

# To'busandu na mugunya: *Kötumit na ηutu a jambu*

Gwolong na mugunya na'but ako taliη a 'bulit i kitajin, i jujumbu na kendya ako i si'dayet na'but. Ama kurundyö, denda ako i to'busandu na kötumitön ti ηutu logwon meta na se ako ηariyesi na tiki se ana'di'dik le, HealthierHere, ako Senta na MultiCultural Health a momorakindya könisi se ka se ko kune kötumitön 18 i ηarakindya. Se asi'daki kak ko pipiyesi ako i kurundyö daηin mukanat, ko ηutu 908 lo jajambu kutujin 11. Ma kine rukesi ko liliyesi ka se.

## KÖTUMITÖN NAGWON A MOMORUNDYA

African American Health Board • Association of Zambians • Congolese Integration Network • Consejo Counseling and Referral Service • Falis Community Services • Khmer Health Board • Latino Community Fund • Living Well Kent • Lutheran Community Services • Mother Africa • Pacific Islander Health Board • Pamoja Christian Church • Sisters in Common • Somali Health Board • TI-Plus • Vietnamese Health Board • Washington State Coalition of African Community Leaders • ZACUSA

### ηupi pujo na ηariyet anago



- > Pujö ko tupöliliyö meta i klinik
- > Ko ηutu i klinik lo/na gwon jajambu kutu na se
- > Deden ako kukurun gwetin ti gilöti logwon mindye meta ko akim



- > Yubö adi akimön ti klinik akurun kulya na se a tuk
- > Pujö ko tupöliliyö i kurundyö na kulya na se a tuköki ko akimön i klinik
- > Yubö adi klinik na kurun kulya ka se, köti kukuk keru lo se
- > Wökön ko turumbili, ama suwöt na se, a wöti kode julin lo jonga, kode tu ko basi i meta i klinik yu

### ηutu apujö ηariyesi nagwon miminikin



'bak ako yitö i jowundya na winikö kode ako tokita se i kiηa lo tu



'bak ko kebu kulya ti ηaraki ko nye a leηeng ka'de kode ηutu kanyit mede i kiηa lo tu

#### Ki na Kuwesik

- > Winikö 'bak kode aropa ko insuransi na se
- > Ko 'bakan na insuransi
- > Gurut jore na luηu / suwöt se lo/na roba jore

#### Ki na kuwesik

- > Gurut jore
- > 'Bakan na insuransi
- > 'Bakan na gurut nagon se lo/na rorobi
- > 'Bak pujö diηit ko kulya ti kita kode kulya ti sukulu

### Insuransi kune diηitan dyadyaηgu



- > A kurun ko kunen ropesi nagwoη i könin lo insuransi
- > A toludukundyö insuransi

#### 1/2 tung jambu adi pöliliyö i



- > Pujö na klinik kode kadi na winikö na jojonga insuransi na se

### ηo nagwon totobulöyi



> Klinik na kakarin i gwoη ηa ako ηaηayi i 'dutet na sabiti (Lotobukiyen, Lakat)



- > ηutu kata lo/na jajambu kutuk na se
- > Winikö jojonga ka se midijik
- > ηutu kata lo/na jojonga ηutu i meta i klinik



- > ηariyet na 'de'de nyona ko midijik ka se
- > Tokoresi kata na wurö ko kutuk na se



Kune metesi do tojoju ada ko könuk?

Tuka'de kata kode a na geleng?

Kunen yeyiyesi nagon do kata ko se ama to'busakindi kötumitön ti ηutu?

*I kurundyö na jore na kune pipiyesi ko liliysi, ako kita nikanη yiti i HealthierHere.org*