Sababtoo ah qof kasta ayaa u baahan caawimaad.

Daryeeleyaashu waxay ku dedaalaan in ay dadka kale tayo fiican ku noolaadaan. Hase ahaatee, waxay inta badan hilmaamaan in ay daryeelaan naftooda.

Wisconsin's local aging and disability resource centers (xarumaha tasiilaadka waayeelka iyo naafada ama ADRCs) iyo xafiisyada Beelaha ee la shaqeeya waxay u adeegaan dadka waaweyn iyo dadka la nool naafanimada – iyo sidoo kale qoysaska iyo asxaabta iyaga daryeela.

ADRCs iyo xafiisyada Beelaha ee la shaqeeya waxaa farxad u ah "ha la caawiyo caawiyeyaasha" oo ka helayaan tasiilaadka loo diyaariyey. Oo adiguna sidoo kale waad taageeri kartaa.

Maanta booqo ama la xiriir ADRC deegaankaaga ama xafiiska shaqada Beelaha

ADRC
Aging and Disability Resource Center

Nagala soo xiriir:

555 Example Street Name
City Name, WI 55555

Monday - Friday
8 a.m. - 4:30 p.m.

1-844-WIS-ADRC
(1-844-941-2372)

name@namecounty.gov
namecounty.gov/adrc

Sawiro calaamadda
FindMyADRC.org

WISCONSIN DEPARTMENT of HEALTH SERVICES
P-03712CSO (03/2025)

Waxyaabaha fududeynaya dhaqaaqa, waraaqaha oo u qoran si kale, iyo ballamaha saacadaha aan la shaqeyn waxaa la heli karaa marka la soo codsado. Fursado ah dhageysi ayaa lagu heli karaa xarunta; fadlan taleefan noo soo dir si laguugu diyaariyo turjubaan ama qoraalka shaashadda.

Caawinta Caawiyaha

(Helping the Helper)

ADRC
Aging and Disability Resource Center

Maxay yihiin qaar ka mid ah waxyaabaha la sameyn karo si loo caawiyo daryeelaha?

- **U qir dedaalkooda**
  waxqabadka Daryeelaha yeysan noqon wax aan looga mahadin. Ugu aqoonso waxay qabtaan si ah qoraal ama mahadcelin fudud.
- **Iska ilaali in aad isu barbar dhigto sheekooyinka ama waxay la kulmaan**
  Waxaa caadi ah in aad u muujiso in aad fahmeyso, laakiin wadaagista sheekooyin "argaggax ah" waxay noqon karaan niyadjabid iyo cabsi.
- **Ku caawi in ay helaan nasasho**
  Adigu samee daryeelka ah nasinta inta uu daryeeluhu qaadanayo saacad ama wax ka badan oo naftiisa dan u ah.
- **Adigu gacan sii**
  Qolka u nadiifi, cawska ka jar, wax kale u hagaaji, hawlo u qabo, ilmo uga soo qaad iskuulka, ama ballamo la sugaayo u raac.
- **La wadaag cunto**
  Labanlaab cunto aad jeceshahay si aad u siiso cunto ah nooca guriga ama aad siiso kaar hadyadeed oo ah makhaayadda deegaanka.

Sidee baa lagu ogaan karaa haddii uu daryeele u baahan yahay caawimaad?

Haddii adiga ama qof aad garaneyso in uu yahay daryeele aad isku aragtaan mid ka mid ah calaamadahaas, waxaa la joogaa wakhtigii aad caawinaad raadsan lahaydeen.

Dhibaatooyinka caafimaadka
Sida xanuun joogto ah, daalid, jirro, isbeddelka culeyska, dhiigkarka, iyo waxyaabo kale oo badan.

Dhibaatooyinka dareenka
Sida xanaaqa, walbahaarka, murugada, khalkhalka, xiisa-la'aan ah wax la sameyn karo, iwm.

Dhibaatooyinka hurdada
Sida dhibaato ah in la gami' waayo, ilkaha oo la isku xoqo marka la seexdo, ama in hurdada laga soo tooso saqda dhexe.

Sidee bay ADRCs iyo xafiisyada la shaqeeya Beelaha u caawin karaan daryeelayaasha?

Barnaamijyada taageerada daryeelaha qoyska waxay qoysaska ku xiraan nasiino iyo adeegyada kale ee ah taageerada, oo waxay bixin karaan kharashka qaarkiis.

Waxaan haynaa macluumaad ku saabsan:

- Qalabka la-qabsiga
- Kooxaha taageerada daryeelaha iyo adeegyada nasinta.
- Daryeelka shakhsi ahaaneed ee guriga iyo kalkaaliyaha.
- Caafimaadka, nafaqada, iyo barnaamijyada cuntada guriga la isugu keeno.
- Guriga oo badqabka awgiis oo wax loo beddelo
- Nadiifinta iyo hawlaha guriga.
- Kala-doorashada guriyeynta.
- Medicare, Medicaid, iyo Social Security (Lacagta Hawlgabka).
- Gaadiidka