

**U halgame, gabayaa, iyo hal-abuure James Baldwin ayaa mar qoray: “Taariikhdu ma aha wax la soo dhaafay, waa xilligan. Taariikhdeena waan wadanaa. Waxaan nahay taariikhdeena.”**

Maaddaama aan sii wadno raadinta dhibaatooyinka caafimaad iyo bulshada ee cakiran ee uu sababay safmarka COVID-19, waxaan raadinaa fursado aan ku taageerno dhammaan qoysaska Vermont ee leh ilmo ama dhallinyaro qaba baahiyo caafimaad oo gaar ah Waxaan rajeyneynaa inaad sii waddo taageerada aad ka hesho qoyskaaga iyo bulshadaada, oo waxaan rabnaa inaad ogaato in halkan CSHN ay naga go'an tahay inaan dhisno taariikh iftiin leh **si wada jir ah**.

### Waxyaabaha soo ifbaxaya:

#### **Waxyaabaha ku cusub Barnaamijka Qiimaynta Hormarinta CSHN/CDC:**

Waxaan ku faraxsanahay inaan shaacino dib-u-bilaabida barnaamijka Burlington ee ku saleysan CSHN ee Barnaamijka Qiimaynta Hormarinta Luulyo 1-da, 2020. Waxaan bilaabi doonnaa inaan bixinno qiimeyn shaqsiyeed goobta 1 South Prospect Street oo kuyaal Burlington, aagga baaritaanka Hormarinta iyo Dhaqanka Caruurta (DB Peds) meesha Dr. Bet Forbes ay ku taalo. Waxaan qorsheyneynaa inaan hawlgallada ugu soo celinno wadada 108 Cherry goor dhow, iyo ku meelgaarka waxaan u aragnaa tan fursad fiican oo loogu talagalay iskaashi dheeraad ah oo lala yeesho iskaashatadeena UVMHC ee DB Peds iyo Xarunta Qiimaynta Autism-ka ee VCCYF ee Dhakhaatiirta Maskaxda Carruurta, labadooduba waxay kor u qaadayaan qiimaynta shaqsi ahaantooda usbuucyadii la soo dhaafay.

Intii aan jidka ku jirnay, waxaan noqday khabiir ku xeel dheer xiritaanka aaladaha difaaca shaqsiyeed (PPE). (Nadiifi maaskarooyinka, gaashaanka wajiga, ilaalada hindhisada, indho-gashi, iyo wax intaa ka sii badan!) Waxaan si weyn uga faa'iideysanay isku-duwidda dadaalladayada UVMHC iyo Caafimaadka Deegaanka VDH dhammaan heerarka qorsheynta iyo u diyaargarowga dib-u-furista adeegyada. Wali ma hayno maalin cayiman oo dib loo furaayo Xarunta Horumarinta Ilmaha (CDC) ee xarumaha Barre iyo Rutland, laakiin waxaan rajeyneynaa inaan helno warar dheeri ah oo ku saabsan taas toddobaadyada soo socda.

Waxaan uga mahad celineynaa Kooxda CDC dhammaan fikirka hal abuurka, xallinta dhibaataada, kaftanka wanaagsan iyo taageerada midba midka kale muddooyinka adag, waana kaaga mahadcelinayaa dhammaantiin samirkiinna iyo isfahamkeenna markii aan ku soo laabanay shaqadii aan naqaannay oo aan jecleen.

Taxadar,

Nora Sabo, MSW  
Maareeyaha Rugta Horumarinta Ilmaha

### Kheyraadka:

**VT Medicaid:** Waxay bixisaa rukhsadaha adeegga ee Xulashada Daryeelka, Dhibaataada Dhaawaca Maskaxda, iyo Daryeelka Shakhsiyeed ee Carruurta COVID -19 Xaaladda muddo kordhinta Degdegga ah illaa hal sano. Qiimeynta waxaa loo oggolaan doonaa taleefanka (inbadan aqri [here](#)).

**Codadka Qoyska:** Macluumaadka ku saabsan xuquuqda madaniga ah, eexda naafada ah, iyo daryeelka ku saleysan qoyska ayaa dhammaantood laga heli karaa Codka Qoyska [website](#).

**Kala hadlida carruurta arrimaha ku saabsan jinsiyada:** Tilmaanta laga helo dhakhaatiirta carruurta iyo qoysaska ayaa laga heli karaa [here](#).

### Himilada Qoyska:

Waan salaaman tihiin qoysaska CSHN, waxaan nahay qoyska Briggs. Ma, Natalie iyo aniga (Amelia!) ayaa ku noolaan doonaan Shelburne annaga iyo labadeena eeyaha ee Maverick iyo Cooper.



Natalie waxay leedahay nuqul koromosoomyo ah oo qeyb ah; iyadu waa kiiska kaliya ee laga diwaangaliyay adduunka ee ay la wadaagto nuqulkeeda saxda ah. Nolosha tobankii sano ee la soo dhaafay waxay ahaayeen kuwa ugu adag, Murugo ah, qalbi jabka ah, farxadda, xiisa leh, waqtiga farah galinaayo nolosheena, sidaa darteed markii cudurada faafa dhacday waan argagaxnay oo aan cabsanay, laakiin si dhaqso leh ayaan u gashanay "waxaan helnay koofiyaddan" oo bilaabnay inaan qorsheeno. Tan macnaheedu waa fikirka ka baxsan sanduuqa, oo ka baxsan dunidii hore ee aan ku noolayn. Murugadeena, maskaxdeena cabsida badan waxaan isweydiinay nafteena "**Sideen u maareyn laheyn caafimaadka murugsan ee caafimaadka ilmaheena uguna ilaalin karnaa inay wax yeeleyo soo gaadho? Ma aaminbaa inay iyadu isbitaal u tagto ku shubidda toddobaadle ah iyo inay soo jiidato dhiig badan? Ma aaminbaa in kalkaaliyayaasha daryeelka guriga ay**

**gurigeena yimaadaan? Sidee ayay ugu sii soconaysaa waxbarashadeeda iyada oo ah ilmo dhago la ' / Indhoole ah? Maxaa dhici doona haddii labadeenaba ama midkeenu uu xanuunsado?**

Waa inaan marka hore la tacaamulaa welwelkayga iyo cabsidayda, waxaan joojiyay akhrinta maqaallada wararka, waxaan joojiyay in badan aan ka akhriyo warbaahinta bulshada waxaan xadiday wararka aan daawaday. Waxaan u jeesaday kooxda caafimaadka ee Natalie si ay noo siiyaan macluumaad sax ah iyo sida ay noo saameeyso, halkan Vermont. Waxaan AAD ugu nasiib

wanaagsanahay inaan helno koox caafimaad oo cajiib ah, laga bilaabo xafiiska takhtarka carruurta ilaa kooxda UVMCH illaa kooxdeeda BCH, waxaan ku hareereysan daryeel, naxariis iyo aqoon. Waan oganahay, sida wax kasta oo caafimaad ah, inaga kaliya ma samayn karno taas. Waxaan u baahnayn caawimaad. Tallaabadeenii ugu horreysay waxay ahayd inaan la hadalno takhtarka carruurteenna oo aan soo dhex galno liiska kalkaaliyayaasha caafimaad si aan u go'aamino haddii halista soo-gaadhista ay yar tahay oo ay la shaqeyso Natalie. Waxay ahayd! Waxaan sii wadi karnaa helitaanka daryeelka iyo taageerada kalkaaliyayaashada aan u baahanahay. Ka dib arrimaha kale. Waxaa la go'aamiyay in ay ugu nabdoon tahay Natalie in ay guriga sii joogto intii ugu macquulsan. Iyada oo telefoonno badan la soo waco dhakhaatiirta, kalkaaliyayaasha, shaqaalaha ilaha shaqada ee ninkayga shaqada iyo shirkadaha caymiska waxaan awoodnay inaan helno dawo lagu shubo oo toddobaadle ah oo loo wareejiyo guriga, hase yeeshe, adeegyada daryeelka guryaha ma aysan qaadanayaan wax bukaanno cusub ah. Marka la eego qorshaha B, waxaan baran laheyn sida nafteenu u qaadan lahayn. Su'aal kasta oo aan qabnay, waxaa jiray wicitaano taleefan oo kala duwan iyo wadahadalo si loo ogaado qaabka kale ee loo maareyn karo, laakiin u dhawow si caymisku usii wado bixinta kharashkeeda. Waxay ahayd inaanu abuurno hal abuur, laakiin sidaad wada ogtihiin, waxaan nahay waalid leh caruur baahi gaar ah leh, waxaan tan sameynay toban sano.

TELEHEALTH! Barako iyo habaar labadaba. Sida Inbadan oo idinka mid ah aad ogtihiin, isku dayga in aad maamusho cunugga iyo tikniyoolajiyadda loo baahan yahay in la helo booqasho qadka tooska ah waa wax aan macquul aheyn! Waxaan ku faraxsanahay in kooxdeena Boston ay arintan si dhaqso leh u ogaadeen waxaan awoodnay inaan ku soo dirno sawirro iyo fiidiyooyo intaysan dhicin si markaa dib-u-eegis loogu sameeyo haddii Natalie ay dooratay inaysan ka qeyb-qaadin, waxaan wali awoodnay inaan helno guul, booqasho faa'iido leh. Waqtiyada adag ee sidan oo kale ah, waxay ina tusaysaa waxyaabaha cajiibka ah ee ka dhacaya bulshadeena, laakiin sidoo kale waxay na tusaysaa waxa loo baahan yahay in laga shaqeeyo. Waxay nagu qaadan doontaa waalidiinta/daryeeyaasha in lagu dhaqaaqo fikradaheena iyo aragtideena si aan u dhaqan galino isbedel. Iyada oo gobolku sii wadayo inuu furmo, inteen badan waxaan sii wadi doontaa inaan guri ku wada noolaano illaa inta laga helayo tallaaf iyo/ama daaweyn. Maxay yihiin waxyaabaha adiga iyo qoyskaagaba waxtar u yeelan kara? Hadday adiga waxtar kuu leeyihiin, waxay u badan tahay inay kuwa kale faa'iido u yeelan doonaan. La wadaag codkaaga bixiyayaashaada iyo saaxiibbadaada, had iyo jeer waxaa jira meel isbeddel ah!





# Ku Xirnaanshahaaga, Amaan Qabka

## Warbixinta Carruurta leh Baahiyaha Caafimaad Gaar ah (CSHN)

Mugga 4, Luulyo 2020

*Waxaan aad ugu mahadnaqaynaa qoyska Briggs wadaaga sheekadooda iyo aragtidooda! Haddii aad jeceshahay inaad la wadaagto waayo-aragnimadaada ku saabsan inaad heyso ilmo ama dhallinyo leh baahida caafimaad gaar ah qaba, fadlan la xiriir Isku-duwaha Iskaashiga Qoyska ee CSHN:*

[charlotte.safran@partner.vermont.gov](mailto:charlotte.safran@partner.vermont.gov)

### **Nala hadal:**

Shaqaalaha joogo [CSHN](#) waxaa ka go'an inay kugu wargaliyaan ilaha iyo warbixinta adeegyada laga yaabo inay khusayso qoyskaaga. In kasta oo booqashooyinka shaqsi ahaanta ah ay wakhtigan xaadirka yihiin mid la hakiyay, hadana waxaan nahay kuwo la wici karo ama iimeel loo diri karo. Booqo boggeena internetka si aad u hesho deegaankaaga [CSHN Care Coordinator](#) or naga soo wac halka 802-863-7338.

Ka hel macluumaadka iyo warbixin halka <https://www.healthvermont.gov/family/special-health-needs>.