



Sideen anigu u bilaabaa?

Wac lambarka 1-800-322-2588.

Hagaha Khayraadka Qoyska (Family Resource Navigator) la bilow wadhadalka ku saabsan baahiyaha qoyskaaga.

Adeegyada barnaamijka Help Me Grow waxaa lagu heli karaa luqadaha oo dhan.


Sidee ayay taasi u hirgashaa ama u shaqaysaa?

Hagaha Khayraadka Qoyska ayaa adiga kaa hagi kara marxad walba oo ka mid ah hawsha. **Waxuu qofkaasi:**

- 1 Dhegeysan doonaa baahiyaha qoyskaaga.
- 2 Soo heli doonaa khayraadka ama adeegyada ugu fiican qoyskaaga.
- 3 Qoyskaaga u gudbin doonaa adeegyada iyo taageerada ka diyaar ah degaanka ama xaafadda.
- 4 Dib ula soo xiriiri doonaa qoyskaaga si uu u hubiyo in aad hesheen taageeradaas.
- 5 Idinla xiriirin doonaa khayraadka ama adeegyada dheeraadka ah ee qoyskaagu raadinayo.

Waxaan adiga kugu taageeri karnaa habab kaladuwan. Barnaamijka Help Me Grow ee Washington waxuu ku deeqaa:

- La xiriirinta adeegyada guriga u dhow
- Baarista horumarka carruurta, oo aanan lahayn xuduud dakhli
- Khayraadka gargaarka cuntada
- Caymiska caafimaadka ee bilaashka ah ama qiime yar
- Khayraadka ama adeegyada uurka iyo waalidnimada



Maxaan
anigu filan
karaa?

Wac lambarka 1-800-322-2588

Booqo www.helpmegrowwa.org