Ilmahaaga ku nool Denmark

Børns Vilkår
- for børn i Danmark

Somali

Ku socota waalidiinta

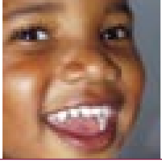
Buugan waxuu ku waajahan yahay waalidiinta ka soo jeeda dadka laga tiro badan yahay ee aan ahayn Danish. Ujeedada buugan waxaa weeyi inuu siiyo warbixino waalidiinta ku soo biirtay Denmark iyo inuu siiyo waalidiinta fursadaha ugu wanaagsan ee ay ku taageeri karaan caruurtooda. Sidoo kale ujeedadu waxay tahay in laga digtoonaado isfaham la'aanta ka imankarta wadashaqaynta hawl wadeenada dugsiyada, goobaha caruurta lagu barbaariyo iyo wixii lamid ah. Buugan waxaa diyaariyay Børns Vilkår oo kashanya taageero dhaqaale oo ka timid Wasiirka Qaxootiga, Amagarashanka iyo Danaha Isdhexgalka.
Buugan waxaa lagu diyaariyay luqadahan hoos ku xusan:

Danish
Afgaan
Carabi
Ingriisi
Soomaali
Turkish
Urdu.

Dhamaan noocyadiisa waxaad bilaash ama lacag la'aan kaga soo guurin kartaa www.bornsvilkar.dk halkaasi oo aad ka daabacan karto inta koobi ee aad u baahan tahay. Waxaad sidoo kaleeto dalban kartaa buugagta oo daabacan. Qiimaha lagaa rabaana waa kharshka daabacaada oo kaliya. Buugagta waxaad ka dalban kartaa adigoo soo waca +45 35 55 55 59 ama u soo dira email cinwaankan bv@bornsvilkar.dk Xasuusnow inaad cadayso tirada buugagta iyo luqda/luqadaha aad u baahan tahay.

Tafatire: Anna Louise Stevnhøj
Børns Vilkår 2005
Sawire: Jonna Fuglsang Keldsen
Samaynta qurxinta iyo daabacada: Prinfo Ringsted

Børns Vilkår
Trekronergade 126 A
2500 Valby
Denmark
www.bornsvilkar.dk



Adeegyada loofidinayo bulshada

Dhamaanba qoysaska degan Denmark waxay helaan oo loofidiyaa tiro booqasho loogu soo diro kalkaaliye cafimaad marka ilmo dhasho. Marka ilmuhu tago xanaanada malintii, goobaha caruurta lagu barbaariyo ama dugsiga, hawlwadeenku si joogto ah ayuu u soo wacayaa waalidiinta is waraysiyo iyo kulamo loola yeesho. Waxaa lagaa filayaa inaad timaado.

Tani waxay khusaysaa dhamaanba waalidiinta. Maaha mid lagu eegayo in waalidiintu aad u fiican yihiin iyo inkale, lakiin waxaa weeyi adeeg lagu bixinayo talo ku saabsan waalid nimada. Caruurtu waa xubnaha mustaqbalkeena. Sidaa darted dhaqanka Denmark ayaa odhanya masuuliyada caruurtu masaarna waalidiinta oo kaliya, lakiin waa in bulshadu u fidisaa taageero iyo talaba. Tani ayaana lagu hubin karaa inay caruurtu helaan fursadaha ugu wanaagsan nolasha.

Talooyin fiican ayaad ka heli kartaa sidii aad u korin lahayd caruurtada dhamaanba shaqaalaha xarumaha xanaanada maalintii iyo dagsiyadaba. Waxaad sidoo kale ka qaadan kartaa talo kalkaalyasha cafimaadka ama dhakhtarada. Qofkastaaba waxuu leeyahay, oo gaar u ah, inuu kahelo talo qaybta adeegyada bulshada ee degaankiisa iyada oo aadan siin magacaaga iyo PPR, oo ah madaxa waaxada talo bixinta cilmi-nafsiga.

Waalidiinta iyo wayeelka kale ee lajooga caruur waxay sidoo kale soo waci karaan ForældreTelefonen, oo ah khad tilifoon talo bixin qarsoon ay samayso Børns Vilkår. Tilifoon nabarkuna waakan 35 55 55 57.

Caruuta lagu korinayo dhaqano kala gadisan

Markaad ogolaato in caruurtadu ku dhex koraan dhaqan shisheeye waxaa dhici karta inay raad ku yeeshaan waxayaabo aadan jecelayn inay caruurtadu ku dhaqanto. Tani (tusaale ahaan) oo kuula muuqan karta in caruurta Danish ku xaq-dhawrin wayeelka. Sidoo kale waxaa dhici karta inaad ka cabsi qabto in caruurtadu ka tagaan dhaqankooda iyo diintooda markay raad ku yeeshaan dhaqanka Danish ka. Hadaba midani waxay sababi kartaa inaad caruutada u diido inay wakhatigooda ciyaarta aanay u tagin caruurta Danish ka iyo (tusaale ahaan) inaad u siin waydo fasax marakay ka qayb qaadanyaan xafalad dhalasho iyo dibad baxayadaba.

Tani sikastaba waxa weeyi figrada aan fiicnayn. Marka caruurtu ku nooshahay Denmark, mida ugu wanaagsani waxa weeyi inay wax ka ogadan xaaladaha Danish ka. Badanaba caruurtu waxay aad u xiiseeyaan waxa loodiido. Uma baahana inay lumiyaan dhaqankooda iyo diintooda sababta oo ah waxay ku haysteen hab nololeedyo kale. Sida ugu fiican ee lagu gaadhi karaan waa adiga oo caruurtada ula hadla si dabacsan una sharxa sabata aad urabto dariiqaad la doonayso.

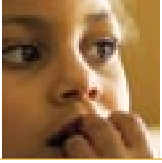
Waalidiintu marwalba waxaa weeyi dadka ugu muhiimsan nolasha ilmaha iyo caruurta oo ah cida ugu koraysa ee rabta inay ka farxiyaan walidkood. Caruutu sidoo kale waxay garanayaan in waalidku yahay cida qoyska u go'aamisa. Dariiqa ugu fiican ee caruurtada aad ku korin karataa waa adiga oo masuulkooda qaada iyo inaad hagto iyaga.

Waa inaad, laga bilaabo marka caruurtadu aad u yartahay, u sharaxdaa waxaad ka filayso iyaga iyo waa inaad tustaa sida ay u dhaqmayaan. Waa inaad tustaa xanaano, waa inaad taqaano cida ay ku xidhan yihiin iyo inaad danaynayso nolashooda.

Lagama ogola gudaha Denmark garaacista caruurta. Waalidiinta jidhdil ku samaysa waxay jabiyeen sharciga waxaanay mutaysan karaan ciqaab. Waxaad u korin kartaa caruuta si fudud adiga oo aan garaacin.

Garaacista ilmuhu waxay khasaare gaadhsiisa ilmaha. Sidoo kale walidiinta garaacda caruurtodu waxay khasaare gaadhsiiyaan xidhiidhka ka dhexeeya caruurtoda maxaa yeelay waxaa lumaya aminaada iyo kalsoonida. Walidiinta, iyagu garaaca caruurtodu, waxay gabi ahaanba luminayaan maamulidood marka ay weynaadan.

Waa inaad u korisaa caruurtada adiga oo la hadlaya una sheegaya waxay samayn karaan iyo waxanay samayn Karin. Waa inaad sidoo kale ilaalisaa balan qaadyada aad u samyso caruurtada iyo waa inaad tusiso masuuliyada (tusaale ahaan) markasta inaad soo qaado iyaga wakhatigaad ku balanteen. Haddii aad sidani samayso mudada caruurtu yaryihin, caruurtu waxay sii wadi doonan xaq-dhawrista waalidiinta.



Taageerada dugsiyada

Dhamaanteen waxaan jecel-nahay inaynu u samyno caruurteena mustaqbalka ugu wanaagsan ee suurto gal ah. Tani waxay u baahan tahay dugsiyo iyo waxbarasho wanaagsan. Denmark, dugsiyadu waxay ka filayaan waalidiinta inay cawiyaan taageerana caruurtoda.
Dariiqa ugu wanaagsan ee caruurtada kaga caawinayso dugsigu waa

- adigoo caruurtada kala hadla wax ku saabasan dugsigooda
- umuujiya inaad xiisaynayso waxay soo barteen
- usheegaya muhiimka dugsiga iyo waxbarashada – iyo sababta
- ka taageeraya samaynta shaqadaguriga
- hubinaya inay helaan goob iyo sawaxan la'aan ay ku gutaan shaqadaguriga
- hubinaya inay helaan hurdo ku filan iyo inay soo cunaan quraac, markaasi ku daali mayaan dugsig.
- bar siday u noqon lahayeen iyagu xaadir
- ka caawi sidii ay diyaar ugu noqon lahayeen shadada dugsiga iyo kiishka qalin qorigu
- eegista qoraalada ka yimada dugsiga ee ku jira shadada iyo akharintooda
- ku taageerista helista saxiibo Danish ah, markaasi waxay baran Danish ka
- kala hadal waxyaabo wanaagsan oo ku saabsan dugsiga, macalimiinta, asxaaboda iyo bulshada Danish ka. Ama waxay noqon doonan kuwo ku lid ah dugsiga, taasi oo hoos u dhigayasa fursadooda barasho
- ka qayb qaado kulamada waalidiinta iyo xafladaha kale ee ka dhaca dugsiga. Markaasi waxay arkayaan inaad xiisaynayso iyo adigoo helaaya warbixino muhiim ah. Waxaad ka heli doontaa, kulanka waalidka iyo waraysiga waalidkaba, warbixino khuseeya ilmahaga iyo madooyinka labaray. Lakiin waxaad sidoo kale ka heli doontaa warbixino la taaban karo sida cuntada iyo dharka. Sidaa darted waa fiican tahay inay joogaan labada waalidba kulamadan. Waxaad waydiisan kartaa macalimiinta turjubaan haddii dhibaato luqada kaa haysato.

Caruurta waaweyn

Waa inaad caruurta yaryar iyo kuwa waaweynba aad xanaanayso.
Caruurta waaweyn iyo dhalin yaraduba waxay ku leeyihiin madax banaani guud Denmark. Gabdhaha iyo wiilashu waxay leeyihiin xuquuq ah inay sameyn karaan wax isku mid ah iyo gabdhaha iyo wiilasha inay u furan tahay laguna dhiiri galiyo inay wadajir wax u wada qaban karaan.

Tani maaha macnaheedu in inaanay waalidku xanaanayn ama aan caruurtu kulahayn guriga waxa shardi ah. Badanaaba caruurta Danish ku waxa la siiyaa xurnimo balaadhan inta ay u dhaqmayaan sida laga rabo iyo inta ay samaynayaan wax laysla ogolaaday waalidinkood.

Markaad haysato caruur waaweyn oo ku nool Denmark, waa muhiim inaad korka kala socoto oo aad hubiso inay wanaag u dhaqmayaan. Waxaad u baahan tahay inaad wakhati la qaadato iyo inaad heshiis go'an kula gasho wakhatiyada ay imanayan guriga. Waxaad sidoo kale u baahan tahay inaad xafido waxayaabaha ay sameeyaan wakhatiga ay firaaqda leyihiin iyo inaad ka taageerto inaad ka diiwaan galiso goobaha ciyaaraha ama kuwa lamidka ah. Waxaa mid muhiima iyana inaad taqaano caruurtada asxaabtood iyo inaad hubiso inay tagaan dugsiga ama goobaha xabarasho ee kale.

Talooyin fiican oo ah korinta caruurta

- Lahadal caruurtadu inata ay aad u yar yhiin iyo inaad la socoto nolashooda.
- Tus masuuliyada hada iyo goorna xafid balan qaadyada aad lagasho caruurtada.
- Usheeg caruurtada waxay tahay inay sameeyan iyo waxanay samayn Karin. Ku bilow inta ay yaryihin. Way adag tahay inaad ka hesho ixtiram haddii aad hogaaminta u bilowdo caruurta markay yihiin shan ama lix sano.
- Sii caruutada madax bananida caruurnimo. Ilmaha waa inaanu ka turjumin arimaha dadka waayeelka khuseeya iyo inaanu dhex galin dhibaatoyinka waayeelka ka dhex jira.
- Kori ilmahaaga adigoon ku dayin inaad abal marin uga dhigto macmacaan iyo hadyadow.
- Sifuran ugala hadal caruurta macalimintooda iyo asxaabtooda.
- Badanaa kala shekayso macalimiinta caruurta, halka ay marayso xalada ilmuhu.
- Ku hay indhaha ilmahaga. Waa inaad ogaato waxay samaynayan iyo cida ay lajoogan, Denmark ma jiro dhaqanka ah korinta ama ilaalinta caruurta dadka kale sida kaliya ee ay ku dhacdaa waa adigoo ku dara goobaha lagu barbariyo caruurta ama dugsiga.
- Waxaad marwalba kuufuran inaad weydiiso haddii ay jiraan wax madmadow kaga jiro oo ku saabsan xanaanada maalintii, goobaha lagu barbariyo caruurta ama dugsiga. Waa fikrad xun inaad ku hayso caruurtada guriga haddii aadan ogayn waxa dhacay.

Børns Vilkår
- for børn i Danmark