaa yoolalkaaga waxaad rabto inaad ku barato dugsiga,

waayo-aragnimada aad rabto inaad hesho, iyo taageerooyinka kaa caawin doona inaad guulaysato. Macluumaadkani waxa uu ku jiraa qorshahaaga xilliga kala-wareegga, taas oo qayb ka ah IEP-gaaga. Waxaad tahay xubinta ugu muhiimsan kooxdaada – intaa kadib, waa nololshaadii!







Waa maxay doorkaygu?

Waad hoggaamin kartaa haddii aad rabto! Ama waxaad dooran kartaa inaad ka qaybgasho laakiin aadan hoggaamin. Doorkaagu waa in aad la wadaagto waxa aad danaynayso, aragtidaada iyo yoolalkaaga ahs nolol wanaagsan, meelaha aad ku fiican tahay iyo waxa kaa caawinaya inaad guulaysato.



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inay ku taageeraan inta lagu jiro nidaamka qorshaynta, inay kaa caawiyaan inaad hesho waayo-aragnimo iyo taageerooyin si aad u gaadho yoolalkaaga oo ay kaa caawiyaan inaad ka qaybgasho ama aad hoggaamiso kulammadaada IEP-ga.

Astaanta hal-bog

Astaanta hal bog waa hab fiican oo lagu caawinayo dadka inay ku bartaan. Waxay muujinaysaa meelaha aad ku fiican tahay waxayna si kooban u wadaagaysaa aragtidaada mustaqbalka. Waxay kaloo dadka ka caawisaa inay fahmaan sida ay kuugu caawin karaan inaad guulaysato. Si aad u abuurto muuqaal hal bog ah, buuxi template ku yaal bogga xiga ama samee adiga kuu gaar ah. Waxaan ku soo darnay ilo dheeraad ah iyo isku xirka moodallo iyo tusaaleyaal **bogga xx**.

Waxa ay dadku igu jecel yihiin oo ay ii bogaan. Wax ka qor meelaha aad ku fiican tahay, kartidaada iyo xirfadahaaga. Weydii qoyskaaga ama kuwa kale oo si fiican kuu yaqaan inay wax ku biiriyaan.

Maxaa muhiim ii ah. Ku dar waxyaalaha aad danaynayso sida dadka, meelaha, xiisaha, hiwaayadaha iyo waxyaabaha joogtada ah.

Sida ugu wanaagsan ee la ii taageero. Liis garee noocyada taageerada gaaarka ee kaa caawinaya inaad maalin weyn yeelato. Kuwani waa waxyaabaha kaa caawinaya inaad dareentid guul.



Astaantayda Hal-bog

Waxay dadku igu jecel yihiin oo ay
iigu bogaan

Waxaa ii muhiimka ah

Sidaan isku taageri karo

IEP-ga uu hoggaamiyo ardaygu

Waxaad hubin kartaa in qorshahaagu ku salaysan yahay waxa aad naftaada u rabto - maaha waxa ay dadka kale kuu rabaan - marka aad ka qaybgasho shirarkaaga IEP. Qoyskaaga iyo kooxdaadu waxay kaa caawin karaan inaad ka qaybgasho siyaabaha aad doorato. Sawirka hoose wuxuu muujinayaa fikrado ku saabsan sida aad uga qayb qaadan karto. Halkeed jeclaan lahayd inaad ka bilowdo?

Samee yool oo la soco adiga oo caawinaya qoyskaaga ama macallimiinta
La wadaag horumarkaaga yoolka kulanka IEP qof ahaan ama muuqaal ahaan..

La wadaag waxa aad ku fiican tahay, waxa kugu adag iyo waxa ku caawiya shakhsi ahaan ama muuqaal ahaan.
Diyaargarow, ka jawaab su'aalaha kooxdaada.

Taageero, la wadaag horumarka hadafyadaada, sababta aad ugu baahan tahay yoolalkaaga, sida aad u dareemayso iyaga iyo xog kasta oo tusinaysa horumarkaaga.
Kala hadal taageerooyinka ku caawinaya fasalka dhexdiisa. U soo jeedi isbeddellada IEP-gaaga.

Ku martiqaad xubnaha kooxda kulankaaga IEP. Hogaami qaybaha kulankaaga.

Sii fikrado badan oo ku saabsan waxqabadka fasalkaaga, yoolalka iyo taageerada aad u baahan tahay.

Ka hadal xogta muujinaysa waxqabadkii hore iyo horumarka ujeedooyinka. Fududee dhammaan ama qaar ka mid ah shirarkaaga IEP.



Qorshaha ku salaysan shaqsiga

Dariiq kale oo lagu wadaago macluumaadka muhiimka ah ee adiga kugu saabsan waa qorshe qof-ku-saleysan. Kulamada qorshaynta ee qofka la fududeeyay waxay guud ahaan qaataan ilaa laba saacadood waxayna joogi karaan gurigaaga ama meel kale.

- Waxaad ku martiqaadaysaa saaxiibadaa, qoyskaaga, macalimiintaada iyo kuwa kale ee ku danaynayo inay ka qaybqaataan.
- Fududeeye tababaran ayaa isticmaala layliyo habaysan si uu u ururiyo macluumaadka adiga kugu saabsan.
- Ka qaybgalayaashu waxay ka hadlaan meelaha aad ku fiican tahay, xiisahaaga, fursadahaaga iyo fikradaha hal-abuurka ah si aad u gaarto yoolalkaaga.
- Fududeeyaha waxa uu xogta ku duubaa erayo iyo sawiro waxaanu ku ururiyaa dukumeenti daabacan oo aad la iman karto shirarka qorshaynta xilliga kala-wareegga.



Qof kastaa wuu codsan karaa qorshaha ku salaysan shaqsiga. U sheeg macalinkaaga inaad jeclaan lahayd inaad jadwal u sameysato kulan

qorshayn oo qofka la fududeeyay. Isaga ama iyada ayaa laga yaabaa inay ku xidhihiyaan hawl-fududeeye tababaran.



Bilow Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Qorshaynta Xilliga Kala-wareegga

Tiknoolajiyadda

Sideen u isticmaalayaa tiknoolajiyada hadda?

Waa maxay tiknoolajiyada iga caawin karta inaan madax-banaanaano?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

What am I great at?

Maxaa iga caawiya inaan maalin wanaagsan helo?

Waa maxay waxyaalaha aan jeclahay in aan sameeyo?

Xirfadahee ayaan ka baranayaa dugsiga?

Kheyraadka bulshada

Halkee ayaan ka helaa in aan ku dhex jiro bulshadayda?

Goorma iyo halkee ayaan ugu qanacsanahay?

Waa maxay gaadiidka aan isticmaalo si aan ugu wareego beeshayda?

Maxaa iga dhigaya inaan ahay xubin bulshadayda ka tirsan oo la qiimeeyo?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

fasalladee ama maadooyinkee ayaan jeclahay?

Maxaa iga caawin kara ka qaybgalka ama hoggaaminta kulammadayda IEP?

Ma weyddiyaa macalimiintayda su'aalo oo ma cadeeyaa rabitaankayga iyo ra'yigayga?

Ma garanayaa waxa aan sameeyo haddii aan u baahdo taageero ama caawimaad dugsiga oo ay i siin doonaan?

Xidhiidhada

Waa ayo dadka ugu muhiimsan ee ku jira noloshayda?

Yaa i dareensiiyaa taageerid?

Goorma ayaan dareemayaa in aan ku jiro?

Sideen u tusi karaa kuwa kale inaan jeclahay oo aan taageero?

Yaan ku raaxaystaa inaan waqti la qaato?
Yaa garanaya sheekada noloshayda?

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

Adeegyadee ayaan hadda uqalmaa?

Adeegyadee ayaan uqalmi doonaa mustaqbalka?



Xaashida Xiddigta: Khariidaynta

Ku qor yoolkaaga bartamaha xiddiga. Waxaad tahay khabiirka noloshaada! Samee liis dhammaan agabka iyo hantida aad u keento shirarka qorshaynta kala guurka. Ka eeg **bogga xx** su'aalaha iyo kheyraadka si aad u bilowdo.

**Tiknoolajiy
adda**

**Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo
kheyraadka**

Xidhiidhada

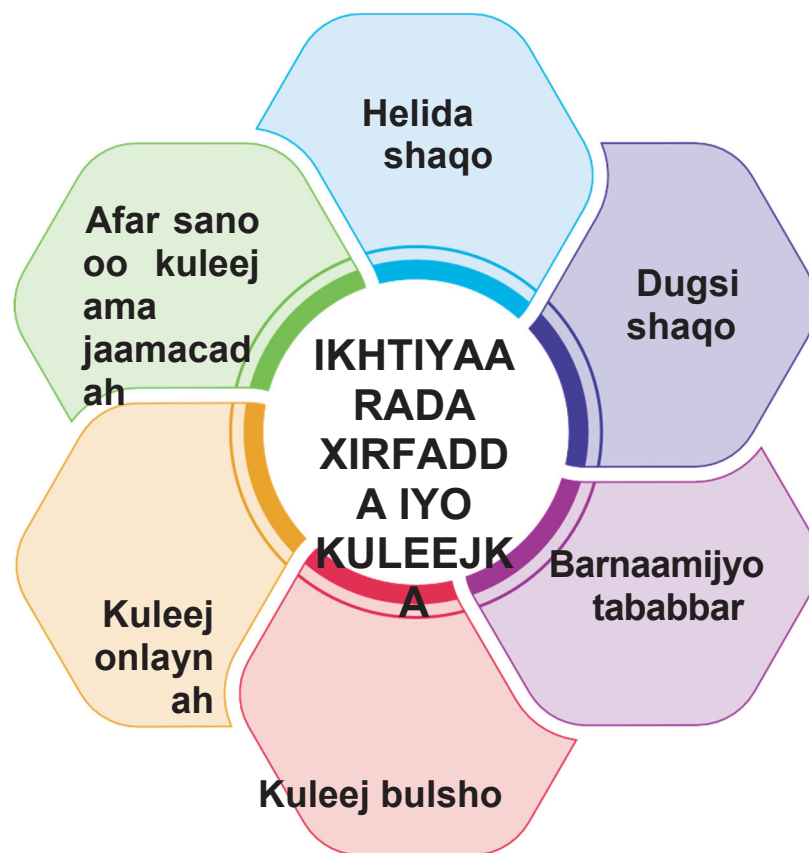
Kheyraadka bulshada

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

3. Waa maxay ikhtiyaarradayda shaqo iyo kuleej?



Sida dadka da'da yar, waxaa laga yaabaa in aad ka welwelsan tahay oo aad ku faraxsan tahay in aad shaqo hesho, hesho lacag adiga kuu gaar ah ama raadso shaqo. Qaybtan, waxaad sahamin doontaa fursadaha aad ku ogaan karto waxaad jeceshahay iyo waxaad jeclayn, iyo waxaad jeceshahay inaad wax barato ama aad shaqo u qabato. Markaa waxaad sahamin doontaa ama aad horumarin doontaa taageerada kugu habboon si aad shaqo u hesho, u barato ganacsi xirfad leh ama aad kulliyad iyo shahaado aad u hesho.



Helidda shaqo

Sida habboon, markaad dugsiiga ka baxdo, waxaad ogaan doontaa sida xagaaga iyo sanadka soo socda ay ahaan doonaan. Waxaad ka tagi kartaa dugsiiga adiga oo wata qorshe shaqo ama waxbarasho dugsi sare

xagaaga ama waxay shaqeeyaan waqti-dhiman iyagoo weli ku jira dugsiga sare. Waxaad bilaabi kartaa dejinta yoolalkan iyo aqoonsiga taageerada saxda ah si ay ku caawiyaan marka aad 14 jir tahay. Waxaad noqon kartaa mid xaq u leh inaad shaqo hesho markaad 16 jirsato. La hadal qoyskaaga iyo kooxda kala guurka si ay kuugu caawiyaan inaad dejiso yool shaqo oo aad isku xidho inaad u gudubto adeegyada, adeegyada shaqada ka hor ama agabyo kale si ay kaaga caawiyaan inaad gaadho yoolkaaga shaqo.

Kooxdaadu waxay kaloo kaa caawin kartaa inaad qorsheysato tababar shaqo oo gaar ah ama shahaado. Markaad ka qaybgasho barnaamijka tababarka ama shahaadada, waxaad masuul ka noqon doontaa inaad u sheegto barnaamijka taageerada aad u baahan tahay si aad u guulaysato. Kala hadal macalimiintaada wax ku saabsan hoyga ama umeerinta. Degaanadu way ku kala duwan yihiin dugsi ilaa dugsi. La xidhiidh kuwa aad xiisaynayso si aad u ogaato waxay bixiyaan.

Tababbarida xirfadda shaqada iyo waxbarashada

Dugsiga ganacsiga

Dugsiga ganacsiga (sidoo kale loo yaqaan dugsiga farsamada) wuxuu bixiyaa tababar gacan-ku-qabsi ah oo loogu talagalay shaqo gaar ah oo xirfad ganacsi ah. Tusaalooyinka waxaa ka mid ah koronto yaqaan, dhaqtarka ilkaha, tuubiste, kaaliyaha kalkaalisada shahaadeysan, baralegal, naqshadeeye garaaf, dhaqtarka isqurxinta, alxanka ama farsamada kombiyuutarka.

Barnaamijyada tababarka xirfadaha

Barnaamijyada tababarka xirfadaha waxay dadka ku tababaraan inay noqdaan shaqaale xirfad leh oo ku jira ganacsiga iyagoo u maraya shaqo-gacmo-gacan oo mushahar leh iyo barashada fasalka. Shaqo-barasho ayaa loo tixgaliyaa shaqo waqti-buuxa ah. Tusaalooyinka shaqooyinka tababarka waxaa ka mid ah shaqaale dhisme, shaqaale bir ama bir ah, farsamoyaqaan daryeel caafimaad, tuubiste, rakibaha wiishka, bulukeetiga ama mason dhagaxa, shaqaalaha dahaarka makaanikada, nijaarka ama dhamaystiraha shubka.

Kulliyada bulshada

Kulliyadaha bulshada waxay bixiyaan shahaado laba sano ah oo loo wareejin karo kulliyadaha ama jaamacadaha. Kulliyadaha bulshadu waxay bixiyaan kobcinta xoog-shaqaale iyo tababaro xirfadeed. Waxa kale oo ay bixiyaan barnaamijyo kala duwan oo aan deyn lagu lahayn, sida barnaamijyada kobcinta bulshada iyo hawlo dhaqameed oo aad u qaadan karto madadaalo.



Kulliyadda Onlayn-ka

Kulliyadaha onlayn-ka ah waxay u oggolaadaan ardayda inay xiisado qaataan oo ay ku dhammaystiraan barnaamijka shahaadada gebi ahaanba onlayn. Kulliyado dhaqameed iyo jaamacado badan ayaa sidoo kale bixiya koorsooyin online ah ama barnaamijyo shahaado ah.

Kulliyad ama jaamacad afar sano ah

Kulliyada afarta sano ah waxay bixisaa barnaamijyo shahaadada koowaad ah oo u horseedaya shahaadada koowaad ee jaamacadeed meel gaar ah oo waxbarasho ah. Ardaydu waxay sii wataan shahaadada koowaad ee jaamacadda si ay isugu diyaariyaan xirfad, waxbarasho qalin jabin ah ama labadaba.

Jaamacadu waa koox dugsiyo bixiya shahaadada koowaad iyo labaadba. Ugu yaraan mid ka mid ah dugsiyadan waa kulliyad ay ardaydu ku qaataan shahaadada koowaad ee jaamacadda. Dugsiyada kale ee jaamacada ku yaala waa dugsiyo qalin jabin ah oo ardaydu ka qaataan shahaadooyinka sare sida Maastar ama dhoktareet.



Waa maxay doorkaygu?

Doorkaagu waa inaad la wadaagto aragtidaada iyo yoolalkaaga waxbarasho mustaqbalka, shaqo iyo shaqo qoyskaaga, macalimiinta iyo kuwa kale ee kaa caawinaya inaad qorsheysato. Haddii aad aado kulliyadda, waxaad mas'uul ka noqon doontaa inaad naftaada u doodo, muujiso itaaldarradaada oo aad habayso hoygaaga.



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inay ku taageeraan inta lagu jiro nidaamka qorshaynta, kaa caawinta inaad go'aansato doorashada dibloomada saxda ah, helitaanka adeegyada kala guurka iyo inay ku taageeraan sidii aad u sii wadi lahayd waxbarashada mustaqbalka, hesho shaqo oo aad dhisato xirfad shaqo. Qoyskaagu sidoo kale waxay kaa caawin karaan inaad u doodo naftaada markaad ku jirto kulliyad ama barnaamij tababar.





Xaashida Jidka ee Kulliyadda iyo shaqada

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Waa maxay waayo-aragnimada aad hore u soo martay ee taageera aragtidaada?

Waayo-aragnimada nololaha ee mustaqbalka

Waa maxay waayo-aragnimada hadda ama mustaqbal ee aad u baahan tahay si aad u taageerto aragtidaada?

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

waa maxay waayo-aragnimadii hore ee kugu riixday waxyaabo aadan rabin?

Waayo-aragnimada nololaha ee mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad u baahan tahay inaad iska ilaaliso sababtoo ah waxay kugu riixayaan waxyaabo aadan rabin?



Xaashida Jidka (*sii socota*)

Waxaan rabo

Shaqo nooc ee ah ayaan rabaa? Halkee ayaan rabaa in aan ka shaqeeyo ama aan u aado dugsiga? Ma garanayaa waxa ay yihiin doorashooyinka dibloma?

Waa maxay doorashada dibloma ee sida ugu fiican ugu habboon baahiyahayga iyo yoolalka mustaqbalka?

Waxa aanan rabin



Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Xirfadda iyo Kulliyadda

Tiknoolajiyadda

Maxaan isticmaali karaa ama samayn karaa si aan u sii abaabulo oo aan u qabto shaqadayda dugsiga?

Waa kuwee barnaamijyada iga caawin kara jadwalkayga iyo mas'uuliyaddayda?

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawisa dugsiga?

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawin karta inaan wada xidhiidho?

Awoodaha shakhsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Dariiq nooc ee ah ayaan ku caawiyaa dadka kale ee guriga, dugsiga ama bulshadayda dhexdeeda?

Fasalladee ayaan xiiseeyaa?

Sideen u bixin doonaa lacagta kulliyadda?

Kheyraadka bulshada

Meelahee ayaan jecelahay bulshadayda dhexdeeda?

Shaqooyinkee ayaa laga yaabaa in laga helo bulshadayda?

Waa maxay dugsiyada ganacsiga, barnaamijyada tababarka shaqada ama kulliyadaha laga heli karo bulshadayda?

Sideen ula xiriiri karaa dugsiyada ama kulliyadaha i xiiseeya?

Waa maxay nooca shahaado ama barnaamij tababar ee aan xiiseeyo? Halkee ayaan ku samayn karaa tabarruc ama tababbar shaqo?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Sideen uga hadlaa meelaha aan ku fiicanahay iyo taageerada aan u baahanahay si aan ugu guuleysto dugsiga ama shaqada?

Xirfadahee ayaan ku tababaran karaa si aan ugu diyaargarooobo waraysiyada shaqada?

Xidhiidhada

Waa kuwee meelaha qaar ee saaxiibbaday iyo qoysku ka shaqeeyaan oo aan ka shaqayn karo?

Yaan ka aqaan bulshadayda oo shaqeeya?

Ma garanayaa qof aadaya kulliyad ama barnaamij tababar oo i xiiseeya?

Sideen ula kulmi karaa dad cusub oo aan u yeelan karaa saaxiibo cusub ka dib marka dugsigu dhammaado?

Ma garanayaa qof adeegyada iinta ka qaata kulliyadda deegaanka? yaan ku aqaanaa danta aan leeyahay?

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

ka heli karaa caawimo aan ku bixiyo kharashka kulliyadda? Ma aqaan sida loo codsado kaalmada dhaqaale?

Ma garanayaa sida taageerooyinka looga dalbado Baxnaaninta Xirfadda? Yaa ku jira kooxdayda qorshaynta?

Miyaan kala hadlay kooxdayda qorshaynta sida aan u isticmaali karo taageerooyinka laga yaabo in aan galo kulliyad ama barnaamij tababar?



Star Worksheet: Mapping My Career and College Resources

Write your goal in the star. With the right support, anything is possible! List ideas that help make your goal possible in each category. See page xx for questions and resources to get you started.

**Tiknoolajiy
adda**

**Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo
kheyraadka**

Xidhiidhada

Kheyraadka bulshada

Adeegyada aan heli karo

4. Sideen u gaadhi doonaa go'aan qof weyn ahaan?



Gelitaanka 18 waa mid xiiso leh oo adag labadaba. Waxaad tahay qof weyn oo mas'uul ka ah dhaqaalahaaga. Waxaad dooran kartaa meesha aad ku nooshahay, ka codayn karto oo si sharci ah u samayn kartaa go'aannadaada. Go'aan qaadashada waa xirfad la bartay.

Dadka intooda badan waxay la hadlaan waalidkood, asxaabtooda iyo kuwa kale si ay uga caawiyaan samaynta go'aannada muhiimka ah. Qaybtan, waxaad ku baran doontaa taageerada iyo agabka go'aan qaadashada.



Tusaalooyinka taageerooyinka go'aan qaadashada

Go'aan qaadashada la taageeray

Supported decision making is a process through which people use friends, family members and professionals to help them understand situations and

choices so they can make their own decisions with support.

Wakiilka lacag-bixiyaha

Lacag bixiye waa qof maamuli kara dheefaha dawladda sida SSI ama lacag-bixinta SSDI.

Awoodda qareenka

Awoodda qareenku waa dukumeenti sharci ah oo siiya qof kale xaqa uu ku matalo go'aamadaada maaliyadeed oo keliya. Maamulkani waxa uu noqon karaa mid xadidan (sida xisaab bangi) ama balaadhan waxaana ku jira akoonnada bangiga qofka, hantida iyo hantida.

Hanti ilaaliye

Hanti ilaaliyaha oo kaliya ayaa go'aan ka gaadha lacagta ama hantida qofka.

Mas'uulnimada

Mas'uulnimadu waa nidaam sharci oo rasmi ah halkaas oo garsooruhu u magacaabo qof kale oo loogu yeero ilaaliyaha si uu u matalo qof "aan karti lahayn" Sharciga Oregon wuxuu u baahan yahay in mas'uuliyiinta ay taageeraan aayo-ka-tashiga qofka si uu ugu madax-bannaanaado sida ugu macquulsan go'aanqaadashadooda.

Mas'uuliyaddu waa khatar marka ay meesha ka saarto xuquuqda sharciga ah ee qofka si ay u ilaaliso xukunka noloshooda oo ay go'aannada u gaaraan. Haddii mas'uul la magacaabo, waa qofkaas shaqadiisa inuu hubiyo in xuquuqdaada la ilaaliyo oo uu ku taageero inaad go'aanno gaarto.

Waa maxay doorkaygu?

Doorakaagu waa in aad la wadaagto aragtidaada iyo waxa muhiimka kuu ah qoyskaaga, macalimiinta iyo kuwa kale ee kaa caawinaya qorshaynta. Waxaad sidoo kale kala hadli doontaa qoyskaaga waxa aad u baahan tahay si aad u samayso go'aamo wanaagsan oo kaa dhigaya mid faraxsan, caafimaad leh iyo badbaado.



Waa maxay dooraka qoyskaagu?

Dooraka qoyskaaga waa inuu kaa caawiyo inaad fahamto xaaladaha iyo doorashooyinka si aad u gaarto go'aamada saxda ah adiga. Waxa kale oo laga yaabaa inay kaa caawiyaan inaad ka fikirto nooca taageerada go'aanqaadashada samaynaysaa macnaha ugu badan si loo daboolo baahiyahaaga madax-bannaanida iyo fayyo-qabka.





Kaashida Raad-raaca ee Go'aan Qaadashada

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

waa maxay waayo-aragnimada aad hore u soo martay ee taageera aragtidaada ku aaddan nolosha bulshada?

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Maxay yihiin wayyo-aragnimada hadda ama mustaqbalka ee aad u baahan tahay si aad u taageerto aragtidaada nolosha bulshada?

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

waa maxay waayo-aragnimadii hore ee kugu riixay waxyaabo aadan rabin?

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad u baahan tahay inaad iska ilaaliso sababtoo ah waxay kugu riixayaan waxyaabo aadan rabin?



Kaashida Raad-raaca ee Go'aan-qaadashada (sii socota)

Waxa aan rabo

Maxay u ekaanaysaa mas'uuliyadda noloshayda?
Ma jiraan doorashooyin iyo go'aamo aan u
baahanahay in la iga caawiyo? Waa maxay
doorashooyinka iyo go'aamada aan rabo in la iga
caawiyo?

Waxa aanan rabin



Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Go'aan-qaadashada

Tiknoolajiyadda

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawin karta in aan ku badbaado gurigayga iyo marka aan ka maqan yahay bulshadayda?

Sidee tiknoolajiyadu iiga caawin kartaa inaan sameeyo doorashooyin iyo go'aano xog ogaal ah?

Tiknoolajiyada noocee ah ayaan u isticmaali karaa gaadiidka? Tiknoolajiyada noocee ah ayaan isticmaali karaa si aan lacagtayda u maareeyo?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Waa maxay xirfadaha isu-doodida ee aan u isticmaalo guriga iyo dugsiga?

Waa maxay doorashada iyo go'aammada aan hadda ka hor sameynayaa noloshayda?

Miyaan ku faraxsanahay doorashooyinka iyo go'aamada aan gaadhay?

Caawimo noocee ah ayaan u baahanahay si aan u gaaro noocyada go'aamada qaarkood?

Kheyraadka bulshada

Sideen ugu raaxaystaa waqti ku qaadashada?

Waa maxay fursadaha aan haysto si aan u sameeyo waxa ay dadka da'dayda ahi u sameeyaan madadaalo?

Halkee ayaan ka shaqayn karaa bulshadayda?

Halkee ayaan ku tabaruci karaa bulshadayda?

Ikhtiyaarada gaadiidka ee aan ku leeyahay bulshadayda (barashada wadista, raacitaanka baska, iwm.)? Sideen u sahamiyaa meesha aan rabo inaan mustaqbalka ku noolaado?

Waa maxay fursadaha waxbarasho ee ay bulshadaydu bixiso



Start Worksheet Questions: Mapping My Decision-making Resources (*continued*)

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Yaan caawimaad weydiistaa markaan u baahdo?

Siyaalahee ayaan mas'uuliyadda dheeraadka ah ugu qaadayaa:

- 1) Caafimaadkayga
- 2) Badbaadadayda
- 3) Lacagtayda, iyo
- 4) Nolol maalmeedkayga?

Miyaan helaa fursado aan ku qaldamo oo aan wax ka barto?

Ma helay caawimaad si aan u barto sida loo sameeyo

Go'aannada nolol maalmeedkayga?

Xidhiidhada

Yaa si fiican ii yaqaan oo dhiirigeliya guushayda?

Yaa fahmayaan waxa aan rabo iyo waxa muhiimka ii ah?

Maxaa ka caawin kara waalidkay iyo kuwa kale inay dib ugu noqdaan oo ii oggolaadaan inaan sameeyo ikhtiyaarkayga iyo go'aanno taageero leh, hadba sida loogu baahdo?

Yaa iga caawiya inaan barto sida loola yeesho wada-sheekeysiga adag waalidkay?

Ma garanayaa qoysas kale oo aan wax ka baran karo?

Sideen ku ogaan karaa qofka badbaadada leh iyo kan aan ahayn?

Yaan wici karaa haddii aanan dareemayn ammaan ama aan u baahnayn gargaar?

Yaa igala shaqaynaya go'aan qaadashada la taageeray?

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

Miyaan u diiwaangashanahay inaan codeeyo?

Ma fahmay habka coddaynta?

Miyaan ogahay adeegyada soo socda si ay iiga caawiyaan daboolida waayo-aragnimadayda oo aan u badbaadiyo mustaqbalka?

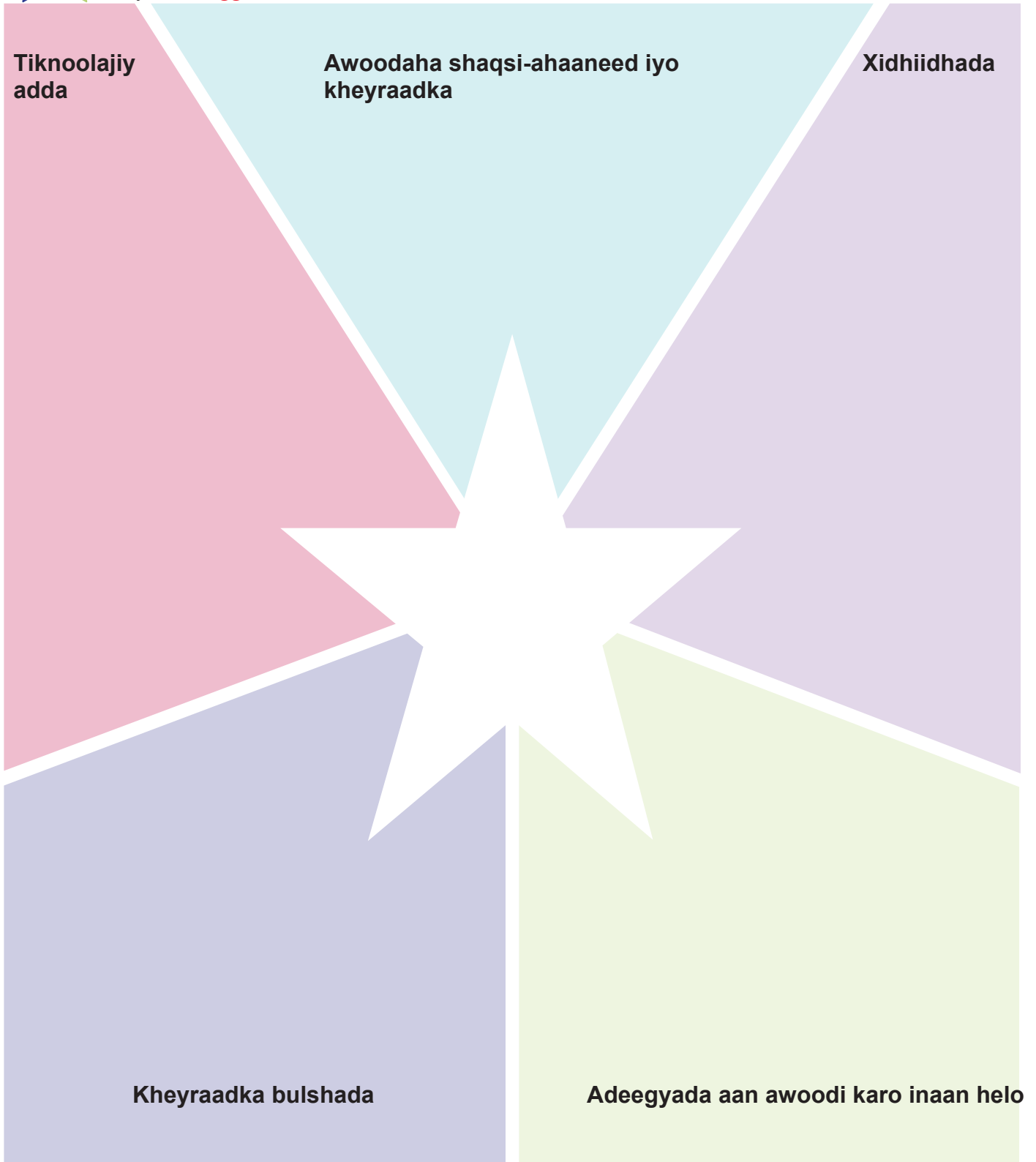
1. Baahiyaha gaarka ah ku kalsoonow
2. Akoonka horumarinta shaqsi (IDA)
3. ABLE.

Miyaan xaq u leeyahay in aan helo adeegyada naafada guriga, shaqada, bulshada ama kulliyadda?



Xaashida Xiddiga: Khariidaynta Kheyraadkayga Go'aan-qaadashada

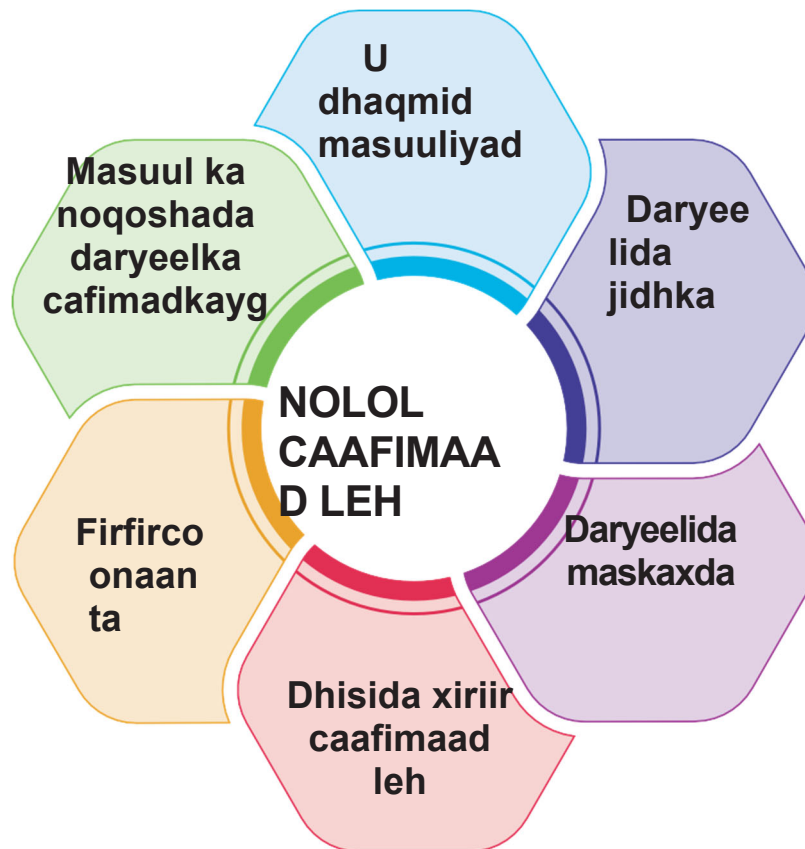
Ku qor yoolka xiddiga. Taageerada saxda ah, wax walba waa suurtagal! Liis garee fikradaha kaa caawinaya ka dhigista yoolkaaga mid kasta qayb kasta. Waxaad ka heli doontaa su'aalo iyo ilo **bogga xx** si aad u bilowdo.



5. Sidaan ugu noolaan doono nolol caafimaad leh?



Dhammaanteen waxaan rabnaa inaan dareemno caafimaad, oo doorashooyinka aan sameyno waxay naga caawin karaan inaan halkaas gaarno. Waxyaalaha ugu muhiimsan ee aan sameyn karno waxaa ka mid ah inaan daryeelno maskaxdeena iyo jirkeena, dhisno xiriir caafimaad qaba, u dhaqano si mas'uuliyad leh, in aan mas'uul ka nahay daryeelka caafimaadka, oo aan joogno firfircoonida. Qaybtan, waxaad ku baran doontaa wax ku saabsan fursadaha iyo agabyada kaa caawinaya inaad dareento caafimaad qab intii suurtoagal ah.





Xaashiyaha Raad-raaca ee Nolol Caafimaad leh

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad hore u soo martay ee taageera aragtidaada nolol caafimaad leh?

Waayo-aragnimada nolosha ee mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada hadda ama mustaqbalka ayaad u baahan tahay si aad u taageerto aragtidaada nolol caafimaad leh?

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

waa maxay waayo-aragnimadii hore ee kugu riixay waxyaabo aadan rabin?

Waayo-aragnimada nolosha ee mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad u baahan tahay inaad iska ilaaliso sababtoo ah waxay kugu riixayaan waxyaabo aadan rabin?



Waxshida Raad-raaca ee Nolol Caafimaad leh (*sii socota*)

Waxaan rabo

Sidee ku noolaanshaha nolol caafimaad qabta u eg yahay? Maxaan rabaa inaan sameeyo si aan u caafimaad qabo? Maxaan rabaa inaan madadaalo u sameeyo?

Waxa aanan rabin



Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Nolol Caafimaad leh

Tiknoolajiyadda

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawin karta dugsiga?

Sideen u isticmaali karaa teleefankayga casriga ah ama iPad-kayga si aan u helo madaxbannaani dheeri ah?

Barnaamijyadee iga caawin kara jadwalkayga iyo mas'uuliyaddayda?

Sideen u isticmaali karaa baraha bulshada si aan ugu xidhmo saaxiibaday?

Tiknoolajiyadee iga caawin karta isgaadhsiinta?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Miyaan fahansanahay naafanimadayda iyo sida ay ii saamayso?

Miyaan aqaan sida looga hadlo naafanimadayda ama baahiyaha daryeel caafimaad?

Miyaan aqaan cid aan waco markaan u baahdo caawimaad?

Kheyraadka bulshada

Miyaan haystaa fursado aan ku sameeyo waxay dadka da'dayda ahi u sameeyaan madadaalo?

Halkee ayaan ka helaa bulshadayda?

Waa maxay waxqabadyada madadaalada, kooxaha, naadiyada ama fasallada ku habboon danahayga?

Meelahee ayaan jeclaan lahaa in aan ka sahmiyo bulshadayda?

Intee lacag ah ayaan awoodi karaa in aan ku bixiyo hawlaha bulshada iyo madadaalada? Ma xiisaynayaa ka qaybqaadashada bulsho caqiido ku salaysan?

Miyaan ku leeyahay ama rabaa in aan kaalin qiimo leh ku yeesho beesha caqiidadeyda? Halkee baan jeclaan lahaa inaan ka shaqeeyo ama iskaa wax u qabso?

Ma waxaan rabaa in aan ku lug yeesho hawlaha cadaalada bulshada mise ku lug yeesho siyaasad?



Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Nolol Caafimaad leh (*sii socota*)

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Ma aqaan sida loo badbaado markaan saaxiibo la maqan yahay ama meelo cusub?

Miyaan fahmay sida jidhkaygu isu beddelayo marka aan qaan gaadho?

Miyuu qof igala hadlay caafimaadka cilaaqaadka

taranka iyo ilaalinta dhalmada?

Ma baranayaa waxa aan sameeyo marka ay jirto xaalad degdeg ah ama masiibo dabiici ah?

Xidhiidhada

Sideen ugu xidhnaan karaa dadka

muhiimka ii ah haddi ay guuraan ama aadaan kulliyad?

Fursadahee ayaan haystaa si aan u sameeyo saaxiibo cusub?

Sideen door qiimo leh ugu yeelan karaa bulshadayda?

Ma leeyahay saaxiibo naafo ah iyo kuwa aan ahayn?

Xidhiidho nooc ee ah ayaan ka rabaa noloshayda?

Ma haystaa qof aan la hadlo marka aan dareemo murugo, kalinimo ama walaac?

Miyaan fahansanahay cidda aan rabo oo aan ahayn inay soo gasho gurigayga iyo sababta?

Miyaad i baraysaa shukaansiga, galmada iyo xidhiidhada caafimaadka qaba?

Yaa igala shaqaynaya go'aan qaadashada la taageeray?

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

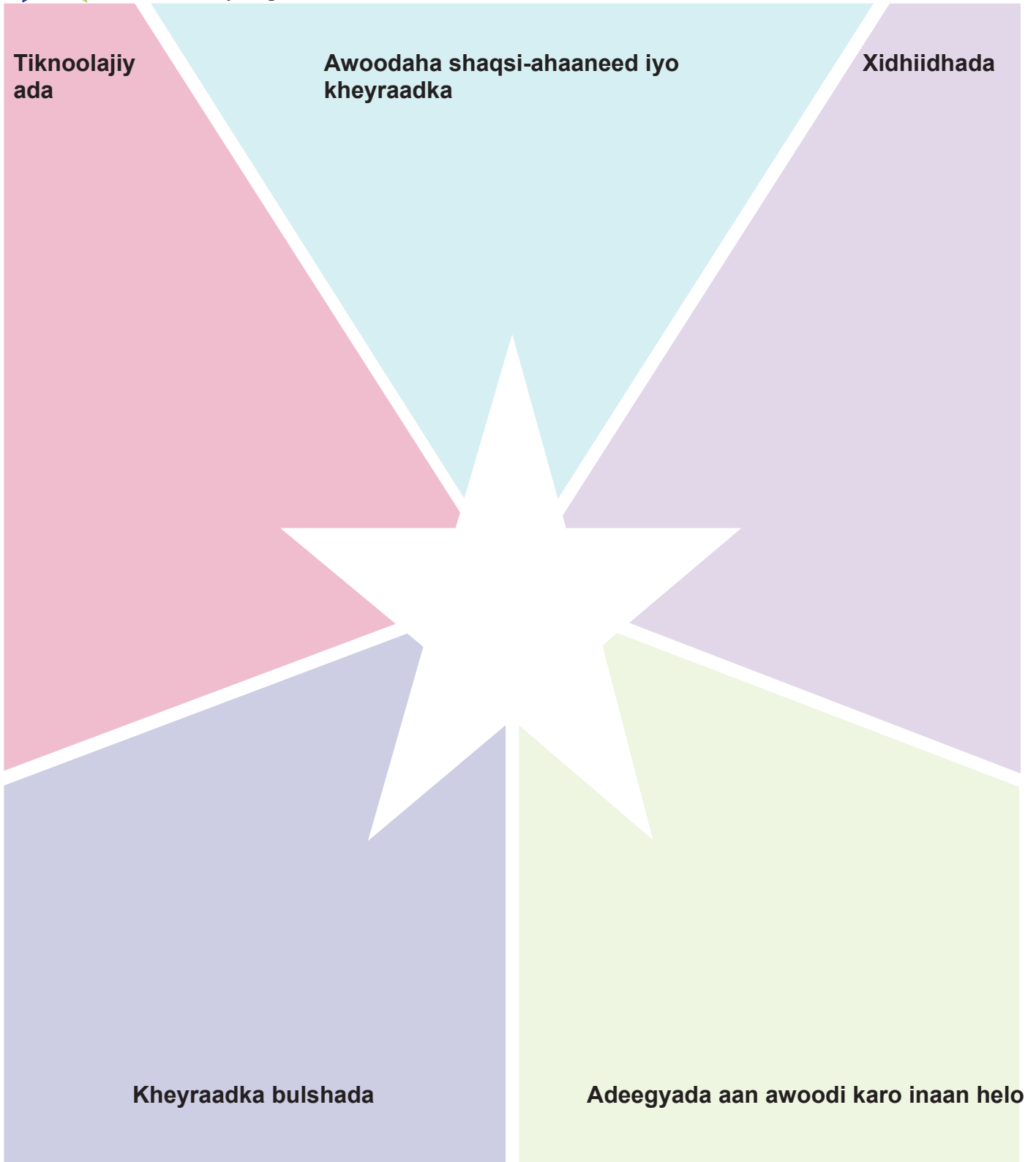
Ma waxaad iga caawinaysaa inaan raadiyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka dadka waaweyn? Miyaan u qalmaa adeegyada Lambarka Bulshada iyo Medicaid? Sideen ku heli karaa caymiska caafimaadka markaan ahay qof weyn?

Ma waxaad iga caawinaysaa in aan is diwaangeliyo si aan u codeeyo oo aan fahmo habka dimoqraadiyadda?



Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga Nolol Caafimaad leh

Ku qor yoolkaaga xiddigta. Taageerada saxda ah, wax walba waa suurtagal! Liis garee fikradaha kaa caawinaya ka dhigista yoolkaaga mid kasta qayb kasta. Ka eeg bogga xx su'aalaha iyo agabka si aad u bilowdo.



6. Waa maxay ikhtiyaradayda la nolanshaha bulshada?



Waa wax caadi ah in dhalinyaradu ku sii noolaadaan guriga qoyskooda ka dib markay qalin jabiyaan. Dhallinyarada qaarkood waxay qorsheynayaan inay guuraan. Qeybtaan, waxaad ku baran doontaa ikhtiyaarada nolosha bulshada iyo agabyada kale si ay kaaga caawiyaan inaad u noolaato si madax banaan sidaad doorato, meel kasta oo aad doorato.





Shida Raad-raaca ee La-noolaanshaha Bulshada

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad hore u soo martay ee taageeraya aragtidaada ku aaddan nolosha bulshada?

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada hadda ama mustaqbalka ee aad u baahan tahay si aad u taageerto aragtidaada la-noloshaanaha bulshada?

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Maxay yihiin waayo-aragnimadii hore ee kugu riixay waxyaabo aadan rabin?

Waayo-aragnimada nolosha ee mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad u baahan tahay inaad iska ilaaliso sababtoo ah waxay kugu riixayaan waxyaabo aadan rabin?



Xaashida Raad-raaca ee La-noolaanshaha Bulshada (*sii socota*)

Waxa aan rabo

Xagee baan rabaa inaan ku noolaado dugsiga sare ka dib? Yaan rabaa inaan la noolaado?
Maxaan rabaa in gurigeygu noqdo?

Waxa aanan rabin



Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga La-noolaanshaha Bulshada

Tiknoolajiyadda

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawin karta dugsiga?

Sideen u isticmaali karaa taleefankayga casriga ah

ama iPad-kayga si aan u helo madax-banaani dheeraad ah?

Barnaamijyadee iga caawin kara jadwalkayga iyo mas'uuliyaddayda?

Sideen u isticmaali karaa baraha bulshada si aan ugu xidhmo saaxiibaday?

Tiknoolajiyadee ayaa iga caawin karta isgaarsiinta?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Maxay yihiin awoodaha iga caawin kara inaan keligay la noolaado ama la noolaado qof aan qol wadaag nahay?

Waa maxay doorashooyinka nolosha bulshada ee aan rabo in aan wax ka barto? Ma baranayaa sida aan bulshadayda ugu dhex noolaado?

Maxaa taageerooyin ah oo aan u baahanahay si aan keligay ula noolaado ama aan kula noolaado qof aan qol-wadaag nahay?

Kheyraadka bulshada

Waa maxay noocyada kala doorasho nololeed ee ka jira beeshayda?

Halkee la iiga yaqaanaa beeshayda?

Hay'adde ayaa iga caawin karta in aan wax ka barto fursadaha nololeed iyo taageerada?

Maxay ku kacayaan kala-doorashada nolosha kala duwan ee bulshooyinka aan rabo inaan ku noolaado?

Halkeen ka baran karaa miisaaniyada iyo kaydinta mustaqbalka?



Su'aalaha Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga La- noolaanshaha Bulshada (*sii socota*)

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Sideen u bixinayaa kharashaadka noloshayda?
Xeelado noocee ah ayaa iga caawiya maareynta
lacagta? Xirfadahee ayaan u baahanahay si aan
ugu noolaado si madax bannaan sidaan jeclahay?
Miyaan haystaa fursado aan ku barto oo aan ku
barto xirfadaha aan u baahan doono si aan
keligay ugu noolaado?

Xidhiidhada

Yaa iga caawin
kara in aan ogaado
sida
guri dabaq ah loo
kiraysto ama loo
yeesho guri?
Yaan ku xisaabtami karaa
markaan u baahdo gacan ama garab
aan ku ooyo?

Yaa i jecel oo I danaynaya oo i
taageeri kara xilligan kala-wareegga?

Yaan ogahay in ay haysato xaalad nololeed
oo aan jeclahay? Waa maxay qorshaha
saaxiibaday ee nolosha ka dib dugsiga sare?

Yaan ogahay in aan rabo in aan la soo guuro?

Adeegyada aan awoodi karo inaan helo

Ma ka heli karaa caawimo hay'ado ama barnaamijyo iga caawin kara inaan
helo meel aan rabo inaan ku noolaado?

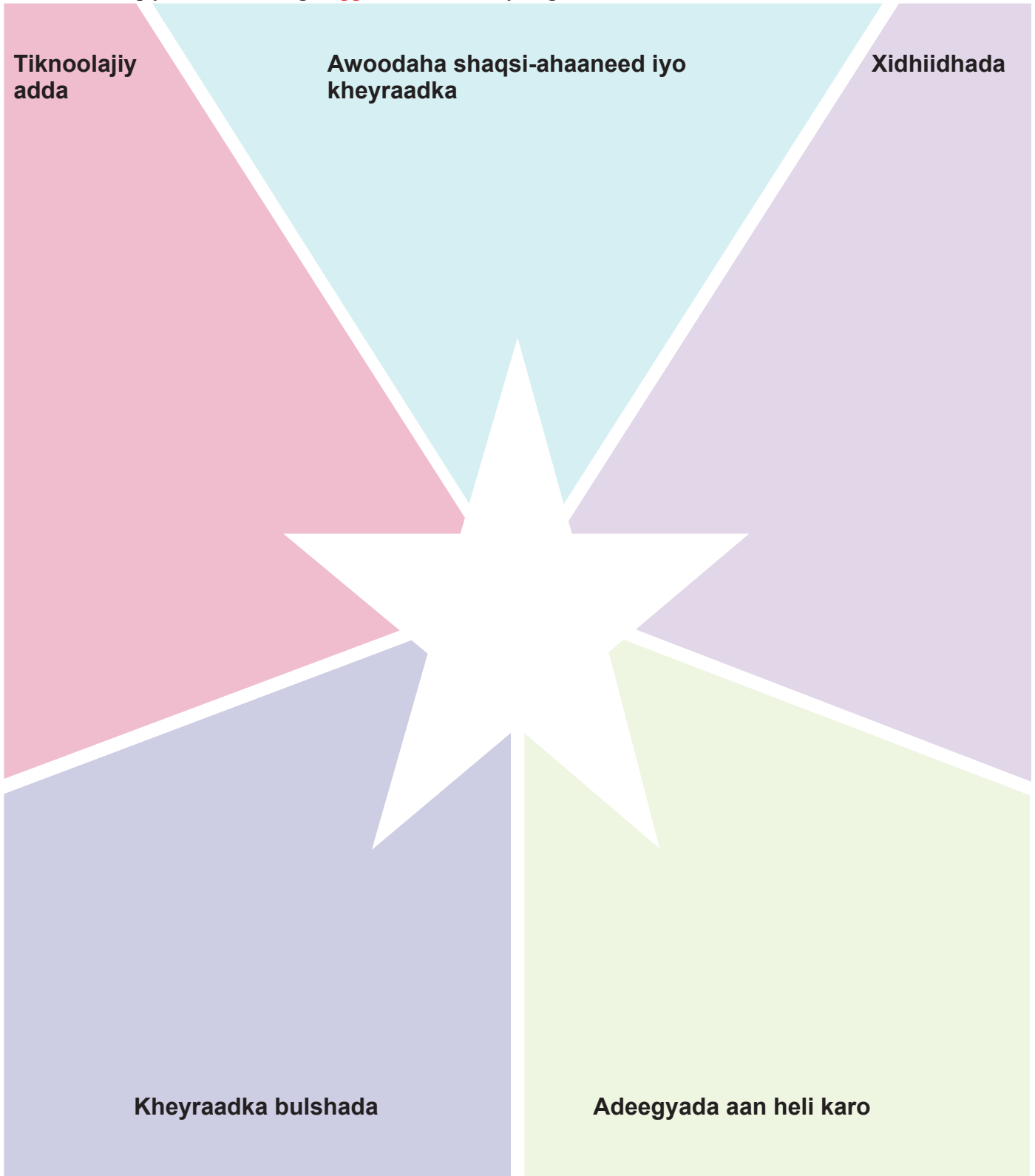
Ma jiraan barnaamijyo iga caawin doona inaan lacag badbaadiyo?

Waa maxay nooca adeegyada ama taageerooyinka aan heli karo kuwaas oo iga caawin kara inaan u
noolaado si madax bannaan sidaan rabo?



Ku bilow Xaashida: Khariidaynta Kheyraadkayga La Noolanshaha Bulshada

Ku dhex qor yoolkaaga xiddigtaa. Markaad hesho taageerada saxda ah, wax walba waa suurtagal! Liis garee fikradaha kaa caawinaya ka dhigista yoolkaaga mid kasta qayb kasta. Ka eeg **bogga xx** su'aalaha iyo agabka si aad u bilowdo.



7. Adeegyadee ayaan heli karaa?



Waxaan isticmaalnaa adeegyo iyo taageerooyin kala duwan si aan u gaarno yoolalkayaga oo aan ugu gudubno himiladayada. U qalmida guud ahaan waxay ku salaysan tahay heerka dakhliga, meesha aad ku nooshahay iyo baadhitaan kasta oo laga yaabo inaad heshay. Qaybtan, waxaad ku baran doontaa barnaamijyada iyo adeegyada aad dooran karto inaad gasho haddii aad u qalanto.

Waxaad baran doontaa:

- Waa maxay noocyada caawimada barnaamijyada kala duwan ay bixiyaan
- Cidda lala xidhiidhi karo haddii aad xiisaynayso
- doorkaaga hogaaminta adeegyadaaga oo ay taageerto
- doorka qoyskaaga ee ku taageeraya inaad hogaamiso
- Cidda aad ku martiqaadi karto inuu ka mid noqdo kooxdaada xilliga kala-wareegga.

Waa maxay noocyada adeegyada iyo taageerooyinka aad heli karto?

- Adeegyada Kala-guurka Adeegyada
- Naafada Koriinka Adeegyada
- Baxnaaninta Xirfadaha
- Qorshaha Caafimaadka Oregon
- Faa'iidooyinka Badbaadada Bulshada

Adeegyada Xilliga Kala-wareegga

Degmadaada dugsigu waxay ku siinaysaa adeegyo kala-guur oo badan si ay kaaga caawiyaan inaad gaarto yoolalkaaga iyo u diyaargarowga nolosha dadka waaweyn. Adeegyadani waxay ku xidhan yihiin yoolalkaaga oo arday kasta u eeg.

Adeegyada xilliga kala-wareegga. Adeegyada xilliga kala-wareegga

waxay bilaabmi karaan da'da 14 marka aad codsato. Kahor intaadan gaarin da'da 16, macalinkaaga iyo xubnaha kale ee kooxdaada qorsheynta ayaa kaa caawin doona adiga iyo qoyskaaga inaad sameysataan qorshe kala guur ah oo ku saleysan

on your dreams, yoolalkaaga iyo aragtida mustaqbalka. Qorshahaaga kala guurka waa qayb ka mid ah qorshahaaga waxbarasho shaqsi ama IEP. Adeegyada sida kuwa hoos ku taxan waxay ku salaysan yihiin dookhyadaada gaarka ah, danaha, baahiyaha iyo meelaha aad ku fiican tahay ama PINS.

- Qiimaynta sida alaabada xiisayso, tababarka shaqada ama waraysiyada lagugula yeelanayo
- tilmaamo gaar ah si loo horumariyo xirfadaha sida dheelitirka buuga jeegaga ama cunto karinta
- Khibrada shaqada sida booqashooyinka goobta shaqada, waraysiyada ku celcelinta ama layliyo
- khibradaha bulshada sida fursadaha iskaa wax u qabso ama dalxiisyada kulliyadaha ama meelaha laga yaabo inaad xiisaynayso
- adeegyada xirfadeed ee laxidhiidha si ay kaaga caawiyaan inaad gaadho yoolalkaaga sida tababarka xirfadaha bulshada
- Manhaj kaa caawinaya inaad ku qalinjabiso tirada saxda ah ee dhibcaha doorashada dibloomada ee aad doorato.

Adeegyada Xilliga Kala-wareegga ee Kahor Shaqaalaysiinta (Pre-ETS). Adeegyadani waa kuwo gaar loo leeyahay oo diiradda saaraya in laguugu diyaariyo inaad gasho shaqada iyadoo lagu salaynayo danahaaga shaqo ama shaqo.

- La-talinta sahamintu waxay kaa caawinaysaa inaad barato xirfadahaaga, xiisahaaga, kartidaada iyo qaabka waxbarasho, iyo sidoo kale ganacsiyada maxaliga ah ee kugu habboon.
- Barashada shaqada ku salaysan waxay bixisaa soo bandhigida goobaha shaqada ee kala duwan, fursadaha shaqo ee maxaliga ah iyo gudaha iyo dugsiga ka dib khibradaha shaqo.
- La-talinta waxbarashada dugsiga sare kadib iyo adeegyada kala-guurka waxay kaa caawinaysaa inaad sahaminto tillaabooyinka xiga ka dib markaad dugsiga ka baxdo, inaad wax ka barato kulliyadda ama aad ku xidhato doorashooyinka taageerada socda.
- Tababbarka u diyaar-garowga goobta shaqada waxa uu kaa caawinayaa in aad dhisato xirfadaha bulshada.

barato sida aad shaqo ku heli lahayd oo aad u sii wadan lahayd, oo aad fahamto taageerooyinka aad ka heli karto shaqada si aad ugu guulaysato shaqada.

- Tababarka u doodista ayaa kaa caawinaysa inaad naftaada u hadasho, ka hadasho waxa aad ku fiican tahay, waydiiso taageerada aad u baahan tahay iyo horumarinta xirfadaha go'aan qaadashada.

Ikhtiyaarrada dibloomada. Waxaad ka dooran kartaa afar doorasho oo diblooma ah.

Heerka Dibloomada Oregon

- Shahaadadan waxay diyaar u tahay ardayda dhammaysata 24 buundooyinka heerka fasalka, oo leh ama aan lahayn hoy.
- Dhammaan kulliyadaha iyo jaamacaduhu waxay aqbalaan shahaadooyinkan.
- Deeq lacageed oo heer federaal ah ayaa la heli karaa.

Diblooma Wax Laga Beddelay

- Dibloomada wax laga beddelay ayaa diyaar u ah ardayda aan buuxin 24 buundooyinka heerka fasalka oo ay weheliyaan naafo ama xaalad caafimaad awgeed.
- Kulliyadaha ama dugsiyada ganacsiga qaarkood waxay aqbaleen shahaadooyinkan.
- Qaar ka mid ah gargaarka maalivadeed ayaa

Diblooma La Balaadhiyay

Tan waxaa heli kara oo keliya ardayda aan buuxin heerka caadiga ah ama shuruudaha diblooma ee wax laga beddelay.

Shahaado Beddel ah

- Shahaado kale ayaa diyaar u ah ardayda aan buuxin heerka caadiga ah, Shuruudaha dibloomada wax laga beddelay ama la balaadhiyay.

Haddii aad qorsheyneyso inaad dhigato kulliyad oo aad sii wadato shahaado, hubi Dibloomada Heerka Oregon ama Dibloomada la beddelay.

Fursadaha kuleejka ama kaalmada maaliyadeed ee federaalku waxay ku xaddidan yihiin Dibloomada Dheeraadka ah iyo Shahaadada Kale.

Waxaad weli qaadan kartaa xiisadaha kulliyadda oo aad ka qayb qaadan kartaa gudaha jaamacadda. Si kastaba ha ahaatee, xaq uma yeelan doontid inaad hesho shahaado ama kaalmada maaliyadeed ee federaalka.

Haddii aadan helin shahaadada heerka labaad ee Oregon oo aad haysato IEP, waxaad uqalantaa inaad ku soo noqoto dugsiga adeegyada kala guurka ilaa da'da 21. Inta lagu jiro wakhtigan, waxaad diiradda saari doontaa dhisidda xirfadaha u gudubka dugsiga una gudubto shaqada iyo nolosha dadka waaweyn.

Yaan la xidhiidhaa?

La hadal macalinkaaga iyo xubnaha kale ee kooxdaada kala guurka si aad u hubiso in adeegyada kala guurka, pre-ETS iyo doorashooyinka dibloomada ay la socdaan yoolalkaaga iyo aragtida noloshaada dugsiga sare kadib.



Waa maxay doorkaygu?

Doorkaagu waa inaad la wadaagto aragtidaada iyo yoolalkaaga nolol wanaagsan qoyskaaga, macallimiinta iyo kuwa kale ee kaa caawinaya qorsheynta. La xidhiidh macalinkaaga oo weydii kulan qorshayn wakhti kasta oo baahiyahaaga, yoolalkaaga ama aragtidaadu ay isbedelaan. Shaqadaadu waa inaad ku riyooto weyn!



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inay ku taageeraan inta lagu jiro nidaamka qorshaynta, kaa caawinta inaad go'aansato doorashada shahaada saxda ah ee adiga, ka helida adeegyada kala guurka qorshahaaga kala-guurka iyo inay ku taageeraan sidii aad u qaadi lahayd tillaabooyinka noloshaada wanaagsan.



Yaan ku casuumi karaa inuu ka mid noqdo kooxdayda qorshaynta xilliga kala-wareegga?

Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad ku casuunto wakaalad kasta ama bixiyeyaasha adeegga dibadda ee aan hore ugu jirin kooxdaada. Waxay wadaagi karaan macluumaadka ay kaa barten waxayna ka hadli karaan adeegyada jira ama agabka aad adiga iyo kooxdaada heli kartaan si ay kaaga caawiyaan inaad gaarto yoolalkaaga. Shaqada kooxdaadu waa inay ahaato mid hal abuur leh oo taageero si ay kaaga caawiyaan inaad

qorsheyso nololshaada wanaagsan. Iyadoo koox kala duwan, taageerooyinka saxda ah iyo qaar ka mid ah maskaxaha hal abuur leh, wax kasta waa suurtagal!

Xafiiska Adeegyada Naafada Korriinka

Xafiiska Adeegyada Naafada Korriinka, ama ODDS, wuxuu bixiyaa adeegyo kala duwan oo dadka ka caawiya inay gaadhaan yoolkooda. Adeegyadani waxay caawiyaan dadka inay

noolaadaan, shaqeeyaan, bartaan oo ku raaxaystaan nolosha bulshada. Waxaad ka heli kartaa adeegyada naafada korriinka (DD) dhammaan dhinacyada noloshaada, oo ay ku jiraan gurigaaga, bulshada aad ku nooshahay, shaqada ama guriga korinta ama guri kooxeedka.

Waa maxay adeegyada ay bixiyaan?

Adeegyada maaraynta kiiska: Maareeyaha kiiskaaga ayaa kaa caawin doona inaad horumariso qorshe adeeg shaqsi, ama ISP, oo ay ku jiraan adeegyada iyo taageerada aad dareento inaad sida ugu fiican u dabooli doonto baahiyahaaga. ISP-gaagu wuxuu ku salaysan yahay aragtidaada nolol wanaagsan waxaana ku jira adeegyo iyo taageerooyinka aad doorato inay kaa caawiyaan inaad halkaas gaadho.

Adeegyada Qorshaha Gobolka (K Plan)

- Tababar xirfadeed si aad u barato xirfado cusub oo aad u kordhiso madax-bannaanida
- La-talinta dhaqanka iyo taageeridda
- daryeelka nasinta si loo siiyo waalidiinta ama daryeelayaasha aasaasiga ah waqti fasax
- ah Aaladaha caawiya ama farsamada si loo kordhiyo madaxbannaanidaada
- Caawimada daryeelka shakhsi ahaaneed (sida Sida u guurista gurigaaga, wax cunida, maydhashada iyo xidhashada)
- Caawimada hawlaha (sida ilaalinta guriga, dharka dhaqida, maaraynta daawooyinka, diyaarinta cuntada iyo wax iibsiga)
- Gaadiidka bulshada si ay u helaan adeegyada ama ilaha bulshada Wax

Adeegyada ka-dhaafida

- Badbaadada deegaanka ee gurigaaga dibadiisa
- Tababarka lagu maareeyo shaqaalaha aad shaqaaleysiiso si ay kuu taageeraan
- Tababarka xubnaha qoyska ee ku taageera
- sahayda khaaska ah ee caafimaadka si wax looga qabto baahiyaha caafimaadka
- Baabuur wax ka beddelka
- Adeegyada Kalkaaliyeyaasha
- Cuntooyinka gaarka
- Adeegyada shaqada si ay u horumariyaan khibrad shaqo, u helaan xirfado, shaqo raadi oo hayso shaqo iyo horumar e shaqada (fiiri bogga xx).

- ka beddelka guriga si looga dhigo gurigaaga mid ammaan ah oo lagu heli karo

Adeegyada shaqada

Sida dad badan oo dhallinyaro ah, waxaa laga yaabaa inaad ku faraxsan tahay inaad hesho shaqadaada ugu horreysa. Adeegyadan ayaa kaa caawin kara inaad taas sameyso iyo wax ka badan.

- Jidka shaqadu waa adeeg wakhti xadidan ku caawiya qofka si uu u helo khibrad shaqo oo uu u horumariyo xirfado.
- Adeegyada Shaqaalaynta ee ay taageeraan Kooxda Yaryar waxay ka caawiyaan qofka inuu yeesho xirfado si uu u gaaro shaqo shakhsi ah oo bulshada dhexdeeda ah.
- Sahaminta/Sahaminta Xirfaddu waa habka qorshaynta ee qofka udub dhexaad u ah si loo helo shaqo ku habboon waxa qofka iyo waxa uu ku fiican yahay.
- Kobicinta shaqada: Hormarinta shaqadu waxa uu bartaa shaqooyinka uu qofku rabo iyo waxa aanu doonayn, waxa uu la kulmaa shaqo-bixiyeyaal, waxa uu ka caawiyaa codsiyada shaqada, waraysiyo iyo tilmaamo ama jagooyin ka abuurto goobta shaqada.
- Tababarka shaqada: Tababaraha shaqadu waxa uu qofka ka caawiyaa in uu barto hawlaha shaqo cusub, u gudubka boos cusub ama u horumariyo yoolalka shaqo.



Yaan la xidhiidhaa?

La xidhiidh barnaamijka naafada koriinka beesha ee deegaankaaga (CDDP) si aad u ogaato haddii aad u qalanto adeegyada. Ka hel CDDP-gaaga deegaanka halkan: [https:// www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/county-programs.aspx](https://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/county-programs.aspx).



Waa maxay doorkaygu?

Doorkaagu waa inaad la wadaagto aragtidaada iyo yoolalkaaga nolol wanaagsan maamulaha kiiskaaga, qoyskaaga iyo kuwa kale ee kaa caawinaya inaad qorsheysato. La xidhiidh maamulaha kiiskaaga ama weydii kulan qorshayn wakhti kasta oo baahiyahaaga, yoolalkaaga ama aragtidaadu ay isbedelaan.



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inay ku taageeraan inta lagu jiro nidaamka qorshaynta, kaa caawinta inaad hesho adeegyada iyo taageerada ISP-gaaga, oo ay ku taageeraan inaad qaado tillaabooyin xagga nololahaada wanaagsan.



Yaan ku casuumi karaa inuu ka mid noqdo kooxdayda kala-wareegga?

Maamulaha kiiskaagu wuxuu wadaagi karaa macluumaadka ku saabsan adeegyada jira iyo bixiyeyaasha adeegga adiga iyo kooxdaada aad heli kartaan si ay kuugu caawiyaan inaad gaarto yoolalkaaga. Cidda kooxdaada ku jirta adiga ayay ku xiran tahay.

Baxnaaninta Xirfadeed

Baxnaaninta xirfadeed ama VR waxay bixisaa adeegyo kala duwan si ay u caawiyaan dadka naafada ah inay u diyaar garoobaan, helaan oo ay sii haystaan shaqo ay jecel yihiin. Adeegyada waxaa bixiya la-taliyaha VR.

Adeegyadee ayay bixiyaan?

- Qiimaynta lagu cabbirayo meelaha aad ku wanaagsan tahay, xirfadahaaga shaqo iyo danahaaga.
- La-talinta si loo dejiyo yool shaqo, dooro adeegyada VR oo samee go'aanno xog ogaal ah si aad u gaarto
- yoolkaga Xirfadaha nololsha ee madaxbannaan, sida barashada sida loo daryeelo naftaada, u maareyso lacagtaada ama isticmaalka gaadiidka bulshada
- Tignoolajiyada caawinta si ay kaaga caawiso inaad la xiriirto ama dhamaystirto hawlaha shaqada
- Tababarka si aad u barato xirfadaha shaqo ee aad u baahan tahay si aad u gaadho yoolkaaga
- shaqada Adeegyada meelaynta shaqada, sida caawinta codsiyada iyo dib u bilaabista, ku celcelinta waraysiyada, garashada hogaaminta shaqada iyo la shaqaynta loo-shaqeeyahaaga si aad u hesho hoy naafo ah oo aad u



Yaan la xidhiidhaa?

La xidhiidh xafiiska VR ee deegaankaaga si aad u ogaato inaad u qalanto adeegyada iyo inaad jadwal u samayso jihataynta. Ka hel VR-ka degaankaaga halkan: <https://www.oregon.gov/DHS/EMPLOYMENT/VR/Pages/Locator-Schools-Families.aspx>



Waa maxay doorkaygu?

Doorkaagu waa inaad la wadaagto aragtidaada shaqo la-taliyahaaga VR, qoyskaaga iyo kuwa kale ee kaa caawinaya qorshaynta. La xidhiidh la-taliyahaaga VR ama weydii kulanka qorshaynta wakhti kasta oo baahiyahaaga, yoolkaaga ama aragtidaadu isbeddesho.



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inay ku taageeraan inta lagu jiro nidaamka qorshaynta, inay kaa caawiyaan helitaanka adeegyada iyo taageerada IEP-gaaga oo ay ku taageeraan sidii aad u qaadi lahayd tillaabooyin xagga nolashaada wanaagsan.



Yaan ku casuumi karaa inuu ka mid noqdo kooxdayda qorshaynta kala-wareegga?

La-taliyahaaga VR wuxuu wadaagi karaa macluumaadka ku saabsan adeegyada jira iyo adeeg bixiyayaasha kaa caawin kara inaad gaadho yoolalkaaga.

Dheefaha Soshial Sekuyurati

Maamulka Soshial Sekuyurati ee Maraykanka (SSA) waa hay'ad federaal ah oo siisa faa'iidooyin dhaqaale dadka naafada ah iyo dadka ka fariistay shaqada.

Adeegyadee ayay bixiyaan?

- Caymiska Naafada ee Soshial Sekuyurati, ama SSDI, waa gargaar lacageed oo bishiiba mar la siiyo dadka buuxiya shuruudaha u-qalmitaanka SSA. Dheeftani waxay ku xidhan tahay diiwaanka shaqada ee qofka waxayna diyaar u tahay shaqaalaha ama ku-tiirsanayaasha shaqaalaha.
- Dakhliga Soshial Sekuyurati, ama SSI, waa lacag bishiiba mar la siiyo dadka naafada ah, waayeelka iyo indhoolayaasha si loogu caawiyo inay daboolaan baahiyaha aasaasiga ah ee cuntada, dharka iyo hoyga.
- Dad badan ayaa aaminsan haddii ay shaqeeyaan, inay waayi doonaan dheefaha naafada. Tani waa dhif runtii! Dhab ahaantii, dadka naafada ah waxay ka heli karaan dakhli shaqada oo ay heli karaan dheefahooda iyagoo helaya la-talinta dheefaha, dhiirigelinta shaqada iyo barnaamijyada kale, sida akoonnada kaydka ABLE.
- La-talinta dheefaha waxaa bixiya la-taliyaha dheefaha ruqsadda leh. Isaga ama iyada ayaa kaa caawin doona inaad fahamto sida dakhliga shaqada ka soo gala uu u saameeyo dheefahaaga iyo helitaanka barnaamijyada dhiirigelinta shaqada.
- Barnaamijyada dhiirigelinta shaqada waxay kaa caawinayaan inaad hesho shaqo ama bilowdo ganacsi, xafido lacagta (SSI iyo SSDI) iyo dheefaha caafimaadka markaad shaqaynayso, ama aad kaydsato lacag aad ku aado dugsi.



Yaan la xidhiidhaa?

Si aad u codsato Soshiyal Sekuyurati:

- Ka codso onlayn halkan www.socialsecurity.gov.
- Wac 1-800-772-1213 si aad ballan uga qabsato xafiiska Lambarka Bulshada ee deegaankaaga ama aad ballan u qabsato qof ku waraysanaya telefoon. Ka hel xafiiska Soshiyal Sekuyurati ee deegaanka halkan <https://secure.ssa.gov/ICON/main.jsp>.

Si aad ballan ula samaysato la-taliyaha dheefaha:

- Kala xidhiidh Barnaamijka Qorshaha Shaqada halkan Disability Rights Oregon (DRO) atpfo@DROregon.org ama 1-800-452-1694, x 227 (bilaash) ama 503-243- 2081.
- Kala xidhiidh Shabakadda Dhiirigelinta Shaqada lambarkan 1-800-661-2571. U dhaaf farriin cod ah oo leh magacaaga, macluumaadka xiriirka iyo danta la-talinta dheefaha.



Waa maxay doorkaygu?

Doorkaagu waa inaad wadaagto macluumaadka ku saabsan dakhligaaga ama yoolalkaaga shaqo oo aad waydiiso su'aalo ku saabsan dhiirigelinta shaqada iyo barnaamijyada kale ee kaa caawin kara inaad gaarto yoolalkaaga.



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inuu kaa caawiyo helitaanka SSI ama SSDI, faa'iidooyinka la talinta iyo barnaamijyada dhiirigelinta shaqada, iyo inay kaa caawiyaan inaad qaado tillaabooyin xagga nolashaada wanaagsan.

Qorshaha Caafimaadka ee Oregon

Qorshaha Caafimaadka Oregon (OHP) wuxuu dadka Oregon siiyaa inay helaan daryeel caafimaad oo la isku dubbariday iyada oo loo marayo ururada daryeelka la isku duwo (CCOs). CCO waa shabakad maxalli ah oo ka kooban dhammaan noocyada bixiyayaasha daryeelka caafimaadka oo ay ku jiraan xanuunka jirka, la-qabsiga iyo caafimaadka maskaxda, iyo bixiyayaasha daryeelka ilkaha. Bixiyayaashani waxay ka wada shaqeeyaan bulshooyinkooda si ay ugu adeegaan xubnaha OHP.

Adeegyadee ayay bixiyaan?

- Adeegyada ilkaha sida nadiifinta, faleeshinka fluoride, buuxinta iyo soo saarista, ilko-baxyada, taajajka, xidhidhiyaha, xididada xididada iyo daawaynta degdega ah ama degdega ah
- Daryeel caafimaad (sida baadhitaanada joogtada ah iyo ballamaha kale) ee dhakhtarka, kalkaalisada dhakhtarka ama kaaliyaha dhakhtarka
- Adeegyada aragga
- Aaladaha maqalka iyo baaritaanka aaladaha maqalka
- Kalkaalisada caafimaadka guriga
- Talaalka iyo tallaalada
- Foosha, umusha iyo daryeelka umusha kadib
- Baaritaanada shaybaadhka iyo raajada
- Qalabka caafimaadka iyo agabyada, sida xariijimaha ama istiribiska baaritaanka sonkorowga
- Daaweynta jirka, shaqada ama hadalka
- Daawooyinka dhakhtar qoro



Yaan la xidhiidhaa?

Waxaad codsan kartaa OHP wakhti kasta. Diiwaangelintu mar walba way furan tahay. Si loogu qalmo, shakhsiyaadka iyo qoysasku waa inay buuxiyaan shuruudaha dakhliga iyo degenaanshaha. Waxa kale oo aad u qalmi kartaa da'da iyo heerka naafanimada. Ka codso onlayn halkan [https:// one.oregon.gov/](https://one.oregon.gov/).

Haddii aad rabto codsiga luqadaada hooyo ama caawinaada ku buuxinta codsiga luqadaada hooyo, wac 1-800-699-9075 (TTY 711). Khabiirada OHP waxay diyaar u yihiin inay ku caawiyaan Isniinta ilaa Jimcaha saacadaha 7 subaxnimo ilaa 6 galabnimo Waxaad sidoo kale ka heli kartaa caawimo lacag la'aan ah adigoo booqanaya www.OregonHealthCare.gov si aad u hesho iskaashatada bulshada agagaarkaaga.



Waa maxay doorkaygu?

Doorkaagu waa inaad ahaato ka qaybqaate firfircoon daryeelka caafimaadkaaga. Doorro dhakhtar ama rug caafimaad marka aad isdiiwaangeliso, samee baadhitaano caafimaad oo joogto ah iyo baadhista ilkaha, waydii su'aalo, joog wakhtiga ballamaha, sii macluumaadka bixiyeyaashaada daryeelka caafimaadka oo raac qorshayaashaada daawaynta.



Waa maxay doorka qoyskaygu?

Doorka qoyskaagu waa inay ku taageeraan si aad u daryeesho daryeelka caafimaadkaaga, kaa caawiyaan helitaanka adeegyada daryeelka caafimaadka iyo inay kaa taageeran sidii aad u qaadi lahayd tallaabooyinka noloshaada ee wanaagsan.

8. Qaamuus



Hanti dhowrid

Hanti dhowruhu waxa uu kaa caawiyaa adiga inuu ku sameeyo go'aamo maaliyadeed isagoo adiga wakiil kaa ah lacagtaada ama hantidaada.

Naafonimmada korriinka

Naafonimada korriinka waxaa lagu qeexaa Oregon xaalad ka bilaabma ka hor inta aadan gaarin 22 sano ama 18 sano jir ee naafanimada garaadka. Naafanimada noocan ah waxay ka bilaabataa maskaxdaada, waxay si toos ah u saamaysaa maskaxdaada waxaana la filayaa inay sii socoto inta aad nooshahay. Naafanimada korriinka waxa kale oo laga yaabaa inay saamayso waxyaabaha ay ka mid yihiin awooddaada inaad isgaadhsiin, nadiifiso oo aad daryeesho jidhkaaga, xidhato, iyo horumarinta xirfadaha bulshada.

Mas'uulnimo

Waa nidaam sharci oo rasmi ah halkaas oo garsooruhu u magacaabo qof kale oo loo yaqaan ilaaliyaha si uu kuugu matalo. Haddii aad leedahay mas'uul, qofkaas waxaa looga baahan yahay sharciga Oregon si uu kaaga caawiyo inaad mas'uul ka noqoto noloshaada oo aad go'aamo u gaartid sida madax-bannaan ee suurtoogalka ah.

Qorshaha Waxbarashada ee Shaqsiyeed, ama IEP

Haddii aad hesho adeegyada waxbarashada gaarka ah, waxaad la samayn doontaa qorshe waxbarasho shaqsi, ama IEP, kooxdaada qorshaynta. IEP-gaagu waxa uu qeexayaa tilmaamaha gaarka ah iyo adeegyada la xidhiidha ee aad heli doonto si ay kaaga caawiyaan inaad barato oo aad gaadho yoolalkaaga.

Qorshaha taageerada shaqsiyeed, ama ISP

Haddii aad hesho adeegyada naafada korriinka, waxaad samayn doontaa qorshe taageero shaqsi ama ISP oo qeexaya yoolalkaaga iyo adeegyada taageerada aad heli doonto si aad u gaadho yoolalkaaga. Waxa kale oo ay tilmaamaysaa cidda ku jirta kooxdaada taageerada iyo sida ay kuu taageeri doonaan.

Qorshaha shaqsiyeed ee shaqaalaynta, ama IPE

Haddii aad hesho adeegyada shaqada ee Baxnaaninta Xirfadeed (VR), waxaad samayn doontaa qorshaha shaqsiyeed ee shaqaalaynta ama

IPE. IPE-gaaga waa

qorshe qoran oo qeexaya yoolkaaga shaqo, tillaabooyinka aad qaadi doonto si aad hadafkaaga u gaadho iyo dadka kale ama agabka kaa caawin kara inaad hesho shaqada aad rabto.

Adeegyada Xilliga Kala-guurka ee Kahor Shaqaalaynta ama Pre-ETS

Pre-ETS waa adeegyo gaar ah oo loogu talagalay ardayda naafada ah ee da'doodu u dhaxayso 14-21 kuwaas oo diiradda saaraya diyaarinta inaad gasho xoog shaqaale iyadoo ku saleysan shaqadaada ama danahaaga shaqo. Adeegyadan waxaa ka mid ah sahamin shaqo, waxbarasho ku salaysan shaqada, u diyaarsanaanta goobta shaqada, u doodista iyo la-talinta dugsiga sare kadib.

Waxbarashada dugsiga sare kadib

Dugsiga sare kadib waxa loola jeedaa waxbarasho kasta oo rasmi ah oo aad hesho ka dib marka aad dhammayso dugsiga sare. Tan waxa ka mid noqon kara ka qayb galka barnaamij tababar shaqo, dugsi ganacsi, kulliyad online ah, ama kulliyad ama jaamacad afar sano ah.

Awoodda qareenka

Awoodda qareenku waa dukumeenti sharci ah oo siinaya qof kale xaqa uu u leeyahay inuu ku matalo go'aamada maaliyadeed oo keliya. Maamulkani waxa uu noqon karaa mid xadidan, sida xisaab bangi, ama waa mid balaadhan oo ay ku jiraan xisaabaadka bangigaaga, hantidaada iyo hantidaada.

Wakiilka lacag-bixiyaha

Wakiil lacag bixiye waa qof maamuli kara dheefaha dawladda sida SSI ama lacag-bixinta SSDI.

Go'aan-qaadashada la taageeray

Go'aan qaadashada la taageeray waa hab aad u isticmaali karto asxaabta, xubnaha qoyska ama kuwa kale ee ku taageera si ay kaaga caawiyaan inaad fahamto xaaladaha ama doorashooyinka. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad samayso go'aamo adiga kuu gaar ah oo leh xog wanaagsan iyo taageero.

Taageerooyin

Erey ballaadhan oo loo isticmaalo in lagu qeexo kaalmada aad hesho si aad u gaadho yoolalkaaga.

Qorshaha xilliga kala-wareegga

Qorshahaaga xilliga kala-wareegga wuxuu qeexayaa yoolalkaaga nolosha dugsiga sare ka dib waxaana ku jira dugsi gaar ah, bulsho iyo khibrad shaqo ku salaysan oo aad u baahan tahay si aad u gaadho halkaas.



9. Lifaaqa



Kheyraadka

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Fiidowga astaanta Hal-bog

<https://www.youtube.com/watch?v=fnaKnVWFh44>

Fiidowgaan wuxuu qeexayaa astaanta hal bog, sida loo isticmaalo iyo sababta ay muhiimka u yihiin (5:14 daqiiqo).

Waa maxay qorshaynta ku salaysan shaqsiga?

<https://www.youtube.com/watch?v=ECcH5SR4KzM>

Fiidowgaan wuxuu qeexayaa waxa dhaca inta lagu jiro qorshaha qofka la fududeeyay iyo sababta ay muhiim u yihiin (3:06 daqiiqo).

Astaanta hal-bog ee ku salaysan shaqsiga

<https://factoregon.org/person-centered-plan-samples/>

Family & Community Together (FACT) waxay awood-siinaysaa qoysaska naafada ah oo ay noloshu burisay iyagoo u fidinaya ka-warqab, korinaya bulshada oo qalab-siinaya qoysaska. Boggan waxa ku jira dhawr bog oo tusaaleyaal ah iyo qaab-qoraal oo luqado badan ah.

Fududayn

<https://thearcoregon.org/gaps/personal-planning-services/>

Arc Oregon waxay kaa caawin kartaa inaad sahamiso qalabka qofka-ujeedka ah ee ka caawinaya qorsheynta mustaqbalka. In kasta oo fududaynta habka qorshayntu ay tahay ikhtiyaar, qalabyo badan, sida kuwa buug-shaqeedkan, ayaa la sahmi karaa fudaydin la'aan.



Sida ugu Wanaagsan ee Aan Noqon karo – Qaybta 1aad

<https://www.youtube.com/watch?v=aRWvu-Jovs8>

Fiidiyowgaan wuxuu sharxayaa faa'iidooyinka IEP-yada ardaygu hoggaamiyo marka loo eego ardayda, waalidiinta, macalimiinta iyo shaqaalaha kale ee dugsiiga (9:41 daqiiqo).

Sida ugu Wanaagsan ee Aan Noqon karo – Qaybta 5aad

https://www.youtube.com/watch?time_continue=148&v=DGaazxPIgt0

Fiidiyowgan wuxuu ku saabsan yahay saamaynta IEP-ga uu ardaygu hoggaamiyo ee aragtida ardayga, waalidiinta, macallimiinta iyo shaqaalaha kale ee dugsiiga (11:08 daqiiqo).

Anigu Waan Go'aansaday

www.imdetermined.org

Boggaan waxaa ku jira qalab iyo fursado ardayda iyo waalidiinta si ay ugu tababaraan oo ay u baraan xirfado la xiriira hab-dhaqanka is-xilqaan.

Go'aan Qaadashada La-taageeray: Taageeradaada, Go'aanadayda

https://www.youtube.com/watch?time_continue=27&v=dGJe5KyflxM

Fiidiyowgu wuxuu qeexayaa go'aan gaarista la taageeray iyo beddelka kale ee mas'uuliyadda marka loo eego aragtida dadka ay la ildaran yihiin itaaldarrada, waalidiinta iyo taageerayaasha (7:54 daqiiqo).

Xidhiidhada

Meetup: The Real World Is Calling

<https://www.meetup.com/>

Websaydkani waxa uu kaa caawinayaa in aad dhisto xidhiidh bulsho oo aad la yeelato dadka bulshadaada ka tirsan adiga oo ku biiraya koox maxali ah, isku dayaysa wax cusub ama samaynayso koox kuu gaar ah si aad u samayso hawlo aad jeceshahay.

12 Calaamadood oo ah Inaad Ku Jirto Xidhiidh Caafimaad leh

<https://www.youtube.com/watch?v=kCQIDvEnrTg>

Fiidiyowgani wuxuu sharraxayaa tayada xidhiidhada caafimaadka leh oo ay ku jiraan ixtiraamka labada dhinac, kalsoonida, daacadnimada, taageerada, caddaaladda, tayada, xiriirinta iyo in ka badan (4:51 daqiiqo).

Adeegyada iyo Kheyraadka Aad Heli karto

Adeegyadee ayaan heli karaa?

Qaybta 7aad ee hagahan ayaa sharraxaya adeegyada ku salaysan uqalmitaanka ee ay bixiso degmada dugsiigaaga, Xafiiska Adeegyada Naafada Koriinka, Baxnaaninta Xirfadeed, Soshiyal Sekuyurati iyo Qorshaha Caafimaadka Oregon.

Qorshaha Kaydinta ABLE Oregon

<https://oregonablesavings.com/>

Qorshaha Kaydinta ABLE Oregon waa hab sahlan oo lagu badbaadiyo mustaqbalka adigoo haysanaya dheefaha federaalka iyo gobolka. Waxaad ku samaysan kartaa akoon ABLE onlayn in ka yar 10 daqiiqo gudahood.

Bilowga Akoonka Horumarinta Akoonka Shaqsiyeed (IDA)

<https://oregonidainitiative.org>

Akoonnada horumarinta shakhsi ahaaneed, ama IDAs, ayaa ah akoonnada kaydka ee u dhigma ee beddela mustaqbalka dhaqaale ee u qalmida dadka reer Oregon ee dakhligoodu hooseeyo. IDA-yadu waxay kuu oggolaanayaan inaad wax kaydsato mustaqbalka adigoo ilaalinaya dheefahaaga federaalka iyo gobolka.

Guriyeynta iyo Horumarinta Magaalooyinka (HUD) waxay ansixisay wakaaladaha la-talinta guriyeynta

<https://apps.hud.gov/offices/hsg/sfh/hcc/hcs.cfm?webListAction=search&searchstate=OR>

Wakaaladaha la-talinta ee HUD ayaa laga helayaa gobolka. Waxay bixiyaan macluumaad iyo barnaamijyo lagu caawinayo qoysaska dakhligoodu yar yahay, waayeelka iyo dadka qaba iinta inay kiraystaan ama iibsadaan guri.

Guryeynta Oregon iyo Adeegyada Bulshada (OHCS)

www.oregon.gov/ohcs/Pages/index.aspx

OHCS waa wakaalad dawladeed oo leh barnaamijyo lagaga hortagayo guri la'aanta, ka caawinaya adeegyada, maalgelinta guryo jaban iyo dhiirigelinta lahaanshaha guri. Websaydka OHCS waxa uu leeyahay kiro dheeraad ah iyo lahaanshaha guri oo aad faa'iido ka heli karto.

Barnaamijka Naafada Korriinka ee Bulshada: Guryo koox iyo guryaha daryeelka dadka da'ada ah

<https://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/county-programs.aspx>

Waad uqalmi kartaa inaad kula noolaato guri kooxeed ama guriga daryeelka korinta ee dadka kale ee naafada ah. La xidhiidh barnaamijka naafada koriinka beesha ee deegaankaaga (CDDP) si aad u ogaato haddii aad u qalanto adeegyada.

Nidaamka Macluumaadka Xirfadda

<https://portal.cis.intocareers.org/>

Haddii dugsiigaaga sare uu heli karo onlaynka ah Nidaamka Macluumaadka Xirfadda Oregon, ama CIS, waxaad codsan kartaa inaad gasho oo aad samaysato akoon kuu gaar ah. Markaad gasho, waxaad sahamin kartaa qiimaynta, qorshaynta shaqada iyo kulliyadda, iyo agabka kaalmada dhaqaale.

Kaalmada regon Promise

<https://oregonstudentaid.gov/oregon-promise.aspx>

Oregon Promise waa deeq gobol oo caawisa daboolida kharashyada lacagta ee kulliyad kasta oo bulsho ee Oregon oo loogu talagalay ardayda dhawaan ka soo qalinjabiyay dugsiiga sare iyo qalinjabiyayaasha imtixaanka GED®. Baro [marka ardayda sare iyo/ama qalinjabiyayaasha dhawaan ay tahay inay codsadaan.](#)

Codsashada Bilaashka ah ee Gargaarka Federaalka ee Ardayga (FAFSA)

<https://studentaid.ed.gov/sa/fafsa>

FAFSA waa kheyraad qaran oo loogu talagalay ardayda raadinaysa gargaar maaliyadeed qaab deeq waxbarasho ah, deeqo, amaah, shaqooyin barasho shaqo iyo kheyraadka kale ee maaliyadeed ee caawiya bixinta lacagta kulliyadda.

Waaxda Waxbarashada ee Oregon Nidaamka Ilaalinta K-12

<https://www.oregon.gov/ode/rules-and-policies/pages/procedural-safeguards.aspx>

Nidaamyada dhowrista waxay sharraxayaan xuquuqdaada iyo fursadahaaga xallinta khilaafaadka dugsiiga degmada, haddii loo baahdo. Waxaad heli doontaa nuqulka ugu yaraan hal mar sannadkii shirka IEP.

Diiwaangelinta Codbixinta Onlayn ee Oregon

<https://sos.oregon.gov/voting/Pages/registration.aspx?lang=en>

Halkan waxa aad ka heli kartaa macluumaadka ku saabsan codbixinta oo aad isku diwaangeliso si aad onlayn ugu codayso.

Dheefaha Naafada ee Soshiyal Sekuyurati

<https://www.ssa.gov/benefits/disability/>

Websaydkani waxa uu ku siinayaa macluumaad ku saabsan sida loo codsado manfacyada iinta ama loo maareeyo dheefahaaga onlayn haddii aad hore u qaadanaysay.

Qorshaha Caafimaadka Oregon

<https://one.oregon.gov/General/OneUserGuides>

Websaydkan waxaa ku jira xiriirimaha hagayaasha Ingiriisiga iyo Isbaanishka si ay kaaga caawiyaan inaad codsato Qorshaha Caafimaadka Oregon.

Kheyraadka Bulshada

Mashruuca The GO!

<https://ocdd.org/legislative-advocacy-the-go-project/>

Mashruuca "go" ee GO! wuxuu u taagan yahay Grassroots Oregon. GO-ga! Mashruucu wuxuu bixiyaa macluumaadka ku saabsan arrimaha saameeya dadka naafada koriinka. waxay sidoo kale isku xirtaa u doodayaasha midba midka kale iyo sharci-dejiyayaashooda si ay wax uga qabtaan welwelka ka jira bulshooyinka Oregon oo dhan.

RentWell

www.rentwell.org

RentWell waxay aaminsan tahay in qof kastaa uqalmo xaqa uu u leeyahay inuu si fiican u noolaado, fiicnaado oo si fiican u kiraysto. Waxay bixiyaan barnaamij waxbarasho kirayste (kirayste) Oregon iyo xirfado si aad u noqoto masuu, u guulaysato iyo kirayste deggan.

Golaha Guryeynta Caddaaladda ah ee Oregon (FHCO)

www.fhco.org

FHCO waxay baraysaa kiraystayaasha xuquuqdooda guriyeynta. FHCO waxay sidoo kale ilaalisaa xuquuqda guriyeynta cadaalad ah waxayna balaadhisaa fursadaha guriyeynta dhammaan iyadoon loo eegayn jinsiyad, midab, asal qaran, diin, lab iyo dhedig, heerka qoys, naafo, xaaladda guurka, isha dakhliga, iwm. sharci guri oo cadaalad ah.

Waxbarashada iibsadaha guri

<https://www.oregon.gov/ohcs/HD/SFF/brochures/home-buyer-education-programs-oregon.pdf>

Barnaamijyadani waxay ka caawiyaan iibsadayaasha guriga markii ugu horeysay inay bartaan aasaaska gadashada guriga. Waxaa wax baray xirfadlayaal khibrad leh oo ku takhasusay caawinta dadka guryaha iibsada markii ugu horreysay.

Mas'uuliyad Ka Noqoshada Daryeelka Caafimaadkayga

<https://www.ohsu.edu/oregon-office-on-disability-and-health/taking-charge-my-health-care>

Qalabka waxa soo saaray dadka naafada ah oo loogu talagalay dadka kale ee naafada ah. Waxa ku jira fiidiyowyo iyo buugaag shaqo oo wata macluumaad, agab iyo xeelado xirfad-dhisidda dadka si ay ugu doodaan caafimaadkooda iyo daryeelkooda caafimaad.

Tababbarka Shaqo ee Oregon iyo Qaybta Tababbarka

https://www.oregon.gov/boli/ATD/Pages/A_StatewideOpportunities.aspx

Websaydkani waxa uu taxayaa xiriirinta fursadaha shaqo-barasho ee Oregon ee la heli karo.

Dugsiyada ganacsiga, kulliyadaha iyo jaamacadaha

<https://www.trade-schools.net/locations/oregon-schools-directory.asp>

Websaydkani wuxuu kuu oggolaanaya inaad ku raadiso barnaamijyada tababbarka ganacsi ahaan ama koodhka ZIP.

Oregon Goes to College

<http://oregongoestocollege.org/colleges>

Websaydkani waxa uu bixiyaa macluumaad, codsiyo iyo in ka badan 100 kulliyadaha beesha Oregon, jaamacadaha dadweynaha iyo kuwa gaarka ah, ee aan faa'iido doonka ahayn ee ku yaalla agagaarka gobolka.

Go'aan-qaadashada la taageeray

<http://www.supporteddecisionmaking.org/state-review/oregon>

Websaydkani go'aan qaadashada la taageeray waxa uu sharraxayaa go'aan qaadashada la taageeray iyo sida ay u shaqeyso.

Sawirada The Arc Oregon ee go'aan qaadashada la taageeray

<https://thearcoregon.org/projects/sdm-train-the-trainer/>

Websaydkan waxaa ku jira kheyraadka loogu talagalay dadka da'ada yar ee noqonaya 18, waalidiinta iyo taageerayaasha si uu uga caawiyo sharraxaado go'aannada sharci ee dadka waaweyn iyo siday uga taageeri lahaayeen qof si uu u gaadho go'aano.

Maaraynta Lacagta Qof Kale: Caawinta dadka masuulka ka ah ee ay maxkamaddu magacawday ee hantida iyo ilaaliyaasha

https://files.consumerfinance.gov/f/documents/cfpb_msem_court-appointed-guardians_guide.pdf

Hagahan ayaa kaa caawin doona inaad fahanto waxa aad awoodid iyo waxa aanad samayn karin masuul ahaan.

Maaraynta Lacagta Qof Kale: Caawinta wakiilada hoos yimaada awoodda qareenka

https://files.consumerfinance.gov/f/documents/cfpb_msem_power-of-attorney_guide.pdf

Hagahan ayaa kaa caawin doona inaad fahanto waxa aad awoodid iyo waxa aanad karin wakiil ahaan.

Maaraynta Lacagta Qof Kale: Caawinta wakiillada lacag-bixiyeyaasha iyo fidiyayaasha VA

http://files.consumerfinance.gov/f/201310_cfpb_lay_fiduciary_guides_representative.pdf

Hagahan ayaa kaa caawin doona inaad fahanto waxa aad kari karto iyo aadan samayn karin ka wakiil lacag bixiye ah ama aamin bixiyaha VA.

Ikhtiyaarrada Oregon ee lagu Caawinayo in Qof Kale Go'aan Sameeyo

<http://bit.ly/2WF2jLR>

Buugan yari waxa uu soo koobayaa qalabka laga heli karo Oregon ee loogu talagalay in lagu caawiyo qofka inuu go'aan gaadho.

Tiknoolajiyadda

Apple – Gelitaanka - Sady

<https://www.youtube.com/watch?v=XB4cjbYywqg&feature=youtu.be>

Fiidyowgani waxa uu muujinayaa sida dadka naafada ahi ay u isticmaalaan noocyada kala duwan ee tiknoolajiyada si ay u sameeyaan waxa ay jecel yihiin (1:42 daqiiqo).

Tiknoolajiyadu waxay aad u xoog badan tahay marka ay awood siiso qof kasta

<https://www.apple.com/accessibility/>

Websaydkani wuxuu muujinaya sifooyinka la geli karo ee tiknoolajiyadda Apple

Shaybaadhka Tiknoolajiyadda Caawimaadda leh (AT)

<http://cv-atlab.org/>

Shaybaadhka Tiknoolajiyadda Caawinta leh (AT) ayaa u adeegta Oregon iyo Koonfur-galbeed Washington. Adeegyada waxaa ka mid ah la-talinta goobta iyo dibedda ee carruurta iyo dadka waaweyn, iyo sidoo kale saacadaha shaybaarka furan ee toddobaadlaha ah iyo khadka kheyraadka wicitaanka/iimaylka bilaashka ah ee macluumaadka ku saabsan AT. AT waa qalab kasta ama istiraatiijiyad kasta oo loo isticmaalo in lagu hagaajiyo ama lagu ilaaliyo awoodaha shaqayneed ee shaqsiyaadka la kulma iin. Tusaalooyinka waxa ku jira qalin-qabsiga la qabsiga, iPad-da, qalabka xiriirka ee kordhinta iyo wax ka beddelka (AAC), kuraasta naafada iyo qaar kaloo badan.

Gal Tiknoolajiyadda

<https://www.accesstechnologiesinc.org/>

Access Technologies waxay u adeegtaa bulshooyinka Oregon ee gobolka oo dhan. Adeegyada waxaa ka mid ah bandhiga AT iyo maktabad deymin, helida AT iyo qalab caafimaad oo waara iyo qiimayno iyo tababaro kaa caawinaya inaad sii haysato madax banaanida guriga, shaqada, dugsiga, ama bulshadaada.

Khariidadda Waddada Shaqaalaynta

<https://road2work.oregon.gov/>

Websaydkani waxa uu abuuraa khariidadda waddada shaqada loo habeeyay isagoo isticmaalaya adeegyo iyo taageerooyin sii jira oo ku salaysan jawaabaha su'aalahaaga.

Sawirrada xilliga kala-wareegga

Story 1: Jose

Jose waa 14 jir. Wuxuu jecel yahay fanka iyo xoolaha. Waxa uu si gaar ah u jecel yahay inuu sawiro xayawaanka oo wuxuu rabaa inuu si uun u caawiyo marka uu weynaado. Jose wuxuu ku nool yahay magaalo weyn oo qurux badan oo ku taal Oregon, wuxuuna leeyahay 30 carruur ah fasalkiisa dugsi. Wuxuu jecel yahay inuu la noolaado hooyadiis, walaashiis ka weyn iyo labadiisa bisadood. Ma jecla sida qeylada dheer ee deriskooda sare ay u badan yihiin wuxuuna jeclaan lahaa inuu deyrar yeesho sababtoo ah wuxuu rabaa inuu helo eey. Waxa uu leeyahay saaxiib, Ann, oo helay xayawaan taageero ah oo ka caawiya inay dareento xasillooni marka ay ka adkaato, oo uu u maleynayo inay taasi fiicnaan lahayd. Ilaa uu ka heli karo eey, wuxuu jecel yahay inuu tago badbaadinta xayawaanka ee xaafadiisa. Jose wuxuu ka faa'iideystaa joogtada ah mana isticmaalo kelmado uu kula xiriiro. Aad bay u niyad jabtaa marka dadku fahmi waayaan isaga. Ma jecla marka dadku u qaataan inuusan wax fahmayn ama marka dadka kale ay go'aannada u gaaraan.

Raad-raaca Jose ee hoggaaminta IEP-giisa gaarka ah

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Waxa wanaagsan: Dadku rajooyin sare ayay ka qabeen Jose. Waxa uu booqday beerta xayawaanka, waxa uu ka koriyey laba bisadood oo bisad ah, waxa uu booqday eeyaha bulshada bini'aadminimada leh, waxa aanu daryeelay eeyga deriskiisa ah. Sawirka Jose ayaa lagu soo bandhigay dugsi. Waxa uu qaatay xiisado dabaasha oo aad u jeclaa, , Aad ayuu u muujinayaa jirkiisa, oo si fudud ayuu u qaataa isticmaalka tignoolajiyada.

Waxa aan wanaagsanayn: Jose waqti adag ayuu ku qaatay dugsi ilaa uu ka helay iPadka si uu ula xidhiidho. Ma haysto hab wanaagsan oo uu ku wada xidhiidho marka aanu dugsi joogin. Jose wuu caajisaa dugsi ka dib, taasoo keenta waalidkii inay la halgamaan dhaqankiisa marka uu caajiso oo mararka qaarkood lagu ciqaabo "dabeecad xun."

Waayo-aragnimada nololaha mustaqbalka

Waxa wanaagsan: Booqashada Duurjoogta Safari, aragga badda, barashada sida loo ciyaaro "Magic the Gathering", eeyaha u qaado

keligiis, wax badan ka baro nibiriga, aad kulliyadda, aad ciyaarta kubbadda cagta shinbiraha, ku biir kooxda dabaasha. , iskaa wax u qabso ka tirsan bulshada bini'aadminimada, horumariyo soo jeedintiisa ku saabsan waxa uu rabo iyo ma rabo IEP-giisa, la wadaag bandhiggaas kooxdiiisa si uu u bilaabo kulanka.

Waxa aan wanaagsanayn: Maqnaanshaha safarrada dibadda iyo dhacdooyinka dugsiga, waqti badan oo lagu caajiso guriga, dadku waxay u sheegaan Jose waxa la sameeyo, ma jiro qalab guriga lagu wada xidhiidho, yoolalka IEP ma jecla.

Aragtida mustaqbalka

Waxa uu rabo: shaqo qabow, caawi xayawaanka, ku noolow hooyo iyo walaasheed, magaalada keligiis ku soo wareego, deyrar weyn ku leh eey iyo digaag, saaxiibadiis la noolada, cun pizza maalin kasta, haysto telefoon u gaar ah , aad Jaamacadda Oregon oo noqo Duck, gabadh la saaxiib.

Waxa aanu rabin: Si aad hooyada ula noolaato weligeed, maydh suxuunta, goor hore kac, deris sariirta ah, cidlo ahow, ha ahaato mid mas'uul ka ah naftiisa.

Taageerooyinka isku-dhafan ee xiddigta

Awoodaha Shaqsiyeed: Naxariis badan, u naxariista xayawaanka, ku wanaagsan fariimaha qoraalka, jir ahaan xoog badan, jecel biyaha, rabitaan adag, faa'iidooyinka iPad ee isgaarsiinta iyo abaabulka, bilow abuurista bandhigyo adiga oo isticmaalaya iPad ama fariimaha qoraalka ah.

Xidhiidhada: Walaasha, hooyada, saaxiibka Ann (waxay baran kartaa sida ay u heshay eyga adeegga), ardayda fasalka dhigata, macalinka farshaxanka (waxay ku xidhi kartaa fasallada farshaxanka deegaanka), Jim oo ka shaqeeya bulshada bini'aadantinimada (Isha wanaagsan ee macluumaadka sida tabarucnimada) , PSW Tom (waxay ka caawin kartaa Jose inuu ku xidho madadaalo badan ka dib hawlaha dugsiga ee ku salaysan danihiisa), deriska leh eeyaha u baahan in la lugeeyo (waxaa lagu samayn karaa PSW marka hore). Xidhiidh ma jiraa kooxda dabaasha?

Tignoolajiyadda: iPad-ka (iskuulku wuu geli karaa, wuxuu u baahan yahay gelitaanka guriga), talefanka smart (wuxuu geli karaa hooyada laakiin ma laha), qoraal ku saabsan apps-ka hadalka (lagu soo dejiyo iPad-ka dugsiga), siyaabaha pizza looga dalban karo online adigoon wacin , PowerPoint ama Keynote si loo sameeyo bandhigyo, fiidiyowiyada YouTube ee ku saabsan sida loo sameeyo bandhigyo.

Bulshada: Bulshada bini'aadantinimada, barkada bulshada, fasalada farshaxanka, dukaamada majaajilada/ciyaaraha halkaas oo ay dadku ku

ciyaaraan "Magic the Gathering", jardiinooyinka ay eeyaha lagu socon karo, maktabad dadweyne oo leh kombuyuutar, Apple Genius Bar ballamaha si ay u bartaan sida loo isticmaalo Keynote si loo sameeyo bandhigyo. .

U qalmida: Tixgeli xayawaanka adeegga, adeegyada PSW iyada oo loo marayo ODDS, yoolalka IEP iyo ikhtiyaarka dibloomada si aad u sii wadato kulliyadda, adeegyada shaqada ka hor, koontada ABLE si aad u bilowdo kaydinta lacagta kulliyadda ama waxbarasho dheeraad ah.



Sheekada 2aad: Emily

Emily waa 16 jir. Waxay jeceshahay inay heeso oo ay wax ka qabato masraxa. Waxay leedahay laba saaxiib oo ugu fiican. Waxay kaloo jeceshahay inay wax akhrido, gaar ahaan Harry Potter. Emily waxay ku nooshahay Koonfurta Oregon waxayna jeceshahay inay booqato California, gaar ahaan Redwoods iyo Universal Studios. Waxay ku riyootaa inay ka qabato Bandhiga Shakespeare. Emily waxay la nooshahay hooyadeed iyo aabaheed iyo ayeeydeed. Emily waxay isticmaashaa aalada gargaarka maqalka iyo kursiga curyaanka si ay u wareegto. Waxay ka faa'iidaysanaysaa hadalka iyo tignoolajiyada qoraalka maadaama ay ku adag tahay inay xakameeyso dhaqdhaqaaqa gacanteeda bidix. Waxay jeceshahay inay keligeed waxyaalo badan ku qabato guriga. Waxay ka niyad jabtaa in aysan booqan karin saaxiibadeeda ugu fiican sababtoo ah albaabadooda hore waxay leeyihiin tallaabo ay ku galaan.

Raad-raaca Emily ee nolosheeda wanaagsan

Khibradaha nololeed ee hore

Waxa wanaagsan: Ku darida fasalada waxbarashada guud iyada oo leh labadeeda saaxiib ee ugu fiican, xubnaha naadiga masraxa oo yaqaan oo qiimee Emily, fursadaha ay ku tijaabiso waxyaabo cusub (sida heeso, ku jilida masraxa tiyaatarka carruurta, tagitaanka riwaayada Shakespeare Festival, tagitaanka Istuudiyaha Universal), tagitaanka xafiiska dhakhtarka iyada oo aan hooyadeed ama aabaheed baaritaankeedii ugu dambeeyay.

Waxa aan wanaagsanayn: In ay ka maqnaato hurdo-sharafeedka lagu soo dhaweeyo guryaha saaxiibadeed, ka maqnaanshaha fasallada waxbarashada gaarka ah iyada oo aanay jirin labadeeda saaxiib ee ugu fiican, wax sir ah oo ka mid ah hooyada ama aabbaha ma jirto, in xabsiga lagu hayo in ay aad ula hadasho saaxiibadeed fasalka dhexdiisa, way wayday waxbarashadii darawalnimada marka saaxiibadeed way tageen, dad waaweyn oo isku dayaya inay wax walba ka caawiyaan.

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Waxa wanaagsan: In ay awooddo in aad keligeed magaalada dhex-marto, kala qayb-qaadato qalin-jabinta HS labadeeda saaxiib ee ugu fiican, ka codso layliyo xafladda Shakespeare, ku martigeliso hurdo-socod gurigeeda, cunto kariso keligeed, ku celceliso samaynta go'aannada iyo waydiinta Caawimo marka loo baahdo, bilow inaad hesho xoogaa lacag ah oo kaydso xerada tiyaatarka, aad prom.

Aan wanaagsanayn: Dareen ka tagista, caajiska xagaaga, ka qalin jebin la'aanta labada saaxiib ee ugu fiican, way wayday prom.



Aragtida mustaqbalka

Waxa wanaagsan: Aad kulliyadda, samee masrax weyn oo dad badan hortooda ah, hayso shaqo ay jeceshahay (agaasime noqo), la noolow labadeeda saaxiib ee ugu fiican California, guurso, samee wax badan lacag.

Aan wanaagsanayn: Iska daa, dadka kale wax walba ha u qabtaan, ha u helin lacag ku filan oo ay ku qabato waxyaabaha ay danayso, ha qaadan go'aankeeda.

Taageerooyinka isku-dhafan ee xiddigta

Awoodaha shaqsiyeed: Go'aansan, saaxiibtinimo, dhoola cadeyn weyn, si adag uga shaqeeya dugsiga, cod qurux badan, geesinimo, geesinimo leh, raba inuu barto sida loo qoro riwaayad, hal abuur leh.

Xidhiidhaha: Hooyo, aabe, ayeeyo, labada saaxiib ee ugu fiican (Maria iyo Lisa), macalinka heesaha, xubnaha naadiga masraxa, macalinka tiyaatarka, hooyada la shaqaynaysa oo si mutadawacnimo ah ugu tabarucaysa Bandhiga Shakespeare, ayeeyada saaxiibkeed oo wax samayn jirtay.

Tignoolajiyadda: Laptop ama iPad oo leh hadal qoraal ah, foornada toaster-ka iyo microwave-ka, qalabka jikada ee la-qabsiga, ramp la qaadi karo, kursi mootada oo casri ah.

Bulshada: Masraxa Carruurta, Kooxda Hobolada Dugsiga, Gaadiidka Dadweynaha, Beero iyo Kooxaha Masraxa Rec, Kooxaha Masraxa ee carruurta yaryar ee raadinaya taageero mutadawacnimo.

U-qalmitaanka: Adeegyada PSW iyada oo loo marayo ODDS kuwaas oo ka caawin kara Emily inay barato sida ay cuntada u diyaariso nafteeda, wax ka beddelka guriga / baabuurka si loo kordhiyo madaxbannaanida, hadafyada IEP iyo ikhtiyaarka dibloomada si ay u sii wataan kuleejka, adeegyada shaqada ka hor, akoon ABLE si ay u bilowdo kaydinta lacag.

Sheekada 3aad: Liz

Liz waa 20 jir. Waxay rabtaa inay ka shaqeeyso isbitaal oo ay ka caawiso daryeelka dadka. Liz wax badan oo nolosheeda hore ah waxay ku qaadatay cisbitaalada iyo ka bixista waxayna xidhiidh adag la yeelatay

qaar ka mid ah kalkaaliyeyaasheeda. Waxay aad u jeceshahay inay dadka ka caawiso inay bogsadaan waxayna jeceshahay buugaag leh sawiro iyo jaantusyo gudaha jidhka ah. Waxay tilmaami kartaa qaybaha wadnaha ee ay ku samaysay qaliin waxayna

ku raaxaysataa inay waqti ku qaadato booqashada carruurta yaryar ee isbitaalka. Liz waxay leedahay codka murqaha oo hooseeya waxayna xidhataa muraayado. Liz waxay ka faa'iidayaanaysaa dadka fahmaya hadalkeeda. Waxay ku raaxaysataa caawinta dadka kale marka loo baahdo.

Raad-raaca Liz ee nolosheeda wanaagsan

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Waxa wanaagsan: Liz waxa ay xidhiidh adag la samaysay kalkaaliyayaashii taageerayay intii ay cisbitaalka ku jirtay, Liz waxa ay hore u baratay sida loogu doodo waxa ay u baahan tahay inta ay cisbitaalka ku jirto, Liz waxa la siiyay buugaag ku saabsan wax kasta Liz waxay si mutadawacnimo ah isbitaalka hal maalin u joogto todobaadkiiba tan iyo markii ay 16 jirsatay, waxayna saaxiibo badan ku leedahay tabaruc isbitaalka.

Aan wanaagsanayn: Qalliinka wadnaha ee ugu horreeyay wuxuu jiray 3 maalmood. Liz waxa ay wayday khibrado badan oo caruurnimada hore ah waayo waxa ay inta badan ku jirtay cusbitaalka. Xirfadlayaal badan ayaa rajo hoose ka qabay mustaqbalkeeda. Liz waxaa lagu dhibay qaar ka mid ah iskuulka oo ma aysan yeelan saaxiibo badan oo da'deeda ah sababtoo ah waxay aad u dhaaftay dugsi hore.

Waayo-aragnimada nolosha ee mustaqbalka

Waxa wanaagsan: Helitaanka shaqo lacag-bixineed oo xagga daryeelka caafimaadka ah, samaynta saaxiibo la wadaaga rabitaankeeda ku aaddan caawinta dadka, 21 jirkeeda iyo in ay aado baarka saacad farxadeed saaxiibbada shaqada ka dib, ka qalin-jabinta dugsiiga, wax badan oo ku saabsan kalkaalisada .

Aan wanaagsanayn: Rajada hoose oo socota oo dadka kale ay ka qabaan, gaadiid la'aan shaqada, ballamaha dhakhtarka oo maqan, jimicsi la'aan.

Aragtida mustaqbalka

Waxa wanaagsan: Ka shaqee cisbitaalka oo caawi dadka, ku noolaato gurigeeda, guurso, u tag saacad farxad leh saaxiibo, samee lacag iyada u gaar ah.

Aan wanaagsanayn: la noolow hooyada iyo aabaha waligaa, ha dareemin in ay nafteeda ku faanto, ha samayn lacagteeda, aad u

xanuunsato.

Taageerooyinka isku-dhafan ee xiddigta

Awoodaha shakhsiyeed: u doode xooggan, wax badan ka yaqaan jidhka iyo caafimaadka, si fudud ula xidhiidha carruurta, si taxadar leh u daryeelida nafteeda iyo caafimaadkaaga (gacmaha dhaqida, dhakhtarka booqashada, jimicsiga, cunista cunto caafimaad leh), bukaanka dadka qaba. , naxariista.



Xidhiidhada: Hooyo, Aabbe, Kalkaaliso Amy, tabaruceyaal kale oo jooga isbitaalka, deriska deriska ah

Tiknoolajiyadda: Taleefanka casriga ah ee jadwalka iyo xasuusinta, barnaamijyada isticmaalka gaadiidka dadweynaha, bangiga gacanta iyo taageerada miisaaniyada.

Bulshada: Isbitaalka deegaanka, kulliyadda bulshada deegaanka, maktabad, gaadiidka dadweynaha.

U-qalmitaanka: PSW ilaa ODDS, adeegyada kala-guurka ee dugsigu, IEP/ISP, Koontada ABLE, caymiska caafimaadka hooyada iyo Medicaid.





Xaashida Raad-raaca ee La-noolaanshaha Bulshada

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

Maxaa waayo-aragnimo ah oo aad hore u soo martay kuwaas oo taageera aragtidaada?

Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Waa maxay waayo-aragnimada hadda ama mustaqbalka ayaad u baahan tahay si aad u taageerto aragtidaada?

Waayo-aragnimada nololeed ee hore

waa maxay waayo-aragnimadii hore ee kugu riixay waxyaabo aadan rabin?

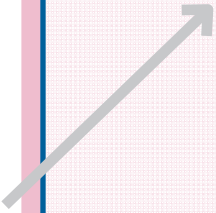
Waayo-aragnimada nolosha mustaqbalka

Maxay yihiin waayo-aragnimada aad u baahan tahay inaad iska ilaaliso waayo waxay kugu riixayaan waxyaabo aadan rabin?



Xaashida Raad-raaca (*sii socota*)

Sideen rabaa inay noloshaydu noqoto dugsiga sare kadib?



Waxa aanan rabin noloshayda





Xaashida Xiddigta: Khariidaynta Kheyraadkayga La-noolaanshaha Bulshada

Dadku waxay isticmaalaan agab isku jira si ay u helaan nolol wanaagsan. Xiddiggani waa qalab kaa caawinaya adiga iyo qoyskaaga inaad garataan agabka noloshaada wanaagsan.

Tiknoolajiyada

Sidee ayay tiknoolajiyaddu u caawin kartaa?

Awoodaha shaqsi-ahaaneed iyo kheyraadka

Waa maxay awoodahayga iyo xirfadahaygu?

Xidhiidhada

Yaan aqaan oo I caawin kara?

Kheyraadka bulshada

Waa maxay kheyraadka bulshada ee aan heli karo?

Adeegyada aan heli karo

Adeegyadee ayaan helayaa ama aan heli karaa?



Astaantayda Hal-bog

Waxay dadku igu jecel yihiin oo ay
iigu bogaan

Waxa ii muhiimka ah

Sidaan isku taageri karo



Qaybtan Sahaminta Taageerooyinka Go'aan Qaadashada

Qaybtan waxa loo qorsheeyay in lagu caawiyo shakhsiyaadka iyo taageerayaasha sahaminta go'aan qaadashada baahiyaha taageero ee qayb kasta oo nolosha ah.

Magaca shaqsiga: _____

Magaca qofka buuxinaya foomkan: _____

Xidhiidhka aad la leedahay shaqsiga (*circle one*): Qofka Qoys Saaxiib Masuul Qof kale: _____

Intee in le'eg ayaad taqaannay qofka? _____

Su'aal kasta oo hoose, calaamadee heerka taageerada aad u baahan tahay marka aad samaynayso oo aad la xidhiidho go'aammada iyo ikhtiyaarrada qaybaha nolosha ee Charting the LifeCourse.



Aniga ayaa go'aan gaadhi kara taageero la'aan



Waxaan u baahanahay taageero go'aankayga



Waxaan u baahanahay in qof go'aan ii gaadho



NOLOL MAALMEEDKA & SHAQADA

Ma go'aansan karaa haddii ama meesha aan rabo inaan ka shaqeeyo?			
Ma raadsan karaa oo shaqo ma <i>heli</i> karaa			
Miyaan qorsheeyaa sida ay maalintaydu u ekaan doonto?			
Miyaan go'aansadaa haddii aan rabo inaan barto wax cusub iyo sida ugu wanaagsan ee aan taas u galo?			
Miyaan samayn karaa go'aamo waaweyn oo ku saabsan lacagta? (<i>xisaab bangi fur, samee wax iibsi weyn</i>)			
Miyaan sameeyaa wax iibsada maalin kasta? (<i>cunto, alaabta gaarka ah, madadaalada</i>)			
Ma ku bixiyaa biilasha wakhtiga loogu talagalay (<i>kiro, unug, koronto, internet</i>)			
Miyaan ilaaliyaa miisaaniyad si aan u ogaado inta lacag ah ee aan isticmaalo?			
Ma awoodaa inaan maareeyo dheefaha xaq u yeelashada ee aan helo?			
Miyaan hubiyaa in aanu qofna lacagtayda qaadan ama u isticmaalin?			



NOLOL CAAFIMAAD LEH







Miyaan doortaa marka aan aadayo dhakhtarka ama dhakhtarka ilkaha?			
Miyaan go'aansadaa/gudbiyaa takhaatiirta, rugaha caafimaadka/caafimaadka, isbitaalada, takhasusayaasha ama bixiyeyaasha kale ee daryeelka caafimaadka ee aan isticmaalo?			
Miyaan samayn karaa doorashooyin caafimaad/caafimaad oo nolol maalmeedkayga ah? (<i>baaritaanno, baaris joogto ah, ka shaqeynta, fiitamiinada</i>)			
Miyaan samayn karaa doorashooyin caafimaad marka ay jiraan xaalado halis ah? (<i>qaliin, dhaawac weyn</i>)			
Ma samayn karaa doorashooyin caafimaad marka ay xaalad degdeg ah jirto?			
Ma u qaadan karaa daawooyinka sida lagu faray ama ma raaci karaa cunto la ii qoray?			


Ma garanayaa sababaha aan u qaato daawadayda?			
Miyaan fahmay cawaaqibka ka dhalan kara haddii aan diido daawaynta?			
Miyaan u digayaa kuwa kale oo ma u raadsan karaa gargaar caafimaad dhibaatooyin caafimaad oo daran?			
Miyaan sameeyaa doorashooyin ku saabsan ilaalinta uurka ama uurka?			
Miyaan sameeyaa doorashooyin ku saabsan daroogada ama khamriga?			
Miyaan fahamsanahay cawaaqibka caafimaad ee la xidhiidha doorashada dabeecadaha khatarta sare leh (<i>xad-gudubka walxaha, cunista xad-dhaafka ah, hawlaha galmada ee khatarta ah, iwm.</i>)?			
Miyaan go'aansadaa meesha, goorta, iyo waxa aan cuno?			
Miyaan fahmay baahida nadaafadda shakhsi ahaaneed iyo daryeelka ilkaha?			

© 2018 UMKC Institute for Human Development, UCEDD. More tools and materials at lifecoursetools.com

CHARTING the LifeCourse



<p>Qayb kasta oo hoose, calaamadee heerka taageerada aad u baahan tahay marka aad samaynayo go'aannada iyo doorashooyinka qaybaha nolosha ee Charting the LifeCourse.</p>	 Aniga ayaa go'aan gaadhi kara taageero la'aan	 Waxaan u baahanahay taageero go'aankayga	 Waxaan u baahanahay in qof go'aan ii gaadho
 BULSHADA & RUUXDA			
Miyaan doortaa meesha iyo goorta (iyo haddii) aan rabo inaan ku dhaqmo iimaankayga?			
Miyaan sameeyaa doorashooyin ku saabsan waxa aan sameeyo iyo cidda aan wakhti la qaadanayo?			
Miyaan go'aansadaa haddii aan rabo inaan shukaansado, oo aan doorto cidda aan rabo inaan shukaansado?			
Ma samayn karaa go'aanno ku saabsan guurka (<i>Haddii aan doonayo in aan guursado, iyo waa ayo</i>)?			
Ma samayn karaa doorashooyin ku saabsan galmada, oo miyaan fahmay oggolaanshaha iyo oggolaanshaha ee ku saabsan xidhiidhada galmada?			
 BADBAADADA & AMNIGA			
Miyaan sameeyaa doorashooyin iga caawiya inaan iska ilaaliyo khataraha deegaanka ee caadiga ah (<i>tarafig, shay fiiqan, shooladda kulul, alaabada sunta ah, iwm.</i>)?			
Qorshe ma sameeyaa haddii ay jiraan xaalado degdeg ah?			
Miyaan garanayaa oo fahmay xuquuqdeyda?			
Miyaan garwaaqsadaa oo aan helaa caawimo haddii si xun laygula dhaqmo (<i>jidh ahaan, shucuur ahaan ama galmo la ii geysto, ama la dayaco</i>)			
Miyaan garanayaa cidda aan la xidhiidho haddii aan dareemo in aan khatar ku jiro, la iga faa'iidaysan karo, ama la iila dhaqmay si xaq-darro ah (<i>booliis, qareen, saaxiib aamin ah</i>)?			
 LA NOOLAANSHAHA BULSHADA			
Miyaan go'aansadaa meesha aan ku noolahay iyo cidda aan la noolahay?			
Miyaan ku sameeyaa doorashooyin badbaado leh agagaarka gurigayga (<i>daminta shooladda, qaboojiyaha dabka, albaabbada quful</i>)?			
Miyaan go'aansadaa sidaan gurigayga ama qolkayga u ilaalin lahaa nadiif iyo mid lagu noolaan karo?			
Miyaan sameeyaa doorashooyin ku saabsan tagista meelaha aan marar badan u safro (<i>shaqo, bangi, dukaanno, kaniisad, guriga asxaabta</i>)?			
Miyaan sameeyaa doorashooyin ku saabsan in aan aado meelo aanan marar badan u safrin (<i>ballamada dhakhtarka, dhacdooyinka gaarka ah</i>)?			
Miyaan go'aansadaa sidii aan ku tagi lahaa meelaha aan rabo ama u baahanahay inaan aado? (<i>soco, saaxiib weydii raac, bas, taksi, adeega baabuurka</i>)			

Miyaan go'aansadaa oo haggaa nooca taageerada aan u baahanahay ama aan rabo oo aan doorto cidda bixisa taageerooyinkaas?			
 MUWAADINIMADA & U DOODIDA			
Ma anigaa go'aansada qofka aan rabo inuu ii matalo danahayga oo uu i taageero?			
Miyaan doortaa inaan codeeyo iyo cidda aan u codeeyo?			
Miyaan fahamsanahay cawaaqibka ka dhalan kara qaadashada go'aannada keeni kara inaan dembi galo?			
Miyaan dadka u sheegaa waxaan rabo oo aanan rabin (af ahaan, calaamad, qalab), oo dadka ma u sheegaa sida aan wax u doorto?			
Miyaan ogolahay oo saxeexaa qandaraasyada iyo heshiisyada kale ee rasmiga ah, sida awoodaha qareenka?			
Miyaan go'aansadaa cidda aan rabo in macluumaadka lala wadaago (qoyska, asxaabta iwm)?			







© 2018 UMKC Institute for Human Development, UCEDD. More tools and materials at lifecoursetools.com

CHARTING the LifeCourse



Qaybta Horumarinta Aragtida - Qoyska

Samaynta aragti iyo bilaabista qorshaynta mustaqbalka ee mid kasta oo ka mid ah qaybaha noloshada waxay caawisaa jaangooyooyinka si buuxda, loo wada dhan yahay, nolol tayo leh oo bulshada dhexdeeda ah. Qalabkani waa in lagu caawiyo qoysaska da' kasta leh - kuwa leh ilmo aadka u yar, qof weyn ama meel u dhaxaysa, waxay bilaabaan inay ka fikiraan aragti ku saabsan sida xubinta qoyskoodu ugu noolaan doono noloshooda sida weyn.

QAYBTA NOLOSHA		Aragtidayda Mustaqbalka Xubnaha Qoyskayga	mudnaanta	Xaaladda Hadda/Shay'ada la Qabanayo
 <p>Shaqada Maalinlaha ah</p>	Maxaan u malaynayaa in xubin qoyskaygu uu samayn doono maalinta inta lagu jiro noloshiisa qaangaarka?			
 <p>Noloshada Bulshada</p>	Halkee iyo ciddaan u malaynayo in xubin qoyskaygu uu la noolaan doono noloshiisa/teeda weyn?			
 <p>Bulshada & Ruuxda</p>	Sidee isaga/iyadu ula xidhiidhi doonaan hawlaha ruuxiga ah iyo kuwa firaaqada ah; ma leedahay saaxiibtimo & xiriir noloshiisa/keeda weyn?			
 <p>Nolol Caafimaad leh</p>	Sidee isaga/iyada ay ugu noolaan doonaan qaab nololeed caafimaad qaba oo ay u maareeyaan taageerada daryeelka caafimaadka noloshiisa/teeda weyn?			
 <p>Badbaddada & Amniga</p>	Sideen u hubin karaa badbaadada dhaqaale, shucuureed, jireed ama waxyeelo galmo noloshada dadka waaweyn?			
 <p>Muwaadinimada & U-doodida</p>	Sideen ku hubin karaa in isaga/iyada ay qiimeeyeen xilalka iyo masuuliyadaha, oo ay gacanta ku hayaan sida nolosheeda/keeda loogu noolaado markuu qof weyn yahay?			

 <p>Taageera da Qoysk</p>	<p>Maxay qoyskeenu u baahan doonaan si ay u taageeraan isaga/iyada si ay ugu noolaadaan nolol tayo leh marka uu qaangaadho?</p>			
 <p>Taageerada & Adeegyada</p>	<p>Sidee isaga/iyada loogu taageeri karaa nolosha qaangaarka si ay u hoggaamiyaan nooca nolosha uu rabo sida ugu madax-bannaan ee suurtoogalka ah?</p>			







Waxa sameeyay UMKC Institute ee Horumarinta Bani'aadamka, UCEDD. Qaybo iyo agabyo dheeraad ah halkan lifecoursetools.com MEEY 2016



CHARTING the LifeCourse



Qaybta Horumarinta Aragtida – Shaqsiga

Forming a vision and beginning to plan for the future in each of the life domains helps plot a trajectory for a full, inclusive, quality life in the community. This tool is to help individuals with disabilities of all ages think about a specific vision in each life domain for how they want to live their adult life, and prioritize what they want to work on right now that will help move toward the life vision.

QAYBTA NOLOSHA		Aragtida Mustaqbalkayga	mudnaanta	Xaaladda Hadda/Shay'ada la Qabanayo
 <p>Shaqada Maalinlaha ah</p>	<p>Maxaan u malaynayaa inaan sameeyo/doonayo inaan sameeyo inta lagu jiro maalinta noloshayda qaangaarka ah? Shaqo nooc ee ah ayaan jeclaan karaa?</p>			
 <p>Noloshu Bulshada</p>	<p>Halkee baan jeclaan lahaa inaan ku noolaado noloshayda qaangaarka ah? Kaligeysan ma la noolaan doonaa mise qof kale?</p>			
 <p>Bulshada & Ruuxda</p>	<p>Sideen ugu xidhi karaa nashaadaadka ruuxiga ah iyo madadaalada, oo aan saaxiibtimo iyo xidhiidh la yeelan doonaa noloshayda qaangaarka ah?</p>			
 <p>Nolol Caafimaad leh</p>	<p>Sideen ugu noolaan karaa qaab nololeed caafimaad leh oo aan u maareeyo taageerada daryeelka caafimaadka noloshayda qaangaarka ah?</p>			
 <p>Badbaadada & Amniga</p>	<p>Sideen uga badbaadi karaa waxyeelada dhaqaale, shucuureed, jireed ama galmo noloshayda qaangaarka ah?</p>			
 <p>Muwaadinimada & U doodida</p>	<p>Waa maxay nooca doorarka iyo mas'uuliyadaha la qiimeeyay ee aan qaban doono/dooni doono, sideen ayaan/maamul u yeelan doonaa sida ay noloshayda ugu noolaato?</p>			









 <p>Taageerada Qoyska</p>	<p>Sideen u rabaa in qoyskaygu wali ka qaybqaato oo ay ku hawlanaadaan noloshayda qaangaarka?</p>			
 <p>Taageerada & Adeegyada</p>	<p>Taageero noocee ah ayaan u baahan doonaa si aan ugu noolaado sida madax-bannaan ee suurtogalka ah noloshayda qaangaarka ah, xaggeese ka iman doonaan taageeradayda?</p>			

CHARTING the LifeCourse



Sahaminta Fursadaha Nololsha

Waxaa jira doorashooyin badan oo loogu talagalay ku noolaanshaha, ka shaqaynta, iyo ciyaaraha bulshada dhexdeeda. Waxa laga yaabaa inay weyn tahay 30 sano ka hor, waxaa laga yaabaa inaysan u shaqeyn aragtida maanta ee nolol tayo leh oo bulshada dhexdeeda ah. Qalabkan ayaa ah mid lagu caawinayo shakhsiyaadka iyo qoysaska inay eegaan noocyo kala duwan oo nololeed oo kala duwan oo ka mid ah qaybaha nololsha, kuwaas oo qaarkood yihiin kuwo dhaqameed ama kuwo taariikhi ah oo aan hadda door bideynin qaar badan, qaar la yaqaan oo la isku dayay, laakiin maahan wax caadi ah, iyo kuwa kale oo ku cusub ama aan la aqoon shakhsiyaadka, qoysaska iyo xirfadlayaasha.

	 Nolol Maalmeedka & Shaqada	 Nololsha Maalinlaha	 Bulshada & Ruuxda	 Nololsha Caafimadka leh	 Badbaadada & Amniga	 Muwaadinimad & U doodida	 Taageerada Unugga Qoyska	 Taageerada & Adeegyada
Ikhtiyaarrada Horumarineed ee Nololsha	Fikrado cusub; wax uu qof isku dayay, oo aad ku celceliso ama aad la qabsatay baahiyahaaga; waxyaabo aan weli laga fikirin ama aan la isku dayin.							
↑ ↓	<ul style="list-style-type: none"> • Ganacsiyo yar • Shaqooyin • Shaqo tartan ah • Kulliyad ama dugsiga farsamada • Shaqo la taageeray • Shaqaale ama dhul waregsan • Tababarayaasha shaqada • Tabaruciinta Barnaamij yada kulliyadaha gaarka ah 	<ul style="list-style-type: none"> • Iskaashi • Goob noolansho oo lala qabsaday • Tiknoolajiyada deegaanka • Noolaanshaha la wadaago • Gaadiidka Dadweynaha • Noolanshaha madaxa banan ee la taageray (ISL) • Gurigaaga (barnaamijka) Xarunta Noolanshaha Madaxbanaan 	<ul style="list-style-type: none"> • Saaxiibtinimada Shukaansiga/Xiriirka • Jardiinooyinka iyo Madadaalada • Iimaanka Bulshada • Adeeg/Koox bulsheed/Ko-oxo • Olombikada Gaarka ah • Baasaska gaarka ah Fasallada xirfadda bulshada 	<ul style="list-style-type: none"> • Xubinnimada Jiimka • Xarumaha caafimaadka bulshada • Caddaalada caafimaadka • Bixiyayaasha qoyska • Daawaynta guriga ama ku saleysan bulshada • Daawaynta xubinta qoyska ama shaqaalaha dugsigaubinta qoyska ama shaqaalaha dugsiga Olymbikada Gaarka ah 	<ul style="list-style-type: none"> • Akoonka bangigga wada-jira/xaddidan, bixinta biilka otomatika ah, xiriirka shaqsiyad, heshiiska wakaalada • Aaladaha badbaadada shakhsi ahaaneed • Ilaalinta xadidan • Kala socoshada meel fog • Lacagta Baahiyaha Gaarka ah Awoodda Qareenka 	<ul style="list-style-type: none"> • Coddaynta • Kooxda Xaafadda ama ururka • isu-doodista • Booqashada sharci dejiyahaaga • Dadka Hore/SAB E • Maalinta Xuquuqda Naafada ee Capitol Mashruuca STIR 	<ul style="list-style-type: none"> • Baraha Bulshada • Tiknoolajiyada • Qoraalo • Qoyska iyo saaxiibada • Taageerada asaaga/P2P • Kooxaha taageerada fool-ka-fool ah ee deeganka • Kooxaha Taageerada Onlayn-ka ah Dukaamada 	<ul style="list-style-type: none"> • Isdhaafsi ga shabakada • bangiyada wakhtiyada • Iskaashatada adeegga bani'adamka • waxbarashada hada guud • Taageerada is-hagta • \$\$ waxay raacdaa qofka farsamada/ Kormeerka fog

	• Aqoon- isweydaar siga hoyga	• Hay'adaha	• Adeeg	• Daawaynta	• Ilaalin buuxda	U-doodid la bixiyay ama haysashada qof kale oo kuu dooda	• Hay'ad ama taageero koox oo ku salaysan xarunta	• Taageer ada nidaamy ada.
Ikhtiyaarrad Dhaqameed ee Nolosha	• Baxnaaninta Maalintii	• Xarunta Daryeelka Dhexdhexaa dka ah (ICF) • Guryo Koox	kaniisad oo gooni ah ama gaar ah Waxqabadya da kooxda gaarka ah	ku-saleysan xarunta (PT, OT, Hadalka, iwm) Daryeel caafimaad oo gaar ah ama hay'ad ah ilaalin	Kormeerid 24 saac ah		• Tababbarka waalidka ee balaadhan ee maalinta oo dhan Kooxo naafo oo gaar ah	• Bixiye iyo shaqaal aha wakaala dda

Waxa sameeyay Machadka UMKC ee Horumarinta Aadanaha, UCEDD. Qaybo iyo kheyraad dheeraad ah halkan lifecoursetools.com

Meey 2016



