

Bear-y د بپير-وائى غوره سرچيني گايڈ

د هغو مور پلار له پاره چي نوے
ماشوم يئ زيگيدلے وى

ستاسو او ستاسو د نوي کوچني
ماشوم پاملر له کول!



د نړۍ ته بڼه راغلاست، کوچني ماشومه!

ډېر څه شته چې زده يې کړئ او ورته تيارۍ ونيسئ!
دا لارښود ستاسو سره د دې **bear-y** ځانگړي وخت
په اوږدو کې مرسته کوي، ترڅو تاسو ځان باوري
او چمتو احساس کړئ کله چې دې بڼکلي سفر پيل کوئ.

د محتواو جدول

02	د زيرون ثبت
03	د زيرون سند
05	نومونه
07	سوشل سکيورتي
08	د کور زيرونونه
09	د کورنۍ تفصيلات
10	د (ماشوم) ادابت کول
11	سرروکيسې(د ځای ناستي مور له لارې ماشوم پيدا کول)
12	د نوو ميندو او پلرونو لپاره پنځه گتوري لارښوونې
13	رضاکارانه مور پلار پېژندنه
15	د ماشوم ملاتړ
16	د ماشوم د واکسينونو برنامې
17	خپل زېرون وروسته ملاقات شيټول کړئ
18	د نوي زيږيدلي ماشوم د سکريپينگ پروگرامونه
18	د نوي زيږيدلي ماشوم معاينه: د زړه دجيناې ناروغيو شديدې ستونزې
19	د نوي زيږيدلي ماشوم د وپنې ټکي سکريپينگ
21	د غوړ او ريډو ژر پېژندنه او مداخله
24	د ماشوم په لومړنيو کلونو کې د کورنۍ ليدني پروگرام
25	د ماشومانو لپاره د پاملرنې اړيکه
26	د بڼځو، شير خور ماشومانو او ماشومانو د تغذيې برنامې
27	د رسمي سندونو آنلاين غوښتنليک خدمات

د زیږون ثبت

زه د زیږون وروسته څه تمه کولی شم؟

ستاسو د ماشوم د زیږون سمدستي وروسته، د روغتون کارکوونکي یا د زیږون راجسټر به له تاسو څخه مهم معلومات راټول کړي څو د زیږون سند بشپړ کړي. ډېر مهمه ده چې صحیح او رښتیني معلومات ورکړي څو سند سم جوړ شي او په راتلونکي کې کومه ځنډ یا ستونزه نه پېښ شي.

د زیږون راجسټر به هلته وي چې تاته د بهیر لارښود وکړي، ستا پوښتنو ته ځواب ووايي، او ډاډ ورکړي چې هر څه په اسانۍ سره ترسره شي. دا گام په غور سره بشپړول ستا د ماشوم پېژندنه ساتي او له پیل څخه ورته مهمې کټي یقیني کوي.

دلته ځینې پوښتنې دي چې کېدای شي له تا وپوښتل شي، که چېرې تطبیق کيږي:

- مور کوم نسل لري؟
- مور د هسپانوي اصل لري که نه؟
- د والدین تر ټولو لوړه ترلاسه شوي تعلیمي کچه څه ده؟
- ایا مور د WIC کټي ترلاسه کړي دي؟



کله چې ټول معلومات راټول شي، روغتون به دغه جزئیات د رسمي ثبت لپاره د Vital Records دفتر (OVR) ته واستوي. دا گام د ستا د ماشوم قانوني پېژندنه جوړوي او ډاډ ورکوي چې هغه مهمو خدماتو ته لاسرسی ولري.



دا “Bear-y” ډېر مهمه ده چې پری پوه شئ! د نورو معلوماتو لپاره، د QR کوډ باندې کلیک وکړئ تر څو زموږ د نوو میندو او پلرونو د سرچینو پاڼې څخه نور معلومات ترلاسه کړئ.

دا شخصي معلومات ولي راتوليږي؟

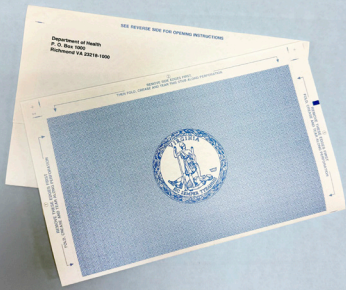
د ملي روغتيا د احصايي مرکز (NCHS) او د Vital Records دفتر (OVR) دا معلومات له تاسو نه د دې لپاره غواړي چې ستاسو په ټولنه کې د ميندو، پلرونو او ماشومانو روغتيا بڼه کړي. صحيح معلومات دوی ته اجازه ورکوي چې مهمې څيزونه لکه د زيرون کچه او د ماشومانو روغتيا تعقيب کړي، چې په نتيجه کې د کورنيو لپاره غوره روغتيايي پروگرامونه او خدمات جوړوي. په دې معلوماتو د شريکولو سره، تاسو مرسته کوئ چې هر څوک هغه پاملرنه ترلاسه کړي چې ورته اړتيا لري.

زما د ماشوم د زيرون سند کي کوم معلومات شامل دي؟

معمولي لنډ فارم د زيرون سند عموماً لاندې مهم معلومات لري:

- د ايالت د دوسي شمېره
- د ماشوم بشپړ نوم، د زيرون نيټه، جنس، د زيرون ځای (بڼار يا ولسوالۍ)
- د مور / والدين لومړي بشپړ نيکه نوم، عمر، د زيرون ايالت / هېواد
- د پلار / والدين دويم بشپړ نوم، عمر، د زيرون ايالت / هېواد
- د دوسي د ثبت نيټه





زه څنگه د خپل ماشوم سند غوښتنه کولی شم؟

د خپل ماشوم د زیږون سند بشپړول چټک او آسانه دی!

په روغتون کې، تاسو او د ماشوم پلار یا شریک، که اړتیا وي، کولای شئ سند په برېښنایي بڼه وگورئ او لاسلیک یې کړئ. وروسته روغتون معلومات په خوندي توګه مستقیم د Vital Records دفتر (OVR) ته د تصدیق او ثبت لپاره استوي. د دې بهیر په ترڅ کې، تاسو کولی شئ په آسانۍ سره آنلاین د ډیجیټل یا کریډیټ کارت له لارې پیسې ورکړئ، او په ډېرو حالتونو کې سند څو ورځو کې په خپل سیمه ییز روغتیايي دفتر، DMV، یا د ریچمنډ د Vital Records دفتر څخه ترلاسه کړئ. تاسو دا اختیار هم لرئ چې سند مستقیم ستاسو پته ته واستول شي.

که د روغتون برېښنایي سیستم شتون ونلري، اندېښنه مه کوئ — تاسو کولای شئ آنلاین غوښتنه وکړئ یا د زیږون راجسټر سره کاغذي فورمه ډکه کړئ. که روغتون اجازه ورکړي، نو د تادیي لپاره چیک یا مني آرډر هم منل کیدی شي. کله چې پروسه بشپړه شي، د Vital Records دفتر به تصدیق شوي کاپي (ګانې) مستقیم ورکړل شوي پته ته واستوي.

کله چې د زیږون سند په میل راوړسېږي، دا به په لافاه کې نه وي. پر ځای یې، دا به د فشار بند شوي ځان-لېږونکي فورم په شکل وي لکه څنگه چې پورته انځور شوی دی.



د دې QR کوډ سکین کړئ ترڅو د دې موضوع په اړه
"Bear-y" ګټور معلومات ترلاسه کړئ!

د "Maiden" نوم څه شی دی؟

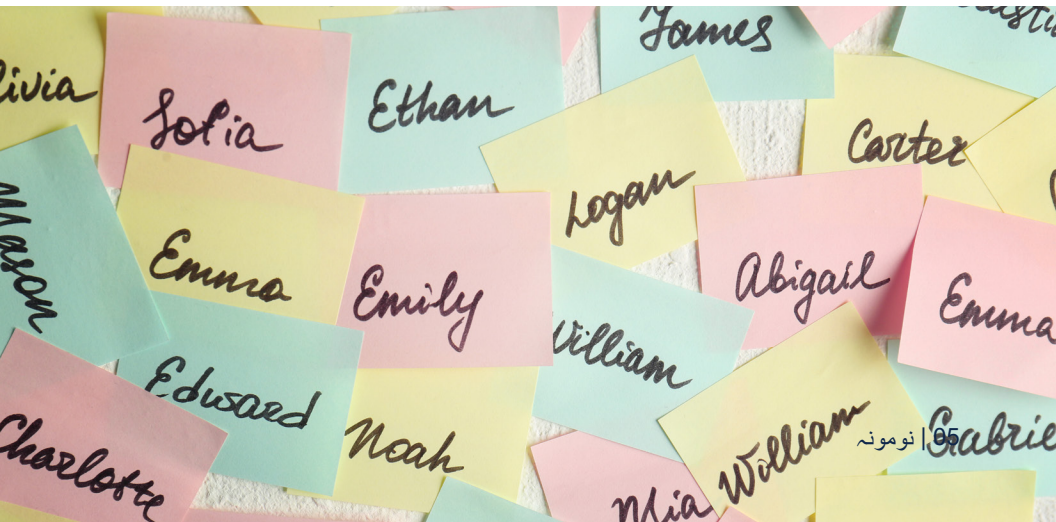
دی سره مطلب دا دی چې ستاسې بشپړ د زیږون نوم یا هر قانوني بدل شوی نوم، پرته له واده شوي تخلص څخه. که تاسو په زیږون کې کوم تخلص نه لرئ یا ستاسو هیواد یې کار نهوي، تاسو کولی شئ دا تش پریردئ.

زه خپل ماشوم ته څه نوم ورکولی شم؟

د خپل ماشوم نوم ټاکل یوه "Bear-y" مهمه پریکړه ده. ویرجینیا هر نوم اجازه ورکوي، خو د ټولنیز امنیت اداره (SSA) د ځانګړو نښو یا ټینګارونو لرونکي نومونه د برېښنایي سپارلو له لارې نه مني. که ستاسو د ماشوم نوم کې دا شامل وي، تاسو به اړتیا ولرئ چې د ټولنیز امنیت کارت لپاره مستقیم د SSA سره غوښتنه وکړئ.

که زما ماشوم ته د روغتون پرېښودو دمخه نوم نه وي ورکړل شوی څه کيږي؟

OVR د زیږون راجسټر ته وویل چې ماشوم ته ستاسو تخلص ورکړي او سند مور ته واستوي. خو مهرباني وکړئ پوه شئ چې په دې حالت کې هیڅ د زیږون سند یا د ټولنیز امنیت کارت نشي غوښتل کېدای.



ایا زه کولی شم خپل ماشوم ته له یوې څخه ډېر تخلصونه ورکړم؟

تاسو آزاد یاست چې خپل ماشوم ته هر نوم ورکړئ، خو دا بڼه ده چې خپله وضعیت په پام کې ونیسئ—په ځانګړې توګه د دوه تابعیت په حالت کې، ځکه چې پاسپورټ مسایل کولی شي ډېر پیچلي شي که والدین واده شوي نه وي او د پلار پیژندنه نه وي شوې.

زه څنګه خپل ماشوم نوم بدلولی شم وروسته له دې چې دا د Vital Records سره ثبت شوی وي؟

تاسو کولی شئ د خپل ماشوم لومړی او منځنی نوم هر وخت د هغه د لومړي کال په جریان کې د تصحیح لپاره یو افیډاویټ وړاندې کولو او لږه فیس ورکولو سره بدل کړئ. د تخلص بدلول د 30 ورځو وروسته د سرکټ کورټ له خوا محکومي امر ته اړتیا لري.



وټاکئ خپل ماشوم نوم د زیږون مخکې

د ماشوم د نوم پلان جوړوونکی

جیني		هلک	
منځنی نوم	لومړی نوم	منځنی نوم	لومړی نوم

سوشل سکیورٽي

زه څنگه د خپل نوي زيږيدلي ماشوم لپاره د ټولنيز سوشل سکیورٽي غوښتنه کولی شم؟

ښه ده چې د خپل ماشوم سوشل سکیورټي شمېره د روغتون په وخت کې د زيږون سند د غوښتنې پر مهال غوښتنه وکړئ. د Vital Records دفتر (OVR) به ستاسې غوښتنه په برېښنايي ډول د سوشل سکیورټي اداره (SSA) ته واستوي. تاسو تمه کولی شئ چې د خپل ماشوم سوشل سکیورټي کارت د ميل له لارې په شپږو اونيو کې ترلاسه کړئ.

“Bear-y” پوهېدل مهم دي! که د مور، پلار، يا ماشوم په نوم کې اکسېنټ ښه يا کومه ځانگړې علامه وي، نو SSA به دا غوښتنه ونه مني. فکر مه کوئ— دوه برخېز (هايفن لرونکي) نومونه بالکل سم دي او کومه ستونزه نه لري!

که چرې ما په روغتون کې نه و غوښتلي نو وس زه څنگه د خپل نوي زيږيدلي ماشوم لپاره د سوشل سکیورټي غوښتنه کولی شم؟

که تاسو پرېکړه وکړئ چې په روغتون کې کارت ونه غوښتئ، نو بيا به تاسې ته پکار وي چې خپله يې غوښتنه وکړئ. د دې لپاره بايد د خپل نږدې SSA دفتر سره د ملاقات وخت ونيسئ تر څو د بهير پيل وشي. يقيني کړئ چې د خپل ماشوم د زيږون سند له ځان سره راوړئ!

که تاسو کارت تمه لرئ خو په مېل کې در ور نه رسيږي، نو د چا سره تماس نيسم؟

که د معمولي مودې له تېرېدو وروسته هم تاسو د خپل ماشوم د سوشل سکیورټي کارت ترلاسه نه کړ، نو مهرباني وکړئ د خپل نږدې سوشل سکیورټي دفتر سره اړيکه ونيسئ. تاسو کولای شئ همدارنگه په 1-800-772-1213 زنگ ووهئ (د اورېدنې ستونزه لرونکو لپاره TTY 1-800-325-0778). دا شمېرې د دوشنبې نه تر جمعې پورې، د سهار له 8:00 بجو نه تر ماښام 7:00 بجو پورې فعاله دي. د لا زياتو معلوماتو لپاره د دوی وېبسايټ SSA.GOV ته مراجعه وکړئ.

په کور کې زېږون

زه د خپل ماشوم زېږون وروسته د ناڅاپي کورني زېږون په صورت کې څنگه ثبت کړم؟

که تاسو په ویرجینیا کې په کور کې زېږون وکړئ او بیا یوه د زېږون مرکز ته ولېږدول شئ، زیاتره مرکزونه چمتو وي چې د ماشوم د زېږون د ثبت لپاره له زېږون سره سم له تاسو سره مرسته وکړي. که تاسو مرکز ته نه لېږدول کېږئ، نو ژر تر ژره د خپل ځایي روغتیا ریاست سره اړیکه ونیسئ. د خپل ماشوم د زېږون ثبتول په 30 ورځو کې باید وړکوي چې ټول کارونه په سمه توګه ترسره شوي دي.

که زه خپل ماشوم په کور کې د یوه مېوایف یا ډولا په مرسته وزېږوم، د زېږون سند څنگه ثبت کېږي؟

مېوایف یا ډولا د تصدیق کونکي په توګه عمل کوي او تاییدوي چې ستاسو ماشوم په ژوندی ډول زیږېدلی دی. هغوی د زېږون سند د بشپړولو کې مرسته کوي، د معلوماتو لکه نوم، نېټه، او وخت سره، او بیا یې د ځایي روغتیا ریاست یا د مهمو اسنادو دفتر ته سپاري.

د پلان شوي کورني زېږون وروسته د خپل ماشوم د زېږون د ثبتولو بهیر څه دی؟

که تاسو په ویرجینیا کې په کور کې ماشوم وزېږوئ، نو باید د خپل ځایي روغتیا ریاست سره د 30 ورځو دننه د زېږون ثبت ترسره کړئ. که تاسو د زېږون وروسته سمدستي روغتون ته ولېږدول شئ، د روغتون کارکوونکي کولی شي له تاسو سره د ثبت په پروسه کې مرسته وکړي. که تاسو ته د زېږون د ثبت لپاره اضافي وخت پکار وي، نو له تاسو به غوښتنه وشي چې لاندې توکي ثابته کړئ:

- د حمل ثبوت
- د ژوندی زېږون ثبوت
- کورني زېږون – د ویرجینیا د اوسیدو ثبوت یا په ویرجینیا کې د بل ځای زېږون ثبوت

دادی “Bear-y” اړین! که تاسو دا سندونه وړاندې نه کړئ، نو اړتیا به وي چې د قانوني وکیل یا خپل ځایي سرکټ محکمې سره مرسته وغواړئ.

نوڅه کپړي که زه واده شوی يم خو د ماشوم د اصلي پلار نه يم؟

که تاسو د خپل ماشوم د زېږون نه 10 میاشتې مخکې په هر وخت کې واده کړی وي، ستاسو مېړه په ویرجینیا کې قانوناً د پلار په توګه ګڼل کېږي. که تاسو ته د زېږون سند کې د اصلي پلار نوم د شاملولو مرسته پکار وي، مهرباني وکړئ د مهمو اسنادو دفتر (Office of Vital Records) سره اړیکه ونیسئ. تاسو کولی شئ د خپل ځایي ماشومانو او کورني اړیکو محکمې / سرکټ محکمې سره هم اړیکه ونیسئ ترڅو د پلار توب په قانوني ډول تثبیت کړئ.

که د ماشوم پلار مړ شوی وي، آیا زه کولی شم د روغتون په وخت کې د زېږون سند کې د هغه نوم شامل کړم؟

که مور واده نه وي کړی او پلار مړ شوی وي، نو د روغتون په وخت کې د زېږون سند کې د هغه نوم نشي شامل کېدای. د بی واده والدینو لپاره، د

پلار توب Acknowledgment of Paternity (AOP) فورمه باید د مور، پلار، او ماشوم په

حضور کې ډکه شي.

خو که والدین واده شوي وي، د پلار نوم په زېږون سند کې شاملېدای شي.

د ماشوم د زېږون د ثبت په اړه څه باید پوه شم که مور د یوې همجنس جوړه یو؟

په ویرجینیا کې د واده شویو همجنس جوړه لپاره د ماشوم د زېږون ثبت بهیر د مخالفجنس جوړه سره ورته دی، او معمولاً دواړه والدین په زېږون سند کې شاملېږي. د بی واده همجنس جوړه لپاره، یوازې د ماشوم مور نوم به په زېږون سند کې بنکاره شي. د دې لپاره چې بل والدین قانوني حقونه ولري، بنایي د محکمې حکم یا د دویم والدینو د منلو (adoption) پروسه پکار وي.



که زما ماشوم ایداپت شوے وی، د هغه د زیرون سند په اړه څه باید پوه شم؟

کله چې ماشوم په ویرجینیا کې په روغتون کې زیږدول شي، روغتون د ماشوم د والدینو معلومات راټولوي او د رسمي زیرون سند د جوړولو لپاره یې د مهمو اسنادو دفتر (Office of Vital Records) ته لیري. په دې وخت کې د منونکو والدینو لخوا د زیرون ثبت نه کېږي، او د دوی معلومات په روغتون کې شامل نه وي. کله چې د منلو (ایداپشن) بهیر په محکمه کې بشپړ شي، یو نوی زیرون سند جوړېږي چې پکې د منونکي (ایداپتیو) والدین نومونه د قانوني والدینو په توګه شامل وي. دا نوی سند د اصلي سند ځای نیسي او د ماشوم رسمي زیرون سند ګرځي.

که موږ د ماشوم د زیرون وروسته سمدستي منلو (adopt) قصد لرو، نو څه باید پوه شم؟

کله چې ایداپشن (منل/قبولیت) بشپړ شي، د ایداپتیو والدین (د منونکي) یا د هغوی وکیل کولی شي د نوي زیرون سند د ترلاسه کولو لپاره د مهمو اسنادو دفتر (Office of Vital Records) ته غوښتنه وکړي. دا نوي شوی سند به تاسو د ماشوم د قانوني والدینو په توګه وښيي.

دا نوي شوی سند به تاسو د ماشوم د قانوني والدینو په توګه ښکاره کړي.

که ماشوم د ویرجینیا څخه بهر زیږدلی وي، ویرجینیا نشي کولای د زیرون سند جاري کړي، حتی که ایداپت دلته بشپړ شوی وي په دې حالت کې، تاسو به اړتیا ولرئ د د زیرون ایالت د پروسی تعقیب وکړئ ترڅو د سم شوي سند غوښتنه وکړئ. خو، که د زیرون او ایداپت دواړه په ویرجینیا کې ترسره شي، تاسو به د نوي زیرون سند ترلاسه کولو لپاره د ویرجینیا د ژوندیو ریکارډونو دفتر له لارې د ویرجینیا پروسه تعقیب کړئ.

د دې QR کوډ سکین کړئ ترڅو د دې موضوع په اړه
"Bear-y" ګټور معلومات ترلاسه کړئ!



که مور د خپل ماشوم د زيرون لپاره سرروگېسي کاروو، څه بايد پوه شو؟

په سرروگېسي قضيو کې، هغه بنځه چې ماشوم حملوي (چې ورته [Gestational Carrier] ويل کيږي) او د هغې مېړه (که ولري) به د ماشوم په اصلي زيرون سند کې د ماشوم والدين په توګه ثبت شي کله چې ماشوم زيږيدلی وي. د دې لپاره چې د پلان شوي والد يا والدينو نوم د نوي زيرون سند کې وليکل شي، د [Gestational Carrier] او د هغې مېړه بايد خپل والدين حقونه د ویرجینیا د قانون سره سم وسپاري

څوک بايد د زيرون سند کې د مور په توګه وليکل شي؟

کله چې مور د زيرون سند کې "مور" وايو، مور هغه شخص ته اشاره کوي چې فزيکي توګه ماشوم وزېږولی وي. نو، سند به د هغه شخص په اړه معلومات وښيي چې ماشوم يې زيږولی دی. که سرروگېسي بنځه دخپل وي، يوازې د زيرون مور معلومات به د روغتون لخوا OVR ته ليرل شوي سند کې شامل وي. اندېښنه مه کوئ—کله چې سند راوړسي، OVR به زموږ په اړخ کې ټول اړين تازه معلومات ترسره کړي.



د دې QR کوډ سکين کړئ ترڅو د دې موضوع په اړه
"Bear-y" کتور معلومات ترلاسه کړئ!



د نويو والدينو لپاره پنځه گټوري مشوري

1 مرسته وغورځي

دا مشوره ډېره مهمه ده! که تاسو ځان فشار لاندې احساسوئ، د مرستې غوښتلو څخه مه وپريزيئ. ملگري او کورنۍ تيار دي چې تاسو ملاتړ وکړي—که دا د کور کارونو کې وي يا د ماشوم ساتنه، تر څو تاسو لږه وقفه واخلي.

2 کله چې امکان وي، لږه ویده شی

ځينې شيان انتظار کولای شي—خو ارام کول نه شي کولی. کله چې ستاسو ماشوم ویده وي، لږه وقفه واخلي او د بيا انرژي ترلاسه کولو لپاره لږ ویده شی.

3 د بېرني معلوماتو تنظيم کول

د ماشوم سره، ځان چمتو وساتئ. مهم معلومات وساتئ—ډاکټر، روغتون، الرجی، بيمه—په خپل تليفون کې د بېرنيو حالتونو لپاره د چټک لاسرسي لپاره.

4 د نورو والدينو سره اړيکه ونيسئ

د نورو نويو او تجربه لرونکو والدينو سره اړيکه ونيسئ ترڅو مشوره او ملاتړ ترلاسه کړئ. د نورو نويو والدينو او تجربه لرونکو والدينو سره اړيکه ونيسئ ترڅو مشوره او ملاتړ ترلاسه کړئ. دا چې خلک ستاسو ملاتړ وکړي، کارونه اسانه او خوندي کوي.

5 خپلو غريزو باندې باور وکړئ

تاسو خپل ماشوم تر ټولو ښه پېژنئ. که څه هم ناسم ښکاري، انتظار مه کوئ—د ذهن د آرامۍ لپاره خپل ماشوم ډاکټر ته زنگ ووهئ.



رضاکارانہ پلار تثبیت

د رضاکارانہ پلار تثبیت فورم د تصدیق لپاره ثبت کوونکی کوم شناخت ته اړتیا لري؟

په ویرجینیا کې، دواړه والدین باید د بیولوژیک پلار په اړه موافقه ولري مخکې له دې چې د رضاکارانہ پلار تثبیت فورم بشپړ کړي. د زیرون ثبت کوونکی به تاسو د پروسې له لارې لارښوونه وکړي، ستاسو حقوق تشریح کړي، او یاد ترلاسه کړي چې هر څه واضح دي.

د فورم د تصدیق لپاره، ثبت کوونکی به ستاسو شناخت تایید کړي. له تاسو څخه به غوښتنه وشي چې لاندې کوم یو شناخت وړاندې کړئ:

1. د امریکا پاسپورټ
2. د امریکا پاسپورټ کارت
3. د امریکا تابعیت سند
4. د تابعیت ترلاسه کولو سند
5. د بهرني پاسپورټ
6. د امریکا گرین کارډ د عکس سره
7. د امریکا ایالت لخوا صادر شوی موټر چلولو جواز
8. د امریکا ایالت لخوا صادر شوی شناختي کارډ
9. د امریکا پوځي شناختي کارډ

ستاسو د شناختي کارت چمتو کول به د پروسې د چټک او روان توب لپاره مرسته وکړي. دا گام د قانوني پلار تثبیت لپاره مهم دی، چې ستاسو د ماشوم حقوق او امتیازات اغېزمن کولی شي. دا گام د قانوني پلوه د پلار تثبیت لپاره مهم دی، چې ستاسو د ماشوم حقوق او امتیازات اغېزمن کولی شي.

دلته سکین کړئ څو نور
معلومات ترلاسه کړئ



ایا تاسو غواړئ د ویرجینیا ایالت کې
د پلارۍ د داوطلبانه ثبت په اړه نور
معلومات ترلاسه کړئ؟





زه واده شوی نه یم. زه څنگه د خپل ماشوم د زیږون سند ته د پلار نوم اضافه کړم؟

که تاسو واده نه وي کړی، تاسو او بیولوژیک پلار اختیار لرئ چې د روغتون څخه د وتلو مخکې د رضاکارانه پلار تثبیت (AOP) فورم بشپړ کړئ. د AOP بشپړول قانوني پلار تثبیت کوي، چې دا د ماشوم د والدینو حقونو او امتیازاتو لپاره مهم کیدی شي. د AOP بشپړول قانوني پلار تثبیت کوي، کوم چې د ماشوم د والدینو حقونو او امتیازاتو لپاره مهم دی.

که تاسو د روغتون څخه د وتلو مخکې د AOP فورم بشپړولو توان نلرئ، اندېښنه مه کوئ—تاسو لا هم کولی شئ فورم وروسته د ژوندیو ریکارډونو دفتر ته وسپارئ. دا کار کولی شئ یا په حضورې ډول یا د پوستي له لارې ترسره کړئ، کوم چې ستاسو لپاره اسانه وي. خو، مهرباني وکړئ په یاد ولرئ که د پلار نوم د وتلو وروسته اضافه شي، یو کوچنی د پروسي فیس شتون لري.

د AOP ژر بشپړول مرسته کوي چې د ماشوم قانوني حقونه خوندي شي او د ساتنې، مالي ملاتړ، او طبي پریکړو اړوند چارې ساده کړي. مور تاسو هڅو چې دا مهم گام د خپل ماشوم لپاره بشپړ کړئ.

ایا د پلار تثبیت وروسته بدلیدلی شي؟

هو، په ځینو حالاتو کې ممکنه ده چې د پلار تثبیت لغوه شي او بل پلار تثبیت شي. دا عموماً د محکمې د حکم او قانوني کړنلارې ته اړتیا لري، چې کېدای شي د DNA ازموینه هم پکې شامل وي.



VIRGINIA DEPARTMENT OF
SOCIAL SERVICES

DCSE Division of Child
Support Enforcement



د خپل ماشوم راتلونکی خوندي کړئ — دا هومره اسانه ده لکه A، B، IC

Child Support Services کولی شي ستاسو
له ماشوم سره مرسته وکړي.
دلته وگورئ چې څنګه پیل وکړئ.

B. د پلاری تثبیت وکړئ

د پلاری تثبیت کول ستاسو له ماشوم سره مرسته
کوي چې روغتیايي بیمه ولري، د خپلي کورنۍ
د روغتیايي تاریخ په اړه معلومات ترلاسه کړي،
او د دواړو والدینو ملاتړ ترلاسه کړي. که تاسو
د ماشوم د زېږون پر مهال واده نه و کړی، نو
هر یو والدین کولای شي د پلاری د تثبیت لپاره
مرسته وغواړي.

Child Support Services .A لپاره نومليکنه وکړئ

په ویرجینیا کې زرګونه کورنۍ لا دمخه زموږ
له خدمتونو ګټه اخلي — تاسو هم کولی شئ!
د ماشوم دواړه والدین یا سرپرستان غوښتنه کولی
شي. موږ دلته د مرستې لپاره یو.

D. نور خدمتونه

موږ داسې پروګرامونه لرو چې له هغو
والدینو سره مرسته کوي چې ښايي د مالي پلوه
د خپل ماشوم ملاتړ کول ورته ستونزمن وي.
زموږ د کورنۍ د اړیکو د پیاوړتیا خدمتونو په
اړه پوښتنه وکړئ.

C. خپل آنلاین اکاؤنټ جوړ کړئ

د QR کوډ په کارولو سره
نن خپله خوندي آنلاین
غوښتنه پیل کړئ.



پوښتنې لری؟ وگوري:

www.dss.virginia.gov/family/dcse

اي ميل: askdcse@dss.virginia.gov

تليفون: 800-468-8894

وختونه: د دوشنبې څخه تر جمعي
د سهار 7 بجو څخه تر ماښام 6 بجو پوري

د ماشومتوب واکسینونه

واکسینونه د جدي ناروغيو لکه زکام (measles) مخنيوي کي مرسته کوي. ډاډ تر لاسه کول چې ستاسو ماشوم خپل واکسینونه تازه کړي، یوه وړوکی کړنه ده چې لویه اغېزه کولی شي



زما ماشوم کوم واکسینونو ته اړتیا لري؟

د خپل ماشوم د واکسینونو په اړه له خپل ماشوم ډاکټر سره خبرې وکړئ کوم چې ستاسو ماشوم ته سپارښتنه شوي دي.

د ناروغيو د کنټرول او مخنيوي مرکزونه (CDC) د دې لپاره سپارښتنه شوي مهالویش وړاندې کوي چې ستاسو ماشوم لپاره د واکسین اخیستو غوره وخت معلوم کړي.

زه د خپلې کورنۍ لپاره وړیا واکسینونه چیرته موندلی شم؟

ستاسو ماشوم ممکن د CDC د ماشومانو لپاره د واکسینونو (VFC) پروگرام له لارې وړیا واکسینونه تر لاسه کړي، چې د روغتیايي خدماتو په دفترونو، درملتونونو، او محلي روغتیايي ادارو کې چې د VFC پروگرام کې شامل وي.



تاسو کولی شئ د ماشومتوب واکسینونو په اړه نور معلومات تر لاسه کړئ او د VFC عرضه کوونکی پیدا کړئ د دې لینک له لارې: <https://www.vdh.virginia.gov/immunization> یا د ښي خوا QR کوډ سکین کولو سره.

د زېرون وروسته خپل ملاقات مهالویش کړئ

ما همدا اوس ماشوم زېږولی دی! اوس څه باید وشي؟

د روغتون څخه د وتلو مخکې خپل د ماشوم د زېرون وروسته ملاقات مهالویش کړئ. هېره مه کړئ چې حاضرې شئ!



زه د ماشوم د زېرون وروسته د روغتیايي پاملرنې ولې اړتیا لرم؟

ستاسو بدن د حمل، زېرون، او ماشوم د وزېرولو څخه روغتیايي حالت ته راځي. یو روغتیايي متخصص کولی شي د مور د عاجلو خبرداريو نښو، د ماشوم د زېرون وروسته د رواني روغتیا ملاتړ، او د حمل کنټرول اختیارونه درسره بحث کړي.

خپل خان مه هېروئ! ستاسو روغتیا هم د خپل نوي ماشوم روغتیا په څېر مهمه ده.



ایا زما د روغتیا اداره مرسته کولی شي؟

هو! د خپلو روغتیايي چارو د مرستې لپاره خپل د روغتیا ادارې سره اړیکه ونیسئ ترڅو د WIC، د کورنۍ لېدنې ملاتړ، خوندي خوب، د موټر څوکی تعلیم، د کورنۍ پلان جوړونې، ټولني سرچینو او ډیرو نورو په اړه نور معلومات ترلاسه کړئ!



د نورو معلوماتو لپاره مهرباني وکړئ خپل محلي روغتیا دفتر سره اړیکه ونیسئ.

د نوي زيږيدلي ماشوم د معاینې پروگرامونه

د خپل ماشوم د نوي زيږيدلي معاینې نتایج وپيژنئ

و پوښتنې چې آیا دغه معاینې ترسره شوي دي!

- ✓ د نوي زيږيدلي وینې د نمونې معاینه
- ✓ د شدیدو زورېدلي زړه ناروغيو معاینه
- ✓ د غوړ اورېدنې معاینه

د نوي زيږيدلي ماشوم معاینه: CCHD → د انتقالې
زړه ناروغي مهمه معاینه

مهمه انتقالې
زړه ناروغي



Critical Congenital
Heart Disease Program

V I R G I N I A

د امریکا د ماشومانو د اکاډمۍ سپارښتنه کوي چې ټول نوي زيږيدلي ماشومان د انتقالې زړه ناروغي مهمې معاینې (CCHD) لپاره د زيږون وروسته ۲۴ ساعتونو کې او د روغتون د وتلو مخکې معاینه شي. پلس اوکسیمټري (Pulse oximetry) — یو بې درد، غیر مداخله کونکی ازموینه چې د وینې اکسیجن اندازه کوي — کولی شي د هغو ماشومانو په زړه کې نیمګړتیاوې کشف کړي چې ښې یې نه ښکاري. د انتقالې زړه ناروغي (CCHD) شاوخوا 3 په 1,000 نوي زيږيدلي ماشومانو اغېز کوي، کولی شي د ژوند لپاره خطرناکه وي، او د لومړي کال دننه درملنې ته اړتیا لري. د وخت پر وخت کشف ډاډ ورکوي چې مناسبې درملنې په وخت ترسره شي.

د CCHD د نوي زيږيدلي ماشوم د معاینې حقایق

- نوي زيږيدلي ماشومان د CCHD لپاره شاوخوا د 24 ساعتونو په عمر کې د بې درد، غیر مداخله کونکې پلس اوکسیمټري (Pulse oximetry) ازموینې له لارې معاینه کېږي. سنسورونه د ښي لاس او یوه پښه باندې کېښودل کېږي ترڅو د وینې اکسیجن کچه اندازه کړي، او د CCHD له امله د ټیټې اکسیجن کچې کشف وکړي — حتی په هغو ماشومانو کې چې ښې یې نه څرګندېږي.
- هغه ماشومان چې د معاینې پر مهال ناکام شي، بیا ازمویل کېږي او ممکن نورو ارزونو ته اړتیا ولري، لکه د زړه الټراساؤنډ (echocardiogram) ترڅو د CCHD شتون تایید یا رد کړي.

د CCHD پلس اوکسیمتر (Pulse oximetry) ځای پرځای کول:



پلس اوکسیمترونه (Pulse oximetry) د CCHD د ازموینې لپاره د بڼې لاس او یوې پښې باندې ځای پرځای کیږي.

د نوي زیږیدلي وینې د نمونې معاینه

د ویرجینیا د روغتیا وزارت (VDH) د نوي زیږیدلي وینې د نمونې معاینې (NBS) پروگرام د هغو ماشومانو لپاره چې د ځینو نادرو او ممکن د ژوند لپاره خطرناکو ناروغيو په خطر کې وي، د ژر پیژندنې او د پاملرنې همغږي برابروي. ځینې له هغو ناروغيو چې معاینه کیږي، بنایي تاسو ته اشنا بڼکاري: سیکل سیل انیمیا او سیسټیک فایبروسس (Sickle Cell Anemia and Cystic Fibrosis).



دا څنگه کار کوي؟

- یو ساده هیل سټیک چې د زیږون وروسته د 24-48 ساعتونو په منځ کې ترسره کیږي، اجازه ورکوي چې د وینې څو څاڅکي په یوه کاغذي کارت باندې واچول شي.
- کاغذي کارت د معاینې لپاره د ایالت لابراتوار ته لیږل کیږي. معاینه هره ورځ، د کال 365 ورځې ترسره کیږي!
- د معاینې نتایج د NBS پروگرام له نرسانو ډلې سره لیږل کیږي.
- د NBS نرسان د عاجلو نتایجو په اړه د ماشومانو ډاکټرانو، ځانګړو پاملرنې چمتو کونکو، او کورنیو سره اړیکه نیسي ترڅو د پاملرنې او تشخیص ازموینې همغږي وکړي.



عمومي پوښتنې:

- ایا د نورو قبل از زیرون او/یا جینیټیک ازموینو ترسره کیدو په صورت کې د NBS اړتیا شته؟
 - هو. که څه هم د قبل از زیرون او/یا جینیټیک ازموینې ګټورې دي، دغه ازموینې محدودیتونه لري او ښایي هماغه ناروغی ونه پېژني چې د NBS له لارې معاینه کېږي.
- زه څنگه د خپل ماشوم د نتایجو په اړه پوه شم؟
 - هغه ماشوم ډاکټر چې په معاینې کارت کې نوم یې ورکړل شوی، د معاینې نتایجو یوه کاپي ترلاسه کوي. که تاسو د هرې یوې لامل له مخې د ماشوم ډاکټر بدل کړئ، مهرباني وکړئ خپل نوي ډاکټر ته ووايست چې د نتایجو د غوښتنې لپاره د NBS پروګرام سره اړیکه ونیسي.

د خپل ماشوم د NBS معلومات وساتئ!

د خپل ماشوم د NBS نتایج پېژندل کولی شي د هغه روغتیا کې مهم توپیر رامنځته کړي. د خپل لومړي ملاقات په جریان کې د نتایجو لپاره له خپل ماشوم ډاکټر څخه وپوښتئ:

د وسیلې شناخت: _____ د راټولولو نېټه: _____

پوښتنې؟

NBS نرسان د مرستې لپاره په اونۍ کې 7 ورځې او په کال کې 365 ورځې شتون لري! د اړیکې لپاره زنگ ووهئ: 804-864-7711 یا ایمیل وکړئ: newborn_screening@vdh.virginia.gov.



د نورو معلوماتو لپاره، د سرچینو او د معاینې شویو ناروغیو بشپړ لیست په ګډون، د ویب پاڼې لیدلو لپاره QR کوډ سکین کړئ.



د غور د اورېدنې ژر پېژندنه او مداخله

د ویرجینیا د روغتیا وزارت (VDH) د ویرجینیا د غور د اورېدنې د ژر پېژندنې او مداخلې (VA EHDI) پروگرام کورنیو ته د نوي زیږیدلي ماشوم د غور د اورېدنې معاینې او د پیدایشی سیتومگالوویروس (CMV) معاینې په اړه ملاتړ برابروي.



ایا پوهیږئ؟

- لنډ وخت وروسته له زیږون، ستاسو ماشوم د غور د اورېدنې معاینه تر لاسه کوي.
- د غور اورېدنې کمزوري شاوخوا 3 په 1,000 نوي زیږیدلي ماشومانو اغېز کوي، چې دا د تر ټولو عامو زیږون نیمگړتیاوو څخه ده.
- د ستاسو د ماشوم غوړونه د حمل شاوخوا 9 هفتو کې جوړېدل پیلوي.
- ماشومان د 18 هفتو په عمر کې اورېدلو پیل کوي او د 25 هفتو پورې په غږونو غبرگون ښيي.
- ځینې ماشومان ممکن د خپل غور د اورېدنې نتایجو پر اساس د CMV لپاره هم ازمویل شي.
- CMV یو عام ویروس دی چې د 1-5 کلنو ماشومانو له لندبل یا پیشاب سره نږدې تماس له لارې خپرېږي.
- شاوخوا 1 له 3 حامله ښځو چې CMV لري، ویروس خپل نامېده ماشوم ته انتقالوي.



د نورو معلوماتو او سرچینو لپاره د E H D I ویب پاڼې لیدلو لپاره QR کوډ سکین کړئ.

د ویرجینیا د غور د اورپدني د ژر پیژندنې او مداخلې

(VA EHDI) پروگرام سپارښتنه کوي چې والدین په منظم ډول د خپل ماشوم د خبرو او پرمختیایي مرحلو څارنه وکړي.

ایا پوهیږئ چې د خبرو او ژبې پرمختگ د زیږون څخه پیل کیږي؟

که ستاسو د ماشوم د غور د اورپدني د ازموینې نتایج هر څه وي، دا مهمه ده چې په منظم ډول د هغوی د غور اورپدني او خبرو پرمختیایي مرحلې وڅارئ. ماشومان کولی شي د وېرې یا لیدني نښو څخه گټه واخلي، چې داسې ښکاري لکه دوی تاسو اوري، نو د پرمختگ څارنه مرسته کوي چې هر ډول د غور اورپدني کمزوري په وخت کشف شي.

دلته ځینې مرحلې دي چې تاسو سره د خپل ماشوم د ژبې د پرمختگ په څارنه کې مرسته کولی شي:

د 6 څخه تر 9 میاشتو پورې عمر

- سر د غرونو په لور تاووي.
- بېلابېل غرونه کوي لکه "بابا"، "ماما"، او "کاگا".

د 9 څخه تر 12 میاشتو پورې عمر

- ساده لغتونه او غرونه تکراروي
- صحیح ډول "ماما" او "دادا" کاروي.

د زیږون څخه تر 3 میاشتو

پورې عمر

- په ناڅاپي لور غرونو
- غبرگون ښيي (سترگې پټوي یا خواشیني کیږي).
- کله چې ورسره خبرې وشي، ارامیږي او موسکا کوي.
- ساده غرونه جوړوي لکه "اوو" یا "اهه".

د 3 څخه تر 6 میاشتو پورې عمر

- د غږ پسې په سترگو گوري
- بېلابېل غرونه تولیدوي، په شمول چیغې او خنداوي.



د ژوند په لومړیو کلونو کې د ژبې او خبرو پرمختگ خورا مهم دی. که تاسو د خپل ماشوم په اړه کومې اندېښنې لرئ، نن د خپل ماشوم له ډاکټر سره خبرې وکړئ.



د ویرجینیا د غوړ د اورېدني د ژر پیژندنې او مداخلې (VA EHDI) پروگرام به د روغتون له وتلو وروسته ژر د غوړ د اورېدني معاینې او د پیدایشی سیتومگالوویروس (cCMV) معاینې نتایج له کورنیو سره شریک کړي.

ایا پوهیږئ؟

- که اړتیا وي، ستاسو ماشوم باید د 1 میاشتني عمر پورې بیا د غوړ د اورېدني معاینه ترسره کړي.
- که د غوړ اورېدني کمزوري موجوده وي، باید د 3 میاشتو عمر پورې وپیژندل شي.
- که اړتیا وي، ستاسو ماشوم باید د ژوند د 21 ورځو څخه مخکې د CMV لپاره تاییدي ازموینې ترسره کړي.
- شاوخوا 1 له 4 هغو ماشومانو چې د cCMV سره زیریدلي، به د زیرون پر مهال د غوړ اورېدني کمزوري ولري یا د ژوند په لومړیو کلونو کې دا ستونزه پیدا کړي.

د VA EHDI پروگرام ستاسو د ماشوم ډاکټر سره په ګډه به تاسو هر ګام کې ملاتړ او لارښوونه وکړي او د خپل ماشوم د غوړ اورېدني او cCMV نتایجو په اړه راتلونکي ګامونه به د ټکسټ پیغامونو، اتوماتي زنگونو، او تلیفون له لارې تاسو ته خبر کړي. د VA EHDI پروگرام د MyEHDI په نوم یو والدینو پورټل جوړ کړی، ترڅو والدین وکولی شي په آسانی سره د خپل ماشوم د غوړ اورېدني او CMV روغتیا په اړه معلومات ترلاسه کړي.



د نورو معلوماتو او سرچینو لپاره د EHDI ویب پاڼې لیدلو لپاره QR کوډ سکین کړئ.

د کوچني ماشومانو لپاره د کورنۍ ليدني پروگرام

تاسو اړتيا نلري دا يوازې وکړئ
— د کورنۍ ليدني پروگرام مرسته کولی شي

EARLYIMPACT
VIRGINIA

ستاسو او ستاسو د ماشوم لپاره وړيا ملاتړ—د حمل څخه نيولې تر لومړيو کلونو پورې. هر نوي والد مستحق دی يو پياوړی پيل، راځئ چې ستاسو ترڅنګ حرکت وکړو!

د ویرجینیا د کورنۍ ليدني پروگرامونه کورنيو ته د حمل په جريان او د کوچني ماشومانو په لومړيو کلونو کې وړيا او شخصي ملاتړ وړاندې کوي. د کور ليدونکي—لکه نرس، بنوونکي، يا د کورنۍ د ملاتړ متخصص— ستاسو کور ته يا هر هغه ځای ته راځي چې تاسو پکې راحت احساس کوئ. هغوی به پرې غوږ نيسي، ستاسو برياوې لمانځي، او تاسو سره د ستونزمنو حالاتو په مديريت کې مرسته کوي. که تاسو د لومړي ځل والدين ياست يا خپل کورنۍ پراخوئ، د کورنۍ ليدنه کولی شي تاسو ته اعتماد، وسايل، او اړينې سرچينې درکړي.



کورنيو ليدونکي کولی شي تاسو سره په لاندې برخو کې ملاتړ وکړي:


- ستاسو سره د خپل ماشوم د پرمختګ او مرحلو د پوهېدو په برخه کې ملاتړ.
- د شيدو ورکولو، تغذيي، او د خوب د عادتونو په برخه کې مرسته.
- د کور، خوړو، يا د ماشوم اړينو توکو موندلو کې مرسته.
- د بيمې يا روغتيا پورې اړوند پوښتنو په حل کولو کې مرسته.
- د فشار، اندېښنې، يا د زيرون وروسته ستونزو مديريت کې مرسته.
- د ماشوم پالنې، دندې روزنې، يا محلي خدماتو سره د اړيکې په جوړولو کې مرسته.
- يوازې د چا سره خبرې کول چې پوهېږي، مرسته کوي.

هر والد د ملاتړ مستحق دی.

موږ دلته يو، هر وخت چې تاسو چمتو ياست..

چمتو ياست چې نور معلومات ترلاسه کړئ؟ د نورو معلوماتو لپاره www.EarlyImpactVA.org ته لار شئ يا د خپل ټولني پروگرامونه موندلو لپاره دا اسانه QR کوډ وکاروئ.

د ماشومانو لپاره د پاملرنې اړیکه

د ماشومانو لپاره د پاملرنې اړیکه یوه  Care Connection for Children™ ټول ایالتي شبکه ده چې د ځانګړو

روغتیايي اړتیاوو لرونکو ماشومانو او ځوانانو (CYSHCN) د غوره خدماتو مرکزونه وړاندې کوي. دا هڅې رهبري کوي ترڅو د ځانګړو طبي خدماتو کیفیت ښه کړي، د پاملرنې او بیمې امتیازات همغږي کړي، بودیجه مدیریت کړي، معلومات او سپارښتنې چمتو کړي، د کورنیو ملاتړ وکړي، او په ټولنه کې د

CYSHCN اړوند مسلکيانو ته روزنه ورکړي



د نورو معلوماتو لپاره د Care Connection for Children ویب پاڼې لیدلو لپاره QR کود سکین کړئ.

د وړتیا معیار

- د زیږون څخه تر 21 کلنۍ پورې عمر
- د ویرجینیا اوسېدونکی

فزیکي وړتیا

- د دې عمر د معیارونو په پرتله د روغتیايي یا ملاتړ خدماتو اړتیا لري، په شمول ځانګړي درملنې یا په کور یا ښوونځي کې ځانګړي اسانتیاوي؛
- د خپلو همعصرانو په پرتله په فزیکي، ادراکي، عاطفي، یا ټولنيز پرمختګ کې محدودیتونه تجربه کوي؛
- د دې محدودیتونو د مدیریت او په ورځني ژوند کې د ګډون لپاره پر درملو، ځانګړو رژیمونو، طبي ټیکنالوژۍ، مرسته کوونکو وسایلو، یا شخصي مرستې تکیه لري.

مور دلته د مرستي لپاره يو



WIC له کورنيو سره په دې لارو مرسته کوي:

- د خوړو په اړه شخصي لارښوونې، څو ټوله کورنۍ سالم خواره وځوري
- د شيدو ورکولو ملاتړ د شيدو ورکولو د متخصصينو، ټولگيو، د ميندو د ملاتړ ډلو او د اړتيا وړ ميندو لپاره د شيدو پمپونو له لارې
- د WIC د خوړو مرستې، چې د دوکان څخه د کورنۍ لپاره مناسب خواره پري واخيستل شي
- سيمه ييزو روغتيايي او ټولنيزو ادارو ته راجع کول، څو کورنۍ له اړينو مرستو سره ونښلول شي

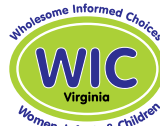
VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH

د خپل سيمې د WIC دفتر سره اړيکه ونيسئ، يا د ویرجینیا د WIC دفتر ته په دې شمېره زنگ ووهئ:

1-888-942-3663

VirginiaWIC.com

دا اداره د برابر فرصتونو چمتو کونکې ده.



LexisNexis® VitalChek د باور وړ سرچینه ده چې د زېږون اسناد او نور مهم اسناد آنلاین پرې غوښتل کېدای شي. زموږ موخه دا ده چې ستاسو د نوي ماشوم د زېږون سند غوښتنه تر ټولو ساده، چټکه او له اندېښنو پرته وي، خو تاسو وکولای شئ پر هغو مهمو شیانو وخت ولگوي چې رښتیا ارزښت لري.

- ساده او خوندي آنلاین یا د ټیلیفون له لارې غوښتنه، 24 ساعته او د اونۍ په ټولو ورځو کې
- په ټول هیواد کې د چټک لېږد اسانتیا
- د ډېرو رسمي کارونو لپاره د حکومت له خوا تصدیق شوی
- د امریکا له 500 څخه ډېرو د مهمو اسنادو ادارو لپاره رسمي آنلاین چمتو کونکی

پیل کولو ته چمتو یاست؟
د QR کوډ سکین کړئ او
VitalChek.com ته ولاړ شئ.



LexisNexis Risk د RELX Inc. ټیټ شوی سوداګریز نښه ده. VitalChek او د VitalChek لوګو د LexisNexis Risk Solutions Inc. ټیټ شوی سوداګریز نښه دي. © 2025 LexisNexis Risk Solutions Inc.



VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH

Office of Vital Records

P.O. Box 1000

Richmond VA 23218-1000

804-662-6200

www.vdh.virginia.gov/vital-records/



د دې بروشر کې د “Bear-y” مهمو موضوعاتو په اړه د نورو
تفصیلي معلوماتو لپاره، دې QR کوډ سکین کړئ!