Somali

Dugsiyada Dadwaynaha Seattle (SPS) ayaa ardayda siin doona su'aalaha Sidee Yahay Dareenkaagu? (Check Yourself) ee qayb ka ah barnaamijka SBIRT. Barnaamijkan waa deeq la maalgeliyay oo ujeedadiisu tahay in la dhimo isticmaalka maandooriyaha, kor loogu qaado caafimaadka dhimirka, iyo in la siiyo ardayda agabka loo baahan yahay si ay u koraan.

Su'aalaha Jeega Naftaadu gabi ahaanba waa ikhtiyaari. Qoysasku waxay dooran karaan inay ka cudurdaartaan ardaygooda, ardayduna sidoo kale way diidi karaan inay ka qaybqaataan. Ma jiro wax ciqaab ah ka-qaybgal la'aanta iyo buundooyinka ardaygaaga lama saameyn doono. Foomka xog-ururinta waxa laga eegi karaa dugsigaaga ama bogga SPS SBIRT/Check Yourself oo ah https://www.seattleschools.org/departments/prevention-and-intervention/sbirt-check-yourself/. Si aad u doorato ardaygaaga ka qaybgalka, fadlan la xidhiidh Kahortagga iyo Takhasuslaha ka hortagga dugsigaaga.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Is-baari ama SBIRT, fadlan dib u eeg Su'aalaha Inta badan La Isweydiiyo ee hoose.

Waa maxay SBIRT iyo Check Yourself?
Barnaamijka Baadhitaanka, Farogelinta Kooban, iyo U Gudbinta Adeegyada (SBIRT) waxa loo isticmaalaa in lagu aqoonsado, lagu dhimo, loogana hortago isticmaalka maandooriyaha iyo in lagu taageero wanaagga jireed, shucuureed, iyo bulsho ee ardayda. SBIRT waxay leedahay saddex qaybood oo waaweyn:

- Baadhitaanka: Ardaydu waxay qaataan is-dhexgal, ammaan ah, 10-15 daqiiqo su'aalo-ururinta ku salaysan mareegaha oo loo yaqaan "Is-Isbaari". Iska hubi naftaada waxay si dhakhso ah u siisaa jawaab celin shakhsiyeed ardayga waxayna ka caawisaa shaqaalaha inay go'aamiyaan in ardaygu ka faa'iidaysan karo taageero dheeraad ah.
- Faragelin Kooban: Xubin ka tirsan shaqaalaha SPS ayaa la xiriiri doona ardayda codsatay taageerada ama muujisay baahida suurtagalka ah ee taageerada. Ardaygu waxa laga yaabaa in uu la yeesho wada-hadal kooban, wada-hadal joogto ah oo uu la yeesho xubin ka tirsan shaqaalaha kuwaas oo diiradda saaraya xoogga iyo kartida ardayga. Wadahadalladan waxay ujeedadoodu tahay inay ku xidhaan ardayga waalidkooda/mas'uuliyiinta iyo taageerooyinka kale ama xeeladaha guusha.
- U Gudbinta Adeegyada: Haddii ardaygu u baahan yahay taageero dheeraad ah, shaqaalaha SPS waxay u gudbin karaan ardayda iyo qoysaska adeegyada bulshada ama dugsiga ku salaysan.

Waxaa sameeyay Cisbitaalka Carruurta Seattle, su'aalaha iska hubi naftaada waxa ay ku daraysaa qalab baadhiseed oo ansax ah waana hal-abuur muhiim ah oo lagu buuxinayo farqiga u dhexeeya xoojinta caafimaadka dhalinyarada iyo ka hortagga isticmaalka muqaadaraadka. Dhallinyarada iyo qoysaska Degmada King waxay ku lug lahaayeen horumarinta Naftaada, jawaab celintooduna waxay ahayd mid lama huraan u ah ururinta su'aalo-ururinta oo dhammaystiran, dhaqan ahaan ka jawaabaya, oo dhallinyarada saaxiibtinimo leh.

Sidee SBIRT uga faa'iidaysaa ardayda?
SBIRT waa hab guul leh, oo firfircoon si loo taageero ardayda. Ardaydu waxay tilmaamayaan in barnaamijka SBIRT uu siiyay hab ammaan ah oo raaxo leh oo ay ku muujiyaan baahiyahooda. Waxay dhalinaysaa wada hadal dhexmara ardayda iyo shaqaalaha dugsiga, kuwaas oo bixin kara taageero oo ku dhiirigaliya ardayda inay sameeyaan doorashooyin caafimaad qaba. Sanad dugsiyeedka 2025-2026, 7,062 arday ayaa la baaray. Ardaydaas, 19% waxay haysteen baahiyo aysan aqoon shaqaalaha dugsigu kahor baaritaanka. Barnaamijka SBIRT waxa uu caawiyaa in la aqoonsado walaacyadan goor hore marka wax lagaga qaban karo khalkhal yar oo fasalka ah iyo taageero aan degdeg ahayn.

Qaadashada su'aalaha jeegaga naftaada ma tahay ikhtiyaari?
Haa! Qaadashada su'aalaha jeegaga naftaada waa ikhtiyaari. Shaqaalaha SPS waxay ardayda u soo bandhigaan SBIRT iyo su'aalaha iska hubi oo u sharax sababta baaritaanka. Su'aalo-ururinta waxa ay ku bilaabmatay iyada oo la waydiinayo ardayda in ay muujiyaan ogolaanshahooda ka qaybgalka. Qoysasku waxay kaloo dooran karaan ilmahooda

ka-qaybgalka iyagoo la xiriiraya xafiiska ugu weyn ee dugsigooda, kooxda la-talinta, ama shaqaalaha SBIRT ee loo qoondeeyay.

Waa kuwee dugsiyada Seattle ee mashruuca ku lug leh?
Laga bilaabo sannad dugsiyeedka 2026-2027, SBIRT waxaa laga hirgeliyay dhammaan laba iyo tobanka dugsi dhexe ee SPS. Ballard, Chief Sealth, Garfield, Ingraham, Lincoln, Nathan Hale, Rainier Beach, Roosevelt, iyo Dugsiga Sare ee West Seattle waxay kaloo hirgeliyaan barnaamijka SBIRT.

Waa kuwee ardayda siinayo su'aal-ururinta xogwaranka?
Dugsiyada ka qaybqaadanaya, xog-ururinta naftaada iska hubi waxaa la bixiyaa heer caalami ilaa heer fasal oo dhan inta u dhaxaysa fasalka 6aad iyo 10aad. Heerarka fasalada oo dhan waa la baaraa sababtoo ah baadhista caalamiga ahi waxa ay caawisaa in la dhimo eexda habka aqoonsiga iyo ka jawaabista baahiyaha ardayda waxana ay caawisaa in la bahdilo helitaanka adeegyada caafimaadka dabeecadda. Sahanka Is- Hubinta Naftaada waxaa sidoo kale marmar la siiyaa ardayda la qoondeeyay kuwaas oo laga yaabo in lagu aqoonsado is-diritaan, imaanshaha hoose, falalka edbinta isticmaalka mukhaadaraadka, ama ilaha kale ee xogta ardayga.

Maxaa lagu waydiiyaa xog-ururinta nafsadaada?
Su'aalo-ururinta Check Yourself waa qalab is-dhexgal ah su'aalahana way kala duwan yihiin iyagoo ku salaysan jawaabaha ardayga. Waxaa jira ku dhawaad 40 su'aalood oo weydiinaya aqoonsiga, xoogga, taageerada, yoolalka, isticmaalka mukhaadaraadka, caafimaadka dhimirka, iyo badbaadada. Foomka xog-ururinta ayaa diyaar u ah in laga eego dugsigaaga iyo bogga internetka ee SPS SBIRT/Check Yourself.

Su'aalaha Jeega Naftaadu ma tahay qalab lagu ogaanayo?
Maya. Natiijooyinka ardaygu waxay tilmaamayaan kaliya shaqaalaha dugsiga in ardaygu ka faa'iidaysan karo taageerada. Marka la tilmaamo, shaqaalaha dugsigu waxay la xidhiidhi doonaan ardayga si ay u xaqiijiyaan natiijooyinkooda oo ay kala hadlaan ardayga baahidooda taageero. Shaqaaluhu waxay markaas la xiriiri karaan qoyska ama u gudbin karaan ardayga agabka iyo adeegyada kale sida ku habboon.

Yaa arka natiijada baaritaanka?
Xog-ururinta waxa maamuli doona Khabiirka Ka-hortagga iyo Ka-hortagga dugsiga kaasoo marka hore dib u eegis ku samayn doona natiijooyinka. Ardayda waxaa la ogaysiinayaa in jawaabaha shaqsiga ah lala wadaagi karo shaqaalaha SPS ee ay khusayso (sida la-taliyayaasha dugsiga ama kalkaaliyayaasha) sida ugu habboon. Waalidiinta/masuuliyiinta mar walba waa la ogeysiiyaa haddii ardaygu muujiyo khatar naftiisa ama kuwa kaleba. Ardeyda waxaa lagu meeleeyaa aqoonsiga wakiilnimada marka ay qaadanayaan xog-ururinta; Ma jiro magac arday ama nambarada aqoonsiga ardayga ee SPS oo la isticmaalo inta lagu jiro habka baaritaanka. Xogta aan qarsoodiga ahayn ee ka soo baxday baadhista waxa lala wadaagaa shaqaalaha SBIRT heer degmo iyo heer degmo si loo go'aamiyo agabka loo baahan yahay, ogaanshaha isbeddellada, iyo baadhista eexda ama farqiga u dhexeeya jawaabta SBIRT.

Sidee SPS u ilaalinaysaa natiijada ardayga iyo xogta SBIRT?
Shaqaalaha SPS SBIRT waxay dhowr siyaabood u ilaaliyaan sirta ardayda:

- Ardeyda waxaa lagu meeleeyaa nambarka aqoonsiga wakiilnimada marka ay qaataan su'aalaha iska hubi oo kaliya oo lagu aqoonsan karo shaqaalaha SBIRT ee dugsiga ardayga.
- Marka la qaadanayo xog-ururinta, ardaydu waa la kala fogeynayaa fasalka oo dhan waxaana la socda macalinka fasalka iyo shaqaalaha SBIRT si loo kordhiyo qarsoodiga.
- Haddii ardaygu galo magacooda ama macluumaad kale oo lagu aqoonsan karo marka uu qaadanayo xog-ururinta, shaqaalaha SBIRT waxay ka shaqeeyaan inay ka saaraan macluumaadka aqoonsiga nidaamka.
- Shaqaalaha SPS SBIRT waxay ardayda ula socdaan si qarsoodi ah oo qarsoodi ah. Ardayda waxaa loogu yeeraa inay la kulmaan shaqaalaha SBIRT inta lagu guda jiro fasal ka duwan kan ay ku qaadanayaan xog-ururinta, haddii aysan jirin walaac ammaan oo degdeg ah.

Amaan, erayga sirta ah la ilaaliyo, xogta dashboardka (Tickit Health) ayaa qabta xogta SBIRT oo qarsoodi ah.

Somali

Sidee qoysaska loogu ogeysiiyaa barnaamijka is-baaritaanka iyo iska hubi naftaada?
Dugsi kastaa wuxuu horumariyaa oo hirgeliyaa qorshe hawlgelinta qoyskooda si waafaqsan shuruucda khuseeya iyo xeerarka Guddiga Dugsiga Seattle*. Waxqabadyada ka-qaybgalka SBIRT waxa ka mid ah jadwalka macluumaadka ee habeennada manhajka, dhacdooyinka waxbarashada qoyska, iyo dhejinta dugsiyada iyo mareegaha SPS. Qoysasku waxay helaan ogeysiis toos ah oo qoran oo ku saabsan barnaamijka bilawga sannad dugsiyeedka taasoo qayb ka ah xidhmada Bilawga Dugsiga, iyo mar labaad hal ilaa laba toddobaad ka hor taariikhda baadhista ilmahooda. Intaa waxaa dheer, qoysaska waa la ogeysiin doonaa haddii natiijooyinka ilmahoodu ay muujiyaan khatar sare oo badbaado ah.

*Waxa ku jira: Ilaalinta Xuquuqda Ardayga (PPRA); Xeerka Xuquuqda iyo Qarsoonaanta Waxbarashada Qoyska (FERPA); Siyaasadda Guddiga 3232 Xuquuqda Waalidka/Masuulka & Ardayga ee Maamulka Sahanka, Falanqaynta ama Qiimaynta; Siyaasadda Guddiga 2145 Ka Hortagga Is-dilida. Macluumaad intaas ka badan, la xiriir Barnaamijka Kahortagga & Faragelinta SPS.