

Qaab xun ku dhaqmaha waa inuu tagaa!

Dhammaan shaqsiyaadka waxay mudanyihiin nolol aan laheyn rabshad.

“Qokasta wuxuu xaq leeyahay nolol iyo sharaf. Xuquuqda shaqsiga waa laguma xadgudbaan.”

Qodobka 2, Qormadiisa. 2 ee Sharciga Aasaasiga ah.



Tani micnaheedu waxay tahay:

- Xaqqa aad ku dhehi karto Maya – xittaa Xiriir shaqsiyeedka,
- Xaqqa lagulla dhaqmo lamaanahaaga xushmad iyo lamaanayaal kaleba, sidoo kale xaqqa loo qaadanaayo si dhab ah,
- Xaqqa aad kaga tgi karto lamaanahaaga.

Ma tahay ama qof uun deegaankaaga ku leg le rabshad kaga timid lamaane qaab xun u dhaqma?

Lamaanahaaga ama qof kale maku

- Xadgudbaa kuna naqdiyaa asxaab ama qaraabo xaadir ahaanshahooda?
- Kaa celiyaa aragtida reerkaaga ama asxaabtaada?
- Waaniyaa inaadan ka tegein guriga?
- Maamulaa dhaqaalahaaga?
- Si lama filaan ah u xanaaqaa kuna cabsi geliyaa?
- Waxyeelaa waxyaabahaaga shaqsiyeedka ah ?

Macluumaadka dhibanayaasha rabshadaha qoyska

- Kuugu caga jogleeyaa inuu waxyeeleynaayo caruurtaada, qaraabaddaada, saaxibadaa, xoolaha guriga ama nafsadiisa?
- Maku jir dilaa, ku garaacaa, ku tuuraa, qaniinaa?
- Qasbaa inaad la yeelato galmo qasab ah?
- Aan qaadanin inaad kala joogtaan ama aad rabto inaad kala joogtaan, ku cabsiiyaa, gacan kula yimaadaa ama ku argigixiyaa?

Maahin in aad tani ogolaato!

Ha u maleynin inay tahay waxaad ka masuul tahay: Cagajugleynta ama jir dilista haweenka iyo caruurta maahin wax qiil loo sameyn karo. Qaab xun u dhaqmaha ayaa ka masuul ah, adiga maahin.

Isticmaal xuquuqdaada si aad u hesho Amarka Difaac ee Sharciga Raaciyadda

Difaaca lidka ku ah Xeerka Rabshad wuxuu xoojinayaa xuquuqdaada iyadoo lo fiirinaayo lamaanayaasha rabshoolayaasha ah.

- Codsigaaga maxkammadda waxay soo saareysaa amar uu lamaanaha qaab xun u dhaqmaha kaga tagaayo guriga muddo guud oo **Lex bilood ah**, xittaa haddii uu qofkaani yahay kireystaha ama milkiilaha guriga.
- Xittaa guriga bannaankiisa sharciga ayaa ku difaacaaya lid ku ahaanshaha guulguulista iyo gacan ka hadalka. Maxkamadda waxay soo saari kartaa amar kana mamnuuci kartaa lamaanah qaab xun u dhaqmaha inuu ku soo wajaho, kula soo xiriira, iwm. Wixii rabitaankaaga lid ku ah.

Macluumaadka dhibanayaasha rabshadaha qoyska



WhatMaxaan sameynayaa dhacdo deg-deg ah?

- Haddii lamaanahaaga ama qofkasta oo kale uu noqdo rabshoole, fadlan wacbooliiska **110** – booliiska waa inay ku difaacaan wayna ka saari karaan qofka qaab xun u dhaqmaha guriga muddo ugu badnaan 14 maalmood (Bannaanka la dhigayaa).
- haddii aadan guriga wanaag ku dareemeynin amaba aad cabsaneyso waxaad u baahan tahay taageero dheeri ah, fadlan booqo guriga haweenka. Halkani waa meel aad adiga iyo caruurtaada ka heleysaan difaac iyo hooy.
- Marwaliba la tasho dhakhtar sidaas awgeeda wuxuu ku siin karaa cadeyn dhaawacyaddaada iyo qoraal sidoo kale ah.
- Dalladda ProBeweis waxay bixineysaa qoraallo xirfadeysan leyskuna haleyn karo oo ay u baahan tahay maxkamadda taasoo la xiriirta dhaawacyadda iyo cadeyn rasmi ah ee arrinkan. Ujeedkani, waxaad la xiriireysaa Daawo Yaaqanka (Medizinische Hochschule) ee Hannover ama Oldenburg. Xittaa waxaad kaloo booqan kartaa xiriir wadaaggayaasha daryeelka caafimaad ee dalka.

Macluumaadka dhibanayaasha rabshadaha goyska

Dhammaan natiiyooyinka baaritaannadaani waa qarín waajib xirfadeeysan waxaan loo gudbin karaa oo keliya booliiska ama xafiiska xeer illaaliyaha guud waxayna ku xiran tahay qaabka aad u codsato. Macluumaad dheeri ah booqo: www.mh-hannover.de/probeweis.html

Macluumaad raadisna waxaad wici kartaa 0511/532-5533 (Ambulance Hannover) and 0176/1532 4572 (Ambulance Oldenburg).

- Haddii ay jirto caga jugleyn abshad, ama ugu yaraan, uu rabo ficil rabshad, aruurso dhammaan dukumentiyadda muhiimka ah lacag kaash ah ee aad haysato wax kastana meel ammaan ah dhigo – sidaas awgeed waxaad diyaar u tahay haddii ay dhacdo inaad baxsato.

Xaggeen ka helayaa taageero?

Ha sugin illaa aad ka gaarto inaad ku dhibtooto dhaawacyo xun xun. Rabshadda mawaliba way sii kordheysaa. Raadi waqto taageero iyo kaalmo:

- **Guryaha haweenka, xaruumaha macluumaadka, xaruumaha wicidda deg-deg ah***
- **Asxaab dhedig iyo lab ah, qaraabo, jiiraan**
- **Qareen ama lataliye sharci**
- **Xafiisyadda taageero dhibanayaasha ee ku yaala deegaankaaga.**

Maxaan sameeyaa, haddii saaxib, deris ama qaraabo ay ku lug leeyihiin?

Haka cararin!

Kaalmadaada u fidi. Dulqaad lahaaw. Tixgeli: ka hadlidda qaab xun u dhaqanka ma aha wax sahlan. Qiyaas wax kuu wanaagsan marxalladahaan.

* Nambarradda taleefoono waa laga heli karaa jaraa'idyadda deegaanka (guud ahaanba ku hoos yaalaan nambarradda degdegga ah) ama buugga haggaha taleefoonadda (badanaaba „Haween taageero Haween“ hoosteeda).