



*Waxaa jira dad fahmaya xaalkaaga.  
In aad la hadasho khabiir ku  
daaweeya ayaa ku cawin karta.*



## Nagu saabsan

**Qoysaska ay Saameeyeen  
Rabshadaha Qori - Kooxda  
Kheyraadka Caafimaadka  
Habdhaqanka (GVIF - BHRT)**

waxay isku daraysaa daaweynta  
caafimaadka dhimirka ee  
dhaqan ahaan ka jawaabeysa iyo  
taageerada saaxiibada la nool  
khibradda si ay u caawiyaan kuwa  
ay saameysay rabshadaha qoriga.

limayl [gvbhrt@multco.us](mailto:gvbhrt@multco.us) wixii  
macluumaad dheeraad ah.  
Wac 503-988-9883 si aad u samayso  
tixraac ama sawir lambarka QR si  
aad u buuxiso foomka gudbinta.



GVHRT Referral Form

**Multnomah  
County**  
Health Department  
Behavioral Health Division



## **QOYSASKA AY SAAMAYSAY RABSHADAH QORIGA KOOXDA JAWAABTA CAAFIMAADKA HABDHAQANKA**

*Qaar badan oo naga mid ah waxay goobjoog  
u ahaayeen ama la kulmeen dhibaato  
bulshooyinkeena dhexdooda ka dhaca. Waa aynu  
wada shaqayn karnaa si aan usoo kabano.*



**Multnomah  
County**  
Waaxda Caafimaadka

## Isku xirka. Bogsasho. Taageerida.

### Waxaan nahay GVIF-BHRT

Kooxda Kajawaabista Caafimaadka Dhaqanka ee degmada Multnomah waxay siisaa Qoysaska ay saamaysay Rabshadaha Qoriga daawaynta caafimadka maskaxda ee dhaqan ahaan ka jawaaba kuwa ay si toos ah u saamaysay rabshadaha qoriga.

### Waxaan ka caawinaa bogsashada

Kooxdeeynu waxay hiigsanaysaa inay yarayso calaamadaha dhaawaca, iyadoo siinaysa dhaqamo rajo leh iyada oo loo marayo muraayad iyo hab dhaqan ahaan ka jawaabaya.

### Waxaan abuureynaa isbedelo taageero leh

- Daawaynta iyo taageerada caafimaadka dhimirka ee dhaqameed-gaar ah
- Kulamo daawaynta guriga ku salaysan oo laga warhelay dhaawaca
- Taageerada asxaabta ee Credible Messengers – xubnaha bulshada ee si guul leh ugu wareegay noloshu ka dib ku lug lahaanshaha qoriga iyo rabshadaha kooxda



## Wacyigelinta + Qiimaynta + Khayraadka = Soo kabashada

**Wacyigelinta iyo Ka-qaybgalka:** Kooxdeeynu waxay dhistaa xiriirka macaamiisha la soo gudbiyay si loo hubiyo inay dareemaan taageero, ogaadaan baaxadda adeegyada oo ayna, diyaar u yihiin inay ka qayb qaataan habka daaweynta.

**Baaritaanka qaadashada barnaamijka:** La-taliyayaasheena Caafimaadka Maskaxda waxay la kulmaan macaamiisha si ay u go'aamiyaan u-qalmitaanka diiwaangelinta barnaamijka.

**Ilaha ku Haboon:** Kooxdeeynu waxay gacan ka gaystaan isku xirka adeegyada caafimaadka dhimirka iyo macaamiisha aan buuxin shuruudaha diiwaangelinta barnaamijka ama doorbidaya barnaamij kale.

**Credible Messenger:** Xubnaha bulshada ee khibrad nololeed u leh rabshadaha qoriga waxay si dhow ula shaqeeyaan macaamiisha si ay u dhamaystiraan daaweynta caafimaadka dhimirka.

### Qiimaynta Caafimaadka Maskaxda:

Xirfadlayaasha Caafimaadka Maskaxda ee Aqoonta leh waxay siiyaan taageero toos ah macmiilka iyagoo isticmaalaya wada hadal iyo su'aalo si ay u fahmaan ilaha hoose ee calaamadaha macmiilka.

**Qorshaha Daaweynta:** La-taliyaha Caafimaadka Dhimirka iyo macmiilka ayaa kulmaya si ay u horumariyaan yoolal istiraatiijiyadeed si loo yareeyo calaamadaha iyagoo ka qayb qaadanaya daawaynta Shakhsi, Qoyska, ama Kooxda.

**Daaweynta Qofka:** La-taliyaha Caafimaadka Dhimirka iyo macmiilku way kulmaan si ay macmiilka u siiyaan farsamooyin kala duwan oo wax looga qabto baahiyaha macmiilka.

**Daaweynta Qoyska:** Teraabiyada cilmi-nafsiyeedka waxay ku lug leedahay la shaqaynta xubno badan oo qoys – caadiyan degdeg ah ama fidsan – si wax looga qabto isku dhacyada, wanaajinta xiriirka, iyo wanaajinta fayoobida xubinta qoyska iyada oo ka caawinaysa xubnaha qoysku inay yeeshaan dareen weyn iyo isfaham midba midka kale si loo dhiso xiriir adag oo caafimaad qaba.

**Daaweynta Kooxda:** Daawaynta cilmi-nafsiga ee lala yeesho la taliye caafimaadka dhimirka iyo koox yar oo si joogto ah u kulma si ay wax uga qabtaan walaacyada shakhsi ahaaneed, shucuureed, ama dabeecadeed.

Habkani wuxuu fursad u yahay shakhsiyadka inay wadaagaan waayo-aragnimada oo ay taageero ka helaan kuwa kale oo laga yaabo inay la kulmaan arrimo la mid ah.



## Is diwaangeli. Tixraac. Helitaanka.

### Diiwaangelinta:

- Da'da 10 ilaa 25 jir
- Ku nool Degmada Multnomah
- Si toos ah u saameysayrabshadaha qoriga

### Samee gudbin:

limayl.gvbhrt@multco.us u ah isku xirka, ama sawir koodka QR si aad u buuxiso foomka gudbinta.



### Hel adeegyada dhibaatooyinka:

Ka wac Faragelinta Dhibaataada ee Degmada Multnomah lambarka 503-988-4888.