Baddelku wuu noqon karaa arrin jirta haddii ay jiraan iska hor imaadyo xoog ah oo u dhaxeeya qofka magangelyo doonka ah iyo garyaqaanka. Qiimeyntan waa in la sameeyo iyadoo ku salaysan xaaladaha jira ee arrintan gaarka u ah. Waxaa dhici karta in qofka magangelyo doonka ahi aanu aaminsanayn garyaqaankiisa oo aanu ku dhiiran inuu uga sheekeeyo sababta uu magangelyo u raadinayo. Si loo baddalo waa in sababta magangelyo ee codsaduhu leeyahay ay ahaadaan kuwo loo arko in la fahmi karo in qofka codsadaha ah aanu ku dhiiranayn inuu u sheego garyaqaankiisa. Baddelka waa la oggolyahay tusaale ahaan xaalad ah in codsaduhu ka soo cararay dhibaato uga timi koox diineed oo garyaqaankuna ka tirsanyahay. Marka codsaduhu wakhti hore dhibaatadan u sheego Hey'adda Socdaalka ayaa lo arki karaa inay jiraan sababo gaar ah.

Guud ahaan waxaa loo baahanyahay wax ka badan dhibaatooyin wada-shaqayn si loo baddalo. Waxaa loo baahanyahay wax ka badan in qofka magangelyo doonka ahi aanu jeclayn garyaqaankiisa, aanu u arag in garyaqaanku aanu si ku filan oo xoog ah ugu shaqayn ama aanu u arag in aanay lahayn xiriir ku filan. Waa in markastaba la sameeyo qiimeynta xaalad kasta oo gaar ah. Xitaa haddii ay adagtahay in la baddalo ma jirto wax caqabad ah oo hortaagan in la codsado arrintaas.

**Sidee ayaa Laan Qayrta Cas u samayn kartaa caawimaad?**

Laan Qayrta Cas ee Iswiidhan waxay leedahay qaybta talobixinta haajirka dhanka telafoonka maalmaha talaadooyinka, arbacooyinka iyo khamiisaha saacadaha 9.30-12.00. Lambarka telafoonka (lambar bilaash ah) 020–415 000. Talobixiyayaasha haajirida waxay ku hadlaan Iswiidhish iyo Ingiriisi. Marka qof soo wacay talobixinta leeyahay garyaqaan guud waxaa talobixiyuhu siin karaa macluumaad guud laakiin waxaa loo tilmaamaa badanaaba in qofku la xiriiro garyaqaanka si loo helo talobixin qoto-dheer. Laan Qayrta Cas ee Iswiidhan sharci yaqaanadeedu qaanuun ahaan ma ku shaqeeyaan garyaqaan guud oo waxaa nidaam u ah in aanay dadka kula talin sharci yaqaano ama garyaqaano gaar ah. Laan Qayrta Cas ee Iswiidhan sidaas oo kale caawimaad ma ka geysan karto dhanka codsiga in la baddalo garyaqaanka guud. Xaaladaha qaarkood waxay Laan Qayrta Cas ee Iswiidhan caawimaad geysan kartaaa marka aanu qofku lahayn garyaqaan guud, tusaale ahaan dhanka dib u mideynta qoyska iyo xanibaada fullinta.

**Laan Qeyrta Cas ee Iswiidhishka**
Box 17563, Hornsgatan 54, 118 91 Stockholm
Telafoon 08-452 46 00, Faaks 08-452 46 01
Ii-mayl: info@redcross.se | Booqo boggayaga intarnatka www.redcross.se

# caawimaad sharciyan ah dhanka nidaamka haajirka

Oktoobar 2020

Svenska Röda Korset

**Waa maxay garyaqaan guud?**
Garyaqaan guud waa qareen, kalkaaliye sharci yaqaan jooga xafiis garyaqaan ama qof kale oo loo arko inuu ku haboonyahay hawshan ah in la matalo qofka magangelyo doonka ah ama lagu hayo xabsiga mustaafurinta. Qofka codsadaha laf ahaantiisa ayaa soo jeedin kara garyaqaanka guud ee uu rabo. Qofkaas ayaa loo magacaabayaa haddii aanay jirin sababo gaar ah oo ka hor imanaya arrintaas. Garyaqaanka guud waxaa magacowda Hey'adda Socdaalka ama maxkamad. Garyaqaanka guud waxaa waajib ku ah xog qarinta sirta.

**Qofkee ayaa xaq u leh garyaqaan guud?**
Qofka magangelyo doonka ah caadi ahaan wuxuu xaq u leeyahay garyaqaan guud haddii baahidaas jirto. Tani waa la qiimeeyaa arrin kasta oo gaar ah. Baahi la'aan ayaa jiri karta marka ay caddahay in sharci deggenaansho la oggolaan doono ama marka codsigan loo arko in uu yahay bilaa sal oo ay badantahay in sharci deggenaansho aan la oggolaan doonin. Laakiinse tixgelin gaar ah ayaa la siiyaa dhanka caafimaad daro maskaxiyan ah ama wax la mid ah oo raad ku yeelan kara awooda in qofku ilaashado xuquuqdiisa. Caruurta keligood yimi ee magangelyo doonka ah waxay markastaba xaq u leeyihiin garyaqaan guud. Dhanka dacwadaha tusaale ahaan dib u mideynta qoyska iyo sharciga shaqo, ee codsaduhu aanu khatar ugu jirin mustaafurin, markaas waxaa meesha ka maqan xaqa loo leeyahay garyaqaan guud. Xaqan ma jiro xitaa dhanka codsiga xanibaada fullinta, micnihii marka ay jiri karaan sababo magangelyo oo cusub ka dib marka qofku helay diidmada ugu dambeysa ee dhanka nidaamka magangelyo doon. Taas baddelkeeda qofka loo oggolaaday in si cusub loo eego dacwadooda ka dib markay codsadeen xanibaada fullinta oo ku salaysan sabab magangelyo oo cusub, xaq ayuu u yeelan karaa garyaqaan guud.

**Garyaqaanka guud doorkooda inta lagu jiro nidaamka magangelyo**
Garyaqaanka guud waa inuu ilaaliyaa qofka magangelyo doonka ah dantiisa oo u ahaadaa taageero inta lagu jiro nidaamka magangelyo. Garyaqaanku waa inuu xaadir ku ahaadaa wakhtiga baaritaanka magangelyo doonka iyo haddii ay jirto wada-xaajood hadal ahaan ah oo ka dhacaya maxkamadda. Codsadaha waa in looga waramaa dacwadan. Haddii codsadaha la siiyay diidmo oo go'aankan laga qaadan karo rafcaan waa in garyaqaanku ka caawiyo rafcaanka haddii codsaduhu sidaas doonayo. Rafcaanku waa inuu ahaadaa qoraal. Garyaqaanku waa inuu u sharaxaa diidmadan si codsaduhu u fahmo sababta sharci deggenaansho aan loogu oggolaan iyo sida ay iyagu u wajihi karaan arrintan dhanka rafcaanka. Garyaqaanka waxaa hawshiisu joogsanaysaa marka nidaamka magangelyo doon joogsado taas oo ahaan karta marka sharci deggenaansho la oggolaado amaba marka cosaduhu aanu doonayn ama awoodin inuu rafcaan qaato. Marka hawshan dhamaato markaas garyaqaanka waajib ma ku aha in la caawiyo macmiilkan.

**Garyaqaan guud xilliga xabsiga mustaafurinta**
Marka qof laga qaaday xorriyadiisa iyadoo la geeyay xabsiga mustaafurinta waa loo magacaabi karaa garyaqaan guud si uu u caawiyo qofka lagu hayo xabsiga mustaafurinta. Markay jirto xanibaada fullinta, ee khuseysa fullinta dalka ka saarid ama mustaafurin ee qofka lagu hayo xabsiga mustaafurinta in ka badan saddex maalmood waa in garyaqaan guud loo magacaabo. Xaaladaha kale marka qof lagu hayo xabsiga mustaafurinta in ka badan saddex maalmood waa in garyaqaan guud loo magacaabo. Marka qof lagu hayo xabsiga mustaafurinta sida waafaqsan Heshiiska Dublin xitaa markaas garyaqaan guud waa loo magacaabi karaa.

**Maxay ka koobantahay hawsha garyaqaanka guud?**
Dawlada ayaa bixisa kharashka garyaqaanka guud laakiin waxay bixisaa oo kelya shaqada si toos ah ugu xiriirsan hawshan, micnahii wixii khuseeya magangelyo ama xabsiga mustaafurinta. Garyaqaanku qaanuun ahaan lacag ma lagu siiyo shaqo kale sida tusaale ahaan in taageero bulsho la siiyo macmiilka ama laga caawiyo wax kale oo aan ahayn hawsha sharciyan. Sidaas darteed garyaqaanku badanaaba ma awoodo inuu macmiilka ka haqab-tiro waxyaabahii uu rajeynayay oo dhan.

**Goorma ayaa qof xaq u leeyahay inuu iska baddalo garyaqaanka guud?**
Dalbashada in la baddalo garyaqaanka guud waxaa loo gudbiyaa Hey'adda Socdaalka ama maxkammadda socdaalka taas oo ku xiran kolba qaybta qaabilsan in la eego dacwada magangelyo. Si loo baddalo garyaqaanka waxaa shuruud ah in codsaduhu caddeeyo inay jiraan sababo gaar ah oo loo baddalo. Way adagtahay in la oggolaado baddel oo way sii adkaataa kolba marka nidaamu wakhti dheer socday. Haddii garyaqaanku yahay qareen waxaa xitaa lagu askhatayn karaa dayac oo loo gudbin karaa Ururka qareenada Iswiidhan. Ururka qareenada ee Iswiidhan ayaa leh hawsha ah in la fulliyo kormeerka qareenada jooga Iswiidhan iyo in qareenadu ku dhaqmaan anshax qareen oo fiican. Waa Hey'adda Socdaalka, maxkamadda socdaalka ama Maxkamadda sare ee socdaalka kuwa go'aamiya wixi ku saabsan baddelka garyaqaanka guud laakiin Ururka qareenada Iswiidhan qiimeyntooda ah sida qareen u dhaqmay ee ka soo horjeeda anshaxa fiican ee qaraan waxay micno u yeelan kartaa arrintan. Sababo gaar ah in la baddalo waxay ahaan karaan in codsadaha iyo garyaqaanka ay guuraan taas oo keentay masaafo juqraafi ahaan oo weyn inay u dhaxayso iyaga ama in garyaqaanku sabab xanuun aanu u fullin karin hawshan. Waxaa kale oo ay ahaan kartaa in qoys ay si wadajir ah u codsadeen magangelyo laakiin dano iska hor imanaya soo baxeen intii lagu jiray nidaamkan kuwaas oo u baahan garyaqaano kala duwan si loo ilaaliyo danta dhamaan xubnaha qoyskan.