

HAGAHA DHEEFAHA

Sanduuqa WA Cares Fund ayaa hubiya in dhammaan shaqaaalaha Washington ee shaqeeya in ay heli karaan dheefaha daryeelka muddada-dheer.



WAXYAABAHA AAD GUDAHA KA HELI DOONTO

- | | |
|---|--|
| 2 Sida uu u shaqeeyo | 8 Bixinta lacagaha daryeelka |
| 2 Xaq-u-yeelashada dheefta | 10 Sida daryeel bixiyaha loo helo |
| 3 Adeegyada iyo taageerooyinka la caymiyay | 12 Ka-guuridda WA Cares |
| 8 Maareynta dheefahaaga | 14 Caawimaad iyo taageero |

Eeg lifaaqa si aad u hesho macluumaadka qiimayaasha

SIDA UU U SHAQEYO

Sanduuqa WA Cares Fund waxaa loogu talagalay in uu dadka ka caawiyo in ay si madax-bannaan ugu noolaadaan guryahooda ilaa iyo intii suuragal ah.

Dadka intiisa badan waxay daryeelka muddada-dheer u haystaan in uu yahay daryeelka xarumaha sida guryaha lagu xannaaneeyo waayeelka ama xarumaha lagu xannaaneeyo bukaanka iyo waayeelka, laakiin waxaa sidoo kale ka mid ah daryeelka guriga gudahiisa iyo adeegyada kale iyo taageerooyinka kaa caawinaya in aad gurigaaga joogto. Daryeelka muddada-dheer ma aha daryeel caafimaad, WA Cares-na ma caymiyo kharashaadka sida ballamaha dhakhtarka iyo daaweynta xaaladaha caafimaad.

WAX-KU-BIIRRINTA

Adiga oo si otomaatig ah uga biirinaya qayb yar oo ka mid ah mushaarkaaga inta aad shaqaynayso, ayaa waxaad kasbaneysaa dheefaha aad isticmaali karto marka aad u baahato daryeel muddo-dheer soconaya. Haddii aad dheefahaaga waqti hore qaadato oo aadna dib ugu soo laabato cududda shaqaalaha, wax-ku-biirintaada ayaa dib u bilaabanaysa.

HAY'ADAHA GOBOLKA EE AAD LA SHAQEYN DOONTO

Waaxda Damaannada Shaqada (Employment Security Department) ayaa go'aamisa haddii aad buuxisay shuruudaha wax-ku-biirinta.

Waaxda Adeegyada Caafimaadka iyo Bulshada ayaa go'aamisa haddii aad buuxiso shuruudaha baahiyaha daryeelka waxayna kaa caawinaysaa maareynta dheefahaaga.

Hay'adda Daryeelka Caafimaadka (Health Care Authority) waxay adeeg bixiyayaasha kala shaqeysaa oggolaanshaha hore iyo bixinta lacagaha.

DHEEFAHA

Marka aad codsato dheefo, waxaan eegi doonnaa taariikhdaada wax-ku-biirinta waxaanna kuu soo diri doonnaa warqad muujinaysa cadadka dheefta aad kasbatey. Waxaad ku isticmaali kartaa cadadka dheeftaada adeegyadaada iyo taageerooyin kastoo la caymiyay ilaa aad ka kharash-gareyso cadadka oo dhan. Sannad kasta, cadadka dheefta aad heli karto waxay la kordhi doontaa sicir-bararka.

Marka lagu oggolaado in aad bilowdo isticmaalka dheefahaaga, waxaad dooran kartaa goorta iyo sida aad u isticmaali doonto.

Waxaad qoran kartaa daryeele taageero kugu siinaya gurigaaga, ama waxaad heli kartaa daryeel lagu bixiyo guri qoys oo dadka waaweyn lagu xannaaneeyo, xarunta lagu xannaaneeyo waayeelka iyo bukaanka, ama guri lagu xannaaneeyo waayeelka. Waxaad u isticmaali kartaa dheeftaada adeegyada sida wax-ka-beddelka guriga, cuntooyin guriga laguugu keenayo, gaadiid, iyo waxyaabo kale. Waxaad sidoo kale ku iibsan kartaa sahay, qalab, ama tiknoolajiyadda caawimaadda leh sida maacuunta miisaanka leh ama aaladaha lagu qaato daawooyinka.

Waxaad awoodi doontaa in aad isticmaasho dheeftaada adiga oo aan horey lacagta uga bixin jeebkaaga. Waxaad heli doontaa adeeg bixiye diiwaangashan, annaguna si toos ah ayaan lacagta u siin doonnaa adeeg-bixiyaha anagga oo adiga kaa wakill ah.

XAQ-U-YEELASHADA DHEEFTA

Si aad u hesho dheefahaaga, waxaad u baahan tahay in aad buuxiso labadaba shuruudaha wax-ku-biirinta iyo shuruudaha baahiyaha daryeelka. Kadib marka aan hubinno taariikhdaada wax-ku-biirinta oo aan dhameystirno qiimeynta baahiyahaaga daryeel, waxaan kuu soo diri doonnaa warqad si aan kuugu sheegno haddii lagu oggolaaday in aad isticmaasho dheefaha.

Haddii aadan xaq u lahayn dheefaha, warqadda waxaa ku jiri doonna macluumaad ku saabsan sida aad rafcaan uga qaadan karto go'aanka.

ONLAYN KA MAAREYNTA DHEEFAHAAGA

Waxaad ku maamuli kartaa akoonka dheefaha WA Cares onlayn ama waxaad u oggolaan kartaa qof aad jeceshahay ama wakiil inuu maamulo dheefahaaga adigoo ka diiwaangelinaya inuu noqdo isticmaale loo oggolaaday.

Marka aad gasho akoonkaaga dheefaha, waxaad awoodi doontaa inaad aragto qadarka dheefahaaga, bixiso oggolaanshaha hore, hesho taageero macaamiil iyo wax kaloo badan.

Samee ama gal akoon
dheefaha adigoo booqanaya
wacaresfund.wa.gov/account



ADEEGYADA IYO TAAGEEROOYINKA LA CAYMIYAY

Adeegyada qaarkood waxaa laga yaabaa in aan laga helin gobolka oo dhan.



TIKNOOLAJIYADDA IYO QALABKA LA QABSIGA

Aaladaha qaarkood waxaa laga yaabaa in uu caymiyo caymiskaaga caafimaadka.

Aaladaha daawooyinka	Aaladaha kaa caawinaya maareynta daawooyinka, sida xasuusiyaha daawada ama qalabka daawo qaybinta.
Aaladaha bedqabka	Aaladaha kaa taageeraya bedqabkaaga, sida qululka albaabka ee otomaatig ah, aalad korjoogteyn, qalabka sida otomaatiga ah u daminta qalabka jikada, ama aaladaha kaa caawiya in aad gasho ama ka baxdo gaariga.
Aaladaha aragga iyo wadhadalka	Aaladaha kaa caawiya xaddidaadaha dareenka, sida saacadda hadasha ama ganbaleel-guri oo ifaya. Ogow: Ma caymino ookiyaale ama qalabka maqalka caawiya.
Adeegyada tiknoolajiyadda caawimaadda leh	Taageero xirfadeed, caawimaad iyo la-talin ku saabsan waxa tiknoolajiyadda caawimaadda leh ay kaa caawin kara xaddidaadaha garashada, jirka iyo dareenka.
Wax-ka-beddelka gaariga	Isbeddellada lagu sameeyay gaariga ugu weyn ee aad u adeegsato sii wanaajinta gaaristaada, bedqabka, iyo fududeynta isticmaalka ka dareewal ama rakaab ahaan.
Sahayda iyo qalabka daryeelka	Dabagaabka dadka waaweyn ee loogu talagalay kaadida aan la ceshan karin, agabka nadaafadda shaqsiyeed, iyo kuwo kale.
Qalabka caafimaadka iyo caawiyayaasha	Aaladaha sida kuraasta lagu qubeysto, fadhiyada musqusha ee sare loo qaadey ama fadhiyada musqulaha. Ogow: Ma caymino sariiraha isbitaalka ama kuraasta naafada.



DARYEELKA SHAQSIYEED EE GURIGA IYO ADEEGYADA NASASHADA

Daryeel bixiye guriga ku bixiya adeegyada daryeelka ayaa kaa caawin kara hawlaha maalinlaha ah ee gurigaaga sida wax cunista, qubayska iyo maareynta qaadashada daawooyinkaaga. Daryeel bixiyayaashu sidoo kale waxay qaban karaan shaqooyinka guriga, hawlaha dibadeed ama hawlaha cunto diyaarinta.

Daryeelaha qoyska ee mushaarka qaata	Daryeelka guriga gudahiisa lagu bixiyo ee mushaarka leh ee ay bixiyaan xubin qoyska ka tirsan ama qof ku jecel, kuwaas oo ay ka mid noqon karaan xaaska ama lammaanaha guriga ee diiwaangashan. Waxaa ay u shaqeyn karaan hay'adda daryeelka guriga ama Shabakada Daryeelka Tooska ah ee Macmiilka ee Washington sida adeeg-bixiye kaligii ah.
Hay'adda daryeelka guriga	Caawimaadda hawlaha maalinlaha ah oo ka timaadda daryeela u shaqeeya hay'ad daryeel guri oo diiwaangashan. Waxaad hay'adda kala shaqeynaysaa dejinta qorshe daryeel oo daboolaya baahiyahaaga. Hay'addu waxay kuu qoondeynaysaa daryeela waxayna kormeeraysaa shaqadooda.
Consumer Direct Care Network Washington	Caawimaadda hawlaha maalinlaha ah oo laga helo adeeg bixiye shaqsi ah. Waxaad isticmaashaa keyd xogeed onlayn ah oo la yiraahdo Carina si aad u hesho daryeel bixiye haddii aadan hore u haysan mid. Consumer Direct Care Network Washington ayaa shaqaaleysiisa bixiyayaasha kadibna adiga ayaa kormeera shaqadooda oo ay ku jirto u qoondeynta hawlhooda iyo dejinta jadwalkooda. WA Cares waxay kugula talinaysaa inaad daryeel bixiyahaaga la samayso heshiis gaar ah.
Nasasho loogu talagalay bixiyayaasha adeegyada daryeelka qoyska	Adeeg waqti gaaban ah oo daryeel bixiyaha qoyskaaga la siinayo muddo nasasho oo lacag lagu bixiyo ama aan lacag lagu bixin iyadoo la hubinayo inaad daryeel ka hesho qof kale. Waxaad heli kartaa daryeel nasasho gurigaaga dhexdiisa Consumer Direct Care Network Washington ama wakaalad daryeel guri ah ama bulshada dhexdeeda sida xarun daryeel maalmeed oo loogu talagalay dadka waaweyn, guri qoys oo loogu talagalay dadka waaweyn, xarun nolol la taageeray ama guri kalkaalin. Waxaad adeeggan isticmaali kartaa marar badan iyadoo ku xidhan baahiyahaaga.



TAAGEEROOYINKA DARYEELAHA IYO KA-FAA'IIDEYSTAHA

Adeegyada maalintii ee dadka waaweyn	Xarunta daryeelka maalintii ee dadka waaweyn iyo rugta caafimaadka maalintii ee dadka waaweyn waxay labaduba bixiyaan daryeel la kormeero iyo hawlo maalintii lagu qabto oo kor-u-qaada is-dhexgalka bulshada, caafimaadka iyo wanaagga guud. Rugta caafimaadka maalintii ee dadka waaweyn ayaa sidoo kale waxaa ka mid ah adeegyo xirfadeed oo laga helo xirfadlayaal caafimaad, kuwaas oo uu hago bixiyaha daryeelkaaga caafimaad.
Taageerooyinka habdhaqanka iyo hoos-u-dhaca xusuusta	Caawimaadda laga helo xirfadlaha caafimaadka hab-dhaqanka si loo dejiyo qorshe taageera hab-dhaqanka oo ay la socdaan xeelado wax looga qabanayo hab-dhaqamada aan ammaanka ahayn sida meelo war-wareegid ama gardarro qayaxan. Ogow: Qorshahaaga caymiska caafimaad waxaa laga yaabaa in uu caymiyo taageerooyin dheeraad ah oo la xiriira hab-dhaqanka.



TAAGEEROOYINKA DARYEELAHA IYO KA-FAA'IIDEYSTAHA (SII SOCDA)

Waxbarasho iyo la-talin	Waxbarasho, la-talin, iyo tabbabar loogu talagalay adiga iyo daryeelayaashaada oo ku saabsan daryeelkaaga, ogaanshaha cudurrada, iyo arrimaha caafimaadka ee daba-dheeraada. Yoolka laga leeyahay waa in lagaa caawiyo in aad maareyso hawlahaaga nolol maalmeedka, caafimaadka iyo wanaagga.
Hawsha guriga iyo adeegga	<p>Shaqooyinka guriga waxa ka mid noqon kara nadaafadda guud, caawimaad dhar dhaqid, beddelidda gogosha iyo in meelaha laga qaado alaabooyinka isdhexdaadsan. Adeegyada loo dirayo waxa ka mid noqon kara soo iibinta raashinka iyo khudaarta iyo safarrada degaanka ee muhiim ah, sida tagista farmashiyaha ama xafiiska boostada.</p> <p>Ogow: Hawlahan waxaa lagu daray qiimayaasha daryeelka shaqsiyeed ee guriga gudahiisa lagu bixiyo iyo daryeelka nasashada. Haddii aad hore u haysatey daryeele guriga ka shaqeeya oo mushaar qaata, tixgeli in aad u dirsato hawlaha.</p>
Shaqooyinka guriga bannaankiisa ah iyo baraf qaadista	Caawimaadda joogteynta in la helo jid loo soo maro gurigaaga iyadoo laga jarayo cawska, geedaha laga baar-gaabinayo laamaha, oo laga qaadayo barafka marka loo baahdo.



CAAFIMAADKA IYO FAYO-QABKA

Isduwidda kala-guurka daryeelka	<p>Loogu talagalay in lagu taageero soo kabashadaada marka aad ka baxdo isbitaal ama guriga lagu xanaaneeyo waayeelka. Adeeggan waxaa la heli karaa ilaa laba bilood kadib marka aad guriga ku soo noqoto. Waxaa ka mid ah in la hubiyo in aad fahamtay tilmaamihii lagu siiyey, in aad haysato oo aad taqaano sida loo qaato dhammaan daawooyinka lagu qoray intii aad isbitaal ku jirtay, iyo in aad la diyaarisay dhammaan ballamaha sawir-ka-qaadista sida raajitooyinka ama baaritaannada ee aad la leedahay kooxdaada daryeelka caafimaadka.</p> <p>Ogow: Adeeggan waxaa laga yaabaa in uu caymiyo caymiskaaga caafimaad ama isbitaal ama xarunta lagu xanaaneeyo waayeelka.</p>
Adeegyada xannaaneyn xirfadeedv	<p>Xannaaneyn aqoon ama xirfad u baahan: Daaweyn muddo-gaaban socota ee uu amrey bixiyaha daryeelka caafimaadka marka aad u baahato daryeel xannaaneyn oo xaalad joogto ah la xiriira. Kuwani waa hawlaha xannaaneynta ee aadan naftaada qaban karin, oo aan loo dhiibi karin kaaliye kalkaaliso ama kaaliyaha daryeelka guriga.</p> <p>Ogow: Xannaaneynta aqoon ama xirfad u baahan waxaa laga yaabaa in caymiskaaga caafimaad uu caymiyo iyada oo loo marayo dheefta daryeelka guriga.</p> <p>U-qoondaynta (ku wareejinta) hawlaha kalkaaliyaha caafimaad: Waxay u oggolaaneysaa kalkaaliyaha diiwaangashan in uu u wakiisho ama u dhiibo hawlo gaar ah kaaliyayaashaada xannaaneynta ama daryeelka guriga u tababaran.</p> <p><i>(sii socda)</i></p>



CAAFIMAADKA IYO FAYO-QABKA (SII SOCDA)

Adeegyada xannaaneyn xirfadeedv (sii socda)

Hawlaha loo wakiillan karo ama loo dhiibi karo waxaa ka mid ah, laakiin aan ku xadidnayn:

- Maamulka daawooyinka afka laga qaato iyo kuwa maqaarka la dul mariyo
- Daawooyinka sanku lagu buufiyo iyo kuwa indhaha lagu dhibciyo
- Ku quudinta dhuunta dhinac ka furka caloosha
- Daryeelka boogta ee fudud ee uu go'aamiyay kalkaalisada hawsho u wakiilatey / u-qoondeysay
- La socoshada gulukoowsta dhiigga iyo irbadaha insuliinta ama kuwa aan insuliinta ahayn ee lagu daaweeyo sonkorowga
- Habka ka saarista duufka iyo dheecaanada kale hunguriga cad iyo afka (neef-mareenka) ee aan nadiifka ahayn

Kuwani ma aha hawlaha keliya ee cid kale loo wakiillan karo, laakiin hawlaha qaar waa in uu qabtaa kalkaaliyaha caafimaad ee diiwaangashan.

Daryeelka gaarka ah ee uu bixiyo kalkaaliye caafimaad:

Waxay kuu oggolaaneysaa in aad gurigaaga ku hesho daryeelka xannaaneyn aqoon ama xirfad u baahan oo loogu talagalay xaalad caafimaad oo adag, halkii aad isbitaal ama xarun u tegi lahayd. Haddii aad u baahan tahay daryeelka gaarka ah ee uu bixiyo kalkaaliye caafimaad, iyadoo sababtu tahay in aad ku tiirsan tahay daaweyn makaanin maalinlaha ah sida mashiinka neefsashada (ventilator), taageero neefsasho oo adag, luqun-ka neefsi u duleelin, ama daawooyin ama nafaqo si toos ah loo siiyo xididka (IV) ama jirka laga siiyo (parenteral).



BEDQABKA GURIGA

Wax-ka-beddelka guriga

Isbeddellada lagu sameeyo gurigaaga si loo taageero caafimaadkaaga, fayyo-qabkaaga, bedqabkaaga, gaarista iyo madax-bannaanida. Tusaalooyinka waxaa ka mid ah: jaranjarooyin fidsan (ramps), wiishka jaranjarooyinka (stair lifts), ballaarinta afaafka albaabada, ama wax-ka-beddelka musqulaha.

Qiimeynta bedqabka guriga

Qiimeynta gurigaaga (midka kirada ah ama midka aad adigu leedahay) ee uu sameeyo dhakhtarka daaweyn hawleedka ama jireedka. Adeeggan wuxuu wanaajinayaa gelidda gudaha gurigaaga wuxuuna kaa caawiyaa in aad ogaato oo aad yareyso khataraha dhicitaanka ama bedqabka.

Ogow: Adeeggan waxaa laga yaabaa in uu caymiyo caymiskaaga caafimaad ama isbitaalka/xarunta lagu xannaaneeyo waayeelka.



BEDQABKA GURIGA (SII SOCDA)

Nidaamyada shakhsiyeed ee wax-ka-qabashada xaaladaha degdegga ah

Nidaamyada digniinta caafimaadka oo xarunta kormeerka ugu baaqaya in ay gargaar u wacdo marka ay jirto xaalad degdeg ah. Nidaamyadani waxaa ka mid noqon kara xasuusiyeyaasha daawooyinka, oggaanshaha dhicitaanka/kufidda, hubinnada fayyo-qabka, iyo qalab lagu helo goobta ee GPS.



RAASHIINKA IYO GAADIIDKA

Raashiin guriga laguugu keenayo

Cuntooyin nafaqo ahaan isku-dheellitiran oo gurigaaga laguugu keenayo, oo ay ku jiraan cuntooyin diyaarsan iyo cuntooyin kulul.

Gaadiid

Gaadiidka la raaco marka la tagayo lagana soo noqonayo dukaanka raashinka, ballamaha caafimaadka, adeegyada bulshada, iyo hawlaha madadaalada ee daaweynta ah. Waxaa laga yaabaa in aad hesho lacag celinta (magdhow) qaar ka mid ah kharashaadka gaadiidka, sida masaafada safarka (mileage), kaararka baska, xajiska tagaasida barta internet-ka, ujuurrooyinka meelaha baabuurta la dhigto ee la xiriira ballamaha caafimaadka, iyo tigidada doonta (ferry).

Ogow: Gaadiidka lagu tago ballamaha caafimaadka waxaa laga yaabaa in uu caymiyo caymiskaaga caafimaad.



DARYEELKA XARUNTA GUDAHEEDA LAGU BIXIYO

Guri qoys oo dadka waaweyn lagu xanaaneeyo

Meel guri u eg oo ay deggan yihiin dad tiro yar, kuwaas oo halkaasi ku helaya daryeel shaqsiyeed, daryeel gaar ah, hoy iyo cunto.

Xarunta lagu xanaaneeyo waayeelka iyo dadka naafada ah

Meel dadka deggan ay ku helaan adeegyo aasaasi ah oo loogu talagalay bedqabkooda iyo fayyo-qabkooda, kuwaas oo ka mid noqon kara cunto, dhaqidada dharka, kormeer iyo heerar kala duwan oo daryeel ah.

Guri lagu xanaaneeyo waayeelka

Meel bixisa daryeel xannaaneeyn la kormeero 24-saac ah, daryeel shaqsiyeed, daaweyn, maareynta nafaqada, hawlo nidaamsan, adeegyo bulsho, hoy, cunto, iyo dhar dhaqid.

Daryeelka xusuusta

Deegaan ammaan ah oo qaabeysan oo loogu talagalay dadka deggan ee qaba cudurka dhimir-beelidda (Alzheimer) ama noocyada kale ee waallida (dementia) kuwaas oo ku nool xarun lagu xanaaneeyo waayeelka iyo bukaanka.

MAAREYNTA DHEEFAHAAGA

Waxaad dheefahaaga u isticmaali kartaa adeegyo iyo taageero kasta oo la caymiyay. Marka lagu oggolaado inaad isticmaasho dheefaha, waxaad heli doontaa liiska adeegyada la soo-jeediyay. Waxaad isticmaali kartaa talooyinka si aad uga fiirsato ikhtiyaarada daryeelka, laakiin lagaaga ma baahna in aad ka doorato liiskaasi.

Maaddaama WA Cares ay bixiso cadad dheefta nolasha oo dhan ah oo xaddidan, waxaad u baahan doontaa in aad si taxaddar leh u qorsheeyso dheefahaaga. Si aad uga dhigto cadadka dheefahaaga in uu sii dheeraado, ka fiirso haddii aad baahiyahaaga daryeelka ku dabooli karto adeegyo ka jaban, sida daryeelka iyo taageerada guriga gudahiisa ah. Maskaxda ku hay in kharashka adeegyada uu kala duwanaa karo iyadoo ku xiran meesha aad ku nooshahay iyo baahiyadaada daryeel. Waxaa laga yaabaa in aad rabto in aad qiimo-sheeg ka hesho dhowr bixiyayaal ka hor inta aadan mid dooran.

Haddii aad rabto in aad hadda isticmaasho kaliya qayb ka mid ah cadadka dheeftaada, waxaad isticmaali kartaa inta harsan haddii aad u baahato daryeel mustaqbalka. Xitaa marka aad bilowdo isticmaalka dheefahaaga, cadadka dheeftaada ee hartey way la sii kordhi doontaa waqti kadib sicir-bararka.

Haddii aad joojiso isticmaalka dheefaha muddo ka badan 12 bilood, waxaad u baahan doontaa in aad mar kale mar to isla habkii hore ee codsiga haddii aad mar kale u baahan tahay. Sidii hore oo kale, waxaan hubin doonnaa taariikhda wax-ku-biirintaada, waanna kuula kulmi doonnaa si aan uga wada hadalno baahiyahaaga daryeelka.

BIXINTA LACAGAHA DARYEELKA

FAHAMKA QIIMAYAASHA

Waxaad dooran kartaa adeeg bixiyahaaga adiga oo ku saleynaya waxa aad rabto in aad bixiso. Waa muhiim in maskaxda lagu hayo in kharashka adeegyada uu ku xiran yahay halka aad ku nooshahay, xaaladaada caafimaad ee gaarka ah, iyo baahiyadaada daryeel. Waxaa laga yaabaa in aad rabto in aad qiimo-sheeg ka hesho dhowr bixiyayaal ka hor inta aadan mid dooran.

Lifaafa hagahan la socda waxaa ku jira macluumaad ku saabsan qiimayaasha. Adeeg kasta ama taageero kasta oo la caymiyay waxay leeyihiin qiimaha ugu badan. Bixiyeyaashu ma qaadi karaan lacag ka badan qiimaha ugu badan mana ku weydiin karaan in aad jeebkaaga lacag dheeraad ah ka bixiso.

Haddii aad u baahan tahay adeeg ama taageero ka kharash badan qiimaha ugu badan, bixiyaha wuxuu codsan karaa oggolaansho si uu lacag dheeraad ah kuugu soo dalaco.

ANSIXINTA OGGOLAANSHAHA HORE

Kadib marka aad la xiriirto adeeg bixiye oo aad ku heshiisaan qiimaha iyo faahfaahinta adeegyada ay ku siinayaan, adeeg bixiyaha ayaa diyaarinaya codsi rasmi ah oo oggolaansho hore ah. Waa inaad ka ansixisaa oggolaanshaha hore ee akoonkaaga oonleenka ah ka hor intaadan bilaabin helitaanka adeegyada. Oggolaanshaha hore waa heshiis rasmi ah oo leh faahfaahin ku saabsan adeegyada aad heli doonto iyo kharashyada la xidhiidha.

Waa inaad xaqiijisaa in oggolaanshaha hore uu daboolayo waxa aad kala hadasheen adeeg bixiyaha. Haddii wax walba sax yihiin waad ansixinaysaa. Haddii aysan sax ahayn waa inaad diidaa oo aad ku wargelisaa adeeg bixiyaha. Waa inaad ansixisaa oggolaanshaha hore ka hor dhammaadka taariikhda "take action by (taariikhda kama dambeysta)" ee ku qoran faahfaahinta oggolaanshaha hore ee akoonkaaga. Haddii aadan sidaas samayn, si toos ah ayuu u dhacayaa wuxuuna adeeg bixiyahaagu u baahan doonnaa inuu sameeyo mid cusub oo u baahan inaad ansixiso.

Waxaan si toos ah u siin doonaa adeeg bixiyaashaada lacagta adeegyada iyo taageerada aad hesho. Adeeg bixiyahaagu wuxuu kugu dallaci karaa ilaa xaddiga ku qoran oggolaanshaha hore, laakiin khasab ma ahan inaad isticmaasho dhammaan lacagta aad ansixisay.

Haddii aadan rabin inaad sii wadato helitaanka adeegyada adeeg bixiyahaas, waxaad la xiriiri kartaa WA Cares oo waxaad codsan kartaa in la joojiyo oggolaanshaha hore. Weli waa inaad bixisaa kharashka adeegyada aad hore u heshay.

Inta badan oggolaanshaha hore waxaa la sameyn karaa ilaa 3 bilood oo kalandarka ah, ama 93 maalmood. Si aad u sii wadato helitaanka adeegyada adeeg bixiye kadib marka oggolaanshaha hadda jira uu dhammaado, waxay u baahan doonaan inay sameeyaan oggolaansho hore oo cusub oo aad ansixiso.

Haddii aad haysato Apple Health (Medicaid) iyo dheefaha WA Cares labadaba, Apple Health ma bixin doonto adeegyada aad ka heli kartay WA Cares. Haddii aad hesho adeeg daryeel muddo dheer ah oo loo marayo Apple Health (Medicaid), waxaa laga yaabaa in lagaa doonaayo inaad ku bixiso adigoo isticmaalaya qadarka dheefahaaga WA Cares. Haddii aad qabto suaal, waxaad la xiriiri kartaa kooxda WA Cares.

Haddii adeeg bixiye uu dhibaato kala kulmo lacag bixinta adeegyada uu hore ku siiyay, waxaa laga yaabaa inaan u baahan nahay inaan kuu dhamaystirno oggolaansho hore.

RAADRAACIDDA HARAAGAAGA

Waxaad ka heli kartaa cadadkaaga dheefta hadda akoonkaaga internet-ka. Waxaad arki doontaa cadadka dheeftaada asalka ah, oo laga jaray kharashka adeegyada aad heshay iyo kharashka oggolaanshayaasha hore kasta ee aad oggolaatay, kuwaas oo laga jaro haraagaaga la heli karo.

HELIDDA TIKNOOLAJIYADDA CAAWIMAADDA LEH, ALAABOOYINKA IYO ADEEGYADA

Waxaad si toos ah ula shaqayn kartaa bixiye diiwaangashan si aad u hesho qalab, sahay, aalado ama qalab ku caawiyo si loo taageero caafimaadkaaga, bedqabkaaga, iyo madax-bannaanidaada. Bixiyaha adeegyadeenna maareynta maaliyadeed, GT Independence, ayaa sidoo kale kaa caawin karta in aad hesho oo aad iibsato waxa aad u baahan tahay. Waxad kala xiriiri kartaa:

gtindependence.com/wa

877-659-4500

referral@gtindependence.com

LACAG-CELINTA

Waxaad awoodi kartaa in aad hesho lacag celinta adeegyada gaadiidka la caymiyay ama tiknoolajiyadda caawimaadda leh iyo qalabka. Haddii aad jeebkaaga lacag la bixiyo ka-dib marka lagu oggolaado in aad isticmaasho dheefahaaga, waxaad weyddiisan kartaa lacag-celin. Hubso in aad eegto shuruudaha ka hor inta aadan wax soo iibsana. Waxaad u baahan doontaa in horey loo oggolaado waxaanna jira cadad lacag-celinta ugu badan ah bil kasta.

Bixiyaha adeegyadeenna maareynta maaliyadeed, GT Independence, ayaa kaaga jawaabi karta su'aalo kahor inta aadan soo iibsana shayga oo ku saabsan haddii aad awoodi doonto in aad lacag-celin hesho. Haddii aad rabto macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan codsashada lacag-celinta ee laga helo GT Independence, booqo:

gtindependence.com/wa.

SIDA DARYEEL BIXIYAHA LOO HELO

RAADINTA ADEEG-BIXIYAYAASHA DIIWAANGASHAN

DIIWAANKA SHABAKADA ADEEG BIXIYAHA WA Cares wacalc.org/wacares

Dhammaan adeeg bixiyayaasha WA Cares waa in ay ka diiwaangashan yihiin Waaxda Adeegyada Caafimaadka iyo Bulshada. Marka adeeg bixiyaha la diiwaangeliyo, waxaa lagu dari doonaa diiwaanka shabakada adeeg bixiyaha WA Cares. Diiwaanku waa mid guud, sidaa daraadeed uma baahnid in aan akoon sameysato si aad u gasho.

Diiwaanka wuxuu kuu oggol yahay in aad adeeg bixiyayaal ka hesho degaankaaga oo ku saleysan nooca adeegga ee aad raadinayso. Liiska waxaa ku jiri doonna magaca adeeg bixiyaha, macluumaadka lagala xiriiro iyo luuqado kastoo kale ee dheeri ah oo ay bixiyaan.

Daryeelayaasha lacagahooda loo soo marsiiyo shabakada Daryeelka Tooska ah ee Macmiilka ee Washington (Consumer Direct Care Network Washington) laguma dari doonno liiska diiwaanka. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daryeel-bixinta qoyska ee mushaarka lagu qaato ayaa wuxuu ku qoran yahay xagga hoose.

HELIDDA ADEEG-BIXIYE AAD KALIGAAGA HESHO

HANNAANKA CODSIGA ADEEG-BIXIYAHA wacaresfund.wa.gov/providers

Waxaad heli kartaa ama aad horey u garanaysay adeeg bixiye aad jeclaan lahayd in aad la shaqeyso. Haddii aysan horey ugu diiwaangashaneyn adeeg-bixiye ahaan WA Cares, waxaa ay u baahan doonaan soo gudbinta codsi.

Haddii ay ka soo baxaan shuruudaha ugu yar, waxaa lala gali doonaa qandaraas waxayna noqon doonaan adeeg-bixiye diiwaangashan. Marka la diiwaangeliyo, waxaad u kireysan kartaa adeegyadooda.

Haddii ay daryeele yihiin, waxaa ay u shaqeyn karaan midkood hay'ad bixisa daryeel guri ama Shabakada Daryeelka Tooska ah ee Macmiilka ee Washington.

DARYEELKA SHAKHSIYEED EE GURIGA GUDAHIISA AH

Waxaad haysataa laba ikhtiyaar oo aad ku heli karto daryeelka shakhsiyeed ee guriga gudahiisa ah, kuwaas oo hoos ku xusan. Dhammaan daryeelayaasha waa in ay ka soo baxaan shuruudaha hubinta raadraaca iyo tabbabarka, laakin waxaad go'aamin kartaa adeeg bixiyaha diiwaangashan ee aad doonayso in aad adeegsato si aad u shaqaaleyso daryeelahaaga.

SHABAKADA DARYEELKA TOOSKA AvH EE MACMILKA WASHINGTON

360-456-1234

[consumerdirectwa.com/
wa-cares-fund](http://consumerdirectwa.com/wa-cares-fund)

CDWA waxaa uu ka diiwaangashan yahay WA Cares waxayna shaqaaleysiisaa daryeelayaal loo yaqaanno adeeg-bixiyayaal gaar ah.

Waxaad isticmaali kartaa ikhtiyaarkan si aad u shaqaaleysiiso xubin qoys, saaxiib, ama daryeele xirfadle ah. CDWA ayaa kaa caawin doonta in aad hesho daryeele iyadoo loo marayo kayd-xogeedkooda barta internetka ee iswaafajinta, haddii loo baahdo. Haddii aad ikhtiyaarkan doorato, waxaad isku qori doontaa CDWA waxaadna noqon doontaa loo-shaqeeyaha maareeya daryeelaha dookhaaga ah. Waxaad mas'uul ka noqon doontaa:

1. U-qoondaynta hawlo adiga oo isticmaalaya heshiis daryeel oo aad la gashey
2. Dejinta jadwalkooda iyo saacadahooda
3. Joojinta shaqada ay kuu hayaan (haddii loo baahdo)

HAY'ADDA DARYEELKA GURIGA

Daryeelayaasha lagu shaqaaleysiyo ikhtiyaarkan waa kuwo sharci ahaan u shaqeeya hay'adda daryeelka guriga.

Hay'adda ayaa kula kulmi doonta si ay u oggaato baahiyadaada iyo dookhyadaada ka hor inta aysan sameyn qorshaha daryeelka. Marka aad isku waafaqtaan qorshe iyo jadwal, kormeeraha hay'adda daryeelka guriga ayaa kuu qoondayn doonta daryeele. Waxaad kadib si toos ah ugala hadli doontaa isbeddel ama walaacyo kasta oo ku saabsan daryeelkaaga kormeerahaaga si ay kuugu fidiyaan taageero habboon.

Haddii aad doonayso in aad ikhtiyaarkan isticmaasho si aad u shaqaaleyso xubin qoys, oo ay ku jiraan xaaska ama ninka, waxaa ay u baahan doonaan in ay u shaqeeyana hay'adda daryeelka guriga iyo in loo xilsaaro in ay daryeel kuu fidiyaan.

KA-GUURIDDA WA CARES

Mar hadaad isticmaasho dhammaan cadadka dheeftaada, ma awoodi doontid in aad ka hesho dheefo dheeraad ah barnaamijkan. Haddii aad ogtahay in aad u baahan doonto daryeel muddo-dheer oo ka badan inta ay WA Cares bixiso, waa in aad u diyaar-garowdaa in aad u guurto il ama adeeg kale. Waxaa jira ilo iyo adeegyo dhowr ah oo aad ka dooran karto, iyada oo ku xiran xaq u yeelashadaada, baahiyadaada daryeel iyo noocyada adeegyada aad doonayso.

WAAXDA ADEEGYADA CAAFIMAADKA IYO BULSHADA

Haddii aad isticmaashay dhammaan dheefahaaga WA Cares oo aad weli u baahan tahay daryeel, waxaa laga yaabaa in aad ka hesho dheefo kale oo daryeelka muddo-dheer ah soconaya ah DSHS. Barnaamijyadan waxay leeyihiin shuruudo u qalmitaanka dhinac dhaqaale iyo mid shaqo. Shuruudahani way kala duwanaa karaan iyadoo ku xiran barnaamijka aad codsanayso. Haddii aad u baahan tahay caawimaad bixinta kharashaadka adeegyada daryeelka muddada-dheer, waxaad ka codsan kartaa DSHS.

HALKA LAGA CODSADO

Haddii aad tahay qof da'diisu ka yar tahay 65 oo aan xaq u lahayn Medicare:

wahealthplanfinder.org

Haddii aad tahay qof da'diisu tahay 65 ama ka weyn, indhoole, naafo ama ku jira Medicare:

washingtonconnection.org

Ama, buuxi oo soo gudbi Arjiga HCA 18-005 Washington Apple Health ee loogu talagalay caymiska Waayeelka, Indhoolaha, Naafada/Daryeelka Muddada-Dheer kaas oo laga heli karo

hca.wa.gov/free-or-low-cost-health-care/forms-and-publications

Qof kastoo caawimaad dheeraad ah ugu baahan arjigooda waxaa ay la xiriiri karaan Hay'adda Degaankooda ee qaabilsan arrimaha Waayeelka.

TAAGEERO HEL

Home and Community Services

Raadiyaha xafiiska:
dshs.wa.gov/AL TSA/resources

Wax badan ka ogow:
dshs.wa.gov/altsa/long-term-care-services-information

Adeegyada Guriga iyo Bulshada waxay bixiyaan barnaamijyo taageera baahiyadaada daryeelka muddada-dheer. Adeegyada lagu heli karo waxay ku xirnaan doonaan baahiyadaada iyo goobta aad doorato.

Developmental Disabilities Community Services

Macluumaadka isqoritaanka:
dshs.wa.gov/dda/consumers-and-families/eligibility

Macluumaadka ku saabsan adeegyada:
dshs.wa.gov/dda

Ku gudbi codsiga barta internetka:
dshs.wa.gov/dda/service-and-information-request

Raadiyaha xafiiska:
dshs.wa.gov/dda/find-ddcs-office

Adeegyada Bulshada ee Naafonimada Koritaanka waxay bixiyaan adeegyo iyo taageero loogu talagalay carruurta iyo dadka waaweyn ee qaba naafonimada koritaanka iyo caqliga. Tani waxaa ka mid ah daryeel shakhsiyeed, nasasho (respite), shaqo, taageero degaan, iyo waxyaabo kale oo dheeraad ah.

Si aad xaq ugu yeelato adeegyada, waa in aad isdiiwaangelisaa oo aad buuxisaa shuruudaha xaq-u-yeelashada dhinaca maaliyadda iyo awoodda shaqo.

Waxaad adeegyada codsan kartaa waqti kasta inta lagu guda jiro hannaanka isqoritaanka. Uma baahnid in aad oggaato magaca adeegyada aad doonayso.

La xiriir xafiiska degaankaaga ama ka codso barta internetka.

HAY'ADAHA DEGAANKA EE QAABILSAN ARRIMAHA WAAYEELKA

Xiriirada Nolasha Bulshada (Community Living Connections) ee gobolka Washington waa shabakada ururrada bulshada ee gobolka, ee la bixiyo iyadoo loo marayo Hay'adda Degaanka ee qaabilsan Arrimaha Waayeelka, oo kugu xiriiri karta nooca caawimaadda aad u baahan tahay.

Xiriirada Nolasha Bulshada (Community Living Connections) waxaa ay ka caawin kartaa dadka waaweyn, dadka waaweyn ee la nool naafonimo iyo daryeelayaasha in ay helaan kheyraadyo gaar loo leeyahay iyo kuwa dowladda oo aad u ballaaran. Waxay bixiyaan adeegyada iyo taageerooyinka muddada-dheer ee aad u baahan tahay si aad ugu sii noolaato si madax-bannaan bulshadaada dhexdeeda intii suuragal ah.

Yoolkooda waa in ay kor-u-qaadaan fayo-qabka, madax-bannaanida, sharafka, iyo dookha dhammaan dadka ay u adeegaan. Fadlan la xiriir AAA-ga degaankaaga si aad u hesho macluumaad ku saabsan kheyraadyada bulshada iyo ikhtiyaarada adeegga ee buuxin kara baahiyahaaga.

Si aad u hesho caawimaadda oggaanshaha halka uu ku yaalla AAA degaankaaga:

Booqo wacwc.org/consumersite/connect

Wac 855-567-0252

CAAWIMAAD IYO TAAGEERO

SU'AALO GUUD

Taageerada macmiilka ayaa la heli karaa Isniin ilaa Jimco laga bilaabo 8:30 subaxnimo ilaa 4:30 galabnimo (xiran xilliyada fasaxa ama feestooyinka gobolka).

TAAGEERO TELEFOON

844-CARE4WA (844-227-3492)

Caawimaad luuqadeed ayaa la heli karaa. Si aad u hesho adeegga TTY/TDD or Adeegga Warlalinta Washington, garaac 711.

TAAGEERO KALE

Booqo wacaresfund.wa.gov/contact si aad noogala soo xiriirto email ama wada-sheekaysiga tooska ah.

SIDEEN KUUGU ADEEGI KARNA SI KA WANAAGSAN SIDA HADDA?

NOO SHEEG SIDA AYNU NAHAY

Waxaa naga go'an in aan si joogto ah u sii wanaajiyi barnaamijka. Haddii aad hayso jawaab-celin ku saabsna waayo-aragnimadaada, wac 844-CARE4WA (844-227-3492) ama booqo wacaresfund.wa.gov/contact si aad noogala soo xiriirto email ama wada-sheekaysiga tooska ah.

SOO SHEEGIDDA WALAACYADA

XADGUDUB IYO DAYAC

Haddii aad qabto walaacyo ku saabsan qof weyn oo nugul oo lagu xadgudbayo, la dayacay ama laga faa'iideysanayo (xitaa haddii aysan oggayn, waa in ay wacaan):

- Ku soo sheeg barta internetka dshs.wa.gov/altsa/reportadultabuse
- Call 877-734-6277 (TTY/TDD: call 711)

Haddii adiga ama qof kale uu khatar degdeg ah ku jiro, wac 911 isla-markiiba.

KHIYAANNO

Haddii aad aaminsan tahay in qof uu geysanayo khiyaanno ama uu ku takrifalayo dheefaha WA Cares:

- Call 844-CARE4WA (844-227-3492)
- Booqo wacaresfund.wa.gov/contact si aad noogala soo xiriirto emailka ama wada-sheekaysiga tooska ah.

SOO SHEEGIDDA WALAACYADA (SII SOCDA)

XUQUUQAHA MADANIGA AH IYO TAKOORKA	<p>Haddii lagu la dhaqmayo si aan cadaalad ahayn oo aadna doonayso in aad soo gudbiso cabashada xuquuqda madaniga ah iyo takoorka:</p> <ul style="list-style-type: none">• Wac 866-737-0617• Email investigationssupport@dshs.wa.gov
ASTURNAANTA	<p>Haddii aad aaminsan tahay WA Cares ama Waaxda Adeegyada Caafimaadka iyo Bulshada in ay ku xudgudbeen asturnaantaada, waxaad buuxin kartaa foomka cabashada asturnaanta ee lambarkiisu yahay 27-115, kaas oo laga heli karo dshs.wa.gov/office-of-the-secretary/forms.</p> <p>Waxaad sidoo kale u qori kartaa ama u soo gudbin kartaa cabasho elektaroonig ahaan oo ay la socdaan isla macluumaad. Waxaad soo gudbin kartaa cabashadaada:</p> <ul style="list-style-type: none">• Email ahaan ugu dir DSHSPrivacyOfficer@dshs.wa.gov• Boosto ahaan ugu dir DSHS Privacy Officer, PO Box 45135, Olympia, WA 98504-5135

CABASHOYINKA KALE

CABASHOYINKA KU SAABSAN WA Cares	<p>Haddii aad doonayso in aad dhibaato xalliso ama soo gudbiso cabasho guud oo ku saabsan Sanduuqa WA Cares ama shaqaale ka tirsan WA Cares:</p> <ul style="list-style-type: none">• Booqo barta internetka Adeegyada Muwaadinta ee DSHS ee ah dshs.wa.gov/contact-department-social-and-health-services• Wac 800-865-7801
CABASHOYINKA KU SAABSAN ADEEG BIXIYAHA	<p>Haddii aad qabto cabasho ku saabsan mid ka mid ah adeeg bixiyayaashaada, fadlan arrinta si toos ah ugu sheeg adeeg bixiyaha ka-dibna iskuday in aad arrinta la xalliso. Haddii aadan awoodin ama aadan raaxo ku dareemin in aad sidaa sameyso, fadlan la xiriir adiga oo adeegsanaya mid ka mid ah ikhtiyaaradan:</p> <ul style="list-style-type: none">• Haddii aad qabto wax cabashooyin ah, waxaad WA Cares kala xiriiri kartaa 844-CARE4WA (844-227-3492).• Haddii aad qabto cabashooyin ku saabsan xarun aad ku nooshahay, waxaad sidoo kale kala xiriiri kartaa Adeegyada Daryeelka Degaanka (Residential Care Services) 800-562-6078.



WAX BADAN KA OGOW

Booqo wacaresfund.wa.gov ama wac
844-CARE4WA (844-227-3492)