Schleswig-Holstein
Ministerium für Justiz,
Europa, Verbraucherschutz
und Gleichstellung

Geesi Noqo!

Dumarka la dhibo sidee baa loo caawin karaa

Schleswig-Holstein. Der echte Norden

KIK netzwerk
bei häuslicher gewalt

Mahadcelin

Waxaa soo saaray:
Wasaaradda Caddaaladda, ee Qaabilsan Arimaha Yuub, Bulshada iyo Wadasinaanta, ee Gobolka Schleswig-Holstein, Xafisla
Lorentzendamm 35, 24103 Kiel

KIK Schleswig-Holstein
Wadashaqayn iyo Kahortag loogu talo galay Dumarka Guryahooda lagu dhibo, ee Gobolka
Schleswig-Holstein

waxaa Sawirada soo saaray:
freistil mediendesign, Kronshagen
Fotos: Photocase.com
Foto der Ministerin: Conny Fehre
Druck: LWK Ratjen, Kiel
Mooduucyadaan waxaa laga soo xogtay Buugaan oo looyaqaano „Nur Mut – Handlungsmöglichkeiten für Frauen in Gewaltbeziehungen"
Guriga Dumarka Düsseldorf e.V.
Sidoo kale Guriga Talada Dunarka ee Düsseldorf e.V.
.
ISSN 0935-4379
Qaybta 4aarad
Junn 2018
Internetka Dowladda waa:
www.landesregierung.schleswig-holstein.de

Waana Buug lagu qoray Waraaqo Deegaanka aan Waxba u dhibin. Waxaa lagu daabacay Ogolaasho laga helay Dowaldgoboleedka Schleswig-Holstein. Waxaana reeban in Buugaan la isticmaalo, oo ay Xisbiyadda Waddanka isku haysta Buugaan ma addegsan karaan. Weliba Marka ay Doorashooyinka jiraan Buugaan Xisbiyada sinaba uma adeegsan karaan. Laakiin Xisbiyada Buugaan Dersi ahaan waa ay u isticmaali karaan.

Akhristaha Buugaan,

Waxaa Wax aad looga xumaada ah, in weli ay Guryaha ka jiraan Dhibaato fara badan oo Dumarka la kulma. Haddii aad tahay Qof Dhibaato haysata, oo Odaygaaga ama Ninkaaga Dil, Aflagaado iyo Wax Lamid ah kugu haaya Buugaan ayaan waxaa uu diyaar kuu la yahay Talooyin fiican. Waxaa uu Talo kaa siin doona sida aad Dhibaatada isaga celin karid, haddii ay Xag Maxkamad ama Xag kaleba noqon lahayd. Sanadka 2016 Gobolkeena Schleswig-Holstein Keliya waxa Booliska loo yeeray 3721 Jeer, oo loogu yeeray in ay u gurmadaan Dhibaato Dumarka Raggooda ku haayay Darteed. 550 Jeer baa Booliska Raggaas Guryahooda ka eryeen si ay Dumarka u badbaadiyaan. Sidoo kale Sanadka 2016 ilaa iyo 1658 Dumar baa waxaa ay Badbaado Iyaga iyo Caruurtooda u doonteen Guryaha Dumarka Badbaado u doontaan. Warbixintaan Dhabta ah ayaa waxaa ay Daliil Cad u tahay in loo baahan yahay Dhibaatadaan in laga hor tago, sidaa darteed Ogow! Adiga kaligaaga ma tihid, waan ku garab taagan nahay, ha xishoonin Dhibaatadaada sheego. Waxaan rabnaa in aad Karti yeelatid, oo aad Dhibaatada Gurigaaga kugu haysata ka baxdid ayaan doonaynaa. Waxaan hubaa haddaad Buugaan akhrisato, Wax Wayn ayaad ka faa´idi doontaa, oo aad Dhibaatada Noocaas ah isaga difaaci kartid. ee Karti yeelo!

waxaa ku salaamaya

Dr. Sabine Sütterlin-Waack
Wasaarada Caddaaladd, ee Qaabilsen, Arimaha Yuub, Bulshada iyo Wadasinaanta, ee Gobolka Schleswig-Holstein, Xafisla

Mooduuc

Dagaala Dumarka lagu haayo ee Raggooda ku haaya –
Maxaa Taas laga wadaa? - 7
Maxaa furiinka hor istaagi kara - 9
Dagaalka Noocyadiisa kala dudwan - 10
Dumarka Qaxootiga ah waa in ay ogaadaan? – 12
Is ilaali oo ha dhayalsani! - 14
Maxaan Kaloo isku badbaadin karaa? - 16
Maxaan uu Booliska ama Maxkamadda ii qaban karaan? - 20
Maxay Dhakhaartiirta kuu qaban karaan? - 26
Halkee ku nabadgalaa? - 29
Maxaan ku noolaadaa? - 31
Caruurta marka lays furo? - 36
Maxaa laga qaban karaa hadii uu ku wareeriyo? - 39
Mujtamaca aad la joogto maxaa ay kuu qaban karaan? - 42
Qalabka aad isku difaacayso sii unuurso - 43
Kamadanbayntii – 44
Caawin - 45

Dagaalka Dumarka lagu haayo, ee Raggooda ku haaya- Maxaa Taas laga wadaa?

Horta Dumarka sidoodaba Dhibaatada Guryaha ku qabsato ayaaba kaga badan Tan ay Dibada kula kulmi lahaayeen. Marka uu Ninkaaga ku garaaco oo kale. Waana Dhibaato Badanaaba Guriga ka dhacdo waa Meesha lays lee yahay Dumarka waa ay ku nabad qabaan. Boqolkii 90 Ragga ayaana Dumarka ka gar daran.

Tirada ilaa iyo hadda la xaqiijiyay waa, Afartii Dumarba Hal Dumar ayaa waxaa ay Ninkeeda kala kulantay Dhibaati sida Jir Dil amaba Kufsi. Waana Dhibaato ballaaran oo isugu jirta Jir dil Kufsi, Aflagaado aan xad lahayn amaba Cunoqabateen. Dhibaatada Guriga waa Mid aan Ciddna u gooni ahayn, oo Qof Kasta ayay ku dhici kartaa. Weliba Marka la kala tagi rabo, ama Furitaan uu yimaado Dhibaatada waa ay saa´idaa. Caruurtana Mar Walba waa ay ku ag rafaadaan marka uu Waalidka is diriro. Dooda ka dhex dhacda Dadka isqaba ama Meel wada deggan, waxaa Saldhig u ah, Awood sheegasho ay Dadka isqaba isku awood sheegtaan. Waana Wax aalaaba ay Dadka Caadi u maleeyaan in Dumarka la dhibo. Carruurta waxaa had iyo jeer ay saameeyeen rabshadahan! Oo waxaa uu Dadkaalka badnaaba ka bilaawdaa Wax iska fudud oo laga gudbi karo, xitaa waxaa laga yaabaa in uu ka bilaawdo Qof kamid ah Dadka isqaba oo Midka Kale ku dhaha "aad ayaan kuu jeclahay, La´aantaada maba noolaan karo". Markaa sida badan Ninka ayaa waxaa uu bilaabaa in uu isku dayo in uu Naakta kontroolo, waxaa uu Naagtiisa ku amraa in ay Wax Kasta u sheegto, la soco-dsiiso, Ogolaasho waydiisato, iyo wax la mid ah, haddii ay Naagta Kaligeeda wax samayso, waa uu is xanaajiyaa. Markaas ayaa waxaa uu bilaabaa in uu Naagta ku dhiirado, marka hore Caay ayuu bilaabaa, marka dambna Garaac ayaa ku xiga.waa uu is xanaajiyaa. Markaas ayaa waxaa uu bilaabaa in uu Naagta ku dhiirado, marka hore Caay ayuu bilaabaa, marka dambna Garaac ayaa ku xiga.

Waxaad ogaataa Cid is qabta oo isdgaali karta ma jirto! Haddaa tahay Hooyada Guriga Wax Denbi ah oo aad leedahay ma jirto!

Qofka Weerarka gaysta ayaa Denbiilaha ah. Haddii uu Rabshada, Aflagaada iyo Dilka joojinwaayo Ilmahaaga ga qaado, oo is badbaadiya.

Dhibka oo dhan waxaa uu ka bilaawdaa marka uu Ninka isku buuqo, oo ay Dhibaato kale oo Guriga ka baxsan la soo deresto, sida Dhaqaalo La´aan oo kale ama Haddii uu kaa maseero.
Markaas oo kale Dumarka waxaa lagu yaqaanaa in ay iska dul qaataa, oo waxaa ay isku dayaan in ay Dagaalka Meesha ka jira sidaasi ku xalkiyaan. Laakiin Dulqaadkaas Wax Xal ah ma keeno. Dagaal Xun ayaa Meesha ka dilaaci kara oo lagu dhaawacmi karo. Ninka ayaa markaas waxaa laga yaabaa in uu Qaladkiisa garaawsado oo uu kuu cudurdaart, oo uu Haddiyad kuu keeno. Markaas ayaa Naagtina is dhehaysaa waa uu fiicnaaday.
Dumar badan baa waxaa ay u maleeyaan marka uu Ninkeeda u cudurdaarto in yahay Nin fiican, oo uu Mar Kale dili doonin. Laakiin Arinta waa ay ka dartaa. Dilka Meeshiisa ayuu ka socdaa. Dumarka baa aad Xaaladdaas ugu dhibaatooda. Markaas baa waxaa ay ka soocmaan Bulshada. Ragga Badanaa waxaa ay ku cagojugleeyaan in ay Ilmaha Hooyooyinkooda ka qaataan haddii ay diido in ay yeesho waxa u rabo. Dumarkii baa markaa Jahawareer ku dhaca oo garan waaya waxa ay sameeyn lahaayeen. Waxaan Hooyooyinka leenahay ha wareerin, oo Dhibkaaga Wax baa laga qaban karaa. Buugaan baa waxaan ka diyaarinay Talooyin fiican. Karti yeelo.

Waxaad ogaataa Cid is qabta oo isdgaali karta ma jirto! Hooyada Guriga Wax Denbi ah oo aad leedahay ma jirto! Qofka Weerarka gaysta ayaa Denbiilaha ah. Haddii uu Rabshada, Aflagaada iyo Dilka joojinwaayo Ilmahaaga ka qaado, oo is badbaadiya.

Maxaa Furiinka hor istaagi kara?

Dumar badan baa waxaa ay doorbidaan in ay Furiin ku dhiiranin. oo waxaa ay isku dayaan Xal kale, waxaa ay is dhahaan haddaa samirtid waa uu isbedeli doonaa. waayo Dumarka Badankooda ma jecla in ay Xaaska burburiyaan Ilmahooda ayay u sabraan. Waxaa ay aad uga baqaan in uu Dagaalka ka daro, haddii ay Furiin dalbadaan. Taasina wax baa ka jira waayo Ragga Dumarka aad bay u dilaan markii ay Furiin dalbadaan.
Badanaa haddana Dumarka waxaa ay ku dhib qabaan Bulshada ay ku dhex nool yihiin,Frauen s oo Bulshada qaar baa Mar Walba Dumarka Denbiga iyo Gardarada Dusha ka saaraan. Waxaa ay Bulshada iska dhayalsataa Dhibaatada uu Dumarka.
ku jiro, markaas bay dhahaan "Cid is qabta waa ay is dagaashaa, waana ay heshiiyaan…". Naagta waxaa laga rabaa in ay Ninkeeda u samirto". iyo Hadalo kale oo aan Micno lahayn bay Dumarka ku maaweeliyaan. Deriska iyo Hayadaha Bulshada horay ma ka gartaan Dhibaatada Dumarka Guryahooda ku haysato. Dumarka ayaa Gardaran ayay mar kasta dhahaa. Markaas baa Ragga Dumarka ku sii dhiradaan.

Waxaad la socotaa haddaad tahay Dumar Ninkeeda Dhib ku qaba in Caawinaad diyaar laguula yahay oo ay Guryahay Dumarka caawiya oo Dhan diyaar kuu yihiin in ay ku caawiyaan!

Dagaalka Noocyadiisa kala duduwan

Dagaalka Bulshada

waxaa uu rabaa in uu ku kontroolo Talefoonkaga Cidda aad lahadshid iyo wax, lamid ah ...

waxaa uu isku dayaa in uu Dadka, hortooda kugu caayo.. Caaruurta ayuu isku duyaa in uu kaaqaati Meesha aad ka shaqayso ayuu kugu imaadaaa …

Dagaalka Jurdilka ah

Jir dil Feer iyo, Haraati ayuu kula, dhacaa, Hub iyo Wax, kasta oo, Gacanta u soo galo ayuu kugu dhuftaa ...

Dagaal Jirdika ah

Cagajuglayn iyo Cay, waxaa ku xigta in uu, ku dhaho waad, waalan tahay...

Dagaalka Wasmada ah

Kufsi, waxaa uu ku waydiiyaa in aad u yeesho wax aadan raali ahayn ...

Dagaalka Dhagaalka

Shago ayuu kuu diidaa, ama kugu qasbaa in aad Geld, ushaqayso, Lacagta ayuu kaa qaataa...

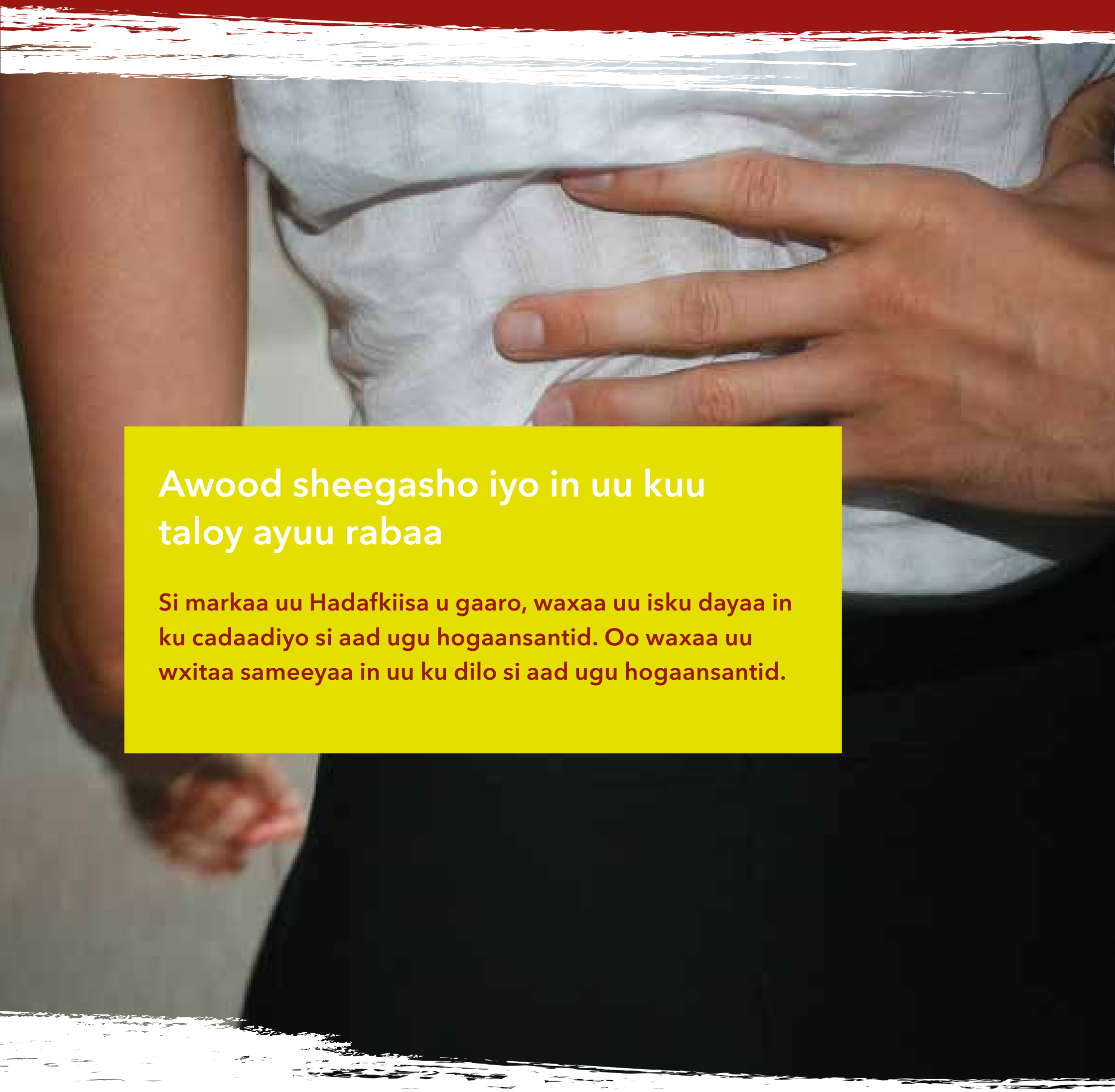
Waxaa laga soo xugtay Domestic Abuse, Mashruc (DAIP) 1983

Sawirkaas aan Kor kuugu soo sheegnay, waxaa uu ku tusayaa, Noocayada kaladuduwan ee Dagaalka ka dhex dhaca Dadka isqaba. Waxaa uu ku tusayaa, Dagaalka oo dhan waa mid. Qofka Dagaalka raba waxaa uu u dan lee yahay in uu kuu taliyo.

Beryahaan Danbe Dagaalka Guryaha waxaa ku soo saa iday, Dagaal laysku waydaarsado Internetka Dhexdiida. Ragga ayaa waxaa lagu yaqaanaa in ay Internetka Naagahooda ku caayaan, Warar Xun xun ka faafiyaan. Oo waxaa ay isku dayaan in ay Internetka Koontadaada xadaan oo ay Pinka aad ku gashid kaa bedelaan. Waxaa ay adeegsadaa Programm lagu xado Nambarka aad Internetka ku gashid. Waxaa ay Internetka kala socon karaan Meel Kasta oo aad tagto, Waxaad Maalintii soo qabsato iyo wax la mid ah…. Xataa haddii aad is furtaan waxaa laga yaabaa in uusan kaa harin oo uu Internetka kugu jaha wareeriyo.

HILFETELEFON
GEWALT GEGEN FRAUEN
08000 116 016

WWW.HILFETELEFON.DE



Awood sheegasho iyo in uu kuu taloy ayuu rabaa

Si markaa uu Hadafkiisa u gaaro, waxaa uu isku dayaa in ku cadaadiyo si aad ugu hogaansantid. Oo waxaa uu wxitaa sameeyaa in uu ku dilo si aad ugu hogaansantid.

Dumarka Soogalootiga ah ama Qaxootiga ah maxaa laga doonayaa in ay ogaadaan?

Haddad tahay Haweenay Qaxooti ah waxaad ogaataa Waddanka Jarmalka Dil Cay iyo Garaac Intaba lama ogola! Waxaa Waddanka Jarmalka ka mamnuuc ah, in si qasab ah laguu guursan rabo, ama Gabdhaha la gudo waa Mamnuuc.

Ha is dhihin Ajanbi ayaad Waddanka ku tahay oo Wax Xaq ah kuma lihid, ha is dhihin Afka ayaa ku dhibayaa. Garaar iyo Garbgal waxaa kugu garab taagan Guryaha iyo Hayadaha Dumarka u gargaara. Ha baqin, Dadka Meesha ka shaqeeya waxaa ay ku dhaarsan yihiin in ay Wax Sir ah kaa faafinin, oo Waxaad u sheegto Cid kale uma sheegayaan! Xitaa waxaa ay Talo kaa siin karaan haddii aad Adiga iyo Ninkaaga is furtaan Maxaa Sharcigaaga ku dhici kara. Haddii aad u baahan tahay Turjubaan waa laguugu yeeri karaa.
Ogow Xuquuqdaan oo dhan Adiga oo Qaxooti ah ayaa iska leh!

Caawinaadda ay kuu diyaariyeen Hayadahaas, sida Gurhaya Dumarka, Talada siiya, Guryaha u gargaara Dumarka dhiban iyo Hayadaha u gagaara Qaxootiga, waa Caawinaad Lacag la´aan ah!
Cinwaanka Hayadahaas laga helo ka akhriso Buugaan Qaybta Hosse am Telefoon soo dir

Telefoonka Gargaarka 08000 116016

Haddii uu Ninkaaga ku dilo, waa in aad isla markiiba Dhakhtar tustaa, Dhaawaca kugu yaalla, xitaa haddii aadan Dacwo u qabin, Dhaktarka u sheeg sida uu kuu dila!

Cisbitaalka ku yaalla Schleswig-Holstein (Universitätsklinikum Schleswig-Holstein-UKSH) ama Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) ee Jaamacadda qaabilsan ayaad Dhaawaca kugu yaalla tusi kartaa. Waayo markaad Dhibaatadaada Dhakhtar u sheegto ayaa Xaaladdaada la aamini karaa, oo Kuwa Sharciga bixiya ku aamin karaan.
Diiwaangelintaan waa muhiim (Tusaale ahaan maraka ay Arintaan dacwo noqoto ama Shariciga Aqoonsiga Qidobka 31) waa muhiim.

Waxaad si deg ah Dhaawacaaga iyo Dhibaatadaa u sheegtaa Cisbitaalka Jaamacadda:

Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH)
Magaalada Kiel: 0431-500 15901
Magaalada Lübeck:: 0451-500 15951

ama haddii kale Cisbitaalka Jaamcaddee
Universitätsklinikum Eppendorf (UKE)
Magaalada Hamburg: 040-7410 52127

Isilaali, oo ha dhayalsanin

Haddii uu Dagaal dhaci waxaa aad muhiim u ah in la ilaalsho Qofka Dhibka loo gaystay. Mar Walba waa in lala socdaa Waxa Meesha ka socda. Markaa Dhibaatadaada ha qarsanin, ee Dadka Ninkaaga kaa celin raba u sheeg Xaaladdaada, Adiga kaliya ayaa og Wax Gurigaaga kugu haysta. Haddii aad Ninkaaga ka baqaysid, u sheeg Dadka in aad ka baqaysid. Meel kasta oo aad joogto waxaa ku yaalla Guryo Dumarka caawiya (Telefoonka Buuga ka eeg). Habeenkii Saqda dhexe iyo Ciidaha ama Fasaxana waa la joogaa, oo Telefoonkaan ka wac Gargaarkaaga: 0800 - 0116016. Hadduu xitaa Shaki lee ku galo horay Taleefoonkaas u soo wac. Dhibkaaga ha qarsanin.

„Dhibka ku haaya sheego, Sirta sheeg“

in aad Dhibkaaga qariso Wax Dan ah ma kuugu jirto, waa la og yahay Dumarka waa ay ka qabaan in la ogaado Dhibka Guryaha ku haysto. Haddii aad Booliska u sheegi karin Dhibkaaga u sheego Cid Kale oo aad ku kalsoon tahay: U sheeg Dhibkaaga Saaxiibadaada deriskaaga iyo Cid Kasta oo kuugu dhow. Ama u sheeg Guryaha Dumarka caawiya. Guryaha Dumarka caawiya Adiga iyo Caruurtaadaba waa aad u soo guuri kartaan (Cinwaanka eeg Bogga).

Adiga ayaa Go´aanka iska leh, Waxaad rabto oo keliya sheeg.
Sidaas oo keliya ayaad Adiga iyo Caruurtaadaba isku badbaadin kartaan.

Haddii aad Dhibkaaga sheegato oo ay Dad Badan Dhibkaaga ka war helaan, waa lagu caawin karaa.

Sida ugu flican ee aad isku difaaci kartid waa

in aad Guryaha Dumarka caawiyo ku cararto ama aad Dhibkaaga sheegato waxaa soo raaca Habab kale oo aad Adiga (iyo Caruurtaadaba) isku badbaadin kartaan. Waxaad yeeli kartaa in aad Booliska u yeertid ama aad „Boorsadaada“ diyaar kuu ahaato (eeg Bogga 43)

Waxaad kaloo yeeli kartaa, oo Badbaado kuu noqon kara:

- Dadkaaga ama Saaxiibadaada u sheeg xaaladdaada, oo Mar Walba Telefon ha kuu soo diraan
- Dhaawacaaga Dhakhaatir Tus
- Haddaad yeeli kartid Gurigaaga Qol Adiga kuu gaar ah Furo yello oo isku sooxir haddii uu ku soo weerari rabo
- Teleefoon Adiga kuu garsoon diyyarso, oo marka uu Weerar kugu bilaabo sooo dir
- Boorsadaada ku diyaarso, Waxyaabaha kugu mukimmsan sida Sharcigaaga iyo Dharka kuugu muhiimsan, oo Diyaar noqo

Maxaan kaloo isku badbaadin karaa?

In aad Adiga is difaacdo, waxaa kuu sii dheer inaad Bulshada aad la joogto Codsi Gargaar ah ka codsatid.

Waxaad yeeli kartaa:

– in aad Badbaado codsato

– in aad dhahdo Guri aan Kaligeeyga ku ahay ayaan doonayaadie

– Caruurtayda Anika oo keliya ayaan haysanayaa Sharcigooda/iyo Meesha ay degi lahaayeen Aniga ayaa Go´aanka iska leh

– Maxkamad ayaad ka codsan kartaa in uu Ninkaaga faraha kaa qaado.

Waxaad kaloo Xaq u leedahay in aad Maxkamadda ka codsato in ay Ninka ku dilay Lacag Ganaax ah oo Xanuunka uu gaystay Mag ahaan kuu. siiyo laga soo qaado. Maxkamadda waxaa ay amri kartaa in uu Gurigaaga u soo dhawaanin, oo uu kaa guuro. Xuquuqda Sharciga kuu ogol garo.

ina ad Guriga Kaligaaga degto waxaa laga wadaa

Waxaad dalban kartaa Guriga uu kuula deggan yahay Ninkaaga Adiga Kaligaaga laguu daayo, oo Isaga lagu amro in uu kaa guuro. Xitaa haddii ay Dowladda Gurigaas ay Hal Mar idiin wada siiyeen, Ninkaaga haddii uu Dhib kugu haayo waa lagaa kexayn karaa. Waxaadse ogaataa in aad Mudo Saddex Bilood ah haysato, laga bilaabo Maalinta uu ku dilay, oo aad Maxkamadda ka codsato in uu Ninkaaga Guriga ka guuro. Dalabka Noocaas ah Mar Kasta Xaq ayaad u leedahay in aad soo qorato.

Dalabka ah in uu Gurigaaga ka guuro waa aad qoran kartaa xitaa haddii aadan is qabin oo aad Saaxiibo oo keliya tihiin, ama xitaa haddii aad Guriga Ijaarkiisa aad wada saxiixdeen, Mar Walba in aad qorato Dalabka ah in uu kaa guuro Xaq ayaad u lee dahay, Xitaa haddii aad Guriga wada gadateen oo uu kugu dhex dilo waa in uu Guriga katagaa. Haddii aad Adiga oo keliya Guriga i jaaratay ama aad aad Adiga Kaligaa iibsatay, Mar Labaad Gurigaaga ku soo laaban maayo, in aad Adiga u ogolaato maahanee. Laakiin haddii aad tahay Qof Isaga la deggan oo uu Isaga Guriga ijaartay, oo uu markaas Guriga kugu dhex dilo, waxaad Xaq u leeday in aad Gurigiisa ka ceeyriso, oo uu Muddo 6 Bilood ah Banaanka dhigto. Laakiin Marka aad Banaanka dhigto Gurio Ijaarkiisa Adiga ayaa lagaa rabaa. Haddii uu Dhibaatada daaynin Lix Bilood oo dheeraad ah ayaad ku darsan kartaa, oo uu Banaanka kaa joogaayo.

Vadbaadin dheeraad ah

Maxkamadda waxaa kaloo ay Awood u leedahay in ay Ninkaaga ku amarto

- **in uu Gurigaaga soo gali karin**
- **ama uu Gurigaaga Agtiisa ka soo dhawaan karin**
- **ama aan lagu arki karin Meel aad Adiga ku noq noqoto (Sida Meesha aad ka shaqayso, Meesha aad Caruurtaada ku xanaanaysato)**
- **ama aan kula soo xiriiri karin, oo uusan kuu soo diri karin Telefoon SMS iyo Wax Lamid ah**

Waxyaabahaas Dheeraadka ah ee loogu tali galay in laguugu badbaadiyo Muddo Dheeraad ah ayaa lagu darsan karaa, haddii uu faraha kaa qaadi waayo.

Caawinaada Noocaan ah halkee laga helaa?

Haddii aan Ninkaaga ku dhibqabtid, oo aad doonaysid in lagu caawiyo, waxaad la xiriirtaa Maxkamaddaku taalla Degmada aad joogtid. Halkaas ayaad ka helaysaa Cid ku caawisa. Maxkamadda horay bay kuu caawinaysaa. Dalabkaaga ama Adiga ayaa qoran kara, ama Qareen baa kuu qori kara. Haddii aad tahay Qof Sabool ah, waxaad Maxkamadda ka dalaban kartaa in ay Maxkamadda kaa bixiso Kharashka Dacwadaada ku baxaya.

Maxkamadda imisa bay qaadanaysaa ilaa ay ka soo jawaabayso?

Dagaalka dhexmara Dadka is qaba ama wada degga, haddii ay is dacweeyaan lama dhayalsado. Oo Maxkamadaha horay bay ka soo jawaabaan. Dalabka Noocaan ah Maxkamadaha waxaa ay ku soo jawaabaan Mudo 24 Saacadood ah. Marka ugu horaysa xitaa looma baahna in Ninkaaga la waraysto. Oo Mar Labaad ayaa laysku soo laaban doonaa. Marka Hore Maxkamadda si deg deg ah bay Go´aan u gaaraysaa, Kaas oo Ninkaaga lagu amraayo in uu kaa fogaado. Laakiin waxaa lagaa doonayaa in aad Maxkamadda ku qancin karo, in uu Ninkaaga Mar Walba ku dilaayo. Markaa waxaa Mar Walba haboon in aad Dhibaatada kugu haayo Dadka tusto, oo aad Caddaymo, sida Waqti uu ku dilay sida uu kuu dilay aruursato. Haddii xitaa ay Taas dhibaato kugu tahay Wax walba oo uu kugu sameeyo si fiican u sheeg. Waxaad maxkamadda ugu dhaaran kartaa in uu Mar Walba ku dilo. Waxaad talo waydiisan kartaa

Looyarkaaga, ama Cidda Maxkamadda joogta, oo aad waydiin karta sida Maxkamadda horteeda loogu dhaarto.

Sedeedaba Dalabka Noocaan ah sida tan ayaa loo qortaa: "Anigoo Magacayga ah waxaa Dhaar kumarayaa, in aan Been sheegaynin, oo waxaan ogahay haddii aan Been sheego in hadhowdii laygu qabsan karo." Waxaan Dhaar ku marayaa in aan Waxa aan sheeganaayo Caddaymo u haystp (Sida Waraaqo uu Booliska ii soo qoray, Markhaati-yaal Dhakhaatiir iyo wax lamid ah). Qareenkaaga u sheeg Meesha lagaa helo iyo Meesha uu Ninkaaga hadda joogo. Waayo Maxkamadda waxaa ay yeeli kartaa in ay Ninkaaga Waraaqada Meesha laga helo ugu dirto. Sidaas baa lagu hubsan karaa in ay Waraaqaha Isaguna gaaraan.

Maxaa la samaynayaa Hadii uu kaa hari waayo?

Hadii Ninkaaga uu yeeli waayo Waxa ay Maxkamadda ku amertay, oo uu weli Meel aad ka dhowadhahay ag meeraysto, waxaad yeeli kartaa in aad Maxkamadda ka codsato, in ay Qof Maxkamada ka socdu kuu soo diraan, oo ay markaa Ninkaaga ku dhahdo, ka fogow Naagtaan, haddii kale waa lagu ciqaabayaa. Hadduu diiyo waxaa ay yeeeleyaa in ay Booliska u yeeraanaa, oo ay markaa Ganaax ku qaadaan amaba ay Xabsiga u taxaabaan. Mar Walba Booliska u sheeg haddii uu Amarada Maxkamadda ku xad gudbo.

Maxaa uu Booliska ama Maxkamadda kuu qaban karaan?

Telefoonka Booliska waa 110

Haddii uu Adiga iyo Ninkaaga Dagaal idiin dhex maro, Booliska isla markiiba Telefoonka 110 ka wac oo ha cabsanin, Booliska waa Waajib saaran in uu kuu soo gurmado, oo uu ku badbaadiyo. Booliska markii la soo waco oo lagu dhaho Cid baa is dagaalaysa waa in uu Meesha u soo gurmadaa. Booliska baa markaa Arinta baaraya; markaa u sheeg Booliska Waxa uu Ninkaaga; haddii ay jiraan Dad Markhaatiyaal ah. Waxaad kaloo Xaq u leedahay in aad Boolisla ka codsato in ay Meesha kaa kaxeeyaan, oo aad ku dhahdo Meesha iga badbaadiya.

Amarada Booliska

Booliska waxaa uu awood u lee yahay un uu 14 Maalmood ah Ninkaaga ku amro in uu Gurigaaga ka soo ag dhowaanin, Taasina waxaa loo yeelayaa in Booliska Dhibaato ka hortago oo Adiga iyo Caruurtaada badbaadiyo.

Booliska waxaa uu awood u lee yahay in uu Ninkaaga ku amro in uu Gurigaaga ka soo ag dhowaanin, Furaha ayuu ka qaadi karaa, waxaa uu dhihi karaa Guriga ma soo geli kartid, Amarkaas Booliska ah waxaa uu jiri karaa ilaa iyo 14 Maalmood, waa haddii uu Ninkaaga weli is waalo oo Adiga iyo Caruurtaada Khatar gelsho.
Sidoo kale Booliska waxaa uu Ninkaaga ku amri karaa in uu kula soo xiriiri karin. Waxaa uu dhihi kara Meel aad joogto oo dhan kama soo ag dhowaan karo (Tusaale ahaan Meesha aad u shaqo tagto). Haddii uu Booliska Ninkaaga ku dhaho Guriga ka fogaaw. Haddii Booliska Ninkaaga ku dhaho Guriga Naaktaada ha imaanin, isla markiiba waxaa ay wacayaan Guryaha Dumarka lagu badbaadsho.

110

Telefoonka Khaaska ah ee Booliska

Ha Halkaan ayaad ka helaysaa Gargaar deg ah.

Qolada Guryaha ka shaqaysa ayaa kuula soo xiriiraysa oo markaa ku dhehaysa haddii aad doonaysid Guri Kumeelgaar ah ayay ku siinayaan, Talooyin Kale oo Dheeraad ahna waa ay ku siinayaa.

Dacwo

Dagaalka ay Ragga ku haayaan Dumarkoodaa waa Wax Qalad ah waana Wax loo aqoonsan yahay in laga hortago, oo la ciqaabo Cidda Dagaalak Dumarka ku samaysa. Ileen waa Wax xun oo kufsi ah, Cay iyo Cagojuglayn ah. Haddii aad tahay Qof Dhibane ah, oo Dhib Noocaas ah laguu gaystay, Booliska u sheeg. Deriskaaga xitaa Xaq ayay u lee yihiin in ay Dhibkaaga Booliska u sheegaan. Waxaad kaloo Xaq u leedahay in aad Dacwadaada si Toos ah Xeerilaaliyayaasha ugu dirtid.
Markaad Dhibkaaga sheeganaqysid, oo aad Dacwo soo gudbisanaysid, waxaad sheegtaa wixii laguugaystay oo dhan. Wixii kugu dhacay Meesha Wax ka dhacay iyo Waqtiga Dhibka laguu gaystay sheeg, waxaad kaloo sheegtaa haddii ay jiraan Dad Markhaati ah ama haddii uu Dhaawacaaga Dhakhtar daaweeyay sheeg, ama haddii Foto laga qaaday Dhaawacaaga sheeg. Waxaad kaloo Xaq u l eedahay in Dhaawaca kugu yaalla aad Dhakhtarka ku dhahdid Caddayn ahaan u gor.

Markaad Dacwo qoratid maxaa ku xiga?

Brotokol ka qor Wax Kasta ee uu kugu sameeyo

Marka aad Dacwo Dhibkaaga ka soo qorato, Booliska iyo Xeerilaaliyayaasha ayaa Arintaada galaya, oo Baaritaan bay bilaabayaan. Taasi Micneheedu waa in Cidda is dagaashay la waraysto Markaa waxaad ogaataa, maadaama sida badan marka ay is dagaalaan Laba is qabta Cid Kale lama joogto, markaa Hadalada aad Adiga Booliska u sheegto waa muhiim ee si fiican u hadal. Markaa Wax Kasta oo uu kugu samayay Booliska u sheeg, Hadal fiican oo aad u kala tafatiran sheeg. Waxaad sheegtaa Cid Kasta oo iidin jeeday marka aad is dagaalayseen, Magacaydooda oo buuxa sheeg haddii aad taqaano. Haddii uu Dhakhtar Dhaawaca kugu yaalla wax ka qoray Booliska u dhiib Warbixintaas. (Xitaa haddii ay Warbixin horay ah tahay dhiib). Wax Kasta uu kugu samayn jiray soo xasuuso. Oo waxaad qortaa sida uu kuu dilo, (Sida Taariikhda uu ku dilo, Waqtiga, Markhaatiyaal), Xitaa haddii kuu c agajuglayo sheeg. Waayo Qoraalka aad si fiican u qortid waxaa uu Askarta iyo Xeerilaaliyayaasha ka caawinayaa in ay Denbiga laguu gaystay si fiican u baaraan Xitaa Qoraalada uu Booliska idiinka qoro marka ay idinku soo gurmadaan waa muhiim. Markaa Booliska Ninkaaga ay waydiinayaan Eedeeynta loo soo jeediyay. Markaa ka dib Xeerilaaliyayaasha ayaa waxaa ay Go´aan ku gaarayaan, haddii ay Ninkaaga Dacwo ku soo oogayaan iyo haddii kale. Ayaga ayay jirtaa haddii Arinta Maxkamadda la hor gayn doon iyo haddii kale, oo waxaa ay eegayaan Caddaymaha ay haystaan.

Sida ay Xeerilaaliyayaasha Dacwada Maxkamadda u bhor geeyaan

Mar marka qaar Xeerilaaliyayaasha waxaa ay Aowood u lee yihiin in ay Ninkaaga ku amraan in uu ka qayb qaato Tababar lagu baraayo sida haboon ee Dumarka loo la dhaqmo iyo sida Xanaaqa layskaga celsho. Haddii uu markaa soo waano qaato oo uu barto sida Dumarka loola dhaqmo, waa uu kugu soo laaban karaa. Haddii laakiin uu waano qaadan waayo, waxaa markaa lala. tiigsanayaa Maxkamadda.

Haddii markaa la arko in uu yahay Qof aad u dhib badan, Xeerilaaliyayaasha waxaa ay Dacwada u gudbyaan Maxkamadda. Markaas baa Dacwada Maxkamadda Horteeda lagu dhagaystaa. Adigana markaa waa in aad Maxkamadda Horteeda ka hor hadashaa. Waxaad kaloo xaq u leedahay in aad Adiga Naftaada Ninkaaga Dacwo ku soo oogtid. Maxkamadda waxaa ay dhagaysataa Markhaatiyaasha oo dhan, waxaa ay soo uruurisaa Caddaymaha oo dhan. Markaa Qaaliga ayaa Xukun gaaraya. Adigana Dacwada waxaad ka tahay Markhaati, waa in aad Maxkamadda Horteeda ka hadashaa. Laakiin haddii aad rabin in aad Ninkaaga ama Qofka Dacwada loo haysto aad Qaraabo tihiin, waxaad diidi kartaa in aad Denbiga ku markhaati furtid. Waxaadse ogaataa badanaaba Adiga ayaa ah Markhaatiga ugu muhiimsan, illeen Marka uu ku dilaayo badanaa Adiga iyo Isaga oo keliya ayaa Guriga jooga. Markaa in aad Maxkamadda ka hor hadasho waa muhiim.

Haddii ay Dacwada bilaabato, oo ay Xeerilaaliyayaasha Dacwada Maxkamadda u gudbiyaan, waxaa markaa tahay Qof badanaaba aad loogu baahdo, oo waxaad tahay Markhaati Muhiin ah, waana lagaa caawinayaa Arintaas.

qaadidda Dacwada b waa lagaa caawin karaa

Maxkamadda inta aynan bilaabmin kahor is diyaari. Dumar badan ayaa ku dhib qaba in ay Ninkii dili jiray Mar Labaad la kulanto. In ay Maxkamadda Dhibaatadooda ku sheegaan Dumar badan ayaa Taas Dhibaato wayn ku ah. Markaa ha baqin waa lagu garabtaagan yahay:

Sida laguu garabgali doono

Dumar Badan ayaa Arimahaan oo kale Khibrand u leh, oo jooga Guryaha dumarka lagu caawiyo. Markaa Guryahaas Dumarka lagu caawiyo baa ku garabtaagan ee Waydii Wax Kasta oo aad u baahan tahay. Dadkaas ku caawin raba waa ay yaqaanaa sida aad Caawinaadda Noocaas ah ugu baahan tahay waana ay og yihiin in aad Meelo badan ka baqaysid.

Caawinaad loogu talo galay Dhimirka ama Iskubuuqa

Waxaa kaloo jirta in la guu qaban karo Qof xagga Dhimirka ama Caawinaad Nafsadda ah kaa caawiyo inta ay Dacwada socoto. Waana Caawinaad Khaas ah oo loogu talo galay Dumarka Dhibaatada Guri Jahawareer ku rida. Waana Caawinaad aan ku shaqo lahayn in lagu caddeeyo Cidda Garta leh. Waana Caawinaad Lacag la´aan ah, oo inta ay Dacwada socoto oo dhan waa ay ku garab geli karaan. Waana Dad inta ay Dacwada socoto oo dhan Talooyin ku siin kara. Waxay kaa caawinayaa sida aad u hadli lahayd, waxay Talo kaa siinayaan Habka Dacwada loo qaado. Waxaa ay kuu samayn karaan in ay Maxkamadda ku ag fariistaan. Xafiiskooda waxaad ka heli kartaa Buuga Boggiisa ugu danbeeya.

Dacwadaada

Horta Cidda dacwada soo qorato waa Dowladda laakiin Adigana waxaad Xaq u leedahay in aad Ninkaaga Dacwo Dheeraad ah ku soo oogtid. Adiga ama Looyarkaaga ayaa Dacwada Maxkamadda u soo dirsan kara. Adiga Looyar ayaad qabsan kartaa. Isaga ama Iyada ayaa Dacwada kuu gudbinaaya. Markaa waxaad leedahay Xuquuq dheeraad ah: Tusaale ahaan waxaad Xaq u leedhay in aad Ninkaaga Maxkamadda Horteeda Su´aalo ku waydiisid, Dacwada inta ay socoto oo Dhan Maxkamadda waa aad joogi kartaa. Xaqa Noocaas ah baad leedahay.

Looyarkaagana Xaq buu u leeyahay in uu Waraaqaha Dacwada oo dhan eego. Looyarkaaga waxaa kale oo uu Xaq u leeyahay in uu Ninkaaga Su´aalo waydiiyo, haddii Adiga Su´aalo lagu waydiiyo Isaga Jawaab ayuu ka bixin karaa. Lacagta ku baxda Dacwadaada Dowladda ayaa bixinaysa. Tusaale ahaan haddii Ninkaaga lagu caddeeyo in uu ku xoogay, Lacagta Dowladda ayaa laga qaadayaa. Haddii aad Ceer qaadato sideedaba Dhaqaalaha ku baxa Dacwada Adiga lagaama rabo.

Markaa Xaqaaqa la soco.

Dadka ku takhasusay Caafimaadka maxaa ay kuu qaban karaan?

Dagaal ma fiicna, oo xitaa waxaa uu wax gaarsiiyaa Caafimaadkaaga. Dhibaatada uu Dagaalka keeno waxaa ay u kala baxaan Kuwo muuqda sida Dhaawac ku soo gaara, Jirkaaga soo gaara sida Daqar, Murgac iyo Wax la mid ah, ama Kuwo kale oo aan muuqan sida Naftaada oo isku buuqda, sida Hurdada oo kaa tagta, Jahawareer iyo Wax la mid ah. Markaa Dhibanaha sida Badan Dumarka marka Danbe waxaa ay u tagaa Dhakhtar. Markaa Dhakhaatiirta waa ku waajib in ay Dhaawaca Qofka Dhibanaha ah ku yaalla daaweeyaan. Markaa waa muhiim in Dhaawaca la daaweeyo. Markaa waa muhiim in aad Dhakhaatiirta u sheegtaa Sababta uu Dhaawacaas kuu soo gaaray. Si sax ah Dhibkaaga u sheego, hana dhalaysanin.Dhakhaatiita waa ay ku caawin karaan.

Si deg deg ah ayaa loo qorayaa Dhaawaca kuguyaalla

Universitätsklinikum Cisbitaalka Jaamacadda ee) Schleswig-Holstein (UKSH)
Magaalada Kiel: 0431-500 15901
Magaalada Lübeck: 0451-500 15951

Universitätsklinikum (Cisbitaalka Jaamacadda ee) Eppendorf (UKE)
Magaalada Hamburg: 040-7410 52127

Habka loo diiwaan gelsho Dhaawacaaga

Horta Dhakhaatiirta Daawaynta ay si fiican Dhaawacaaga wax uga qabtaan ka sokow waxaa ay haddana samayn karaan in ay si fiican u diiwaan gelshaan waxa meesha ka dhacay. Waayo haddii uu Dhakhtar Dhaawaca wax ka sheego Maxkamadda aad bay u fahmi kartaa waxa Meesha ka dhacay. Markaa Maxkamadda si fiican bay Xukun u gaari kartaa. Markaa Diiwaangelnta Dhakhaatiirta ha dhayalsanin, oo xitaa Diiwaangelinta waxaa ay wax ka tari kartaa Sharcigaaga.Haddii aad doonaysid in aad Ninkaaga dacwaysid, waxaa markaa muhiim ah in aad Dhibaatada uu kugu haayo si fiican loo diiwaangelsho. Waxaa aad Muhiim u ah in Dhaawaca uu kuu gaystay islamarkiiba la diiwaangelsho, lana sawiro. Dadka Badankooda waxaa ay isku haleeyaan Wixii uu Dhakhtarka qoray. Laakiin waxaad ogaataa in Dhakhaatiirt aanay Mar Walba si fiican Dhaawacaga uga warbixin karin.
Markaa waxaa haboon in aad Dhaawacaaga tusto Dhakhaatiirta Khaaska u ah Baaritaanka Dhaawacyada Dagaalka sababa, ee Khibradda u leh. .Dhakhaatiirta Noocaas ah ee Arimaha Noocaas ah Khibradda u leh waxaa ay joogaan Cisbitaalada Jaamacadda ee Gobolkaan Schleswig-Holstein iyo Eppendorf. Halkaas ayaa waxaa ka shaqeeya Dhakhaatiir Khibrad u leh Habka loo diiwaangelsho Dhaawaca. Aadna u bartay Habka loo xifdiyo Wixii ay Maxkamadda u baahato. Markaa wixii ay kaa qoraan oo ay Dhaawaca kugu yaalla ka sheegaan Maxkamadda waa ay aqoonsanaysaa.

Hayadaha ku takahasusay Baaritaanka Dhaawacyada ee Jaamacadda Eppendorf Gobolka Schleswig-Holstein ama Jaamacadda Eppendorf ayaa Dhaawacaaga tusi kartaa ayaga ayaa si Lacag La´aan ah kuu baari kara oo hadhowdii haddii lays qabsado Maxkamadda waa ay aqoonsan tahay Waxa ay Hayadahaas sheegaay. Markaa Hayadahaas la xiriir!

Hayadahaas baa si Lacag La´aan ah kuu baari kara, oo kuu aruurin kara Wixii Caddaymo ah oo loo baahdo. Markaa waa in aad Hayadahaas u tagtaa (Meesha laga helo eeg Bogga 27 ee Buugaan). ana ka baqani Hayadahaay in ay Wax Sir ah kaa faafiyaan, waayo Taasi ma yeelaan Iyaga waxaa Waajib ku ah in ay Sirtaada Cidna u sheegi karin in aad Adiga u ogolaato ma ahanee. Haddii aadan garan karin Hayadahaas Meesha laga helo waxaad waydiin kartaa Dhakhtkaaga aad Mar Walba u tagto. Isaga ayaa kuu sheegaya Meesha laga helo.

Sida Caddaynta loo uruursho

Dumar badan baa waxaa ay aad ugu dhib qabaan in ay Go´aan gaaraan oo ay Ninka Mar Walba dila dacweeyaan. Adiga xitaa waxaad is lee dahay in aad Ninkaaga ku dila dacwayso waa wax aadan u baahnay. Laakiin Mar Danbe ayaa laga yaabaa in uu Ra´yigaaga is bedelo. Waxaadse ogaataa haddii aadan Caddaymo uruurinin Ra´yigaaga is bedelay Waxba kuu tari maayo. Markaa waxaan kugula talinaynaa in aad Caddaymaha iska sii aruursatid, xitaa haddii aad marka hor is dhehaysid Ninkayga ma dacwaynaayo. Markaa Hayadahaas aan kuu soo sheegnay baa Caddaymaha kuu uruurin kara. Iyaga tus Dhaawacaaga iyo Wax Kasta oo uu kugu sameeyo.
Baaritaankaas lagu uruurinaayo Caddaymaha waa Lacag La´aan, Dhakhaatiirta kubaaraysana waxa ay kugu arkaan Cidna uma sheegaan.

Halkeen ku nabadgalaa?

Guryaha Hooyooyinka

Haddii aad Ninkaaga ka baxsan rabtid, oo aad ka baqaysid in uu ku sii dilo, waxaad ku carari kartaa Saaxibadaada Dadka aad is taqaanaa sida Dadka aad wada shaqaysaan amaba waxaad ku carari kartaa Guryaha Hooyooyinka. Guryaha Hooyooyinka Mar Walba Habeen iyo Maalinba waa la joogaa, Taleefoonka laga helo waxaad ka heli kartaa Booga ugu danbeeya ee Buugaa eeg. Guryahaay Noocaas ah Cinwaankooda lama yaqaano, waayo waxaa sidaas loo yeelay in Dumarka Meesha ku soo carara Meesha Amaan ku helaan. Markaad Taleefoon u dirto oo aad Badbaado ka codsato, Iyaga ayaa kuu imaanaya oo ku qaadaya. Haddii uu Gutiga buuxo waxaa ay ku siinayaan Taleefoono kale oo aad waydiisan kartid in ay ku badbaadiyaan. Guryaha Hooyooyinka Adiga iyo Caruurtaadaba waa aad u carari kartaan. Dumarka kale ayaa Meesha kaaga soo horeeya oo kaa caawin doona Nolol Maalmeedkaaga. Dumarka Meesha ka shaqeeya waa Dumar loo soo tababaray sida ay kuu caawin lahaayeen. Ayaga ayaana Talo Dheeraad ah ku siin doona. Iyaga ayaa kaa caawin doona sidii aad Caruurtaada Iskuulka u gaysan lahayd.

Sida Ragga iyo Dumarka ay Guryahay u wada deggaan

Dumar badan ayaa waxaa ay doorbidaan, weliba hadday Caruur haystaan in ay Guryahooda iska joogaan, oo waxaa fiican in uu Ninka Guriga ka guuro. Ragga qaar baa waxaa ay sameeyaan in ay Guryaha Dumarkooda u daayaan, markas lays dagaalo Iyaga ayaa guura. Dumarka waxaa ay yeeli karaan in ay Maxkamad ka codsadaan in uu Ninka Guriga ka guuro. Sida ay Dacwada u dhacayso, iyo sidaad Adiga Dacwadaada u gudbisan lahayd waxaad ka akhrisataa Bogga 16 ee Buugaan.

Sidee Guri Cusub u guuri kartaa

Waxaad samay kartaa in aad Guri Cusub Adiga iyo Caruurtaadaba u guurtaan, sidaan ayaadna u raadsan kartaan:

– Waxaad u tagtaa Hayadda Guryaha bixisa
– Waxaad Hayaddaas ka dalbataa in ay Guri kuu raadiyaan
– Adiga Naftaada ayaa Guri Saxiifadda ka radaasan kara (Saxiifadda ayaa ku qoran kartaa in aad Guri raadinaysid, laakiin Magacaaga iyo Meesha lagaa helo ha laguu qariyo)
– Dadka aad taqaano sida Saaxiibadaada u sheeg in aad Guri doon tahay
– Haddii kale raadso Dalaal Guri kuu raadiya, ama Soshalka u sheeg in aad Guri raadinaysid, Soshalka Isaga ayaa kaa bixinaaya Lacagta Horbixinta ah. Si fiican isaga hobso Guriga Ijaarkiisa iyo Guri in uu idinku filan yahay.

Sida Warbixinta loo xafido

Amnigaaga waa Muhiim, oo waxaad yeeli kartaa in aad Xafiiska Diiwaangelinta ka codsato in ay Cinwaankaaga iyo Meesha lagaa helo Cidna u sheegoin. Waxaad dhihi kartaa oo aad Xafiiska ku qancin kartaa in aad Amnigaaga iyo Kan Caruurtaada u baqaysid, sidaa darteed, aad u baahan tahay in aan Cinwaankaaga Cidna loo sheegin. Sidaas ayaad ku dhaaran kartaa in aad Ninkaaga ka baqaysid. Markaa Xafiiska Diiwaangelinta Cinwaankaaga Cidna u sheegi mayaan. Waxaadse la socotaa in aad u baahan tahay in aad Dalabka dheeraysatid. Xafiiska Diiwaangelnta waa in aad u sheegtaa in ay Baqdin Noocaas ah jirto.

Maxaan ku noolaadaa?

Ragga Qaar baa waxaa ay Cadaadis badan saaraan Dumarkooda, oo Dunarkooda ku dhahann Wax Lacaga ha ku siin maayo: „Anigiga ayaad igu tirrsan tahay“ ama „Aniga Maanta Vixii ka bilaawdo Wax ku siinmaayo“. Akhirso Waxyaabaha aan Hoos ku qornay, Vaxaa laga yaabaa in ay Talo Fiican kuu noqdaan.
Xitaa waxaa haboon in aad Loyarkaaga u sheegto Dhibaatada uu Ninkaaga kugu haaya, si markaa laguu difaaco.

Hadii ay Lacag ku soo gasho

Dumarka Lacag haysta (Xitaa haddii Lacagta ay ka soo gasho Ceerta), Xaaladdeeda Dhaqaale Waxba iskama bedelaayo. Markaa waa in aad Koontadaada u sheegta Cidda aad u shaqayso, ama Cidda Ceerta ku siisa, oo aad ku dhahdaa Lacagtayda Meeshaas iigu soo xawila. Lacagta Canshuurta Wax Badan iskama bedelaayo. Haddii Lacagta ay kugu yaraato waxaad dalban kartaa Lacag Dheeraad ah aad ka dalbatid Xafiiska Lacagta Caruurta ama Lacag Dheeraad ah oo Guriga Ijaarkiisa laguu siiyo.

Lacagta la doonaayo in uu Ninkaaga ku siiyo

Ninka iyo Naagta kala taga waxaa ay Naagta Xaq u leedahay in ay Ninkeeda Lacag ka hesho, haddii uu Lacag haysto, Lacgtaas xitaa waxaad ku leedahay haddii uu Seddax kugu furu.

Haddii uu Seddax kugu furin Cudada aad Lacagta Ninkaaga ku leedahay waxaa ay gaari kartaa ilaa iyo Hal Sano, oo waxaa uu ku siinayaa, Hadba Lacgta lagu hishiiyay marka aad is qabteen. Taasi Micneheedu waa haddii aadan Weligaa shaqaynin, markii aad Ninkaaga kala tagtaan in aad horay Shaqo ka aado qasab ma ahan, waa in uu Adiga iyo Caruurtaadaba Lacag idiin siiyaa.
Lacagta aad Ninkaaga ka rabtid markaad kala tagtaad, waxaa ay ku xiran tahay in aad Caruur da´adooda 3 Sano ka yar u haysid, iyo in uu Meesha Xanuun ka jiro, Tusaale ahaan Caruur Curyaan ah u haysid, sidoo kale Ninkaaga waa in uu yahay Qof Shaqaysta oo Lacag idinku wada filan soo gasha. Adiga sideedaba in aad Shaqo aadid waxaa lagaa doonayaa haddii aad Taasi awod u leedahay, sidaa darteed waxaan kugula talin laheen haddii aad Adiga iyo Ninkaaga is furtaan, ha laguula taliyo, oo ha la eego haddii aad Shaqo ka soo bixi kartid iyo haddii kale. Waxaa aad ku garan kartaa haddii aad shaqayn kartid iyo haddii kale: Lacagta uu shaqeeyo, waxaad **ku leedahay Saddex Meel Todoba Meel** Lacagta Bishii soo gasha. Waxaase jirta in uu Ninkaaga Lacahta uu Shaqaysto Wax Dheeraad ah ku lee yahay. Markaa waxaa haboon in aad sideedaba Qareen la tashato ama aad Cid Kale la tashato oo Waxyaabahaan Aqoon u leh.
Sedeedaba waxaa idiinku filan Adiga iyo Ninkaaga aad is furteen, si heshees ah ku gaartaan in uu Lacagta Adiga iyo Caruurtiisa aad ku leedihiin bixiyo. Lakiin haddii Meesha Dagaal ka jiro waad iska garan kartaa in aan si nabad ah lagu kala bixi karin. Markaa Qareen doono. Looyarkaaga ayaa Xaqqaaga kuu soo dhicin karaa.

+ Lacagta Labadiina idiin soo gasha
- **ka gooy Cnshuurta**
- **ka gooy Canshuurta kale**
- **ka gooy Kharashka**
- **ku baxa Shagada**
- **ka gooy Lacagta marka la duqoowo la gaato**
- **ka gooy lacagta Caruurta**

= Farqi

Saddex Arin oo Muhiim ah:

– Weligaa waxaad iska ilaalisaa in aad Saxiixdo Warqad aadan garanaynin oo Lacag ku saabsan.
– Lacagta aad Ninkaaga ku leedahay haddii ay ku dhaafto Dib uma qaadan karid. Markaa Mar Walba Talo qaado.
– Waraaqaha Lacagta aad ku qaadataan oo dhan uruuri (Xitaa Koobi uruuri).

Lacagta Ceer II (ee ALG II loo yaqaano), iyo Lacagta Sooshalka

Haddii Lacagta uu Ninkaaga ku siiyo marka aad kala tagtaan kugu filnaan wayso, waxaad Xaq u leedahay in aad Ceer Dheeraad ah dalbatid. Dalbo Ceerta ALG II loo yaqaano.

Haba Ceerta loo dalbado waa
– Haddii aad tahay Qof wel aad gaarin Da´da 65 ama 67 Sano Ceerta ayaad dalban kartaa (hadii kale Sooshalka ayaa Lacag ku siinaya.)
– ama aadan ahayn Qof aan sideedaba shaqayn karin Tusaale ahaan aadan ahayd Qof Curyaan ah. (Haddaad Curyaan tahay Sooshalka ayaad Lacagta ku leedahay.)
– haddii aad Maalintii Saddex Saacadood shaqayn kartid, waxaad Xaq u leedahay Lacgta Ceerta (haddii kale Sooshalka ayaad Lacagta ku leedhay.)

Caawinaad Hal Mar ah sida Lacagta Horay Ijaarka kahor la sii bixiyo ama Lacagta Dalaalka ama Lacgta aad ku guuraysid, waxaa ku siin kara Qolada Ceerta bixisa. Waxaa lagaa doonayaa Lacagta Noocaas ah ee Hal Mar la qaato waa in aad Adiga dalbataa.

Arin kale:
Fadlan waxaad Xaaladdaada la socodsiisaa xafiiska Ceerta bixiya, haddii aad Caawinaad u baahna tahay. Markaa Lacagta aad Ceerta ku leedahay waa laguu soo xawilayaa, xitaa haddii aad ku cararto Guryaha Dumarka lagu badbaadiyo Ceertaada waa laguu soo dirayaa.

Lacagta Dheeraadka ah ee Guriga Ijaarkiisa lagu bixiyo

Lacgta lagu kaalmaysto Ijaarka Guriga waxaad ka dalban kartaa Magaalada aad joogto Qaybta qaabilsan Caawinaadda Guryaha. Waxaana Lacgtaas Dheeraadka ah la dalbadaa marka Lacagta ku soo gasha aan kugu filnayn.

Lacagta Caruurta lagu qaato

Haddii Caruurtaada marka aad Ninkaaga kala tagtaad Adiga kula joogaan Lacagta Caruurta Adiga ayaa iska leh. Caruurta Lacgta ay Aabahooda ku lee yihiin waxaa lagu qiyaasaa tabeele loo yaqaano Düsseldorfer Tabelle. Waana Lacag Mar Walba la bedeli karo Hadba Lacagta Ninkaaga soo gasha ayay ku xirantahay. Lacgta hadda Aabayaasha bixiyaan waxaad ka arki kartaa Internetka Cinwaanka **www.olg-duesseldorf. nrw.de**. Haddii Ninkaaga Lacgta Caruurta bixin karin ama uusan si joogta ah u bixinin waxaad Xaq u leedahay in aad Hayadda Caruurta qaabilsan Lacgta kaa dhiman ka codsatid. ilaa ay Caruurta 12 Sano ka gaarayaan Hayadda Caruurta.

Tan oyo 01.01.2018 waxaa jirta:

Ceerta	**416,- €**
Caruurta 0 Sano ilaa 5 Sano	**240,- €**
Caruurta 6 ilaa 13 Sano	**296,- €**
Caruurta 14 ilaa 17 Sano	**316,- €**
Caruurta 18 ilaa 24 Sano	**332,- €**

Hooyooyinka Caruurta Kaligooda koriya waxaa ay lee yihiin 12% ilaa 60% lLacag Dheeraad ah.

Lacgta kaa dhiman waa ay ku siinayaan Iyagoo aan eegin Waxa Adiga ku soo gala. Hayadda Caruurta qaabilsan Iyaga ayaa Ninkaaga Lacagta ka soo qaadaya. Caruurta ka wayn 12 Sano ilaa ay ka gaaraan 18 Sano waxaa ay Xaq u lee yihiin Lacag Dheeraad ah. Markaa Taas la soco waydiina Hayadda qaabilan Lacagta Dheeraadka ah. Sidoo kale Lacagta Adiga Toos halaguugu soo xawilo. Waxaad Dalabkaaga ku qortaa Namabrka Caruurta ee Lacgta lagu qaato. Sidoo kale waa in aad sheegtaa Meesha Lacagta Caruurta laguugu soo xawili doono. Aabaha waxaa uu xaq u leeyahay in uu Lacgta uu Ilmihiisa siiyo Wax ka gooyo oo uu dhaho Lacagta Caruurta Adiga ayaa qaata. Lacagta aad Ninkaaga ku leedahay waxaad waydiin kartaa Qareenkaaga.

Lacag Dheeraad ah

Lacagta Dheeraadka waxaa la siiyaa Waalidka shaqeeya ama Hooyada Kaligeeda Caruurta korisa. Waxaana Lacagtaas la dalbadaa haddii Lacagta Shaqada kaasoo gasho kugu filnayn. Waxaa loo baahan yahay in Lacgtaas Dheeraadka ah Dalab loo qorto, oo lagu hagaajixo Hayadda Shaqada bixisa.

Lacag Dheeraad ah oo loogu talo galay in ay Caruurta wax ku bartaan

Hooyoononka Ilmaha haysta ee Caruurta Lacag ku qaata waxaa kaloo ay Xaq u leeyihiin in ay Lacag Dheeraad ah dalbaadaan Taas oo loogu talo galay in Iskuulka iyo Wixii ku baxa lagu bixiyo. Tusaale ahaan Lacagta ku baxda Safarka Iskuulka, Cuntada Iskuulka laga gato iyo Wax La Mid ah. Markaa waydii Dadka Magaaladaada maamula Iyaga ayaa kuu sheegaya haddii aad Lacagta Noocaas ah u baahan tahay iyo haddii kale.

Caruurta marka lays furo yaa Barbaarintooda?

Horta haddii lays furo, Caruurta Barbaarintooda Weli Labada Waallid isku si bay u wada korinayaa, Haddi laakiin aad limo iska dhasheen idinkoo is qabin Hooyada oo keliya ayaa barbaarinta Caruurta iska leh. Haddii Laakiin aad Barbaarinta caruurta u saxiixdid waxaad ogaataa xitaa haddii aad is furtaan Barbaarinta Caruurta waa ay idinka dhaxaysaa. Tuusaale ahaan waa in aad isku si u goaamisaan Meesha ay Caruurta ku noolaan lahaayeen, iskuul kee baa Caruurta la gayn doonaa, Halkee baa Caruurta loo Dalxiis gayn lahaa. Haddii aad Arimahaas ku heshiin waysaan waxaa idin kala Dad baa idin kala saari kara. Ciwaanada Meelehaas Talada laga doonto waydii Guryaha Dumarka Caawiya. (Haddii laakiin Heshiss dhici waayo waxaa lagu kala baxaa Maxkamada. Loyar u sheeg Dhibkaaga. Horta Hadduu Cunuga Gurigaaga joogo Adiga ayaa wixii Nolol Maalmeedkissa go´aamin kara) Waa Xaq aad Adigu leedahay.

Barbaarinta Hooyada kaligeeda ayaa iska leh

Haddii aad Adiga iyo Ninkaaga is ku si Caruurtiina u barbaarin jirteen, oo aad markaas kala tagtaan, waxaad Adiga Hooyo ah Xaq u leedahay in aad Maxkamadda ama Hayadda caruurta ka codsatid, in uu Ninkaaga Caruurta kuu daayo, oo aad Adiga kaligaaga Caruurta korsan karto. Maxkamadda markaas waxaa ay eegaysaa Hadba Meesha ay Caruurta ku nabad qabaan.

Remark:
– Waxaad ogaataa haddii aad rabtid in aad dalbatid in uu Caruurta kuu daayo, waxaad sidaasi yeeli kartaa marka aad si kama danbays ah u kala tagtaan.

Booqashada (Xaqa Booqashada)

Caruurta Waalidkooda waa ay u tagi karaan Ayagana Caruurtoda waa ay soo booqan karaan.
– Waalidka Labadoodaba waxaa laga doonayaa in ay Caruurtooda ka war qabaan, waana ay booqan karaan.
– Qaraabada kale sida Adeer Abdi Awoowe iyo Cid Kasta oo Caruurta Qaraabo u ah Xaq bay u leeyihiin in ay Caruurta soo booqdaan.

Si Caruurta Maslaxadooda loo dhawro, islamarkaasna Caruurta Nabadooda lagu dadaalo waxaa mar walba la xiriirtaa Hayadda sprechen Booqasha Caruurta waxaa lagu booqan karaa Guryo kale, oo Qasab ma ahan in uu Ninkaaga Guriga aad Joogto Caruurta ku soo booqdo

(waxaa la samayn la samayn karaa in uu Qof idiin dhexeeyo). Mar Walba waxaa idiin dhexeeyn kara Qolo kale oo eegta sida Caruurta aad u soo booqataan. Adiga Mar Walb la xiriir Hayadda Caruurta qaabilsan, Iyaga ayaa Mar Walba Talo fiican ku siin doona, kaana dhicin doona Ninkaaga. Haddii la garto in Ninkaaga weli Rabsho wado, waxaa markaa qasab ah in Marka uu Caruurtiisa soo booqanaayo, Qof kale uu Meesha joogo, Kaas oo Mar Walba Indhaha ku haaya, sida uu Caruurta ula dhaqmaayo. Waana ay jiraan Dad Waxaas loo taba baray, Hayadda Caruurta ayaa Wax Walba kuu sheegi doonta. Waxayaabaha ay Dadkaas kuu qabanayaan waxaa ka mid ah in uu Ninkaaga marka uu Caruurta soo booqanaayo Adiga Cay iyo Aflagaado kale kuu gaysan karin. (Xitaa waxaa laga warqabayaa in uu Af Kale kugu cayn karin). Marka uu Caruurta soo booqanaayo, waxaa si fiican loo eegaa in aanu sinaba u ogaanin, in uu garti Meesh aad deggan tihiin. Markaa waa muhiim in Dadka idiin dhexeeya Arimaah oo dhan la socdaan.

Maxaa laga qaban karaa Haddii uu mar walba War kugu dhibo?

Warka uu kugu dhibaayo waxaa laga wadaa, haddii Nafta kuu keeno, oo uu mar walba kula soo xiriiro, oo markaa aaba ka nabad heli wayso.
Dumar Badan ayaa Arintaan oo kale ku dhacday, Ninkii baa xitaa markii lays furay Nabad siin waayay. Dumarka Dhibaatadaas ku dhacday Qaar baa waxaa ay ahaayeen Kuwo Bulshada Caan ku ah, markaas baa Idaacadaha laga soo sii daayay SIda ay ugu dhib qabaan Nimankooda, oo xitaa markii la kala tagay ay weli daba joogaan. Dhibaatadaan Warka Badan ah waxaa lagu gartaa in aan Dhamaad lahayn, oo waa Wax Joogto ah. Waa Dhibaato aan kaa haraynin, oo waxaad moodaa in uu weligiisa ku dayn doonin.

Waxaa uu Xiriikaas Dhibaatada badan leh ka bilaabaa in uu Telfoon kuu soo diro ama E-Mail uu kuu soo diro, ama uu Bogga Facabooga oo kale kaa soo waco, ama uu Qof kale sida Qof aad Qaraabo tihiin kuu soo maro, ama Cid aad wada shaqaysaan Ergo kasoo dhigto:

- Waxaa uu kuu soo diraa Ereyo Jeceel ah ama Aflagaado ah, oo uu kuu
- soo dhigaa Baraha lagu wada xiriiro
- Telfoon aan kala go lahayn ayuu kugu soo waalaa, xitaahaddii aadan ka
- qabanin waxaa uu ku hadlaa Cajaladda, markuu Cajaladda ku hadlaayo,
- Wax aan Micna lahayn ayuu ku duubaa, ama waa uu kuu cagojugleeyaa
- inta uu Alaab dalbado ayuu Magacaaga ku dalbadaa
- Ubax iyo Waraaqo kale ayuu Boostada kuugu soo tuuraa

- Waxaa uu ku ag meeraystaa Meelaha aad joogto sida Goobta Shaqada
- Waxaa uu isku dayaa in uu ku konrtooli
- Internetkana waa uu kugu caayaa
- Saxaafadda ayaa waxaa uu ku qoraan in ku guursan rabo ama aad dhimatay
- waxaa uu kaa faafiyaa Been iyo Wax aadan Adiga ahayn
- Wax buu kaa haleeyaa sida Tusaale ahaan Baabuurkaaga ayuu Tayarada ka duleeliyaa
- waa ku soo daba galaa sida Isagoo uu Baabuurkaaga soo daba dhigto ama uu gadaashaada soo daba taagnaado
- un uu ku soo weeraro ayaa laga yaaba ama uu xitaa Naftab akaa gooyo, markaa Dabagalka Noocas ah hadduu ku qabsado ha dhayalsanin, ee Dadka u sheeg.

Laakiin Dumarka waa ay iska dhayalsadaan ilaa uu marka Danbe Meesha Dhibaato Wayn ka dhacdo. In aad is dhahdo ma ahan Isagaaba ku ilaawi doona, waxaa haboon imta ay Goori Goor tahay Dhibkaaga sheego. Dabagalka ama Warka Badan oo uu Ninkaaga kugu haayo lama dhayalsado. Dumarka Qaar baa is dhaha haddaa sheegto armuuba ka sii daraa, markaas ayay Dhibkooda iska qarsadaan.

Dabagalka ama Cadaadiska waa Denbi Ciqaab lagu mutaysto, waxaa sidaas qorayaa Buuga Sharciga Ciqaabta Qodobka § 238

Waxaan doonaynaa in aan ku dhiiri gelino ee Karti yeelo, oo Gargaar doono. Xitaa haddii aad is leedahay Dhibkaan Cid kaa qaadi karto ma jirto, sheego Dhibaatadaada. Waxaad ogaataa in ay jiraan Habab Badan oo Dabagalka looga hortago:

- Haddii uu ku daba joogo Xaaladda ha dhayalsanin!
- Booliska u sheeg oo ku dacwee.
- Dadka kugu ag dhow sida Saaxiibadaada, Deriskaaga Qaraabadaada u sheeg xaaladda aad ku jirto.
- Haddii aad ku talo jirto in aad dacwaysid, uruuri Wax kasta oo uu kuu soo diro, waayo Taasi waa Caddayn aad Maxkamadda hor dhigi karto („Caddaymo uruurso").
- Hadduu telefoonka kugu wareeriyo, ha ka qabanin, oo Cidda aad taqaano oo keliya ka qabo Telfoonka.
- Haddii Haddiyad kuu soo diro Boostada ha ka qaadin Waxa uu kuu soo diray.
- Haddii aad doonaysid in aad dalbato in lagu waardiyeeyo, Taasna waa aad yeeli kartaa sida ogol Sharciga Difaaca Qodobka 1 eeg Bogga 14.
- Haddii uu ku soo daba galo, isla markiiba ku leexo "Meel Amaan ah", (sida Booliska Maqaayadaha Tukaamada iyo Meelo kale oo Dad joogo)
- Qareenkaaga ama Abukaatahaaga ayaa waxaad ka dalban kartaa in uu Warqad u qoro oo uu ku dhahaayo in uu faraha kaaqaado

Waxaa muhiim ah in ay Talu ku siiyaan Khubaro Dhibaatada Dabagalka aad u yaqaana, oo markaa sidaas loo ogaado Habka ugu fiican ee aad isku difaaci lahayd: **Karti yeelo!**

Bulshada ama Mujtamaca aad la joogtid maxaa ay kuu qaban karaan?

Dadka Qaraabadaada ah, ama kuu dhow ayaa ah Dadka Badanaaba Marka Hore ka war hela in aad Ninkaaga ku dhib qabtid, markaa Dadkaas waxaa saaran Waajib ah in ay kaa war qabaan oo ay sheegaan Dhibaatda ku haysata, xitaa haddii aad Adiga Waxba sheeganin, waxaa la doonayaa in ay foojignoodaan. Haddii ay dareemaan in uu Meesha wax ka jito waa in ay Dadka u sheegaan. Waayo Badanaa Dumarka waa ay ka leexleexdaa in ay Ninkooda ka sheegtaan. Mar Marka qaar Dumarka Dhiban waxaad moodaa in ay Kali socoto tahay. Markaa Qaraabada waa ay la yaabaan haddii ay Gabadhooda Ninkeeda ka sheeganin. Laakiin Iyada ayaa laga doonayaa in ay Dacwo soo gudbisato. Waxaa la og yahay in Dumarka marka uu Meesha Furiin ka dhaco, ay Dhibaatada ku badato. Xitaa haddii lays dhoho Gabadhaada caawi waxaa ay u qaadataa in aad Dhibaato Dheeraad ah la doonaysid.

Laakiin Dadka Dumarka ku heeraarsan waa in ay Mar Walba dhahaan waa ku caawin rabnaa. Waxaad dhihi karaa Mar Walba waa noo imaan kartaa. ama waxaad dhihi kartaa Dowladda ama Hayadaha u sheeg Dhibkaaga. Dumar kasta Iyada ayaa laga doonayaa in ay dacwooto. Xal la yaqaano ma jiro, Mar Walba waa in Xal la raadiyaa. Dumarka waa ku dhib in ay iska tagaa. Mar Walba waa in Caawinaad la raadiyaa.

Taleefoonka Guriga Talobixinta Guud waa 08000116016 (waa Lacag La´aan, Afkaaga xitaa waa laguugu sheegi karaa).

Telefoonka Guud (waa Lacag la´aan)
08000 116016

Qalabka aad isku difaacayso sii uruurso, oo inta aadan guurin kahor

Haddii aad yeeli kartid Waxyaabahaan aah Hoos ku qornay diyaarso. Waraaqahaaga Orijinaalka ah ha dayacin:
- Aqoonsiga/Baasaboorka
- Kaarka Caafimaadka
- Warqadda Nikaaxa
- Warqadda Dhalashada
- Shariga uu Waddanka ku siiyay
- Kontraatka Shaqada
- Kaarka Canshuurta/ Warqadda
- Mushaharka
- Warqadda Ceerta Marka la duqoowo laqaato
- Warqad uu Dhakhtar kuu qoray
- Warqad Maxkamad ka socota
- Aqoonsiga Soshalka
- Kaarka Bangiga
- Caymiska
- Shahaadada Shaqada
- Shahaadada Iskuulka

Warqadaha Caruurta ha iloowin:
- Aqoonsiga
- Shahaadada Dhalashada
- Shahaado kasta

Waraaqaha Adiga iyo Ninkaaga idinka dhexeeyaan Koobi ka soo qaado:
- Warqadda uu ku shaqo tago
- Warqadda Mushaharka uu qaato
- Warqadda Ceerta Marka la duqoowo laqaato
- Caymiska
- Kaarka Bangiga
- Warqadda Suborloogada
- Warqadda Ijaarka Guriga
- Waraaqaha Bangiga Lacagta lagu dhigto
- Warqadda Guriga lagu gato
- Waraaqaha Deenta

Haddaad Guriga ka tagi rabtid Wax kasta oo aad u baahan kartid ha soo iloobin sida Kaarka Bangigaaga Dharka aad xiran lahayd iyo wax la mid ah, Boorsadaada diyaar ah kuu ahaato.

Haddii laakiin uu Deg deg ku soo galo, Naftaada badbaadso, oo Adiga iyo Caruurtaada Meesha uu Ninkaaga joogo ka carara!

Kamadanbayntii

Waxaa aad u rajaynaynaa, in uu Buugaan Wargelin Wax tar kuu leh noqdo. Wadooyin kala duduwan baa jira. Wadada Mahiim ma ahan ee Gargaarka iyo Kaalmada laguula daba joogo ka faa´idayso. Caawinaadda Khaaska ah iyo Midda Guudba ka faa´idayso, oo Dadka ku jecel Waanadooda yeel. Qareenka ugu fiican raadso, oo Midka ay Dadka oo dhan dhahayaan waa uu fiican yahay qaado. Dadka ku caawin raba haddii ay yihiin Kuwo fiican waxaad ku garan kartaa, Mar Walba waxaa ay ku dadaalaan in ay Fursad iyo Waqti badan ku siiyaan, oo in aad degdeg Go´aan ku qaadatid kuguma cadaadiyaan. Horta in aad Dhibkaaga Cid Kale u sheegtid ayaaba horta ah Tallaabo aad u wayn ee Karti yeelo.

Ka faa´idayso Fursadahaan.

Caawin

Degmada Nordfriesland

Taleefoonka Dumarka ee Magaalada Husum
Norderstraße 22 | 25813 Husum
Telefon: 0 48 41 - 6 22 34
Fax: 0 48 41 - 8 79 12
info@frauennotruf-nf.de

Taleefoonka Dumarka ee Magaalada Niebüll
Friedrich-Paulsen-Straße 6a
25899 Niebüll
Telefon: 0 46 61 - 94 26 88
niebuell@frauennotruf-nf.de

Kulanka Magaalada in Tönning
11-14 Saac, Rathaus, Qolka/ Qolka Midig, 25832 Tönning
Terminvereinbarung unter:
Telefon: 0 48 41 - 62234
mobil: 0176 - 51333020
info@frauennotruf-nf.de

Kulanka Magaaladain Sylt
Maalinta 2aad. Isniinta Bisha
10:00 – 14:00 Saac Guriga Boostada
Stephanstraße 6a, 25980 Westerland
Terminvereinbarung unter:
Telefon: 0 46 61 - 942688
mobil: 0176 - 50195044

Magaalada Flensburg

Taleefoonka Dumarka ee Magaalada Flensburg
Guri Khaas ah, oo Talo siiya Dumarka iyo gabdhaha Kufsiga ku dhaca
Nikolaikirchhof 5 | 24937 Flensburg
Telefon: 04 61 - 90 90 82 00
Fax: 04 61 - 90 90 82 05
frauennotruf@fin-flensburg.de
www.fin-flensburg.de

Guriga Dumarka Flensburg
Telefon: 04 61 - 4 63 63
Fax: 04 61 - 4 70 00 31
frauenhaus@fin-flensburg.de
www.fin-flensburg.de

Rugta Dumarka Wilma
Nikolaikirchhof 5 | 24937 Flensburg
Telefon: 04 61 - 90 90 82 20
Fax: 04 61 - 90 90 82 05
wilma@fin-flensburg.de
www.fin-flensburg.de

Degmada Schleswig-Flensburg

Rugta Dumarka Schleswig e.V.
Bahnhofstraße 16 | 24837 Schleswig
Telefon: 0 46 21 - 2 55 44
Fax: 0 46 21 - 2 55 47
info@frauenzentrum-schleswig.de
www.frauenzentrum-schleswig.de

Bundeshilfe Hotline (waa Lacag la´aan)
08000 116016

Rugta Dumarka e.V.
Taleefoonka Degdegga iyo Talobixinta
Rathausmarkt 3 | 24376 Kappeln
Telefon: 0 46 42 - 72 94
Fax: 0 46 42 - 92 03 77
frauenzimmerkappeln@web.de
www.frauenzimmer.org

Degmada Dithmarschen

Dumarka isku gargaara e.V.
Gargaarka Degdega ee Dithmarschen
Alter Kirchhof 16 | 25709 Marne
Telefon: 0 48 51 - 83 16
Fax: 0 48 51 - 95 65 62
info@frauenberatung-dithmarschen.de
www.frauenberatung-dithmarschen.de

Rugta Labaad ee Heide
Postelweg 4 | 25746 Heide
Telefon: 04 81 - 6 41 59

Rugta Kale ee Brunsbüttel
Von-Humboldt-Platz 9,
Bürgerbüro Zi. 19 (EG)
25541 Brunsbüttel
Telefon: 0 48 52 - 70 27

Guriga Dumarka Dithmarschen
Telefon: 04 81 - 6 10 21
Fax: 04 81 - 6 10 22
info@frauenhaus-dithmarschen.de
www.frauenhaus-dithmarschen.de

Degmada Rendsburg-Eckernförde

!Via Talobixinta Dumarka
Dumarka isku gargaara e.V.
Langebrückstraße 8
24340 Eckernförde
Telefon: 0 43 51 - 35 70
Fax: 0 43 51 - 25 08
info@frauenberatung-via.de
www.via-rendsburg-eckernfoerde.de

!Via Talobixinta Dumarka
Dumarka isku gargaara e.V.
Königstraße 20 | 24768 Rendsburg
Telefon: 0 43 31 – 43 54 393
Fax: 0 43 51 – 25 08
info@frauenberatung-via.de
www.via-rendsburg-eckernfoerde.de

Guriga Dumarka Rendsburg
Telefon: 0 43 31 - 2 27 26
Fax: 0 43 31 - 2 25 88
frauenhaus-rd@bruecke.org
www.frauenhaus-rendsburg.de

Magaalada Kiel

Guriga Talobixinta Dumarka la kufsaday
Taleefoonka Dumarka Kiel e. V.
Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel
Telefon: 04 31 - 9 11 44
Fax: 04 31 - 9 19 25
frauennotruf.kiel@t-online.de
www.frauennotruf-kiel.de

Guriga Dumarka- Talobixinta Die Lerche
Waa Gargaar loogu talo galay Dumarka raba in ay Ninkooda iska furaan
Olshausenstraße 13 | 24118 Kiel
Telefon: 04 31 - 67 54 78
Telefon: 04 31 - 67 94 833
Fax: 04 31 - 67 94 834
BeratungsstelleLerche@t-online.de
www.frauenhaus-kiel.de

Rugta Talada Dumarka ee Eß-o-Eß
Kulana iyo Talobixin e.V.
Kurt-Schumacher-Platz 5 | 24109 Kiel
Telefon: 04 31 - 52 42 41
Fax: 04 31 - 52 69 07
mail@frauentreff-essoess.de
www.frauentreff-essoess.de

Talada Dumarka ee Dhimirka ee donna klara e.V.
Goethestraße 9 | 24116 Kiel
Telefon: 04 31 - 5 57 93 44
Fax: 04 31 - 5 57 99 83
psychosozial@donna-klara.de
www.donna-klara.de

Guriga Dumarka Kiel
Telefon: 04 31 - 68 18 25
Fax: 04 31 - 68 18 37
Frauenhaus-Kiel@t-online.de

TIO, Guriga Dumarka Qaxootiga ah e.V.
Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel
Telefon: 04 31 - 67 17 78
Fax: 04 31 - 79 96 38 21
mig@tio-kiel.de

Degmada Plön

Rugta lagu caawiyo Dumarka iyo Gabdhaha dhiban
waxaan wada shaqaynaa Magaalada
Mühlenstraße 10 | 24211 Preetz
Telefon: 0 43 42 - 30 99 39
frauenberatungskreisploen@t-online.de
www.frauennotruf-kiel.de

Guriga Dumarka ee Degmada Plön
Telefon: 0 43 42 - 8 26 16
Fax: 0 43 42 - 8 28 11
info@frauenhauskreisploen.de
www.frauenhauskreisploen.de

Degmada Ostholstein

Guriga Dumarka ee Gargaarka deggdega Eutin
Plöner Str. 39 | 23701 Eutin
Telefon: 0 45 21 - 7 30 43
Fax: 0 45 21 - 62 27
frauennotruf-oh@t-online.de
www.frauennotruf-oh.de

Rugta Takada Neustadt
Lienaustraße 14
23730 Neustadt in Holstein
Telefon: 0 45 61 - 91 97
Fax: 0 45 61 - 51 36 08
frauenraeume-neustadt@t-online.de
www.frauennotruf-oh.de

Guriga Dumarka Ostholstein
Telefon: 0 43 63 - 17 21
Fax: 0 43 63 - 90 90 17
webmaster@fh-oh.de

Degmada Steinburg

Guriga Dumarka Itzehoe
Telefon: 0 48 21 - 6 17 12
Fax: 0 48 21 - 6 33 84
Autonomes-Frauenhaus-
Itzehoe@t-online.de
www.frauenhaus-itzehoe.de

Familka - Guriga Dumarka ee Talobixinta
Feldschmiede 36-38 | 25524 Itzehoe
Telefon: 0 48 21 - 88 99 432
Fax: 0 48 21 - 88 90 15
itzehoe-fachstelle@profamilia.de
www.profamilia-sh.de

Magaalada Neumünster

Telefoonka Gargaarka Neumünster, Talo bixin ka hor tagga Kufsiga

Fürsthof 7 | 24534 Neumünster
Telefon: 0 43 21 - 4 23 03
Fax: 0 43 21 - 49 20 67
frauennotruf.nms@t-online.de
www.frauennotruf-neumuenster.de

Guriga Dumarka Neumünster

Telefon: 0 43 21 - 4 67 33
Fax: 0 43 21 - 4 68 73
info@frauenhaus-neumuenster.de
www.frauenhaus-neumuenster.de

Degmada Segeberg

Guriga Dumarka Frauenräume e.V.

Taleefoonka Gargaarka
Kielortring 51 | 22850 Norderstedt
Telefon: 0 40 - 5 29 69 58
Fax: 0 40 - 5 29 85 565
info@frauenberatungsstelle-norderstedt.de
www.frauenberatungsstelle-norderstedt.de

Guriga Dumarka Norderstedt

Telefon: 040 - 5 29 66 77
Fax: 040 - 5 24 64 82
frauenhaus.norderstedt@diakonie-hhsh.de
www.frauenhaus-norderstedt.de

Qolka Dumarka Frauenzimmer e.V.

Oldesloer Str. 20 | 23795 Bad Segeberg
Telefon: 0 45 51 - 38 18
Fax: 0 45 51 - 9 38 60
frauenzimmer-badsegeberg@t-online.de
www.frauenzimmer-badsegeberg.de

Barta Dumarka Kaltenkirchen

Guriga Dumarka e. V.
Hamburger Straße 68
24568 Kaltenkirchen
Telefon: 0 41 91 - 8 56 99
Fax: 0 41 91 - 95 86 74
info@frauentreffpunkt-kaltenkirchen.de
www.frauentreffpunkt-kaltenkirchen.de

Degmada Pinneberg

Guriga Elmshorn

Telefon: 0 41 21 - 25 895
Fax: 0 41 21 - 269 438
frauenhaus.elmshorn@gmx.de
www.frauenhaus-elmshorn.de

Dumarka isku gargaara e.V.

Rugta Dumarka Elmshorn
Kirchenstraße 7 | 25335 Elmshorn
Telefon: 0 41 21 - 66 28
Fax: 0 41 21 - 6 37 17
info@frauentreff-elmshorn.de
www.frauentreff-elmshorn.de

Guriga Dumarka Wedel

Telefon: 0 41 03 - 1 45 53
Fax: 0 41 03 - 91 99 07
info@frauenhaus-wedel.de
www.frauenhaus-wedel.de

Guriga Dumarka Pinneberg

Telefon: 0 41 01 - 20 49 67
Fax: 0 41 01 - 51 43 05
info@frauenhaus-pinneberg.de

Pinneberger Shabakadda Dumarka e.V.

Dingstätte 25 | 25421 Pinneberg
Telefon: 0 41 01 - 51 31 47
Fax: 0 41 01 - 83 59 24
info@frauennetzwerk-pinneberg.de
www.frauennetzwerk-pinneberg.de

Degmada Stormarn

Dumarka isku gargaara Stormarn e.V
Telefoonka Gargaarka Bad Oldesloe
Bahnhofstraße 12 | 23843 Bad Oldesloe
Telefon: 0 45 31 - 8 67 72
Fax: 0 45 31 - 8 83 22
frauenberatung@frauenhelfen-frauenstormarn.de
www.frauenhelfenfrauenstormarn.de

BEST- Telefoonka Talo bixinta Ahrensburg e.V.
Waldstr. 12 | 22926 Ahrensburg
Telefon: 0 41 02 - 82 11 11
Fax: 0 41 02 - 46 62 55
frauenberatung@best-ahrensburg.de
www.best-ahrensburg.de

Guriga Dumarka Stormarn
Telefon: 0 41 02 - 8 17 09
Fax: 0 41 02 - 82 21 46
frauenhaus-stormarn@gmx.de

Magaalada Hansestadt Lübeck

Dumarka Xurta ah Lübeck
Telefon: 04 51 - 6 60 33
Fax: 04 51 - 62 43 86
info@autonomes-frauenhaus.de

Guriga Dumarka Hartengrube
Talobixinta Wacyigelin Boolis
Hartengrube 14 -16 | 23552 Lübeck
Telefon: 04 51 - 70 51 85
Fax: 04 51 - 7 98 29 36
frauenhaus-luebeck@awo-sh.de

Telefoonka Dumarka Lübeck
Talobixinta, kahortagga Kufsiga
Dhibaatada Duamrka lagu haayo
Musterbahn 3 | 23552 Lübeck
Telefon: 04 51 - 70 46 40
Fax: 04 51 - 5 92 98 96
kontakt@frauennotruf-luebeck.de
www.frauennotruf-luebeck.de

Rugta Xiriirka Dumarka ARANAT e.V.
Steinrader Weg 1 | 23558 Lübeck
Telefon: 04 51 - 4 08 28 50
Fax: 04 51 - 4 08 28 70
info@aranat.de
www.aranat.de

Rugta BIFF
Talobixinta Lübeck e.V.
Holstenstraße 37-41 | 23552 Lübeck
Telefon: 04 51 - 7 06 02 02
Fax: 04 51 - 7 06 02 03
info@biff-luebeck.de
www.biff-luebeck.de

HeDegmada Herzogtum-Lauenburg

Caawinaadda Dumarka e.V.
Rugta Talobixita Dumarka
Pröschstraße 1 | 21493 Schwarzenbek
Telefon: 0 41 51 - 8 13 06
Fax: 0 41 51 - 89 71 05
frauen@beratungsstelle-schwarzenbek.de
www.frauen-in-not-schwarzenbek.de

Guriga Dumarka Schwarzenbek
Telefon: 0 41 51 - 75 78
Fax: 0 41 51 - 33 20
fh.Schwarzenbek@t-online.de

Caawinaad loogu talo galay Dumarka isku buuqa iyo Garabgalka Maxkamadda

Maxkamadda Sare Kiel

Telefoonka Dumarka Kiel
Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel
Telefon: 0431 - 9 11 44
info@frauennotruf-kiel.de
www.frauennotruf-kiel.de

Rugta Badbaadada Caruurta Kiel
Sophienblatt 85 | 24114 Kiel
Telefon: 0431 - 12 21 80
info@kinderschutz-zentrum-kiel.de
www.kinderschutz-zentrum-kiel.de

District of Regional Court Lübeck

Taleefoonka Dumarka Lübeck
Musterbahn 3 | 23552 Lübeck
Telefon: 0451 - 70 46 40
www.frauennotruf-luebeck.de
kontakt@frauennotruf-luebeck.de

Rugta Barbaarinta Caruurta Lübeck
An der Untertrave 78 | 23552 Lübeck
Telefon: 0451 - 7 88 81
kinderschutz-zentrum-luebeck@awo-sh.de
www.kinderschutz-zentrum-luebeck.de

Maxkamadda Sare Court Flensburg

Rugta WAGEMUT
Hayadda Familka caawiya Kahortagga
Marienstr. 29-31 (Eingang Lilienstr.)
24937 Flensburg
Telefon: 0461 - 90 92 627
info@wagemut.de
www.wagemut.de

Landgeri Maxkamadda Sare Itzehoe

Rugta Talo bixinta Wendepunkt
Gärtnerstr. 10-14 | 25335 Elmshorn
Telefon: 04121 - 47 57 30
www.wendepunkt-ev.de

Rugta Barbaarinta Caruurta Westküste
Markt 34 | 25746 Heide
Telefon: 0481 - 68 87 307
kinderschutz@dw-husum.de
www.dw-husum.de

Habka ugu haboon ee loo diiwaangelsho Dhaawacyada uu Ninkaaga kuu gaysto

Maxkamadda Sare Kiel

Cisbitaalka Jaamacadda Schleswig-Holstein (UKSH)
Magalaada Kiel
Telefon: 0431 - 50015901
Lübeck Lübeck
Telefon: 0451 - 50015951

Cisbitaalka Jaamacadda Eppendorf (UKE)
Magalaada Hamburg
Telefon: 040 - 741052127

Telefoonka Guud (waa Lacag la´aan)

08000 116016