Waaxda Caafimaadka Degaanka Multnomah

Guddiga Tala bixinta Miisaaniyadda Bulshada (CBAC)

Raadinta Xubno Cusub

Waaxda Caafimaadka Degaanka Multnomah waxay raadinaynaa dad tabarucayaal ah oo waqti ku bixiya cadaaladda jinsiyadeed, yareynta kala duwanaanshaha dhanka caafimaadka iyo abuurista bulshooyin horumar sameynaya oo kobciya caafimaadka iyo adkeysiga dadka oo dhan.

Guddiga Tala bixinta Miisaaniyadda Bulshada (CBAC) ee Waaxda Caafimaadka ayaa mas'uul ka ah soo jeedinta talooyin ku saabsan miisaaniyad waaxeedka degaanka iyo hawgalada. Ka dib marka la magacaabo, tabarucayaasha CBAC waxay ka qayb galaan kulamo bil kasta ah si ay wax ugu wargeliyaan talooyinka miisaaniyadooda sanadlaha ah. Tabarucayaashu waxay sidoo kale heli doonaan $35 bishii oo ah lacago gunnooyin ah oo loogu talagalay ka qayb qaadashada.

[Diyaar Ma U Tahay in aad Codsato?]

Waxa Tabarucnimadu Bixin Karto

- Fursad saameyn loogu yeelanayo sida lacagaha degaanka loogu qoondeeyo adeegyada iyo barnaamijyada waaxda caafimaadka
- Fursad lagu dhisayo xiriirada lala leeyahay shaqaalaha waaxda caafimaadka, mas'uuliyiinta la soo doortay iyo xubnaha kale ee bulshada ee ku lug leh
- Fursad lagu horumariyo xirfadaha iyo aqoonta dhanka hawl fududaynta, ka hadalka fagaaraha, ku dabaqida aragti sinnaan leh, iyo miisaaniyada dowladda oo ay ku jiraan qorsheynta, saadaalinta iyo nidaamyada wax ansixinta.

Waxa aan Rajeynayno In Aad Keento

- Wax daneyn daacad laga yahay oo ah adeega dadweynaha
- Khibrada ah in hab iskaashi, ixtiraam leh, iyo waxtar leh loola shaqeeyo dad ka soo kala jeeda meelo kala duwan oo leh aragti kala duwan
- Aqoonta, xirfadaha iyo/ama waayo-aragnimada nololeed ee wax la isku wargelin karo oo kobcin karta doodaha guddiga
- Ballanqaad ah in la ilaaliyo qiyamka CBAC

Waxa Ay Guddigu Qaban Doonto

- La kulanka hoggaanka waaxda si wax looga ogaado barnaamijyada u baahan maalgelinta

- Qiimeynta sida codsiyada miisaaniyaddu u waaqafsan yihiin qiyamka waaxda iyo guddiga
- U soo bandhigida talooyinka ee Guddiga Komishanka Degaanka

Heshiisyada La wadaago

- Xubnuhu waa in ay xor ka ahaadaan wixii dano is-khilaafsan ah ee la dareemo ama dhab ah
- Xubnuhu waa in ay diyaar u yihiin in ay ka soo qayb galaan kulamada bilaha ah iyo fadhiyada shaqo ee dheeraadka ah hadbka sida loogu baahdo si loo soo dhammeystiro talooyinka miisaaniyadda.
- Xubnuhu waa in ay fishaan in ay ku tabarucaan 2-6 saacadood bishii.
- Degaanku wuxuu isku dayi doonaa in uu meesha ka saaro caqabadaha dhaqaale iyo qorsheyn ee loogu talagalay ka qay qaadashada kulamada shakhsi ahaaneed, oo ay ku jiraan magdhowga kharashka daryeelka ilmaha, baarkinka, gaadiidka iyo bixinta cuntada marka ay suurtagal tahay.
- Degaanku wuxuu bixin doonaa taageero farsamo oo ah ku soo biirida kulamada dhanka internet-ka ● Degaanku wuxuu bixin doonaa adeegyada turjumaada

Xaddidaadaha

- Xeerka Degaanku wuxuu sheegayaa *doorbidid la siinayo* dadka shaqeeya, ama degan Degaanka Multnomah.
- Shaqaalaha degaanka looma magacaabi karo in ay ka shaqeeyaan oo noqdaan guddiyada Degaanka iyo guddiyaasha.

Nidaamka Magacaabida

- Magacaabida guddiga waxaa sameeya Guddiga Komishanka Degaanka waxayna socdaan muddo saddex sano ah, iyada oo ay jirto kala doorasho lagu cusbooneysiinayo saddex sano oo kale.
- Ka hor inta aan lagu talin in musharax suurtagal ah la soo magacaabo, xubnaha guddiga ee hadda jira ayay dhici kartaa in ay:
    - Dib u eegaan codsigaaga
    - Qabtaan wareysi aan rasmi ahayn
    - Ku martiqaadaan musharaxa in uu ka soo qayb galo kulanka CBAC

Si aad U codsado

- Buuxi OCI codsigeeda dhanka internet-ka / PDF la buuxin karo oo garo danta aad ka leedahay Waaxda Caafimaadka CBAC, gaar ahaan
- Ka dib codsiga, musharixiinta la doorto waxaa laga codsan doonaa in ay

buuxiyaan weydiimo kooban iyo wareysi ay la yeeshaan Xubnaha Caafimaadka CBAC ee hadda jira

Haddii aad daneynayso in aad ogaato waxyaabo dheeraad ah oo ku saabsan CBAC, fadlan Jonathan Livingston kala xiriir 503-894-2490 ama jonathan.livingston@mutlco.us. Waxaad sidoo kale halkan ka gudbin kartaa codsiga CBAC Degaanka oo kasta: Xafiiska Ka qayb qaadashada Bulshada.

Guddiga Tala bixinta Miisaaniyadda Bulshada

Qoraalka Qiimaha

Multnomah County Health Department

Waxaan nahay hoggaamiyayaal wax beddelaya.

Shaqadayadu waxay wax ka qabataa halka uu salka ku hayo dulmiga isku xiran, waxayna dib u qeexdaa nidaamyada awoodeed. Isbeddelku wuxuu ku yimaadaa isbeddel shakhsi iyo mid wadajira labadoodaba. Marka aan qabano shaqada, waxaan ku tababar doonaa qiyamka oo dib u habeyn doonaa xirfadaheena hoggaamiyaal ahaan.

Waxaan bixinaa aqoon khibrad leh.

Waxaan nahay dad khibrad u leh waxa looga baahan yahay bulshooyinkeena. Iyada oo sababtu tahay ahaanshaha aan nahay xubnaha bulshada, waxaan si gaar ah ugu qalanaa in aan soo jeedino talooyin saameyn yeelan doona oo u adeegi doona aragti weyn. Waxaan bixinaa heer maamul kaasi oo ah isbeddel awoodeed anaga oo kor u qaadanayna codadka firfircoon ee macnaha leh ee bulshooyinka Degaanka Multnomah ee aan u adeego.

Waxaan ilaalinaa cadaaladda jinsiyadeed.

Waanu aqoonsanahay in caafimaadka jireed iyo maskaxeed ee dadka midabyada kala duwan, iyo badbaadada iyo wanaaga bulshooyinka midabyada kala duwan leh, ay yihiim arrimo cadaaladdeed. Hay'ado dowladdeed ahaan, waanu aqoonsanahay dhibaatada naxdin leh (ee mid taariikheed iyo mid joogta ah labadoodaba) ee ah in bulshooyinkeenu ku dhibaataysan yihiin gacmaha hay'adaha dowladda; weli, waxaan raadinaynaa in aan hagaajino oo soo celino dareenka badbaado iyo cadaaladdeed. Iyada oo la isku dheelitirayo aqoonta, waayo-aragnimada wax ku oolka ah, iyo xikmada iyo waxyaabaha ay aaminsan yihiin kuwa aan u adeegno, waxaan horumarinaynaa habka muhiimka ah ee bogsashada.

Waxaan u hawlgalnaa si sharaf iyo ixtiraam leh.

Waxaan maamusnaa bini'aadantinimada kuwa ka qayb qaata shaqadani iyo sidoo kale xubnaha bulshada ee ay saameysay shaqadan. Waxaan u aragnaa iskaashiga bulshadu in uu muhiim u yahay qorsheynta muddada fog, xal wax ku ool ah u yahay caqabadaha caafimaadka dadweynaha. Waxaan tirooyinka u aragnaa oo in aysan kaliya lagama maarmaan u ahayn dejinta miisaaniyad iyo siyaasado loo siman yahay, balse sidoo kale yihiin matalaad dhab ah, saameyn la taaban karo u leeyihiin nolosha maalinlaha ah ee saaxiibadeen iyo deriskeena.

Waxaan aaminsanahay fahamka dhaqamada u dhexeeya.

Waxaan keenaynaa hab kala duwan, luqaddo badan ka kooban, oo jiilasha ka dhexeeya oo la xiriira aqoon-raadiska. Qiimeynta sinnaanta, waxaan raadinaynaa codadka kuwa ka maqan wada hadalka. Waxaan taageernaa xikmada bulshooyinka oo u qiimeynaa xukunkoodu in uu la mid yahay kuwa aan leenahay. Si loo fududeeyo ka qayb qaadashada bulshada oo la gaarsiiyo ilaa inta ugu badan ee suurtagalka ah, waxaan tixgelinaynaa caqabadaha ka mid noqoshada sida luqadda, gaadiidka, daryeelka carruurta, iyo cunto yaraanta kuna dadaalaynaa in aan aragto baahida loo qabo qalabkan helitaanka muhiimka ah oo ka turjumaya heerka miisaaniyadda. Waxaan nahay hay'ad la beddeli karo waxaanan ognahay in sida ugu wanaagsan ee loogu adeegi karo kuwa ay tahay in si wanaagsan saameyn loogu yeesho waa in la beddelo marka baahidu timaado.

Waxaan anshaxa u aragnaa udub-dhexaadka.

Waxaan dhisaynaa kalsooni anaga oo waqti gelinayna xiriiradeena, muujinayna ixtiraam anaga oo kala caddeynayna ujeedadeena, nidaamka iyo qasdigeena. Waxaan wacyi gelinta gaar ahaaneed u keenaa nafteena dad ahaan iyo jirkeena guud ahaan si loo xaqiijiyo is waafajinta iyo is dhexgalka aan kala go' lahayn ee hadalka iyo ficilka. U adeegida si anshax leh oo joogto ah waa mabda'a hadafkeena inaga oo raadinayna in aan dhisno buundada isku xirnaanta iyo isku-tiirsanaanta oo u dhaxaysa nafteena iyo kuwa aan u adeegno.