



Tababarka Caafimaadka ee Kooxeed

Taxane bilaash ah oo is-dhexgal leh oo aad ku baran karto xirfado cusub kuna dhisi karto caadooyin caafimaad leh.

Waxaa hoggaamiya tababarayaasha caafimaadka ee OSU oo aqoon iyo khibrad leh. Tababarka Caafimaadka ee Kooxeed wuxuu ku siinayaa jawi taageero leh oo waxbarashadu noqoto mid macno leh, dhiirrigelin leh, kuna habboon nolasha dhabta ah adigoo helaya xeelado fudud oo aad isla markiiba ku dhaqmi karto.

- Baro macluumaad waxtar leh oo si cad loo soo bandhigay
- Ku sii jir dhiirrigelin adigoo leh jadwal taxane ah oo qorsheysan
- La xiriir dad kale oo wadaaga danaha iyo yoolalka la midka ah
- Hel fikrado cusub oo aad isla markiiba adeegsan karto
- Dareen taageero iyo dhiirrigelin, kana mid noqo bulsho danaynaysa fayyo-qabka
- Ka dhig fayyo-qabka mudnaan adigoo ka qaybgalaya kooxaha sanadka oo dhan

Waxa aad filan karto

Taxanaha wuxuu ka kooban yahay 4 ilaa 6 kalfadhi oo is-dhexgal ah, kuwaas oo kuu oggolaanaya inaad su'aalo waydiiso kuna dabaqdo waxa aad baranayso. Mowduucyada laga yaabo in la daboolo waxaa ka mid ah:

- Nafaqada iyo qorsheynta cuntada
- Sida loo bilaabo looguna sii socdo dhaqdhaqaaq jireed
- Hurdada, maaraynta walbahaarka, iyo fayyo-qabka shucuureed
- Dhisidda caadooyin iyo jadwal si loo gaaro yoolalka caafimaad

Yaa uqalma

Tababarka Caafimaadka ee Kooxeed waxaa si bilaash ah loogu heli karaa macallimiinta iyo shaqaalaha u qalma faa'iidooyinka, iyo lammaanayaasha ku diiwaangashan OSU Health Plan.

Sida loogu biiro koox

Booqo linktohealth.osu.edu, Tag bogga *Appointments and Classes*, kadibna ka dooro Group Health Coaching Session si aad u aragto fadhiyada hadda la heli karo.

Isdiiwaangeli ugu yaraan 24 saacadood ka hor kalfadhiga ugu horreeya ee taxanaha. Markaad iska diiwaangeliso kalfadhiga kooxaad, si toos ah ayaad ugu diiwaangashan doontaa dhammaan kalfadhiyada kale ee taxanaha

Haddii aadan si toos ah uga qayb geli karin, haddana isdiiwaangeli — duubista ayaa lagu soo diri doonaa si aad u daawato wakhti kugu habboon.

Keen Tababarka Kooxeed Waaxdaada

Kooxo iyo waaxyo waxay codsan karaan kalfadhi gaar ah haddii ay ka qaybgalayaan ugu yaraan sideed qof.

Gudbi foomka [online request form](#) tsi loo qorsheeyo barnamij fayyo-qab oo gaar ah oo loogu talagalay kooxdaada.

Baro. La Xiriir. Koboc. Ku biir koox maanta oo qaad tallaabada xigta ee safarkaaga fayyo-qab.