

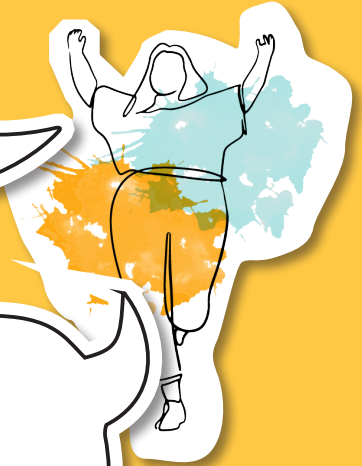
Kraftverket

Barnaamijka oo aqoon isweydaarsi
booga (workshop) oo ka hadla

xuquuqda dhalinyarada

Waxaan rabaa inaan
ogaado dhamaan
xuquuqyada aan
leeyahay

Waxaan ku
dadaalaya inaan
madadaalo gaar
ii ah inaan helo



Soomaali
Somaliska

Kraftverket:

Barnaamijka oo aqoon isweydaarsi booga (workshop) oo ka hadla xuquuqda dhalinyarada

Bogga xuquuqaha ee kraftverket.org waxaad ka heli doontaa wax yaalo badan oo ku saabsan xuquuqdaada ama tageeraya, daryeel iyo siyaabaha aad ku heli karto wakhti firaaqo oo wanaagsan.

Si aad u dareento wanaag wakhtiga adag, aadna uga baxdo dhibaateeyinka, waa inaad barato ama aqoon u leedahay bulshadu aad ku dhax nooshahay sida ay u shaqeyso.

Aqoontas waxay ku dhiirigalinaysa ama ku siineysa awood aad ku go'aansato noloshada iyo fursado aad ku badeesho waxyalaha u baahan in la badelo. Waxayna ku saabsan tahay xuquuqdaada bini'aadnimada!



Ma rabtaa inaad ogaato xuquuqaha aad leedahay?

- Suuqa guryaha?
- Marka uu dhaqaalaha adag yahay?
- Si aad u hesho cawitaan, shaqo ama waxbarasho?
- Waa maxay daryeelka aad xaq u leedahay, marka aad dareento xanuun maskaxeed?
- Sidee u taageeri kartaa saaxiib raba inuu joojiyo balwada sida (xashiishadda mandooriyaha) – Cannabis?

Ma rabtaa inaad hesho furayaasha wakhti firaaqo ah oo wanaagsan?

- Ma waajibi kara in dhamaan dhaqdhaqaaqyada madadaalada ay ku baxaan lacag?
- Ma tijaabin kara dhamaan dhaqdhaqaaqyada madadaalada kala duwan anigoon?
- Ururo nooc ee ah ayaa ka ag dhow?

Waxaanu wada shaqayn doonaa lix (6) kulamo oo kala duwan.

Shuruudo aqooneed ma jiraan, ma lahan casharo guriga loo qaadanayo, waana bilaash.

Waxaan inigu soo dhaweyneyna qaxwo iyo shah (fika) waxaadna heli doontaa shahaado aad gashato CV – gaaga aqooneyd!

Kraftverket workshop

Wax waan wada baraneynaa!

Dhamaan adiga iyo gurubkaga xiisaha ay u qabaan iney wax ka bartaan xuquuqda bulshada kaas oo hos imaaneysa siyaabahan kala duwan oo ah! Tusaalo.

- Aadista shaqada iyo/ama waxbarashada.
- Xaga la qabsiga, tusaale ahaan aadista iskoolka/dugsiga.
- In laga caawiyo gaar ahaan qeybta guri raadista.
- Sida caawin u raadsan lahayd markaad maskaxiyan u xanuunsantahay iyo kaalmo/caawin u
- Hel joojinta isticmaalka maandooriyaha (xashiishada) ama khamriga.
- Ogow xuquuqda aad leedahay marka lagu takooro ama dhib lagu geysto.
- Xaquuqda caruurta.
- Sidee looga dacwoodaa go'aanka mamuulka oo ay dowlada gaadho.
- Hadalo qarsoodi iyo sir – maxaa khuseeya?
- Marka la eego xidhiidhka booliiska ama masuuliyiinta fulinta sharciga?



Waxaan heli karna siyaabo lagu helo waqti firaaqo wanaagsan!

Aqoon isweydaarsiga-workshop waxaad sidoo kale ka heli doontaa wax badan oo ku saabsan fursadahaaga wakhtiyada firaaqada oo wanaagsan loo helo, iyo joojinta balwadaha mandoriyaha oo ah khamriga iyo mandooriyaha (xashiishada) – Cannabis.

Adiga iyo gurubkagaba oo si wada jir ah u dooranaya kuwa u xil saaran dhamaan dhaqdhaqaaqyada madadaalada taas oo ay inigu martiqaadi doono si ay idiinku soo bandhigaan fursadaha aad ka heli lahaydeen madadaaloyinka kala duwan oo saxda ah ee goobta aad dagan tihiin ku sugan.

- Kooxda dhalinyarada, oo ka kooban 4–8 qof iyo ugu yaraan 1 hogaamiye.
- 6 kulan oo ku dhawaad 2 saacadood ah oo ay suurtoagal tahay in la kordhiyo.
- “Safe place” – kooxdu waxay ku heshiiyaan “xeerarka ladnaanta” ee lagu dabaqi doono inta uu socdo aqoon isweydaarsiga.
- Isku-dar aqoonta xuquuqda iyo taageerada si loo gaaro wakhti firaaqo oo micno leh.
- Kulamada waxaa ka mid ah wada hadal iyo muxaadaro uu bixinayo hogaamiyaha gurupka ama martida la casuumay la socda.
- wada faadhisiga ama waxbarashada – buuga (Studiecirkel) wuxuu sheegeyaa in leys arko oo wax la wada barto.
- Meel nabad, naxariis iyo madadaalo leh!

Baahiyaha ka
qaybgalayaash
a ayaa xukuma
– wada-barasho

Inta badan waxaanu ka shaqaynaa sida dhalinyarta ay xuquuqdooda u helan taas oo ku saabsan inaan taageerno dhalinyarada sida daryeelka iyo wakhtiga firaaqadooda – fiiri webseydka kraftverket.org.

Kraftverket

Website

Workshop

Yaa kasoo qeyb qaadan kara?

- Dhalinyarta da'dooda u dhaxayso 15–29 sano.
- oo u baahan aqoon ku saabsan xuquuqda iyo guud ah xaaladaha khatarta ah ku jira iyo xoojinta!!

**Waa maxay sababtu
– 4 arrimood oo muhiim ah**

**Nolashaada
saameyn
Ku yeelato**

Aqoon

**Bulshada
wanagsan
Aad ku dhax
jirto**

= Xoojinta

**Waqti
firaqo oo
wanagsan**

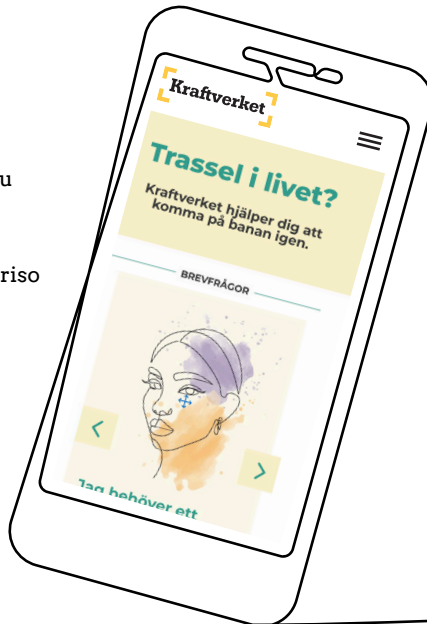
Bogga xuquuqaha ee kraftverket.org waxaad ka heli doontaa wax yaalo badan oo ku saabsan xuquuqdaada ama tageeraya, daryeel iyo siyaabaha aad ku heli karto wakhti firaaqo oo wanaagsan.

Xuquuqda oo saabsan xuquuqda dhalinyarada iyo kuwa ugu muhiimsan.

Su'aalo ka socoto xaga dhalinyarta iyo jawaabo oo wax garadka xuquuqda dhalinyarta ay ka soo bixiyeen.

Garab istaag sidaas u heli lahayd waqti firaaqo oo wacan.

Ogow websaydkan wuxuu ku qoranyahay luuqada swedishka – qof luuqada swedishka yaqaan la akhriso websaydka sidaa u fahanto.



Kraftverket

Ma rabtaa inaad wax badan ogaato?
Nagala soo xidhiidh Verdandi Brukarkraft:
brukarkraft@verdandi.se.

 ● **verdandi**

brukarkraft
RESURSCENTRUM FÖR BRUKARINFLYTANDE



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**