# Tallaabooyinka Habraaca Dheefaha Baahiyaha Bulsho ee La Xiriira Caafimaadka
(Health Related Social Needs HRSN)

## 1 Baaritaanka hore

**Ugu yaraan 28 maalmood**

Ka dib marka aad soo gudbiso codsi, waxa uu mari doonaa hubin hore. Fadlan sug ugu yaraan 28 maalmood ka hor intaadan dib u soo daba gelin ama ka filan wicitaan laguu soo celiyo.

## 2 Hubinta in aad u qalanto

**Ilaa 28 maalmood**

Kooxda CareOregon waxay eegi doonaan codsigaaga si ay u hubiyaan inaad u qalanto. Waxay kuu soo wici karaan si ay xog dheeraad ah kaga helaan.

## 3 Helitaanka warqadda go'aanka

Waxaad boostada ku heli doontaa warqad ku sheegaysa haddii codsigaaga la ansixiyay ama aan la ansixin. Haddii la ansixiyay, warqadda waxa ku qornaan doonaa adeegyada ama alaabta aad heli doonto.

***Ogeysiis:*** *Warqaddani macnaheedu maaha inaad bilaabi doonto helidda adeegyada. Waxaa jiraan tallaabooyin kale ka hor inta aysan taasi dhicin*

## 4 Sameynta qorshaha Daryeelka

**Ilaa 2 todobaad**

Haddii aad hesho warqad ansixin ah, CareOregon aya ku soo wici doontaa si ay kaaga caawiso diyaarinta Qorshahaaga Daryeelka. Tani waxaa ku jirtaa ka hadalka bixiyaha iyo baahiyaha kale ee dheeraadka ah ee aad qabto ee aad doorbidayso.

## 5 Helitaanka caawimaad

**Taageerada cimilada ▶ Qiyaastii 2 todobaad**

Haddii codsigaaga caawimada cimilada, sida qaboojiyaha, la ansixiyo, CareOregon waxay dalbi doontaa qalabkaaga in laguu keeno.

**Taageerada nafaqada ▶ Qiyaastii 3 todobaad**

Haddii codsigaaga taageerada nafaqaynta la ansixiyo, waxaa laguu diri doonaa bixiyaha adeegga nafaqada. Waxay kula soo xiriiri doonaan si ay u habeeyaan adeegyadaada.

Haddii codsigaaga Cuntooyinka Caafimaad ahaan loo Habeeyey la ansixiyo, waxay qaadan kartaa ilaa 3 toddobaad in laguu keeno cuntooyinka.

**Taageerada hoyga ▶ Ilaa 12 todobaads**

Haddii codsigaaga taageerada hoyga la ansixiyo, si dhaqso ah ayaa laguu diri doonaa bixiyaha adeegga hoyga. Tani waxay qaadan kartaa ilaa 8 toddobaad. Fadlan sii wad inaad sida ugu wanaagsan ee aad karto ku bixiso kirada iyo kharashka adeegyada.

Markaad la xiriirto bixiyaha adeegga hoygaaga, waxay qaadan doontaa hal ilaa labo toddobaad in la bixiyo kirada ama kharashka adeegyada.

Waqtigu wuxuu gaadhi karaa ilaa 12 toddobaad guud ahaan laga bilaabo helitaanka warqadda ansixinta ilaa bixinta kiradaada.

### Khayraad ka kale ee caawimada degdeg ah.

**La xiriir 211** si aad u hesho khayraadka hoyga ee aaggaaga

- Wac: **2-1-1** ama **1-866-698-6155**
- Iimayl: ***help@211info.org***
- Ku dir lambarkaaga boostada qoraal ahaan: **898211** (TXT211) Isniin ilaa Jimce, 9 subaxnimo – 5 galabnimo.
- Booqo: ***211info.org***

**Caawimaada loogu talagalay kireystayaasha Oregon:** *oregoncat.org*

**Caawimaada la xiriirta kharashaadka adeegyada:** *caporegon.org/find-help*

### Adeegga Macaamiisha ee CareOregon

**503-416-4100**, qadka bilaashka ah ee **800-224-4840** ama Teeb 711

OHP-HSO-25-7168



health share
Health Share of Oregon

CareOregon

Waxaad ku heli kartaa agabyadan luqado kale, daabacaad wayn, qoraalka indhoolayasha, ama qaabka aad adigu doorbidayso. Waxaad sidoo kale codsan kartaa turjumaan. Caawimadani waa bilaash. Wac 800-224-4840 ama TTY 711. Waxaan aqbalnaa wicitaanada dagoolaha.

Waxaad caawimaad ka heli kartaa turjumaan caafimaad oo shahaado haysto oo xirfad leh.