

SANADKA KOWAAD EE ILMAHA

waraqaha dhejiska halbeega korista

SOUTH COUNTRY MEMBER SERVICES

1-866-567-7242  ***TTY 1-800-627-3529*** ***AMA 711***

WWW.MNSCHA.ORG



Iskaan garee QR koodhka Abaalmarinta Fagtuurka



DELFINA



Iskaan garee QR koodhka si aad u gasho Delfina



Ka eeg *Minnesota Child and Teen Checkups Schedule of Age-Related Screening Standards* onleny:

<https://www.health.state.mn.us/people/childreneyouth/ctc/factsheets.html>



Ka eeg talaalada lagu taliyay ee Dhalashada ilaa 6 sano jirka:

<https://www.healthychildren.org/English/safety-prevention/immunizations/Pages/Recommended-Immunization-Schedules.aspx>

SANADKA KOWAAD EE ILMAHA

waraqaha dhejiska halbeega korista

Ka eeg jawadalka u dhigma bisha ilmahaagu dhashay. Waxaad ka eegi kartaa Korniiinka iyo Halbeega si aad ula socoto hormarka ilmahaaga. Waxaad ka heleysaa warqaha dhejiska ah ee ku yaala dhabarka taariikhda si aad ugu calaamadsato taariikhda muhiimka ah iyo halbeegyada.

Baby's First Year #7380 © 2025 South Country Health Alliance

Afeef: Xogtan waa waxbarasho taariikhda ah oo ma bedeleyso talada caafimaad ama shaybaadhka. Ilmo kastaa si u gaar ah ayaa u koraa. Hadii aad qabto wax su'aalo ama walaacyo ah, la xidhiidh Bixiyaha Daryeelka Kowaad ee ilmahaaga.



TAARIKHDA DHALASHADA!

Taariikhda

Soo Dhawaynta:

Saacada:

Miisaanka:

Dhererka:

Midabka Indhaha:

Midabka Timaha:

Goobta:

Dhakhtarka Ka Umuliyay:



Balanta booqashada Badqaka ee kowaad ee ilmahaagu waxaa weeye 1 bil gudaheed noloshiisa.

**SAWIRKA
HALKAN
SAAR**





KORNIINKA IYO MINQIYAASTA

- Dega makra la qaado ama lala hadlo
- Waxoogaa yara eega alaabaadka
- U fiirsada codadka lama filaanka ah
- Sameeya dhawaca shaqalo gaagaaban
- Dhabanada kor u haya marka loo dhigo caloosha
- Faraha kala fura marka uu si wanaagsan u jiifo

Miisaanka:

Dhererka:



***SAWIRKA
HALKAN
SAAR***



KORNIINKA IYO MINQIYAASTA

- Dhoola cadayn ku jawaaba
- Cod ku sheega waxyaabaa fudud
- Kor u qaada madaxa iyo laabta marka beerka loo dhigo
- Fura oo xidha gacmaha



Balanta Booqashada Badqabka Labaad ee ilmaha iyo talaatada lagu taliyay bishan

Miisaanka:

Dhererka:



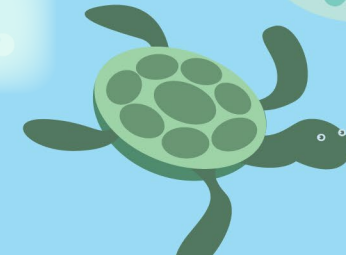
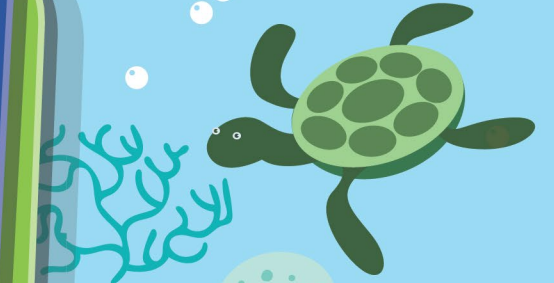
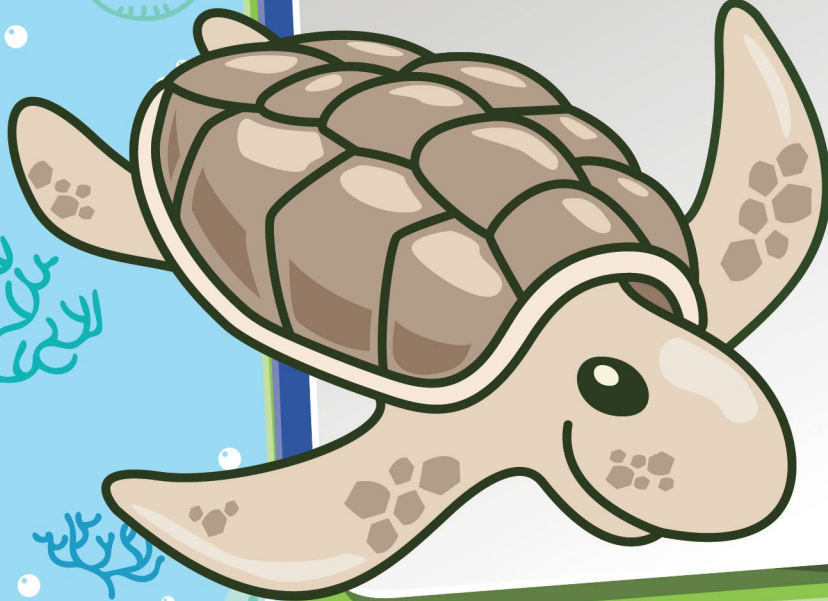
**SAWIRKA
HALKAN
SAAR**

**BOOQASHADA BADQABKA
ILMAHA ŞABIGA AH**

Booqashada badqabka, sidookale loo yaqaan Shaybaadhka Ilmaha & Kurayga (shaybaadhka C&TC) waa muhiim, xataa marka caruurta ay caafimaad qabto. Bixiyaha daryeelka kowaad ee ilmahaagu waxa uu qiimaynayaa caafimaadka guud, korniinka, koboca ilmahaaga oo sidoo kale waxa uu ilmahaaga siiyaa adeegyo caafimaad oo badan oo uu u baahan yahay.

Miisaanka:

Dhererka:



BISHA: _____

SANADKA _____

Axad

Isniin

Talaata

Arbacada

Khumiista


Jimcaha

Sabti



KORNIINKA IYO MINQIYAASTA

- Qosol dheer
- U jeedsada codka
- Soo saara cod dheer
- Beerka inta uu iska rogo dhabarka isku roga
- Ku teegeera jiqilka iyo adahxdamarka uu caloosha u jiifo
- Gacmaha isku keena
- Ku ciyaara faraha
- Qabta shayada

 Booqashada Balanta Shaybaadhka 3aad ee Ilmaha iyo talaalka lagu taliyay ee bishan

Miisaanka: _____

Dhererka: _____



CARUURTU WAXAY JECCEL YIHIIN CADCEEDA YAR EE, SI WANAAGSAN, U DIIRISA, KA FARXISA OO AY IFTIIN KA HELAAN NOLOSHOODA,

Waxyaabaha cusub ee ilmuhu uu barto bishan inuu sameeyo:

Habdhaqanka hurdada ilmaha:

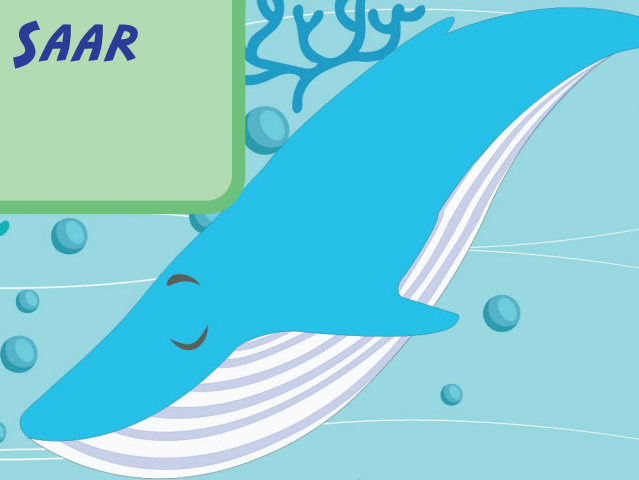
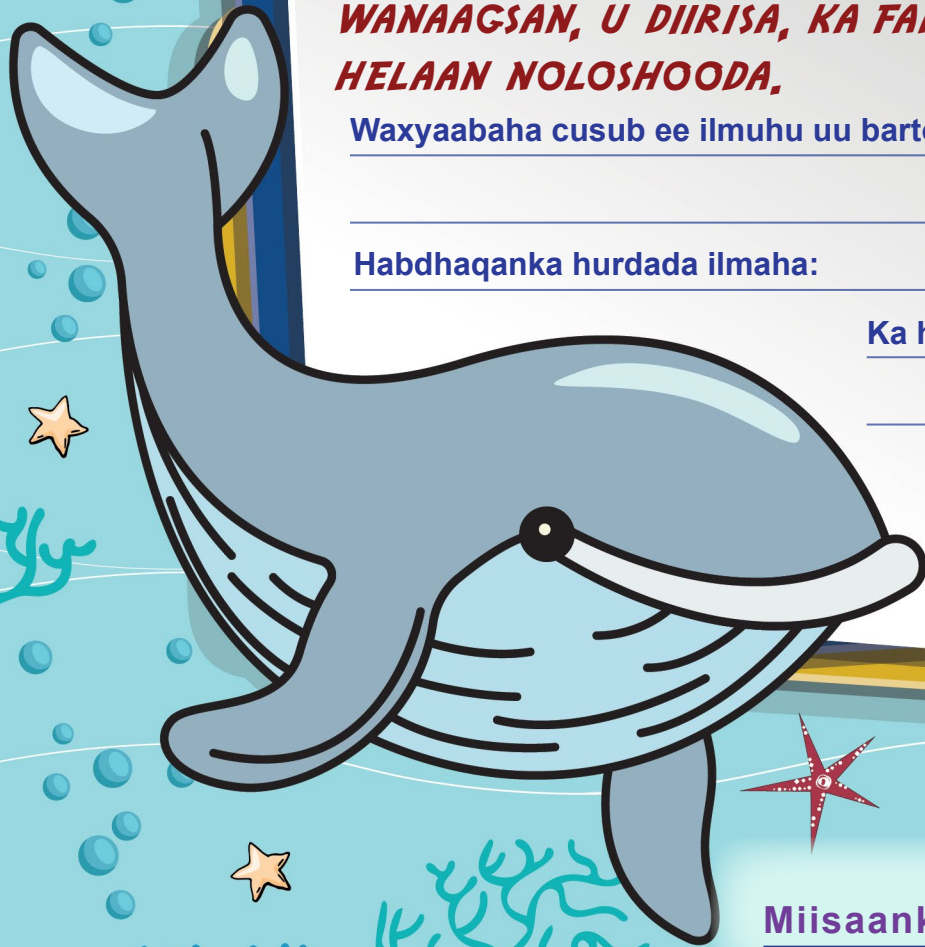
Ka hela:

Neceb:

Miisaanka:

Dhererka:

**SAWIRKA
HALKAN
SAAR**





KORNIINKA IYO MINQIYAASTA

- Salaaxa ama dhuula cadeyn sameeya marka uu ka jawaabayo
- Bilaaba inuu jeedsado marka magiciisa loo yeedho
- Hadaaq
- Dhabarka inta uu iska rogo beerka isku roga
- Waxoogaa fadhiista bilaa taageero
- Laaca alaabaadka
- La dhaca alaabaadka yaryar meelahaas



**Booqashada Balanta Shaybaadhka 4aad ee
Ilmaha iyo talaalka lagu taliyay ee bishan**

Miisaanka: _____

Dhererka: _____



**SAWIRKA
HALKAN
SAAR**

Waxyaabaha cusub ee
ilmuhu uu barto bishan
inuu sameeyo:

Ka hela:

Neceb:

Qoraalada loosoo qaadayo balanta xigta:

Miisaanka:

Dhererka:





CARUURTU WAXAA WEEYE WAXA ISKU HAYA NOLOSHA WAALIDKA

Waxyaabaha cusub ee ilmaha kusoo kordha bishan:

Dabeecada ilmaha:

Waxyaabaha cajiib ah ee uu sameeyay ilmuhu bishan:

Miisaanka:

Dhererka:



BISHA: _____ SANADKA _____

Axad	Isniin	Talaata	Arbacada	Khamiista	Jimcaha	Sabti
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____





KORNIINKA IYO MINQIYAASTA

- Ku qaada shayada yaryar 3 farood iyo suulka
- Eega shayada dhacaya
- Ku qaada cuntada faraha oo cuna
 - U kala wareega fadhiga iyo jifka
 - Jeedsada marka magiciisa loo yeedho
 - Si wanaagsan u fadhiista iyada oo aanu waxba ku tiirsanayn
 - Alaabaadka isla dhaca
 - Dheelitira gacmaha iyo jilbaha
 - Kor isku qaada si uu u istaago
 - Guurguurta

 Booqashada Balanta Shaybaadhka 5aad ee Ilmaha iyo talaalka lagu taliyay ee bishan

***SAWIRKA
HALKAN
SAAR***

Miisaanka: _____

Dhererka: _____



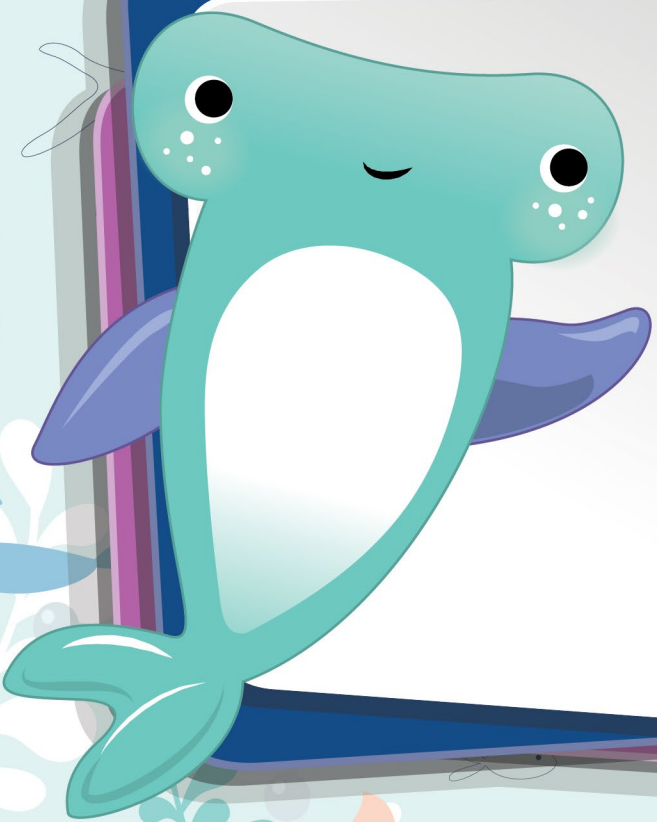
**SAWIRKA
HALKAN
SAAR**

Waxyaabaha cusub ee ilmuhu
uu barto bishan inuu sameeyo:

Ka hela:

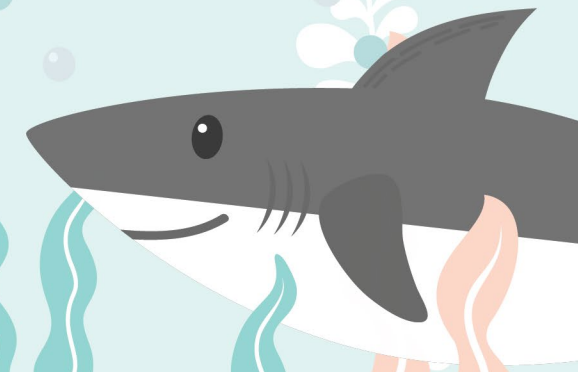
Neceb:

Qoraalada loosoo qaadayo balanta xigta:



Miisaanka:

Dhererka:



**SAWIRKA
HALKAN
SAAR**

**LUGTAA YAR AYAA RAAD WAYN
KAGA TAGTA QALBIGAAGA**

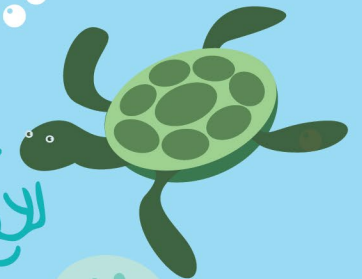
Waxyaabaha cusub ee ilmaha kusoo kordha bishan:

Dabeecada ilmaha:

Waxyaabaha cajiib ah ee uu sameeyay ilmuhu bishan:

Miisaanka:

Dhererka:



BISHA: _____

SANADKA _____

Axad

Isniin

Talaata

Arbacada

Khamiista

Jimcaha

Sabti

HAPPY BIRTHDAY!

MACLUUMAADKA CAAFIMAADKA EE MUHIIMKA AH: SHAYBAADHKA LIIDHKA

Liidhka, waxyaabaha sunta u leh jidhka, waxaa weeye wax la socda dhaska, biyaha, cuntada iyo ranjiga. Sunta liidhku waxay saamayn kartaa caafimaadka ilmahaaga iyada oo keenta mushkilad rasmi ah oo korniin iyo kobac.

Dhamaan caruurta waxaa lagu taliyaa inay maraan shaybaadhka liidhka dhiiga ee dhakhsaha ah oo fudud marka ay 9 bilood jiraan oo waxay markale mari karaan marka ay 30 bilood jiraan.

Shaybaadhada hemoglobin ee dhiig yaraanta ayaa isku wakhti la qaadaan shaybaadhka liidha 12 bilood.

Shaybaadhka liidhka waxaa lagu qaadi karaa xarunta caafimaadka ee kowaad, ama xafiiska caafimaadka shacabka deegmadaada. Hadii aad u baahan tahay inaad hesho bixiye, kala hadal Adeegyada Macmiilka 1-866-567-7242, TTY 1-800-627-3529 ama 711.

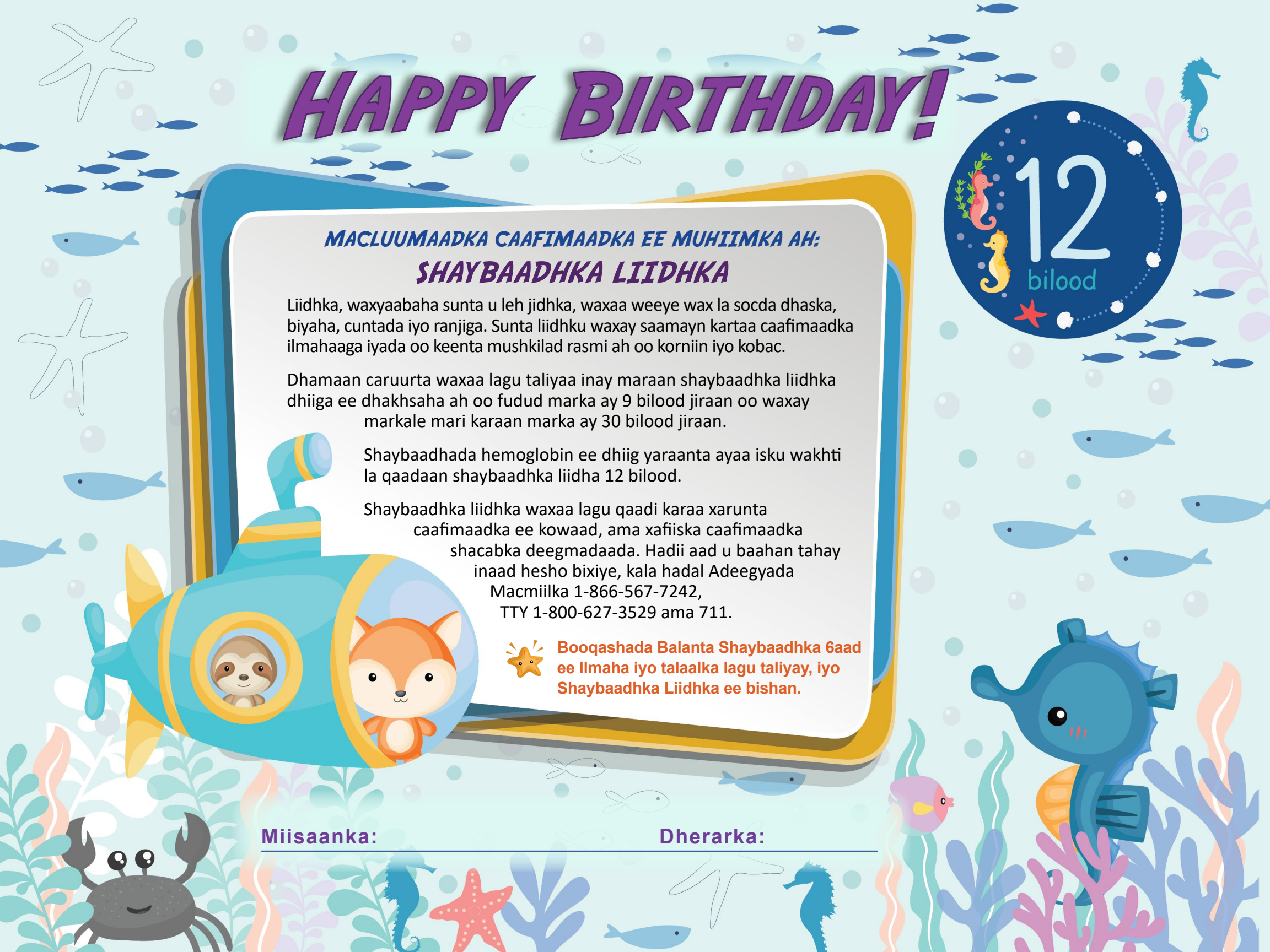


Booqashada Balanta Shaybaadhka 6aad ee Ilmaha iyo talaalka lagu taliyay, iyo Shaybaadhka Liidhka ee bishan.



Miisaanka:

Dherarka:



NO ENGLISH



1-866-567-7242

TRS: 711

ATTENTION: If you speak English, free language assistance services are available to you free of charge and without unnecessary delay. Additionally, appropriate auxiliary aids and services to provide information in accessible formats are available free of charge and in a timely manner. Please call the number above or speak to your provider. English

ማህበረሰብ:- አማርኛ ተናጋሪ ከሆኑ ፤ ነጻ የቋንቋ ድጋፍ አገልግሎቶች ካለምንም ክፍያ አና ካለአላስፈላጊ መዘግየት ግግኙን ይቸላሉ። በተጨማሪም መረጃን በቀላሉ ለማግኘት በሚያስችል ቅርጾች ለማቅረብ ተገቢ የሆኑ የመሳሰሉት ድጋፍ አና አገልግሎቶች ከክፍያ ነጻ በሆነ አና ግዜውን በጠበቀ መልኩ ግግኙን ይቸላሉ። አብከዎ ከላይ ባለው ቁጥር ይደውሉ ወይም አቅራቢዎን ያነጋግሩ። Amharic

تنبيه: نقدم لمستخدمي اللغة العربية خدمات مساعدة لغوية مجانية وحرية، بالإضافة إلى وسائل وخدمات مساعدة مناسبة، وبصيغة معلومات سهلة بدون تكلفة وبشكل سريع. يرجى التواصل على الرقم الموضح أعلاه أو مراجعة مقدم الخدمة المباشر. Arabic

သတိပြုရန် - အကယ်၍ သင်သည် မြန်မာဘာသာစကား ပြောဆိုသူဖြစ်လျှင် အခမဲ့ ဘာသာစကားဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးထောက်ပံ့ပေးမှု ဝန်ဆောင်မှုများအား မလိုအပ်သည့် နှောင့်နှေးကြန့်ကြာမှုများ မရှိစေဘဲ သင် အခမဲ့ ရရှိနိုင်မည် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် အချက်အလက်များအား အလွယ်တကူ ဝင်ရောက်ရယူနိုင်စေသော ဖောမတ်ပုံစံများဖြင့် ထောက်ပံ့ပေးထားသည့် သက်ဆိုင်ရာ ဖြည့်စွက် ထောက်ပံ့မှုများနှင့် ဝန်ဆောင်မှုများကိုလည်း အခမဲ့ အချိန်မ ရရှိနိုင်စေရန် စီမံပေးထားပါသည်။ ကျေးဇူးပြုပြီး အထက်ဖော်ပြပါ ဖုန်းနံပါတ်သို့ ခေါ်ဆိုပါ သို့မဟုတ် သင်၏ ထောက်ပံ့သူဖြင့် ပြောဆိုဆွေးနွေးပါ။ မြန်မာဘာသာစကား: Burmese

យកចិត្តទុកដាក់: ប្រសិនបើអ្នកនិយាយភាសាខ្មែរ (ខ្មែរ) សេវាកម្មជំនួយភាសាកិតិស័ទ្ធមានផ្តល់ជូនអ្នកដោយមិនគិតថ្លៃ និងដោយគ្មានការពន្យារពេលមិនចាំបាច់ឡើយ។ លើសពីនេះ ជំនួយ និងសេវាកម្មដែលសមស្របក្នុងការផ្តល់ព័ត៌មានក្នុង ទម្រង់ដែលអាចចូលប្រើបានគឺអាចមានដោយឥតគិតថ្លៃ និងទានពេលវេលា។ សូមហៅទូរសព្ទទោលខាងលើ ឬនិយាយជាមួយអ្នកផ្តល់សេវារបស់អ្នក។ ភាសាខ្មែរ (ខ្មែរ) Cambodian (Khmer)

注意: 如果您說簡體中文，您可以免費獲得語言協助服務，且不會有不必要的延誤。此外，還能免費及時獲取以無障礙格式提供資訊的適當輔助工具和服務。請撥打上面的電話號碼，或與您的服務提供商溝通。 Cantonese (Traditional Chinese)

ATTENTION : Si vous parlez français, des services d'assistance linguistique gratuits sont à votre disposition, sans frais et sans délai. En outre, des aides et services auxiliaires appropriés pouvant fournir des informations dans des formats accessibles sont disponibles gratuitement et rapidement. Veuillez appeler le numéro ci-dessus ou contacter votre fournisseur. French

CEEB TOOM: Yog koj hais lus Hmoob, muaj kev pab txhais lus dawb rau koj siv. Koj tsis tas them nqi thiab yuav tsis qeeb. Kuj muaj cuab yeej thiab kev pab los pab koj nyem cov ntaub ntauw kom yooj yim nkag siab. Koj hu tau rau tus xov tooj saum koj no lossis nrog koj tus kws kho mob tham.

Hmong



ဟ်သ့ၣ်ဟ်သး- နမ့ၢ်ကတိၤကညိၣ်ကျိၣ်အသိ, နမ့ၢ်န့ၣ် ကျိၣ်တၢ်ဆိၣ်ထွဲမၤစၢၤ လၢတလၢၣ်ဘၣ်လၢၣ်စ့ၤ ဒီးတအိၣ်ဒီး တၢ်မၤဟံၣ်မၤန့ၢ်လးဘၣ်န့ၣ်လီၤ. အါန့ၢ်အန့ၣ်, တၢ်အိၣ်စ့ၢ်ကိးဒီး တၢ်မၤစၢၤတၢ်န့ၢ်ဟ့ၣ်ဒီး တၢ်မၤစၢၤတၢ်မၤတဖၣ် လၢကဟ့ၣ်တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ လၢပုၤအါဂၤန့ၢ်ပၢ်အီၤသ့ လၢတအိၣ်ဒီးအဘူးအလဲ ဒီးချူးဆၢချူးကတိၢ်န့ၣ်လီၤ. ဝံသးစ့ၤ ကိးန့ၣ်ဂံၢ်လၢထး မ့တမ့ၢ် တံသကိးတၢ်ဒီး ပုၤလၢအဟ့ၣ်န့ၢ်တၢ်မၤစၢၤ တက့ၢ်. ကညိၣ်ကျိၣ် Karen

안내: 한국어를 사용하지는 본개는 언어 지원 서비스를 무료로, 지체 없이 제공해 드립니다. 또한, 정보 접근성을 위한 적절한 보조 기구 및 서비스가 무료로, 시의 적절하게 제공됩니다. 위에 있는 번호로 전화하시거나 담당자에게 말씀해 주십시오. Korean

ໝາຍເຫດ: ຖ້າທ່ານເວົ້າພາສາລາວ, ທ່ານຈະໄດ້ຮັບບໍລິການຊ່ວຍເຫຼືອດ້ານພາສາໄດ້ຢູ່ເສຍຄ່າ ແລະ ບໍ່ມີກຽມຊົກຊ້າ ທີ່ບໍ່ຈຳເປັນ. ນອກຈາກນັ້ນ, ເຄື່ອງມືຊ່ວຍເຫຼືອແລະ ບໍລິການເສີມທັ້ນເພາະສົມເພື່ອໃຫ້ຂໍ້ມູນໃນຮູບແບບທີ່ເຂົາເຈົ້າໄດ້ ໂດຍບໍ່ເສຍຄ່າໃຊ້ຈ່າຍ ແລະ ທັນເວລາ. ກະລຸນາໃຫ້ທາເວີໂທລະສັບຂ້າງເທິງ ຫຼື ສົນທະນາກັບຜູ້ໃຫ້ບໍລິການຂອງທ່ານ.

Lao

НУВАДНАА: Уоо Афаан Ороммо дуббату та'е, тајаајіла гарагаарса тујумаана афаани билисаан аккасумас турти бабаачисаа hin taane hambisu danda' u isiniif dhihaatee jira. Dabalataanis, odeffanno haala salphaan argamuu danda' an dhiyeessuuif gargaarsa fi tajaajiloota deeggarsaa qama midhamtootaaf mijatoo ta'an. kaffaliti tokko malee fi ueroo isaa eeggatee kemma dhihaatee jira. Odeffanno dabalataaf lakkoofsa argmaan oliitii fauuyadamuun namoota gargaarsa kana isiniif kemma qumama. Oromo

ВНИМАНИЕ: Если вы разговариваете на русском языке, воспользуйтесь услугами языковой поддержки бесплатно и без лишних проволочек. Также бесплатно и незамедлительно предоставляются соответствующие вспомогательные средства и услуги по обеспечению информацией в доступных форматах. Позвоните по указанному выше номеру или обратитесь к своему поставщику услуг. Russian

FIRO GAAR AH: Haddii aad ku hadasho Soomaali, waxaa si bilaash ah kuugu diyaar ah adeegyada caawinada luuqadeed oo aan lahayn daahitaan aan munaasib ahayn. Intaas waxaa dheer, waxaa la heli karaa adeegyada iyo kaabitaanka naafada ee haboon si macluumaadka loogu bixiyo qaabab la adeegsan karo oo bilaash ah laguma bixiyo waqdigeeda. Fadlan wac lambararka kore ama la hadal adeegbixiyahaaga. Somali

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición los servicios gratuitos de traducción sin costo alguno y sin demoras innecesarias. Además, se encuentran disponibles de forma gratuita y oportuna ayuda y servicios auxiliares adecuados con el fin de brindarle información en formatos accesibles. Llame al número indicado anteriormente o hable con su proveedor. Spanish

LƯU Ý: Nếu bạn nói tiếng Việt, bạn có thể được hỗ trợ ngôn ngữ miễn phí mà không phải chờ đợi lâu. Ngoài ra, các thiết bị hỗ trợ và dịch vụ phụ trợ để cung cấp thông tin ở định dạng dễ tiếp cận cũng có sẵn miễn phí và kịp thời. Vui lòng gọi số điện thoại phía trên hoặc trao đổi với nhân viên y tế của bạn. Vietnamese

TIXRAACYO

Balanta MN C&TC ee Shaybaadhka Caadiga ah ee La Xidhiidha Da'da ee DHS-3379-ENG 10-21:
<https://www.health.state.mn.us/people/childrenyouth/ctc/factsheets.html>

Agabka Sabiga (aap.org):
<https://brightfutures.aap.org/materials-and-tools/tool-and-resource-kit/Pages/Ifancy-Tools.aspx>

**South
Country**
HEALTH ALLIANCE

ADEEGYADA XUBNAHA

1-866-567-7242 🌟 TTY 1-800-627-3529 AMA 711

SC#7380 xogta ugu danbaysa 10/2025

