

Caafimaadka Dhimirka



Ciladaha

Caafimaadka dhimirka ayaa lagu qeexaa xariirka u dhexeeya dabeecadaha, caafimaadka jirka iyo faya qabka guud. Waxaa ku jira caafimaadka dhimirka iyo ciladaha isticmaalka maandooriyaha, kuwaasoo aad u badan waxayna saamayn wayn ku reebi karaan caafimaadka iyo faya qabka guud ee qofka.

Nasiib daro, Oregon ayaa leh mid kamid ah tirada ugu badan ee xanuunka dhimirka ee dhalinta iyo waayeelka wadanka oo dhan. Dad badan, helitaanka daryeelka caafimaadka dhimirka ayaa ah caqabad. Dadka adeegsada nidaamka caafimaadka dhimirka ee gobalka ayaa sheegay inay jiraan caqabado badan, ayna ku jiraan:

- Inay adag tahay inay helaan dhakhtar dhaqankooda yaqaana kaasoo ku hadla luuqadooda
- Dhakhtar yari
- Waqtiyada sugitaanka oo aad dheer
- Caqabadaha dhanka gaadiidka

Tirada badan ee cudurd dhimirka ee Oregon ayaa u baahan talaabo adag, si dadku awood ugu yeeshaan inay helaan daryeelka caafimaadka dhimirka ee ay u baahan yihiin, markay u baahdaan.

Xalalka

Xeelado lagu yaraynaayo takoorka ka dhanka ah caafimaadka dhimirka iyo in kor loo qaado kahortaga cudurka iyo helitaanka daryeelka ayna ku jiraan:

- Yareynta caqabadaha nidaamka ee ku gudban helitaanka adeegyada caafimaadka dhimirka, sida gaadiidka, luuqada iyo qiimaynta
- Bixinta adeegyada caafimaadka dhimirka oo ku habboon dhaqanka iyo luuqada, baxnaaninaaya dhibaatooyinka maskaxda, oo leh qaybo badan iyo taageerooyin dhammaan carruurta iyo qoysaska
- In kor loo qaado isku dhafka caafimaadka dhimirka iyo noocyada kale ee daryeelka

Nidaamka tixgelinta kala-duwanaanshaha ayaa si buuxda xal ugu keeni kara isbadallada u baahan in lagu sameeyo nidaamka caafimaadka dhimirka ee gobalka. Healthier Together Oregon (HTO) waxay u dagaalamaysaa isku-dbaridka taageerooyinka dadka qaba ciladaha caafimaadka dhimirka. Wakaaladaha gobalka ee ka shaqeeya waxbarashada, cadaalada danbiga, guriyaynta. Adeegga bulshada, caafimaadka dadwaynaha iyo daryeelka caafimaadka ayaa ka wada shaqayn kara xal u helida baahiyaha bulshada si kor loogu qaado natiijooyinka Dadka madoowga ah, Dhaladka ah, dadka aan ahayncadaanka iyo Hindida Maraykanka/ Dhaladka Alaska.

HTO waxay aqoonsan tahay in takoorka ka jira raadsashada adeegyada caafimaadka dhimirka uu aad u badan yahay waxayna doonaysaa inay taageerto ol-olah wacyi gelinta iyo dedaallada bulshada si loo yareeyo takoorka.



HTO: Qorshaha Dhisida Oregon intaan Ka fiican

Healthier Together Oregon (HTO) waa farsamo awood badan oo lagu hormarinaayo sinaanta dhammaan dadka Oregon. Ayadoo COVID-19 uu wax badan kala cadeeyay, maaha in qof kasta helay fursad iskumid ah oo uu ku noolaado nolol caafimaad leh. Dadka aan cadaanka ahayn, dadka danyarta ah, dadka ktirsan bulshada LGBTQ+ (qaniisiinta), dadka soo galootiga ah iyo qaxootiyaasha, dadka naafada ah iyo dadka ku nool deegaannada miyiga ah ee gobalka ayaa waajahaaya caqabado badan sabab la xariirta cadaalad daro ka jirta qaab dhismeedka bulsho iyo midka dhisme taasoo saamayn ku leh caafimaadka.

Sababa la xariirta in caafimaadka iyo fayaqabku ku tiirsan yihiin arimo kaladuwan, HTO ayaa dejisay taxaneyaalka badan oo xeelado ah kuwaasoo, marka la xaliyo si guudna loo dhaqan gasho, hormarin muuqat ku samayn kara noloshu qof kasta oo gobalkaan dagan.

HTO waxay doonaysaa inay dejiso Qorsheyaasha Hormarinta Caafimaadka Bulshada iyo sidoo kale muhiimadaha wakaaladaha iyo ururada, barnaamijyada iyo maalgashiyada. Waxay doonaysaa iskaashato kaladuwan oo ka shaqeeya

laamaha kaladuwan oo wadaagaaya dedaal lagu dhaqan gelinaayo yoolalkaan waawayn. Waaxahaan waxaa kamid ah daryeelka caafimaadka, saraakiisha la doortay, loo shaqeeyaasha, tabarucaada, gaadiidka, isticmaalka dhulka iyo qorshaynta, caafimaadka gobalka, qabiilka iyo kan dadwaynaha ee maxaliga ah, cadaalada danbiyada iyo fulinta sharciga, ururada bulshada, ururada ku salaysan diinta, adeeg bixiyaasha guriyaynta iyo aadanaha iyo waxbarashada.



Nala samee Iskaashi

HTO waxay doonaysaa inay xariir la samayso qolyaha kale ee u taagan inay hormariyaan sinaanta ka jirta Oregon. Si aad u hesho xog dheeraad ah ama nagalaso xariir:



WEBSSETKA

healthiertogetheroregon.org



IIMEELKA

publichealth.policy@state.or.us



NOQO ISKAASHADE

healthiertogetheroregon.org/potential-partner



YOUTUBE

bit.ly/3jvkuAE



Healthier Together Oregon

healthiertogetheroregon.org

Waa mashruuc ay fulinayso
Oregon Health Authority
(Maamulka Caafimaadka ee Oregon)