



**Rumbeng A Salun-at ti Puroc (AHC)  
Canayun ti Salun-at ti Casapulan ti Umili  
(HRSN) Dalan ti Panagpili**

***Multiuse version***



## **PAGTULADAN PANGIYUNA A SURAT**

Daytoy nga taga-taripato ti salun-at quet tumaripnong ti Rumbeng a Salun-at ti Puroc [Accountable Health Communities] (AHC) addaan ti programa a punpunduan ti Centro para Medicare quen Servicio ti Medicaid. Dayloy nga programa macatulong ti panangsilpo cadagiti panagservi idta puroc nga agpasaya-at ti salun-at yo. Caadduan cadagitoy a panagservi quet bassit ti bayadan wenno aoan ti bayadan..Iti panangsungbat yo dagitoy a saludsud mabalin cami a mangisilpo cania yo ti panagservi wenno programa a mangipaay ti tulong.

Ti sarita yo quet mailimed. Iti sarita nga iyebbat yo awan (aoan) bibiangan ti casasad yo ti Medicare wenno Medicaid.

Sungbatan yo dagiti salusud iti caycayat mo a panangsungbat. Awan ti mayat wenno madi nga panangsungbat

## Paammo

### 1. Leppasem ti sumarono a sarita. Siac sungsungbatac daytoy nga usigen maipapan ...

- Siac met laeng
- Ubingco
- Sabali nga nataengan nga taripato
- Sabali pay (isalaysay yo ti panacabagim daytoy a tao.)

---

***Pangaasim ta lagipen man maipapan ti tao nga intudum idiy Saludsud ( Question) 1 (maysa cadacayo wenno caddacuada) no sungsungbatan dagiti saludsud. No sica yo sungsungbatan yo para ti sabali, piliem ti pinacamayat a mangiladawan cania ni lalaki wenno ken ni babbae.***

### 2. Mano a beses ng naiccan cayo ti taripato sidiay emergency room (ER) iti napalabas a 12 bulan?

***No adda cayo tatta idta ER, pangngaasim ta bilangem iti agdama a papan mo. Pangaasim ta saan yo nga ibilang ti papan yo idiy urgent care ..***

- 0 awan
- 1 maysa a beses
- 2 dua wenno adadu pay

### 3. Sicayo agnanaed sa dinno man cadaguitoy agsasaruno a lugar?

- Siac aggigianac ti maysa nga assisted living facility (daytoy maysa a napili nga pagtaracnan ti mabayag nga mangipaay ti casapulan personal nga panacaasicasu cas ti pannangan, panagdigos, panagbado wenno panangted dagiti agas)
- Siac aggigianac ti maysa a nursing home (daytoy maysa a pagtaracnan ti mabayag nga mangipaay ti 24 oras ti maysa nga aldao ti pangtaripato medicale nga saan nga maited ti sian sinno man nga pagtaracnan..)
- Siac aggigianac ti maysa a rehabilitation center or skilled nursing facility (dagitoy nga panagservi isu ti tumulong iti panagpalaing ti maysa a tao calpasan ti sakit wenno donor iti panangpaay ti panangagas cas physical, occupational, or speech therapy)
- Siac aggigianaca a paciente ti uneg ti maysa nga pag taracnan( live in-patient recovery program) para ikeddeng ti pagricutan ti agas wenno arac.
- Siac aggigiana ti uneg ti maysal a psychiatric facility daytoy maysa a pagtaracnan nga mangipaay ti panangagas cadagiti addaan ti sakit ti tignay ken ricna.)
- Siac aggigianac ti uneg ti maysa a correctional facility (cas la baludan, pupucan, detention center, wenno penitentiary)
- Aoan (awan) uray no maysa dagidiay adda ti ngato.

→ mapan pahina 12

***Sacbay nga agpatuloy ka, pangaasim nga awan ti dudua napilim pinili nga insungbat cadagiti salusud sadiay ngato ken nalpas mo amin daytoy a paset.***

***Pangaasim ta lagipen man maipapan ti tao nga intudum idia Saludsud ( Question) 1 (maysa cadacayo wenno caddacuada) no sungsubatan dagiti saludsud. No sica yo sungsubatan yo para ti sabali,piliem ti pinacamayat a mangiladawan cania ni lalaki wenno ken ni babbae.***

## **Casasaad ti Pagbiagan**

### **4. Ania ti cassaad tatta ti panagbiag yo?**

- Siac adda ti pagnaedac a nasimpa.
- Siac adda ti pagnaedac tatta, ngem madandanagannac gapu ti pannacapucao na iti panawen nga umay.
- Siac awan ti nasimpa a pagnaedac (Siac quet makibalbalayac laeng cadagiti sabsabali, idia otel, iti uneg ti paglinungan, dia ruar ti calzada, igid ti baybay, uneg iti carro, napanawan a pagtaengan, pagurayan ti bus wenno train ,wenno iti uneg ti parke.)

### **5. Panunotem ti lugar nga nagapuann. Addaan aya ti paricut yo ti sadinno man cadagiti agsasarun ?**

#### **PILIEM AMIN TI MAIPACAT**

- Peste cas la keteb,coton, wenno bao.
- Amag
- Buli ti pinta wenno tubo
- Agcurang ti pagpapudot
- Orno wenno dalican nga perdi
- Smoke detectors awan wenno perdi
- Danum nga agtedted
- Awan uray maysa idia ngato

## Taraon

***Dagiti sabali a tattao naisawang da dagiti agsasaruno a sarita maipanpan ti casasad ti taraon. Pangaasim ta sungbatan no ti sarita quet MASANSAN, MAMINSAN wenno NI KANOMAN NGA AGPAYSO para sica ken ti cabbalay yo iti uneg ti napalabas a 12 bulan.***

6. **Ti uneg ti napalabas a 12 bulan, madanagan ka nga ti taraon mo quet maibos sacbay a maalam ti pera c mo tapno pagatang ti addadu pay..**
- Masansan nga agpayso
  - Maminsan nga agpayso
  - Ni kaano man nga agpayso
7. **Ti uneg iti napalabas a 12 bulan, ti taraon nga ginatang yo naibos a dagus quet awanti cuarta a pangala ti adadu pay..**
- Masansan nga agpayso
  - Maminsan agpaysu
  - Ni kaano man nga agpaysu

## Pagluganan

8. **Iti uneg ti napalabas a 12 bulan,agcurang ti mapagtalcan nga pagluganan para ti bisita medical,taripnong, trabaho wenno panangala itii ania man a banag a casapulan ti inaldaw a panagbiag.**
- wen
  - Saan

## Casapulan

9. **Iti uneg the napalabas a12 bulan dagiti compania ti corriente, gas,langis, wenno, danum quet binubutngen da cayo nga puteden ti panagservi idta balay yo?**
- Wen
  - saan
  - naiserran

## **Pannacasalacnib**

***Gaputta ti dawel ken ranggas a mapaspasamac ti adu ngat attao ken mangdangrar ti salun-at da salsaludsuden mi cadagiti agsasaruno a saludsud.***

- 10. Casano ti masansan nga inaramid ti siansinu man, agraman ti familia ken gagayem, ti panagcabil da cania m?**
- Ni kaano man
  - Manmano
  - maminsa
  - Rumbeng a masansan
  - patinayun
- 11. Casano ti masansan nga inaramid ti siasinu man , agraman ti familia ken gagayem ,panangpaabain wenno laisen ka?**
- Ni kaano man
  - Manmano
  - Maminsan
  - Rumbeng nga masansan
  - patinayun
- 12. Casano ti masansan nga inaramid ti siasinu man, agraman ti familia ken gagayem, ti panangbubutngen nga dangrang da ka?**
- Ni kaano man
  - Manmano
  - maminsan
  - rumbeng a masansan
  - patinayun
- 13. Casano ti masansan nga inaramid ti siasinu man, agrqaman ti familia ken gagayem,ti panangbugcao wenno pangirurumen caniam?**
- Ni kaano man
  - manmano
  - Maminsan
  - Rumbeng a masansan
  - Patinayun

***Pangaasim ta lagipen man maipapan ti tao nga intudum idiay Saludsud ( Question) 1 (maysa cadacayo wenno caddacuada) no sungsunngbatan dagiti saludsud. No sica yo sungsunngbatan yo para ti sabali,piliem ti pinacamayat a mangiladawan cania ni lalaki wenno ken ni babbae.***

## **Carigat ti Pundo (Perac)**

14. **Casano ti carigat ti pnnagbayad mo ti nasken nga casapulan cas la macan, paggianan, taripatu medical ken pagpapudut? Maibagam ngata ...**
- Nacaro unay ti rigat
  - Adda met ti rigat na
  - Aoan ti pulus a rigat

## **Pagsapulan**

15. **Cayat yo ti tulong nga panagbiroc wenno panagsalacnib ti pagsapulan wenno trabaho?**
- Wen, tulong ti panagbiroc ti trabaho
  - Wen,panagsalacnib ti trabaho
  - Siac saan nga masapul wenno cayat ti tulong

## **Familia ken Saranay ti Puroc**

16. **No ti uray ania man a rason, casapulan ti tulong ti inaldao-aldao nga araramiden cas la panagdigos, panagsagana ti kanen,paggatang, panagtaripato ti ububing wenno tartaranen, mayat nga pangiturong ti pundo , ken dadduma pay,maalam met laeng ti tulong a casapulan ?**
- Siac saan a masapul ti uray ania a tulong
  - Siac maalac amin ti tulong a casapulac.
  - Siac mbalin ko met a mausar ti adu bassit a tulong
  - Siac casapulac ti adadu a tulong

17. **Casano ti masansan a panagladladingit wenno pannacaibucod cadagiti naasideg caniam?**
- NI kaano man
  - Mamano
  - Maminsan
  - masansan
  - cancanayun

## **Adal**

18. **Maca sao cayo ti sabali a sarita ngem English dita balay yo.**
- Wen
  - Saan

19. Cayat mo ti tulong para agadal wenno panagsanay? Cas pangarigan ti panangruggi wenno panang palpas ti pagsanay ti trabaho wenno mangala ti haiskul diploma, GED wenno ti capada na..
- Wen
  - Saan

## Exercicio iti Bagi

20. Iti uneg ti napalabas a 30 aldaw, sabali pay ngem ti araramiden idia y trabaho, iti calcalainganna, mano nga aldaw ti maysa a lawas ti calcalainganna nga panagexercicio (cas panagpagna ti napardas, panagtaray, panag jogging, panagsala, panaglangoy, panagbisikleta, wenno sabali pay a pumada nga aramiden)?
- 0 awan
  - 1 maysa
  - 2 dua
  - 3 tallo
  - 4 uppat
  - 5 lima
  - 6 innem
  - 7 pito
21. Iti calcalainganna , mano nga minutos iti maaramat mo nga pagexercicio ti daytoy a tucad iti maysa cadagiddiay nga aldaw?.
- 0 awan
  - 10 sangapulo
  - 20 duapulo
  - 30 tallo pulo
  - 40 uppa ta pulo
  - 50 limapulo
  - 60 nnem a pulo
  - 90 siam a pulo
  - 120 sangagasut quet duapulo
  - 150 sangasut quet limapulo wenno adadu pay



## Pagaramat ti Maiparit nga Agas

*Iti sumaruno nga salusud maipanggep ti padas mo ti arac,cigarillo, ken sabali pay nga agas. Iti sumagmamano nga agas quet reneseta ti mangngagas ( cas la agas ti ut-ot), ngem ibilang mo laeng no tinumar mo nga addaan ti rason wenno ti gattad ti agas sabali pay ngem ti naireseta. Maysa a salusud maipanggep ti panagusar iti agas nga maiparit wenno maisupiat ti linteg , ngem damdamgen mi laeng tapno mamuan mi ti maited cadagitii panagservi ti umili nga maibalin nga tulong yo.*

22. **Mano a beses iti napalabas a 12 bulan ti panaginom yo ti lima ( 5) wenno adadu pay iti uneg ti maysa nga aldaw ken ni (lalaki) wenno uppat ( 4) wenno adadu pay iti uneg ti maysa nga aldaw ken ni (babai)? Maysa nga inumin quet sangapulo quet dua (12) nga onsa nga beer, lima (5) onsa nga arac wenno maysa quet caguddua ( 1.5) onsa arac nga walupulo ( 80) ti engel ti spirituna.**
- Ni kaano man
  - maminsan wenno mamindua
  - Binulan
  - linawas
  - Inaldaw wenno nganngani nga inaldaw.
23. **Mano a beses iti uneg ti napalabas sangapulo quet dua (12) bulan, nga nangaramat ti apit nga tabaco ( cas la cigarillo, binilot ,naicabil ti pipa, muscada, de corriente a cigarillo)?**
- Ni kaano man
  - Maminsan wenno mamindua
  - binulan
  - linawas
  - inaldaw wenno nganngani nga inaldaw
24. **Mano a beses iti uneg ti napalabas a sangapulo quet dua 12) bulan,nga nagtumar ka ti iniresta nga agas para ti awan ti medical a rason ?**
- Ni kaano man
  - Maminsan wenno mamindua
  - Binulan
  - Linawas
  - Inaldaw wenno nganngani nga inaldaw
25. **Mano a beses iti uneg ti napalabas nga sangapulo quet dua ( 12) bulan, iti panagaramat mo ti agas a maisupiat ti linteg?**
- Ni kaano
  - Maminsan wenno mamindua
  - Binulan
  - linawas
  - Inaldaw wenno nganngani nga inaldaw

## Salun-at ti Utec

26. Iti calpasan ti dua ( 2) a lawas, casano ti masansan nga panagaburido iit uray ania cada dagitoy a agsasaruno a paricot ?)

26a. Bassit ti ganaygayan wenno ragsac iti aramidec?

- Awan
- Naduma-duma nga aldaw
- Adadu ngem ti cagudua cadagiti aldaw
- Nganngani nga inaldaw

26b. Recna a naliday,agladingit wenno awan ti inanama?

- Awan
- Naduma-duma nga aldaw
- Adadu ngem cagudua daguiti aldaw
- Nganngani nga inaldaw

27. Iti Stress ti tarus quet maipanggep ti casasaad ti maysa a tao nga ti ricna na naerteng,saan a macatalna, agnerbios,weno agdandanag, wenno saan a macaturog iti rabii agsipud ta ti panunot na quet aburrido a cancanayun . Adda ti ricricnaem a cas la kita ti stress cadagitoy nga aldaw?

- Awan
- Sangca bassit laeng
- No dadduma
- Masansan met ti bassit
- Nacaro unay

## Baldado

28. Gaputta ti casasaad iti bagi, utec, weno tigtignay, addaan ka ti madagsenan ka nga ipamaysa ti panag panunot, pananglagip , wenno ti panagquedeng ti bagay a cayat mo nga aramiden ( lima[ 5 ] a tawen wenno) nangangato pay nga tawen)

- Wen
- Saan

29. Gaputta ti casasaad ti bagi, utec, wenno tigtignay, adda ti dagsen na ti pagaramid iti pacaibaonan, cas ti panagbisita ti mangngagas wenno panaggatang? (15 tawen wenno nangangato pay a tawenr)

- Wen
- Saan

## Panggep Caniam

*Tatta cayat mi mamuan ti bassit maipapan caniam.*

***Pangaasim ta lagipen man maipapan ti tao nga intudum idiy Saludsud ( Question) 1 (maysa cadacayo wenno caddacuada) no sungsungbatan dagiti saludsud. No sica yo sungsungbatan yo para ti sabali,piliem ti pinacamayat a mangiladawan cania ni lalaki wenno ken ni babbae.***

**30. Ania ti pangilasinan kaniem?**

- lalaki
- Babai

**31. Castila, Latino wenno Espania ti puon mo?**

**PILIEM DAGITI AMIN A MAIPACAT**

- Saan, nga Castila, Latino wenno, Espana ti puon
- Wen, Mexicano, Mexicano Americano, Chicano
- Wen, Puerto Ricano
- Wen, Cubano
- Wen, sabali pay nga Castila, Latino wenno Espania ti puon.

**32. Siasinno wenno adadu pay a maibaggam cadagiti agsasaruno a puli ?**

**PILIEM AMIN A MAIPACAT**

- Americano Indian/ Tubo ti Alaska
- Asiano
- Nangisit wenno Africano Americaon
- Tubo ti Hawaiiia/Sabali pay ti Puro Pacifico
- Purao
- SABALI PAY (*TUDUEM*)

**33. Ania ti cangattuan a grado wenno tawen iti naileppas mo iti panagadal?**

***Nu sungsungbatam daytoy nga usigen para ti ubing nga agtaoen ti nabababa ngem ti 18, pangaasim nga ti sungbat daytoy nga saludsud quet maipapan iti i nagannac wenno ti legal guardian ni lalaki/babai***

- Saan a pulos a simrec ti pagadalan wenno simrec laeng ti kindergarten
- Grado 1 inggana 8 (Elementaria)
- Grades 9 inggana 11 (bassit laeng nga haikul)
- Grade 12 wenno GED (nagpalpas ti haikul, diploma, wenno sabali pay a credentials)
- Colehio 1 tawen inggana 3 a tawen (Adda bassit a colehio, Cumaddua a titulo, panaglaco, vocational, wenno tecnico a pagadalan)
- Colehio 4 tawen wenno adadu pay (Nagturpos ti colehio)

**34. Mano ti caadu ti tattao ti agdama a cabbalay mo?**

*Pangasim ta ibilamo ti bagim, ti asawa wenno caddua, dagiti annac, ken siasino man a taraken mo. No ag maymaysa ka nga agbibig, isurat ti maysa (1)..*

|\_|\_| BILANG TI TATTAO

**35. Ania ti gattad ti biroc ti sangacabbalayan nga aggapu ti amin a kinita?**

*Pangasim ta inayun ti biroc mo casta met ti biroc ti tunggal maysa a nabilang ngai cabbalay idiay ngato..*

- Basbassit ngem \$10,000
- \$10,000 inggana basbassit ngem \$15,000
- \$15,000 inggana basbassit ngem \$20,000
- \$20,000 inggana basbassit laeng ngem \$25,000
- \$25,000 inggana basbassit laeng ngem \$35,000
- \$35,000 inggana basbassit laeng ngem \$50,000
- \$50,000 basbassit laeng ngem \$75,000
- \$75,000 wenno nagatngato pay

## **DIOS TI AGNGINA!**

**Dios ti agngina ti lapusanan para ti panangsubat cadagiti salusud.**