



**Dammaanad qaadyada ilaalinta  
sharafta iyo qiimaha qofka ee kaalmada  
dadka baahiyaasha gaarka ah leh**

## Dammaanad qaadyada ilaalinta sharafta iyo qiimaha qofka ee kaalmada dadka baahiyaasha gaarka ah leh

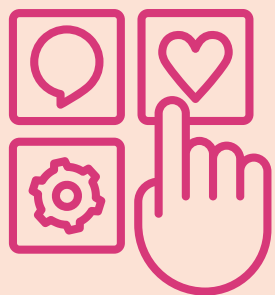
Dammaanad qaadyadu waxay cadaynayaan waxa adiga iyo qofka aad qaraabada/saaxiibada tihiin uu ka filan karo kaalmada uu maamulku dadka baahiyaasha gaarka ah leh u fidin karo.

## Shanteena dammaanad qaad ee ilaalinta sharafta iyo qiimaha qofka



### La macaamilid

Waxaan xurmaynanaa karaamadaada iyo sidaad wax u dareemaysid. Waxaan kuu muujinaynaa tixgelin waxaana kuula macaamilaynaa si qaddarin iyo bani'aadantinimo ku jirto. Waxaan fahansanahay xaaladaadu inay tahay mid ka duwan xaaladaha kale (cajiiba).



### Wada hadal iyo kartida shaqo

Waa inaad na fahmi kartid annaguna ku fahmi karno. Waxaan aqoon u leenahay lixaad dhiminaanshaha ku haysata, habka lagu la hadlayo waxaana kaa caawinaynaa inaad isticmaashid qalabka caawinaadda aad u baahan tahay.



### Madaxbannaani iyo ka qayb-qaadasho

Waan ku taageeraynaa oo waxaan kuu suurtagelinaynaa inaad ka qayb qaadatid oo xaaladaada saamayn ku yeelatid. Waxaan ka duulaynaa awoodahaaga waxaana kugu dhiirigelinaynaa inaad ahaatid qof madaxbannaan oo adigu go'aankaaga leedahay.



### Amniga iyo joogtaynta

Waa inaad ku faraxsanatid oo amni dareentid. Dadka ku caawinaya oo dhan waa inay ogyihiin baahiyahaaga iyo sida caawinaada lagu siinayo u egtahay. Caawinaadda waa in laga dheehan karo joogtayn oo lasii saadaalin karo waxa dhici doona.



### Fikrado iyo la xiriirida

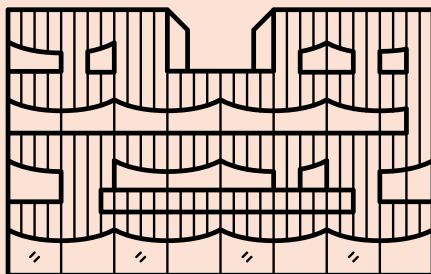
Waa inaad ogaatid cidda aad la xiriiri kartid si aad usoo gudbisid waxaad doonaysid iyo fikradahaaga ku aadan kaalmadaada. Waa in loo dareemi karo wax sahlan oo lagu aamin qabo in nala lasoo xiriiro. Waxaan dhagaysanaa fikradahaaga waxaadna heli doontaa jawaab cad.

# Haddii aanu kasoo bixin dammaanad qaadyadeena ilaalinta sharafta iyo qiimaha qofka

Waxaan dhammaanteen xaq u leenahay guri ammaan ah, wax micne leh oo aan qabano iyo inaan dareeno inaan qiime leenahay. Haddii aad dareemaysid in aanu kasoo bixin wixii aan ballan qaadnay - noo sheeg! Waxaan markaas wax ka qaban karnaa gaabiska ka jira caawinaadda aad heshay. Markaas waxaan ku fiicnaanaynaa inaan fahano baahidaada oo caawinaad sax ah ku siino. Si aad ugu noolaatid nolol wanaagsan oo madaxbannaan sida dadka kale dhammaantood.

## Waxaad fikradahaaga kusoo gudbin kartaa siyaabo kala duwan:

- » La hadal dadka aan wada shaqayno ama maamulaha mas' uulka ka ah
- » Kusoo gudbi fikradahaaga [www.goteborg.se/lamnasynpunkt](http://www.goteborg.se/lamnasynpunkt)
- » Usoo dir email [funktionsstod@funktionsstod.goteborg.se](mailto:funktionsstod@funktionsstod.goteborg.se)
- » U dir warqad maamulka kaalmada dadka baahiyaasha gaarka ah leh, Box 4053, 422 04 Hisings Backa



*Sawirka tusaalaha wuxuu soo bandhigayaa xafiiska dhexe ee maamulka kaalmada dadka baahiyaasha gaarka ah leh ee ku yaal Selma Lagerlöfs Center.*

*Guddiga kaalmada dadka baahiyaasha gaarka ah leh wuxuu go'aamiyay dammaanad qaadyada ilaalinta sharafta iyo qiimaha 15 diisambar 2021.*