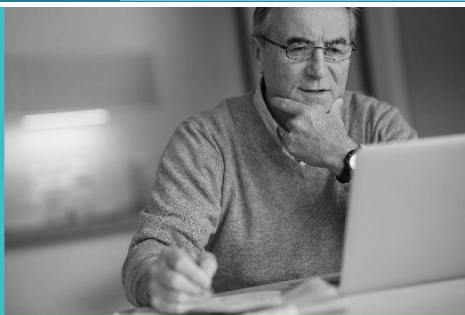




Macluumaadka Shirkada Clearinghouses



Xarunta Wicitaanka ee AIS

Wixii macluumaad ah, wac: (800) 339-4661

Kani waa albaabkaaga adeegyada AIS, macluumaadka iyo gudbinta, shaqaalaha oo si gaar ah loo tababaray si ay uqiimeeyaan baahiyaha soo wacaha.

Haddii adeeg AIS uusan ku habbooneyn, dadka soo wacaya waxaa loo gudbiyaa barnaamijyada gaarka loo leeyahay iyo kuwa bulshada ee caawin kara.

- Go'aami u-qalmitaanka barnaamijyada isku-filnaanshaha kala duwan
- Hel macluumaad guud iyo caawimaad
- Ku xir Adeegyada Ku-saleysan Guriga iyo Bulshada (HCBS)

Webseetka AIS

www.aging.sandiegocounty.gov

Soo saar adeegyada AIS ee diyaar u ah si ay u daboolaan baahida dadka waaweyn, daryelayaasha, iyo kuwa naafada ah. La xiriir ilaha kale iyo barnaamijyada ay bixiso Hay'adda Adeegyada Caafimaadka iyo Bulshada.

Helitaanka Xorriyadda

Wixii macluumaad ah, wac: (619) 293-3500

Helitaanka Xorriyadda waa xarun nololeed oo madaxbannaan (ILC), aan deegaan ahayn, naafonimo, shirkad aan faa'iido doon ahayn oo bixisa adeegyo dadka curyaamiinta ah si ay uga caawiso xoojinta madaxbanaanidooda iyo ka caawiyaan inay si buuxda ugu biiraan bulshadooda.

- Wax ka baro adeegyada taageerada nolosha madax-banaanida
- Macluumaad, gudbin iyo u doodida
- Hel taageero si aad uga guurto goob daryeel oo dib looguugu celiyo bulshada



Shabakada Daryeelka

www.sandiego.networkofcare.org/aging

Webseetkani wuxuu bixiyaa macluumaad fahan guud oo bilaash ah oo kaa caawinaya helitaanka barnaamijyada iyo adeegyada loogu talagalay dadka waaweyn iyo dadka naafada ah.

- Tusaha Adeega - Xogta Khayraadka Bulshada maxaliga ah
- Maktabadda - macluumaadka kaa caawiya inaad maarayso caafimaadkaaga
- PHR-kayga - Diiwaanka Caafimaadka Shakhsi ahaaneed si uu u kaydiyo lana wadaago macluumaadka



Sarkaalka Maamulka Sare
Helen N. Robbins-Meyer

Agaasimaha, Caafimaadka iyo Dadka Wakaaladda Adeegyada
Nick Macchione

Agaasimaha, Da'da iyo Adeegyada Dadka Waaweyn Adeegyada Waayeelada & Adeegyada Madaxa Banaan
Kimberly Gallo

Adeegyada Waayeelada & Adeegyada Madaxa Banaan Qoraalka Hawlgalka

Hogaamiyaha Udoodaha, Macluumaadka & Badbaadada si kor loogu qaado sharafta iyo tayada nolosha ee waayeelka iyo dadka naafada ah.

www.aging.sandiegocounty.gov

(800) 339-4661



LIVE WELL SAN DIEGO
LIVEWELLSD.ORG

P.O. Box 23217, San Diego, CA 92193-3217



Caafimaad

Si aad u badan, joogista madaxbannaan waxay ku xiran tahay joogitaan caafimaad leh.



Da'da & Adeegyada Madaxbannaanida wuxuu leeyahay tiro barnaamijyo ah oo horumarinaya caafimaadka iyada oo loo marayo waxbarasho, nafaqo wanaagsan iyo jimicsi.

AIS sidoo kale waxay bixisaa gargaar iyo ilo loogu talagalay kuwa u baahan gargaar dheeraad ah si ay ugujoogaan guryahooda badqab. Waxanu daryeelnaa xannaaneeyayaasha qoyska ee caawiya kuwa ay jecel yihiin.

Da'da & Adeegyada Madaxbannaanida (AIS)

Caafimaadka, Xooga iyo Nafaqeyn

Hagaajinta fayaqabka iyada oo loo marayo waxbarashada nafaqada, barnaamijyada caafimaad qabka iyo isku xirnaanta bulshada.

Wixii macluumaadka, wac: (800) 339-4661

- **Barnaamijyada Caafimaadka iyo Xoogau** sheeg oona dhiirrigeli dadka waaweyn si ay u qaataan masuuliyada caafimaadkooda doorashooyin hab nololeed oo caqli-gal ah.



- **Barnaamijyada Nafaqada** bixisaa xidhiidh bulsho bulsho iyada oo bixineysa baahida aasaasiga ah ee nafaqada ee dadka waaweyn da'doodu tahay 60+. Bixiyeyaasheena nafaqada waxay bixiyaan qado oo ah deeqda la soo jeediyey ee goobahooda, oo ay weheliyaan cuntada guriga lagu keeno ee loogu talagalay dadka waaweyn ee guryaha ku jira.



Kaalmada Daryeelaha

Yaa caawiya dadka caawiya kuwa kale? Waxaan sameynaa, iyada oo loo marayo adeegyada bixiya macluumaad, kaalmo, taageero iyo nasasho daryeelayaasha.

Wixii macluumaadka, wac: (800) 339-4661

- **Adult Day Care(Maalinta Daryeelka Dadka weyn)** waxay bixisaa adeegyo aan daawo ahayn iyo waxqabadyo waayeelka ah oo u baahan baahida kormeer iyo gargaar. Xarumaha qaarkood waxay diiradda saaraan daryeelka dadka waayeelka ah ee qaba cudurka Alzheimer ama waallida kale.
- **Family Caregiver Support(Kaalmada Daryeelka Qoyska)** waxay caawisaa kuwa daryeesha qaraabada da'da weyn ama saaxiib. Waxa kale oo ay ka caawisaa dadka waaweyn ee korinaya caruurta awoowe uyahay ama ilmo kale oo la xiriira. Barnaamijka Legacy Corp ayaa siinaya caawimaad nasasho ee qoysaska haysta khabiiir-isyano / xubnaha milatariga.



Caawinta Guriga

Dadka deggan guryaha degmada ku yaala, waxaanu keena daryeel albaabkoodii, waxaanan ka hortagaynaa baahida loo qabo hay'ad-dejin.

Wixii macluumaadka, wac: (800) 339-4661

- **Barnaamijyada Maareynta Daryeelka** waxay caawisaa kuwa ugu khatarsan ee kalkaalinta meeleynta guriga inay ku sii jiraan guryahooda iyagoo gacan ka geysanaya inay adeegyo kala duwan ku meeleeysaan.
- **In-Home Supportive Services(Adeega Daryeelka Guriga) (IHSS)** waxay bixisaa daryeel shakhsiyadeed iyo caawimo guri oo ku wajahan dakhliga- iyo baahida-u-qalanta da'da, dadka indhoolayaasha ah ama kuwa naafada ah ee kale oo laga yaabo inay ka lagasoo baxiyo guryahooda.
- **IHSS Public Authority (Awooda Dadweynaha ee IHSS)** waxay bixisaa diiwaangelin daryeel-bixiyeyaasha asalka ah ee la-hubiyo ee ay istiicmaalaan macaamiisha IHSS.

Wixii macluumaad ah, wac: (866) 351-7722

- **Health Insurance Counseling & Advocacy Program (Barnaamijka Caymiska Caafimaadka & Barnaamijka Udoodida) (HICAP)** waxay u adeegtaa ka-faa'iideystayaasha Medicare iyaga oo la-talinta qorsheynta caafimaadka, udoodida, waxbarashada iyo caawimaadda sharciga ee rafcaanka Medicare.
- Si aad ula xiriirto HICAP si toos ah: (858) 565-8772**
- **Community-Based Care Transitions Program(Barnaamij Bulsheed-Ku salaysan Xannaanada Isbedelaysa) (CCTP)** la shaqeeyaa isbitaallada iyo bixiyeyaasha daryeelka caafimaadka si loo yareeyo cusbitaallada aan loo baahneyn.



Ku soo biir Dadaalkeena

Si aad uga qayb gasho mid ka mid ah

barnaamijyada ama guddiyadaha liiska, wac: (800) 339-4661

- **AIS Advisory Council (Golaha La-talinta AIS)** wuxuu leeyahay 30 xubnood oo matalaya qaangaarka weyn iyo bulshooyinka baahida gaarka ah leh; wuxuu bixinayaa talooyin ku saabsan barnaamijyada iyo adeegyada ay soo jeediyeen AIS.
- **Shabakadaha Waxqabadka Bulshadasi** joogta ah ula kulmaan si ay u fuliyaan xalalka baahida gaarka ah ee dadka waaweyn iyo dadka waaweyn ee naafada ah ee ku nool gobolka.
- **Guddiga Horumarinta Caafimaadkawaxaa** ku jira wakiilo ka socda waaxda daryeelka caafimaadka, oo ay ka mid yihiin kalkaalisada, farmashiyaha, shaqada bulshada iyo maaddooyinka kale ee la xiriira.
- **Isbahaysiga Daryeel-bixiyaha**, oo ka kooban wakiilo ka socda hay'adaha daryeelka, waxay bixiyaan siminaaro daryeel bixin ah, daryeel nasin ah waxayna gacan ka geystaan dhisidda

isgaadhsiinta adeeg bixiyayaasha.

- **Visit www.caregivercoalitionsd.org San Diego Fall Prevention Task Force** waxay bixisaa ka hortagga waxbarashada iyo ilaha dadka waaweyn iyo bixiyeyaasha daryeelka.

- **Golaha La-talinta AIS** wuxuu leeyahay wakiilo kasocdo dadka qaata gargaarka IHSS, iyo sidoo kale bixiyeyaasha adeegga iyo xubnaha kale ee bulshada.



Macluumaadka la wadaago

Wixii macluumaad ah, wac: (800) 339-4661

- **Gaaritaanka & Kooxda Waxbarashada** wuxuu bixisaa tababar xirfadeed, waxay qabataa bandhigyo bulshada wuxuuna isku xiraa shabakadaha ficilka bulshada si loo wadaago macluumaadka muhiimka ah ee saameynaya macaamiisha AIS.
- **Da'da & Madaxbannaanida** Warbixinta, wargeyska bilaashka ah ee AIS, wuxuu muujinayaa arrimaha muhiimka ah iyo dhacdooyinka hadda iyo mustaqbalka ee saameynaya dadka qaangaarka ah iyo bulshooyinka baahida gaarka ah leh.

