



Bisha Wacyigalinta Caafimaadka Maskaxda

Maayo Waa Bisha Wacyi-galinta Caafimaadka Maskaxda: Macluumaadka iyo Agabyada ee Addeegyada Taageerada Ardayda PPS

Iyada oo ay laga maarmaan tahay in diirada la saaro fay-qabka dhimirka bil kasta, haddana bisha Maayo waxaa loo asteeyey inay noqoto Bisha Wacyi-galinta Caafimaadka Maskaxda.

Dugsiyada Dadweynaha Portland waxaa ka go'an sidii ay kor ugu qaadi lahaayeen fay-qabka iyada oo la taageerayo dhammaan ardaydeena sidii ay noqon lahaayeen kuwo caafimaadkoodu fiican yahay, maskax ahaan iyo jir ahaanba.

Xafiiska PPS ee Taageerada Addeegyada Ardayda wuxuu wada shaqeyn la leeyahay shaqaalaha iyo saaxiibada bulshada sidii loo siin lahaa taageero kala gedisan oo ka imanaya, shaqaalaha bulshada ee dugsiga, la-talilyaasha ardayda dugsiga, iyo khabiirada cilmi-nafsiga ee saaxiibadeena bulshada. Haddaba si aad u raadiso addeegyadani waxaad ka heli kartaa dugsigaaga, adiga oo booqanaya <http://ppsfamilysupports.com/>.

Agabyada

Waxaa macuulaamad ku saabsan sida caawimada lagu helo haya La-taliyaha ardayda ee dugsigaaga, shaqaalaha bulshada dugsiga, ama khabiirka cilmi-nafisga, ama waxaan walba la xiriiri kartaa hay'adahan soo socda haddii ay jiraan wax aad walaacsan tahay adigu ama qof kale ka walaacsan yahay. Waxaad kala xiriir kartaa halkan:

- Telefoonka Khadka Dhallinyarada: Text Teen to Teen 839863
 - Dhallinyaradu waxy fariin degdeg ah ka heli karaan qof loo tababaray inay ka jawaabaan baahiyaha caafimaadka maskaxda dhallinyarada
- ReachOut Oregon waa khad telefoon oo waalidiinta iyo daryeelayaashu ay wici karaan: 1-833-732-2467
 - Waa khad isku xira bulshada halkaasi oo su'aalaha la qabo laga jawaabayo, agabyada la wadaagayo, iyo in la fahmo baahiyahooda.
- Khadka Telefoon Guud Si Toos ah Lagaaga Jawaabayo: Call 800-273-8255
- Khadad Gaar ah oo Loogu Talagalay Inay Taageeraan Sinaanta Jinsiga dadka midowga ah oo ay ka Jawaabayaan Shaqaale: 503-575-3764

- Khadka Trevor ee LGBTQIA+ Dhallinyarada: Text “START” to 678678
- Khadka Multnomah County Crisis oo ay ka mid yihiin telefoonada gacanta ee la soo wici karo: Soo wac 503-988-4888 (waxaa la heli karaa turjubaano iyo iyada oo la heli karo 24/7)
- Khadka Ka Hortagga Isdilka: Soo wac 1-800-273-8255 (waxaa la heli karaa turjubaano iyo iyada oo la heli karo 24/7)
 - Khadka dadka ku hadla luqada Isbaanishka: 1-888-628-9454
- Khadka telefoonka SafeOregon: Wac ama Fariin degdeg ah u dir 844-472-3367
Email: tip@safeoregon.com
 - Khadkan telefoonku wuxuu sugaa amniga, wuxuu kale oo siiyaan inuu si qarsoodi ah ula socodsiiyo maamulka dugsiga inay nabadgelyada ardayga ay khatar ku sugan tahay iyada oo si cad loo sheegayo inuu waajahayo cago-jugleyn.

Waxaa intaas dheer, waxaad halkan ka helaysaa agabyo muhiim ah oo aan jecelnahay inaan idinla wadaagno:

- **Youth Resource App** waa app ay dhallinyarada loogu talagalay inay ku xiriiraan. Iyada oo bilaash ah waxaad kala soo degi kartaa golayaasha Apple iyo Android.
- **Community Wellness Supports** (waxaa kale oo aad wici kartaa khadadka qoysaska)
 - [Isbaanish](#)
 - [Fiitnaamiis](#)
 - [Shiinaha](#)
 - [Soomaali](#)
 - [Ruushan](#)
- **Soo Kabashada, Waxbarashada, & Tallaabooyinka Nolasha Caafimaadka (RE AHL)**
- **Isbahaysiga Qaran ee Caafimaadka Maskaxda(NAMI)**

Waxaan rajeyneynaa inaad aqoonsato Addeegyada Taageerada Ardayda PPS oo dhinacyo fara badan kuwaasi oo taageeraya fayyo-qabka ardayda. Waad mahadsan tihiin.