Beddelidda Qaabka Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar

FALANQEYNTA XAALADDA GAARKA AH IYO QORSHAHA ISTIRAATIIJIGA AH EE DEGMADA KING

King County

Best Starts for KIDS

QAYBTA 1AAD: **Warbixinta Bulshada oo Kooban**

Waxyaabaha Ugu Muhiimsan “Beddelidda Qaabka Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar”

Xiriirrada waa wadnaha horumarinta aadanaha iyo kobcinta

Dhallaanka, carruurta socod-baradka ah, iyo carruurta yaryar, dhammaan horumarkoodu wuxuu ka dhacaa xiriirrada gudahooda. Xiriirrada u dhaxeeya carruurta iyo daryeelayaashooda waxay bixiyaan aasaaska bulsho iyo midka shucuureed ee ay carruurta u baahan yihiin si ay wax u bartaan una kobcaan noolashooda oo dhan.[1] Takhasuska xad ahaan aadka u yar ee **Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka, iyo Carruurta Yaryar** ayaa haya furayaal badan oo lagu xaqiijinayo in carruurta ay ku kobcaan qoys kasta oo ku nool guud ahaan degmada King.

Warbixintan bulshada ee kooban *waa guudmarka warbixinteenna dheer ee Beddelidda Qaabka Caafimaadka Dhimirka Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar: Falanqeynta Xaaladda Gaarka ah iyo Qorshaha Istiraatiijiga ah ee Degmada King.*

Sannadkii 2017, hindisaha Best Starts for Kids ayaa bilaabey ***falanqeynta xaaladda gaarka ah*** si uu wax uga ogaado awoodaha, fursadaha, iyo caqabadaha hor yaalla adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar ee guud ahaan Degmada King. Falanqeyntan ayaa horseeday **qorshaha istiraatiijiga ah** ee bulshada si ay u taageerto sii wanaajinta natiijooyinka bulshada iyo shucuurta ee carruurta iyo qoysaska. Marka aynu hirgelinayno qorshaha istiraatiijiga ah, ayaa waxaan hiigsaneynaa xoojinta adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar ee Degmada King.

Laga Soo Qaatay Dulmarkeenna Guud

Aragtida iyo qiyamka

Aragtida Best Starts waa in ay taageerto ilmo kasta ee ku dhasha ama cunug kasta ee lagu barbaariyo Degmada King in uu gaaro qaangaarnimo farxad leh, caafimaadqab leh, ammaan ah, oo kobcaysa. Sida bar bilow ahaan, xubnaha bulshada ayaa waxay bilaabeen sameynta himilo iyo qiyam la wadaago si ay u hagaan falanqeynteenna iyo hannaanka qorsheynta.

Waxaannu is-tuseynaa Degmada King oo qiimeynaysa dedaallada ay wadaan qoysaska si ay u bixiyaan deegaanno daryeel oo loogu talagalay carruurta. Iyadoo ku wajahan yoolkan, ayaa Degmada King waxay kordhineysaa ballanqaadkeedda iyadoo mudnaan siinaysa caafimaadka bulshada iyo dareenka ee dhammaan dhallaanada, carruurta socod-baradka ah, iyo carruurta yaryar (dhalashada ka hor ilaa da'da 5) iyo qoysaskooda.

Ballanqaadyada iyo qiyamka aasaasiga ah ee mashruucan waxaa ka mid ah **sinnaan, mas'uuliyad iyo aaminid, adeegyo aadanuhu udub-dhexaad u yahay, wada-shaqeyn, iyo u dhammaansho**.

Geeddi-socodkeenna

Mashruucan wuxuu adeegsaday hab loo yaqaanno "cilmi-baarista waxqabadka bulshada.” Laga soo bilaabo bishii Jannaayo 2019 ilaa Juunyo 2021, waxaannu sheekooyin ka soo ururinay kooxo kala duwan oo qoysas ah, adeeg-bixiyeyaal, iyo la-hawlgalayaasha bulshada. Annaga oo sheekooyinkan maskaxda ku hayna, ayaa waxaan qoysaska iyo la-hawlgalayaasha bulshada kala shaqayney samaynta macnaha, dejinta ahmiyadaha, qorshaynta, iyo dib-u-eegista warbixintan. Waxaannu degaanahaan kula shaqeynay la-hawlgalayaasha Degmada King iyo mashruuca la midka ah ee gobolka oo dhan.

Qoysaska Degmada King oo badan ayaa ku lug lahaa mashruucan, oo ay ku jiraan:

7 kooxood oo qoysas ka kooban oo arrimo gaar ah isla-falanqeynayey si ay udub dhexaad ugu noqdaan codadka qoysaska Madowga ah, Asaliga ah, Laatiinta ah, Kongoleeska ah, iyo kuwa Fiitnaameeska ah.

12-xubnood oo ah Golaha Bulshada oo ka kooban waalidiinta iyo adeeg-bixiyeyaasha guud ahaan Degmada King si ay u wadaagaan sawirro iyo sheekooyin laga soo qaatay noloshooda iyo waayo-aragnimada ay u leeyihiin Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar.

Waa Maxay Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar?

Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar waxaa muhiim u ah kartida iyo awoodaha carruurta yaryar. Waxaan dooneynaa in aan xoojinno awoodda ay u leeyihiin:

- in ay dareemaan, muujiyaan, iyo in ay maareeyaan shucuurtooda ama dareenkooda;
- in ay xiriir dhow la yeeshaan carruurta kale iyo daryeelayaasha; iyo
- in ay ka hadlaan oo ay wax ku bartaan gudaha qoyskooda, bulshadooda, iyo dhaqankooda.[2]

Qoysaska iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka, iyo sidoo kale xaafadaha, asxaabta bulshada, barnaamijyada waxbarashada carruurta yaryar, iyo bulsho weynta—dadka iyo goobaha nolosha carruurta ayaa dhammaantooda waxay isbeddel ku sameeyaan kobacooda dareen iyo midka bulsho iyo noolal-wanaagga.

Qoysaska oo dhan waxay u baahan yihiin taageero si ay carruurta u siiyaan aasaas shucuureed iyo mid bulsho oo adag

Waayo-aragnimada barbaarinta carruurta waxay noqon kartaa wax lagu farxo oo abaal-marin leh, oo sidoo kale ah wax laga walaaco oo adag. Xiriirrada qoyska ayaa bilowda ka hor inta ilmaha uusan imaan waxayna sii socdaan inta ka dhiman noloshiisa.

"Bixinta daryeelka la bixiyo in muddo ah" waxaa ku jira waxyaabo badan

Kor-u-qaadista

Kor-u-qaadista wacyigelinta waxaa ka mid ah taageerooyinka sida macluumaad wadaagista, baaritaannada koritaanka, iyo kheyraadyo lagu taageerayo xiriirrada daryeelka-cunugga oo xooggan, koritaan caafimaadqab leh, iyo barashada carruurta yaryar. Dhammaan carruurta iyo qoysaskaba waxay u baahan yihiin in ay helaan kor-u-qaadista Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar.

Ka-hortagga

Waxaa ka mid ah adeegyada gacanta ka geysta wax-ka-qabashada iyo yareynta walaacyada suuragalka ah ee ku saabsan koboca bulsho iyo dareen kuna dhisan awoodaha carruurta yaryar iyo qoysaskooda.

Daaweynta

Waxaa ka mid ah adeegyada caafimaadka ee wax-ka-qabta waxyaabaha aasaasiga ah ee sababa dhaawaca ama qalqal-gelinta wanaagga bulshada iyo dareenka. Yareynta kurbada iyo kordhinta adkeysiga iyo wax-ka-beddelka ayaa gacan ka siin kara carruurta yaryar iyo qoysaskoodaba in ay ku soo noqdaan horumar caafimaad qaba.

Laga Soo Qaatay Falanqeynteenna Xaaladda Gaarka ah

Goobjoog ahaw... SHEEKADA SELAM

"Annaga oo is-dhinac soconna una soconna goobta tababar-qaadashadiisa, ayaa waxaa igu soo jeestay Josiah wuxuunna igu yiri, 'Hooyo waan ku jeclahay.' Qalbiga ayaa i qaboobay maxaa yeellay waxaa jiray waxyaabo badan oo aan ka welwelsanaa taasina waxay ahayd markii aan bilaabay in aan diirradda saaro waxa muhiimka ah: in aan la joogo oo aan waqti tayo leh la qaato wiilkeyga.

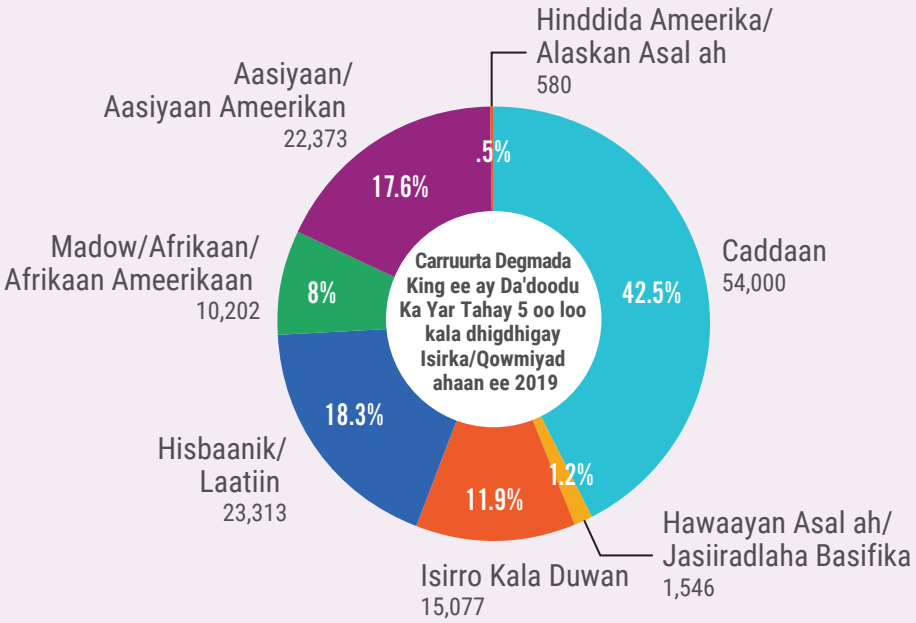
Sida hooyo keligeeda ah oo shaqeysa, waxaa jira waxyaabo badan oo aan ka baqayo in aan si khalad ah u sameeyo: in aanan waqti isaga la qaadan, in aanan siinin waxa uu u baahan yahay, ama in uu fursadda heli waayo. Waan ogahay in aanan keligeyga ahayn. Shaqadeyda marka aan joogo waxaan hooyooyinka aan la shaqeeyo ka maqlaa waxyaabo la mid ah. Waxaa jirta cabsi guud oo laga qabo dhaawaca qarracan ee ay soo mareen iyo sida uu kaa ugu yeellan karo saameyn muddo-dheer soconaysa. Waqtiyadan oo kale waa muhiim in diirradda la saaro."

–Waalid ku nool Degmada King

Waa kuwee carruurta yaryar iyo qoysaska ku nool Degmada King?

- **Ku dhowaad 130,000 oo carruur ah** oo ay da'doodu ka yar tahay 5 ayaa ku nool Degmada King.[3]
- **10-kii sano ee ugu dambeeyay ee la soo dhaafey,** kala-duwanaanshaha qowmiyadaha carruurta yaryar ee Degmada King ayaa sii kordhay.
- **In ka badan 20% ee dadweynaha** Degmada King waa qoysas muhaajiriinta ah ama hadba meel u guura.[4]
- **In ka badan 18,000 oo carruur ah** oo ay da'doodu ka yar tahay 5 (14.6%) ee ku nool Degmada King ayaa saboolnimo ku jira.[5]
- **In ka badan 1 qof 4-tii qofba oo uur leh** oo ku nool Degmada King ayaa la kulma niyad-jabka dhalmada ka hor.[3]

  Cilmi-baaris ayaa muujinaysa xannuunka dhimirka, in inta lagu guda jiro iyo ka-dib uurka, uu ku badan yahay dadka dhalaya wuxuuna ka dhalan karaa isbeddellada hoormoonta iyo jirka iyo sidoo kale culeyska shucuureed ee isbeddelkan nololeed ee mugga leh.[6]



> *"Waxaan ku dedaalaynaa in aan sii wadno dhaxalkeenna annaga oo la wadaagayna dhaqankeenna quruxda badan carruurteenna xitaa marka bulshadu isku-dayayso in ay si kale noo sheegto."*
>
> *- Waalid ku nool Degmada King*

Qoysaska ku nool Degmada King ayaa waxay leeyihiin awoodo badan oo loogu talagalay taageeridda carruurtooda yaryar, oo ay ku jiraan:

- Aqoonta koritaanka carruurta.
- Akhris, heesid, iyo la wadaagista carruurtooda fursadaha barashada.[7]
- In ay haystaan qof ay u noqdaan si ay uga helaan taageerada dareenka hawlaha waalidiinta iyo barbaarinta carruurta.[8]

Sidaas oo ay tahay haddana waxaa jira caqabado ka hortaagan helidda adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar, sida:

- Qoyska iyo adeeg bixiyeyaasha had iyo jeer ma garanayaan halka ay ka raadsanayaan macluumaad ama adeegyo.
- Adeegyada oo dhan ma ahan kuwa tayo ahaan, dhaqan aan habboon, ama lagu heli karo luuqadda uu qoysku door-bidayo.
- Degmada oo dhan kama jiraan adeegyo la heli karo oo ku filan daboolidda baahiyada qoyska.
- Gaadiid, saacado aan habboonayn, waqtiyo sugitaan oo dheer, iyo geeddi-socodyada ayaa abuura caqabado.
- Adeegyadu waxay u baahan yihiin in si wanaagsan la isugu duwo si loo daboolo baahiyada carruurta iyo qoysaskooda.

Taariikh ahaan, carruurta iyo qoysaska qaarkood waxaa ay caqabado badan kala kulmeen helidda adeegyada loogu talagalay Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar. Gudaha nidaamyada hadda jira, dadka Madowga ah, Asaliga ah, qoysaska midabka, muhaajirka, dadka aan ku hadlin Af Ingiriiska, iyo qoysaska bulshooyinka reer-miyiga ah waxaa ay dhammaan caqabado kala kulmi doonaan in baahiyadooda la daboolo.

Laga Soo Qaatay Qorshaheenna Istiraatiijiga Ah

Qoysas badan iyo la-hawlgalayaasha bulshada ayaa gacan ka geystay in ay macno sameeyaan oo ay dejiyaan mudnaanaha laga bartay kooxaha arrimaha gaarka ah isla-falanqeynayay. Shanta mudnaano ee ka soo baxay ayaa udub dhexaad u ah himiladooda iyo qiyamkooda. Mudnaan kasta waxay leedahay dhowr istiraatiijiyadood iyo tallaabooyin waxqabad oo lagu muujiyay qorshaha istiraatiijiga ah ee dheer. Laga bilaabo bar bilowgan, waxaan rajaynaynaa in aan abuurno isbeddellada loogu baahan yahay Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar.

MUDNAANTA 1AAD: Kor-u-qaadista wanaagga bulshada iyo dareenka ee dhammaan carruurta iyo qoysaskooda.

MUDNAANTA 2AAD: Ku-xiridda qoysas badan adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar, oo ay ku jiraan kor-u-qaadista, ka hortagga, iyo daaweynta.

MUDNAANTA 3AAD: Bixinta adeegyo tayo-sare leh, dhaqan ahaanna habboon kuwaas oo daboola baahiyada qoysaska.

MUDNAANTA 4AAD: Taageeridda dhammaan adeeg-bixiyeyaasha tooska ah ee guud ahaan daryeelka la bixiyo in muddo ah.

MUDNAANTA 5AAD: Dhisidda iyo xoojinta shabakada adeegyada Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar ee degmada oo dhan.

Beddelidda Qaabka Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar: Falanqeynta Xaaladda Gaarka ah iyo Qorshaha Istiraatiijiga ah ee Degmada King

Mashruucan wuxuu ahaa dedaal sannado badan socday oo lagu dhageysanayo, baranayo, oo lagu dejinayo mudnaanaha. Istiraatiijiyadaha la soo-jeediyay waxaa udub dhexaad u ah carruurta iyo qoysaska waxayna horseedi doonnaan isbeddel qoto-dheer, joogto ah muddo ka-dib. Waxaan rajo weyn ka qabnaa in shaqadeenna ee naga horreysa in ay saameyn ku yeellan doonto qoysaska, adeeg-bixiyeyaasha, iyo la-hawlgalayaasha bulshada. Dad badan oo u dooda Caafimaadka Dhimirka ee Dhallaanka iyo Carruurta Yaryar ayaa loo baahan yahay si looga jawaabo baaqyadan wax-ka-qabashada.

2106_11561a_iecmh_lasp_community_summary_CH.indd