

## Xog Aruurinta Qofka Wayn ee Noloshu Caafimaadka Qaba ee CalFresh

Kahor

Taariikhda \_\_\_\_\_

Aqoonsiga Shaqada Barnaamijka PEARS \_\_\_\_\_  
(Macalinkaaga ayaa ku siin doona lambarka aqoonsiga)

A-Z	A-Z	01-12	01-31
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Xarafka  
koobaad  
ee  
magaca  
KOWAAD

Xarafka  
koobaad ee  
magaca  
UGU  
DANBEEYA

BISHA  
Dhalashada

MAALINTA  
shada

Su'aalahaan ayaa ku saabsan qaababka aad u qorshayso una xaliso cuntada. Ka fakar sida aad caadiyan hawlaha u fuliso.

Hal jawaab u door su'aal kasta.

1.



Miyaad cabtaa cabitaannada miraha, cabitaannada ciyaaraha ama noocyo kaladuwan?

ma  
ya

haa, mararka  
qaar

haa,  
badanaa

Haa,  
maalin  
kasta

2.



Miyaad qabtaa caabitaannada aashitada leh ee caadiga ah?

ma  
ya

haa, mararka  
qaar

haa,  
badanaa

Haa,  
maalin  
kasta

3. Miraha: Cadad intee dhan ayaad cuntaa maalin kasta?



waxb

½ koob



1 koob

1 ½ koob



2 koob

2 ½ koob



3 koob ama ka badan

4. Khudaarta: Cadad intee dhan ayaad cuntaa maalin kasta?



waxb

½ koob



1 koob

1 ½ koob



2 koob

2 ½ koob



3 koob ama ka badan

5.



Miyaad cuntaa wax ka badan hal nooc oo miro ah maalin kasta?

ma ya

haa, mararka qaar

haa, badanaa

Haa, maalin kasta

6.



Miyaad cuntaa wax ka badan hal nooc oo khudaar ah maalin kasta?

ma ya

haa, mararka qaar

haa, badanaa

Haa, maalin kasta

7.



Miyaad adeegsataa cabirkaan markaad cunto soo iibsanaayo?

ma  
ya

haa, mararka  
qaar

haa,  
badanaa

Haa,  
maalin  
kasta

8.



Miyay kaa dhamaataa cuntadu kahor intaan bishu dhammaan?

ma  
ya

haa, mararka  
qaar

haa,  
badanaa

Haa,  
maalin  
kasta

Su'aalaha xiga waxay ku saabsan yihiin hawlaha jidheed ee aad samayso. Fadlan calaamadi jawaabta sida wanaagsan u sharaxaysa sida aad caadiyan wax u samayso.

9. Todobaadkii lasoo dhaafay, imisa maalmood ayaad samaysay jimicsi ugu yaraan 30 daqiiqo ah?

Waxaa kamid ah waxyaabaha sida guclaynta, ciyaarista kubada, iyo samaynta jimicsiga ama jaaska, ama fiidyawiyada jimicsiga. 30 daqiiqo waxa ay noqon kartaa isku wakhti ama 10 daqiiqo ama wax ka badan markiiba. *Haku darin shaqada guriga, daryeelka caruurta, ama u kala lugaynta laba meelood.*



- 0 maalmood  4 maalmood  
 1 Maalin  5 maalmood  
 2 maalmood  6 maalmood  
 3 maalmood  7 maalmood

10. Todobaadkii lasoo dhaafay imisa maalmood ayaad jimicsatay si aad u dhisto oo aad u xoojiyo murqahaaga?

Waxaa kamid ah waxyaabaha sida bir qaadida iyo samaynta bush apka, sitapka ama balankiyada.



- 0 maalmood  4 maalmood  
 1 Maalin  5 maalmood  
 2 maalmood  6 maalmood  
 3 maalmood  7 maalmood

11. Badanaa goorta ayaad u samaysaa isbedelka yar si aad u samayso hawlo dheeraad ah?

Waxaa kamid ah waxyaabaha sida lugaynta halkii aad gaadhi ka kaxaysan lahayd, inaad inta aanad gaadhin meesha aad ku socotay gaadhiga ka dhaadhacdo, samaynta dhawr shay oo jimicsi, ama inaad soc socoto halkii inta aad fadhiisato aad TV ka daawayn lahayd.



- Marna  
 Marar dhif ah (ilaa 20% wakhtiyada)  
 Mararka qaar (ilaa 40% wakhtiyada)  
 Badanaa (ilaa 60% wakhtiyada)  
 Si joogto ah (ilaa 80% wakhtiyada)  
 Marwalba

**Su'aalaha xiga waxay ku saabsan adiga iyo noloshaada.**

---

12. Intii lagu jiray shantii bilood ee lasoo dhaafay xagee ayay qoyskaagu kasoo iibsadeen cuntada?

Dooro dhammaan meelaha ku haboon. Dhammaan dookhyada aan ahayn ee dukaamaysiga.

- Oonleenka, dukaanka adeegga ama dukaan kale
  - Suuqyada waawayn/dukaanka wayn ee adeegga sida Safeway ama Vons
  - Dukaanka adeegga ee yar (3 kaash qabte ama ka yar)
  - Bakhaar ama dukaanka jumlada sida Costco ama Sam's Club
  - Dukukaanada qiimo dhimista sida Target ama Walmart
  - Dukaannada xaafada ama dukaan yare sida 7-11 ama MiniMart
  - Suuqa beeraleeyda
  - Dukaanka cuntada ama miis lagu gado khudaarta
  - Kaydka cuntada, bakhaar, ama urur kale oo cawimo baxsha
- 

13. Sanadkii lasoo dhaafay, miyaa wax kamid ah caruurtaada (18 jir iyo wixii ka yar) ay ku biireen wax kamid ah kuwa soo socda?

Dooro dhammaan meelaha ku haboon.

- Ma lihi carruur 18 ama ka yar
  - Xanaanada caruurta (K-12)
  - Barnaamijka kahor iyo/ama kadib waxbarashada **dugsigooda**
  - Barnaamijka kahor iyo/ama kadib waxbarashada **meel ahayn dugsigooda**
  - Barnaamijyada daryeelka hore iyo waxbarashada (Early care and education, ECE) **ee guriga qof**
  - Barnaamijyada daryeelka hore iyo waxbarashada (ECE) **xarunta daryeelka ilmaha**
  - Barnaamijyada daryeelka hore iyo waxbarashada (ECE) **dugsiga**
- 

14. Waa maxay sibkoodhka gurigaagu?

---

15. Dooro jawaabta sida ugu fiican u qeexaysa da'daada:

- 18-59 sano
  - 60-75 sano
  - 76 sano ama ka wayn
  - Ma doonayo in aan sheego
- 

16. Dooro jawaabta sida ugu fiican u qeexaysa jinsigaaga:

- Lab
  - Dhedig
  - Midnaba
  - Jinsigu kuma qorna
  - Ma doonayo in aan sheego
- 

17. Dooro jawaabta sida ugu fiican u qeexaysa qoomiyadaada:

- Hisbaanig/Laatiin
  - Aan ahayn Hisbaanig/Laatiin
  - Ma doonayo in aan sheego
- 

18. Dooroo dhammaan jawaabaha ee khuseeya isirkaaga:

- Hindi Maraykan ama Dhaladka Alaska
- Eeshiyaan
- Madoow ama Afrikaan Maraykan
- Hawaii Dhalad ah ama kasoo jeeda Jasiirada Baasifiga ee Kale
- Cadaan
- Ma doonayo in aan sheego