

ADEEGYADA QAXOOTIGA**DARYEELKA CAAFIMAAD WADANKA MARAYKANKA**

System caafimaadka Maraykanka waa mid iskudhafan wayna adkaan kartaa marka koobaad inaad fahanto. Ogoow shaqaalaha wakaalada dib udajinta ayaa kaacaawinaaya inuu kajawaabo suaalahaaga uuna kusiiyo macluumaad dheri ah.

BAARITAANKAAGA KOOBAAD EE CAAFIMAADKA

Marka koobaad ee aad daryeel caafimaad hesho Maraykanka ayaa ah baaritaankaaga koobaad ee caafimaad. Wakaaladaada Dib udajinta ayaa kuudiyarinaysa baaritaan isla marka aad soogasho kadib. Baaristu waxay aqoonsanaysaa dhbaatooyinkaaga caafimaad ee saamaynta kuyeelan kara dib udajintaada, awooda aad uleedahay inaad shaqayso iyo awooda caruurtaadu uleeyihin inay iskuul aadaan. Caruuraada waxaa lasiin karaa talaal inta baaristu socoto waayo dhamaan caruurta lagaynaayo iskuulada dawlada waa inay muujiyaan cadayn ah inay talaalan yihiin.

ADEEG BIXIYAASHA CAAFIMAADKA

Waxaa jira adeeg bixyaal caafimaad oo kala duwan Wadankaan Maraykanka. Halkaan ayaad kahelaysaa adeeg bixiyaasha caafimaad ee ugu caansan:

Waaxda Caafimaadka Bulshada ayaa bixisa talaalada kadhanka ah xanuunada waxayna bixisaa adeegyo caafimaad oo kahortag ah, ayna kujiraan baarista iyo daawaynta qaaxada. Adeegyada kahortaga caafimaad waa adeegyada kahortaga xanuunada intaysan qofka kudhicin. Dadka qaxootiga ah, adeegyadaan waa ubilaasha ama aad ayay raqiis ugu yihiin. In balan lagu qabto caadiyan waa muhiim.

Isbitaalada Bulshada iyo Xarumaha Caafimaad ayaa bixiya adeegyada caafimaad ee aasaasiga ah iyo talooyinka caafimaad. Qaarkood waxay sidoo kale bixiyaan daryeelka ilkaha iyo baaritaanada indhaha. Xarumaha caafimaadka qaarkood waxay daaweeyaan bukaano gaar ah, sida waheenka uurka leh ama dadka qaba HIV/AIDS ka. Xarumaha caafimaadku waxay aqbalaan caymisyada gaarka ee looleeyahay iyo Medicaid. (caymiska dawlada ee dadka faqiirka ah), qaarkoodna waxay kaqaadaan wax uu awoodo qofka bukaanka ah.

Dhaqaatiirta Gaarka ah waa dhaqaatiir guud ama kuwo taqasus gaar ah leh midkood. Dhaqaatiirta guud waxay bixiyaan daryeelka caafimaad ee guud, ayna kujiraan baaritaanada sanadlaha ah. Taqasuslayaashu waxay kashaqeeyaan qayb gaar ah oo kamida caafimaadka. Taqasuslayaasha qaarkood waxay daaweeyaan dad gaar ah, sida haweenka iyo caruurta. Qaarkood waxay taqasus kuqabaan qayb gaar ah oo kamid ah jirka, sida wadnaha, indhaha, ama cagaha. Waxaad ubaahantahay balan

**Daryeelka
Caafimaadka**

si aad u aragto dhaqtar gaar ah. Kahor intaadan utagin dhaqtar gaar ah, waa inaad caadiyan tustaa inaad bixin karto adeega ama aad haysato caymis.

Isbitaalada waxaa loogu talagalay bukaanada qaba dhibaatooyin gaar ah kuwaasoo ubaahan baaritaan iyo qaliino. Caadiyan dhaqtarkaaga ayaa kuugudbinaaya isbitaalka ama waxaa lagu dhigayaa kadib markaad tagto qolka xaaladaha degdega ah. Daryeelka isbitaalku waa qaali, waxaana lagu waydiisan karaa inaad tusto inaad bixin karo qarashka adeega ama inaad leedahay caymis kahor inta aad isbitaalka lagu dhigin. Hase yeeshee, qolalka xaaladaha degdega ah kuuma diidi karaan daryeelka isbitaalka sabab laxariirta inaad awood ulahayn qarashaadka.

Qolalka Degdega ah waxaa loogu talagalay dhibaatooyinka caafimaad ee degdega ah oo halista ah. Uma baahnid balan si aad utagto qolka degdega ah, lakiin waa meelo aad mashquul u ah waana inaad sugto mudo dheer hadii xaaladaada aysan ahayn mid aad uxun. Daryeelka qolka degdega ah waa mid aad qaali u ah. Hadii dhibaataadaada aysan ahayn mid degdeg ah, waa inaad aadaa xarunta caafimaadka ama xafiiska dhaqtarka.

Xarumaha Daryeelka Caafimaad ee Degdega ah ayaa laga helaa bulshooyinka qaar. Xarumahaas caafimaad waxay latacaalaan xaaladaha marka aad qabto xanuun ama dhaawac ubaahan daryeel degdeg ah, lakiin aan halis u ahayn ilaa iyo xad aad ubaahato inaad qolka degdega ah gasho. Uma baahnid balan.

XUQUUQDAADA DARYEELKA CAAFIMAAD

Wadanka Maraykanka, waxaad leedahay labo xaq oo muhiim ah oo daryeel caafimaad ah. Waxaad xaq uleedahay in turjumaan lagu keeno iyo in macluumaadkaaga aan lafaafin. Usheeg isbitaalka ama shaqaalaha xarunta caafimaadka inaad ubaahantahay turjumaan markaad balan dhiganayso ama utimaado daryeel degdeg ah. Wax kasta oo aad isdhaafsataan adiga iyo daryeelahaaga caafimaadka waa qarsoodi sida uu qabo sharcigu. Daryeelahaaga caafimaadku uma sheegi karo qoyskaaga, saxiibadaada, ama qofka aad ushaqayso wax kusaabsan xaaladaada caafimaad adoon ufasixin.



FIKRADHA AMERIKAANKA EE CAAFIMAADKA

Intada n=bada dadka Ameerikaanka ah waxay u aadaan dhaqtarka baaritaan hal mar sanadkii si ay u ogaadaan haday jiraan dhibaatooyi caafimaad kahor intaysan sii xumaan. Waxay tagaan dhaqtarka ilkaha hal mar sanadkii si ilkhooda loo nadiifiyo si looga hor tago dhibaato xun oo gaarta ilkhooda. Dadka Ameerikaanka ah waxay aaminsanyihiin in xanuuno badan looga hortagi karo nadiifin, nafaqo quman, jimicsi, iyo hurdo kugufilan.

Cultural Orientation Resource Exchange

8719 Colesville Road, 3rd Floor • Silver Spring, MD 20910

For more information, visit the CORE Resettlement Navigator website at corenav.org.



The contents of this fact sheet were developed under an agreement financed by the Bureau of Population, Refugees, and Migration, United States Department of State, but do not necessarily represent the policy of that agency and should not assume endorsement by the Federal Government. **This material is in the public domain and may be reproduced.**

NADIIFINTA IYO NADAAFADA SHAQSIGA AH

Inta badan dadka Ameerikaanka ah way qubaystaan maalinkasta, labo jeer ayay ilkhooda cadayaan maalintii, markasta madaxooda waxay kudhaqaan shaanbo, waxay marsadaan carfisooyinka hal mar maalintii, si joogta ah waxay udhaqaan dharkooda. Dukaanadu waxay gadaan waxyaabo badan oo dadku isku nadiifiyaan ama inay u muuqdaan si wasakh ah ama soo shiiraan barabaro yeelaan ama macmacaan isku daadiyaan. Nadaafada shaqsiga ah waxay muhiim unoqon kartaa helida iyo ilaalinta shaqada.

CUNISTA CUNTO NAFQO LEH

Cunto nafaqo leh waa cunista cuntooyinka saxda ah ee jirkaaga kadhigaaya mid caafimaad qaba. Waxay sidoo kale kadhigan tahay inaad jarayso cuntooyinka keena dhibaatooyinka caafimaad iyo xanuunada daran hadii si joogta ah loo cuno cadad badan. Cuntooyinka noocaas ah waxaa kamida sonkorta, cusbada, baruurta (sida, cuntooyinka shiilan, macmacaanada, iyo soodhooyinka).

CAAFIMAADKA DHIMIRKA

Ameerikaanku waxay aaminsanyihiin in caafimaadka dhimirku uu yahay muhiim si lamid ah kan jirka. Caafimaadka dhimirku waa sida aad dareemayso, kufakarayso, aadna udhaqanto intaad nolosha latacaalayso. Sidoo kale waxay qusaysaa sidaad u xaliso walaaca. Daryeel caafimaad oo wanaagsan waxaa kamida daawayn uu kusiiyo dhqar kutaqasusay caafimaadka dhimirka markii loobaahdo. Hadaad marna istiri noloshu aad ayay u adagtahay mana siiwadi kartid shaqooyinka nolosha ee maalinkasta, waa inaad raadsataa adeegyada caafimaadka dhimirka. Wakaaladaada Dib udajinta ayaa kaacaawinaysa helitaanka adeegyadaan kuuna xifdinaysa macluumaadkaaga.

SUAALAHA INTA BADAN LA ISWAYDIYO

MALA IGA BIXINAYAA QARASHAADKA CAAFIMAADKAYGA?

Dadka qoxootiga ah waxay helaan nooc ka mid ah caymiska caafimaadka bilowga ah ee ay bixiso dawladda. Daboolidu way ku kala duwan tahay goobta iyo shuruudaha u-qalmitaanka. Inkastoo caymiskaan caafimaadubixinaayo baahiyahaaga caafimaad ee halista ah, kumajiraan caafimaadka ilkaha iyo indhaha. Waxaa lagugu dhiiri galinayaa inaad shaqo raadsato wax yar kadib markaadwadanka soogasho si aad uhesho caymiska caafimaadee gaarka ah kaasoo uu qarashkiisa qabo qofka aadushaqayso. Hadaad naafo tahay ama aad kawayntahayda'da 65, dawlada Maraykanka ayaa kusiiinaysa caymiscaafimaad oo bilaash ah.

WAAMAXAY ADEEGYADA AY HELIKARAAN DADKA NAAFADA AH?

Sharciyada Maraykanka ayaa difaaca oo caawiya dadka naafada ah. Wakaaladaada Dib udajinta ayaa kaa caawinaysa raadinta iyo helida adeegyada loo asteeyay qaxootiyaasha naafada ah. Caymiska caafimaadka iyo caawimaada lacageed ee lasiiyo qaxootiyaasha naafada ah.