

# BADQAB KU JOOG HEL SOO KABASHO BADQABHELL

## Xiriiriyasha OPTIONS

**Markasta oo aad ka mareyso higsigaaga, taageero ayaad si bilaash ah uga helaysaa Xiriiriyahaaga maxaliga ah ee IKTIYARIGA HOOSE.**

Haddii adiga ama qof ehelkaaga ah uu diyaar u yahay inuu isbadel ku sameeyo isticmaalka maandooriyaha, la xiriir Xiriiriyahaaga maxaliga ah ee OPTIONS. Taageero ayay si bilaash ah ku helayaan dhammaan dadka reer Maine.

### WADA XIRIIRKA:

Xiriiriyashu waxay dhageystaan waxa aad dka dooneyso caafimaadkaaga iyo faya qabka. Waxay kaa caawin karaan helitaanka qaabab aad ku hesho badqab iyo faya dhawr, meel kasta oo aad ka mareysaba isticmaalka maandooriyaha.

### XIRIIRKA:

Xiriiriyashu waa buundada kugu xiraysa adeegyada. Waxay kugu xirayaan taageerada, agabka iyo adeegyada kugu haboon.

### DARYEELKA:

Xiriiriyashu waxay u taagan yihiin adiga iyo ehelkaaga, meel kasta oo aad ma mareysaan halgankiina. xiriiriyahaagu kuma xukumaayo ama kuuma sheekaayo waxa aad samaynayso.



**OPTIONS**  
**SAVE LIVES**



/knowyouroptionsme



# WAXAAN JECLAHAY QOF MAANDORIYAHA ISTICMAALA

Daroogada maanta maaha mid la qiyaasi karo. Haddii adiga ama qof ehelkaaga ah uu adeegsado maandooriyaasha, qaad talaabooyinka isticmaalka badqabka leh.

## 8 Tilmaamaha Badbaadada ah ee Istickmaalka Maandooriyaasha:

- ❶ La xiriir Bixiyaha Deegaankaaga ee Adeegga Syringe si aad u hesho agabka iyo khayraadka kale, waxbarashada, taageerada iyo daryeelka dhaawaca. Ka raadi mid kuu dhow barta **KnowYourOptions.ME/resources**.
- ❷ La xiriir Xiriiriyahaaga maxaliga ah ee OPTIONS si aad u hesho taageero iyo khayraad bilaa shuruud ah. Ka fiiri bogga danbe wixii faahfaahin ah.
- ❸ Haddii aad isticmaasho maandooriyaasha, u sheeg qof, ama la isticmaal dadka aan isku halayn karto haddii aad si lama filaan ah iskaga badiso maandooriyaha. Haddii aad keligaa tahay, adeegso Laynka Caawimaada Kahortaga Iska Badinta Daawada ee MA (oo ka shaqeeya Maine) adoo ka wacaaya (800) 972-0590.  
**www.massoverdosehelpline.org**.

- ❹ Sido oo la wadaag naloxone dadka kula jooga, adeegso oo wac 9-1-1. Ka hel naloxone bilaash ah barta **GetMaineNaloxone.org**.

- ❺ Markasta wac 9-1-1. Sharciga Good Samaritan ee Maine ayaa ka difaacaaya qof kasta oo iska badiya daroogo, iyo qof kasta oo codsanaaya caawimaad caafimaad, in la xiro ama lagu dacweeyo inta badan danbiyada, ayna ku jiraan danbiyada daroogada. Xog badan ka ogoow barta **KnowYourOptions.ME/good-samaritan-law/**.

- ❻ Xog badan ka ogoow farsamooyinka isticmaalka badqabka leh sida ku bilaabista si tartiib ah, adeegsiga waxyaabaha badelka u ah cirbada, iska baarista fentanyl, iyo adeegsiga keliya hal daawo markiiba. Xog badan ka ogoow barta **KnowYourOptions.ME/safer-drug-practices**.

Jidka qof kasta waa gaar. Ogoow **OPTIONS** si aad u badbaado, u bogsooto oo aad badqab ugu joogto.

## KnowYourOptions.ME ama wac 2-1-1.

Kahortaga Iska badinta ee mashruuca Wacyi Gelinta Balaaran ee Naloxone iyo Badqabka (OPTIONS) waa dedaalka abaabulan oo ay sameeyeen Xafiiska Caafimaadka Hab dhaqanka (OBH) iyo wakaaladaha kale ee gobalka si kor loogu qaado caafimaadka dadka reer Maine ee qaba xanuunka isticmaalka Maandooriyaasha. OPTIONS waxay taageertaa daawaynta, yareynta waxyeelada, iyo soo kabashada, waxayna diirada saartaa yareynta tirada daawada loo dhinto iyo tan aan loo dhiman ee la xiriirta iska badinta.