**<<INSERT SCHOOL LOGO OR LETTERHEAD>>**

**<<DATE>>**

Waalidka/Masuulka Qaaliga Ahoow:

Dugsigeenu wuxuu ka qaybgalayaa Xog-aruurinta Isku Dhafan ee Caafimaadka Dhallinta Maine ee 2023. Xog-aruurintaan waxaa maal gelinaysa Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Aadanaha ee Maine iyo Waaxda Waxbarashada ee Maine. Xog-aruurintu waxay wax kaa waydiin doontaa hab-dhaqanada caafimaad ee ardayda fasalka **<<INSERT GRADE(S) OF PARTICIPATING STUDENTS**>>. Xog-aruurintu waxay wax kaa waydiin doontaa nafaqada, jimicsiga jirka, dhaawacyada, tubaakada, khamriga, iyo isticmaalka daroogooyinka kale. Ardayda fasallada 7-12, xog-aruurinta ayaa sidoo kale wax ka waydiin doonta hab-dhaqanada galmada oo keeni kara uurka iyo caabuqyada lagu kala qaado galmada; niyad jabka iyo isdilka; iyo khamaarka.

Ardayda ayaa laga codsan doonaa inay buuxiyaan xog-aruurin qaadanaysa ku dhawaad 45 daqiiqo in lagu dhammeeyo.

Ka qaybgalka xog-aruurintaan ayaan keenayn khatar badan ama wax khatar ah oo soo gaarto cunugaaga. Khatarta keliya waa in qaar kamid ah ardayda ay su'aalaha qaar xasaasiyad ku qabi karaan. Xog-aruurinta waxaa loo dhisay qaab ilaalinayo sirta cunugaaga. Ardayda ayaan magacooda ku qori doonin xog-aruurinta. Sidoo kale, majiri doono marna in arday magaciisa lagu sheego warbixinta natiijooyinka. Si natiijooyinka xog-aruurintu u noqdaan kuwo sax ah, waa muhiim in dhammaan ardayda, ayada oo aan laga eegayn inay sameeyeen fal khatar ku ah caafimaadka iyo inkale, la siiyo fursad ay uga qaybgalaan xog-aruurinta, laakiin ka qaybgalka xog aruurintu waa ikhtiyaari. Ma jirto talaabo laga qaadaayo dugsiga, adiga, ama cunugaaga haddii cunugaagu uusan buuxin xog aruurinta. Ardayda ayaa ka boodi kara su'aalo kasta oo aysan dooneyn inay ka jawaabaan. Waxaa intaas dheer, ardayda ayaa joojin kara xog-aruurinta markay doonaan ayagoon wax ganaaxa mutaysan. Haddii aad dooneyso inaad aragto noocyada su'aalaha ku qoran xog aruurinta, kaydadka su'aasha ayaa laga heli karaa barta [www.maine.gov/miyhs/2023-survey-information](http://www.maine.gov/miyhs/2023-survey-information).

Fadlan akhri geeska kale ee foomkaan si aad u hesho xog dheeri ah oo ku saabsan xog-aruurinta. Buuxi qaybta hoose una celi dugsiga 2 asbuuc gudahood **keliya haddii aadan dooneyn** in cunugaagu ka qaybgalo xog-aruurinta. Haddii aad qabto su'aalo dheeraad ah oo ku saabsan xog-aruurinta oo uusan macalinka ama maamulaha cunugaagu ka jawaabi karin, fadlan la xariir: [miyhs.dhhs@maine.gov](mailto:miyhs.dhhs@maine.gov)

Fadlan buuxi qaybtaan kamid ah foomka keliya haddii aadan dooneyn in cunugaagu ka qaybgalo xog aruurinta.

Magaca ardayga: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fasalka: \_\_\_\_\_\_\_\_\_

Waan akhriyay foomkaan waana aqaanaa waxa xog-aruurintu ka hadlayso.

MAYA, cunugayga ayaa laga yaabaa **inuusan** ka qaybgelin.

Saxiixa Waalidka: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Taariikhda: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Xaashi Xaqiiqeedka Xog-aruurinta Isku dhafan ee Caafimaadka Dhalinta Maine**

**S. Maxaa loo samaynayaa xog aruurinta?**

**J.** Waaxda Waxbarashada ee Maine iyo Waaxda Caafimaadka iyo Adeegyada Dadwaynaha ee Maine ayaa u adeegsan doona natiijooyinka xog-aruurinta inay ka caawisa cabirida boqolkiiba tirada dhalinyarada raaca hab-dhaqanada caafimaadka leh iyo kuwa khatarta leh. Xogta waxaa loo adeegsan doonaa abuurista barnaamijyada caafimaadka dugsiga si ay gacan uga gaystaan yaraynta hab-dhaqanada khatarta ah loona kordhiyo hab-dhaqanada caafimaadka leh.

**S. Ma jiraan su'aalo xasaasi ah oo la isweydiinaayo?**

**J.** Haa. Isticmaalka tubaakada, khamriga iyo maandooriyaasha kale, iyo xoog sheegashada ayaa loo arki karaa mawduucyo xasaasi ah. Su'aalaha waxaa loo qoray qaab toos ah laakiin xasaasi ah. Ardayda fasallada 7-12 ayaa sidoo kale wax laga waydiinayaa niyad jabka, isdilka, iyo hab-dhaqanada galmada oo keeni kara caabuqa HIV ga iyo caabuqyada kale ee lagu kala qaado galmada (STIs) iyo uurka aan loo qasdin. Galmada iyo isticmaalka daawada la isku duro ayaa ah hab-dhaqanno kordhinaaya khatarta caabuqa HIV. Qaabka keliya ee lagu ogaado haddii ilmuhu ay khatar ugu jiraan qaadista caabuqa HIV ama STI yada kale waa in la waydiiyo su'aalo la xariira hab-dhaqannadaan.

**S. Magacyada ardayda miyaa loo adeegsan doonaa ama lagu xiri doonaa xog-aruurinada?**

**J**. Maya. Xog-aruurinta waxaa loo sameeyay in lagu ilaaliyo sirta cunugaaga. Ardayda ayaan magacooda walaa xog kale oo aqoonsanaysa (sida lambarka aqoonsiga ardayga) ku qori doonin xog-aruurinta.

**S. Ardaydu ma sameeyaan xog-aruurinta wax ka badan halmar si loo eego in hab-dhaqannadoodu isbadeleen?**

**J.** Maya. Ardayda ka qaybgala hal sano ayaan la raad-raaci karin waayo magacyadooda ayaan ku qornayn xog-aruurinta.

**S. Sidee lagu xushay cunugayga si uu uga qaybgalo xog-aruurinta?**

**J.** Dugsiga cunugaaga ayaa loo xushay inuu ka qaybgalo, dhammaan ardayda ku jira fasalkiisana waa laga codsanayaa inay ka qaybgalaan.

**S. Muddo intee dhan ayay qaadanaysaa buuxinta xog-aruurintu? Xog-aruurinta ma ku jiraa tijaabada jirka?**

**J.** Mudada hal xiisad ayaa loo baahan yahay si xog-aruurinta loo buuxsho. Xog-aruurinta kuma jiro tjaabada ama baaritaanka jirka.

**S. Ma arki karaa su'aalaha la waydiinaayo ardaygayga?**

**J.** Haa, waxaad ka eegi kartaa su'aalaha barta [www.maine.gov/miyhs/2023-survey-information](http://www.maine.gov/miyhs/2023-survey-information).

**S. Maxaa dhacaaya haddii aan cunugayga ka saaro xog-aruurinta?**

**J.** Macalinka cunugaaga ayaa siinaaya shaqo kale, sida layli guri ama akhris, si uu uga shaqeeyo asagoo aamusan joogana kursigiisa inta ardayda kale ee fasalku buuxinayaan xog-aruurinta.

**S. Yaa taageeraaya xog-aruurintaan?**

**J.** Xog-aruurintaan waxaa taageeraaya ururo badan oo ku dhaqan Maine oo danaynaya caafimaadka dhalinta. Sidoo kale waxaa taageeraaya ururo badan oo heer qaran ah. Dad ka socda in ka badan 100 wakaaladaha gobalka iyo kuwa degmada ee caafimaadka iyo waxbarashada ka shaqeeya iyo 19 wakaaladaha federaalka ah ayaa gacan ka gaystay abuurista xog-aruurinta.