

Ku-caawinta dadka waaweyn inay ka fogaadaan ku-xadgudubka dhaqaalaha



Waa maxay ku-xadgudubka dhaqaalaha ee qofka waayeelka ah?

Waxaan ognahay in dadka ka weyn 50 sano jir ay halis ugu jiraan ku takri-falka dhaqaalaha, khayaanada iyo foorjariga. Arintan waxaa lagu magacaabaa ku-xadgudubka dhaqaalaha ee qofka waayeelka ah. Ku-xadgudubka dhaqaalaha waxaa ka mid ah si sharci darro ama si qaldan u adeegsiga dhaqaalihiiisa ama hantidiisa qof kale oo ay xiriir la leeyihiin. Ku-xadgudubka noocan ahi wuxuu qaadan karaa qaabab fara badan wuxuuna ku dhici karaa qof kasta, badanaa wuxuu bilawdaa da' aad uga yar intaad ka fikiri karto.

Noocyada caamka ah ee ku-xadgudubka dhaqaalaha ee qofka waayelka

ku-xadgudubka dhaqaalaha ee qofka waayeelka ah wuxuu yeelan karaa qaabab badan waxaana ka mid ah ficillo soo noqnoqda ama hal mar ah, hanjabaado ama xitaa ficil la'aan. Halkan waxaa ku yaal noocyada ugu caansan ee xadgudubka:



Ku-xadgudubka awoodda qareenka

Tani waxay dhacdaa marka qof la idmay (qareenkaaga) ay iyagu qaataan lacagtaada ama hantidaada.



Cadaadis, hanjabaad iyo cabsigelin

Tani waa marka qof isku dayo inuu kugu qasbo inaad saxiixdo hantidaada ama uu kaa dalbado inaad ku darto dardarankaaga.



Khayaanada iyo khiyaanooyinka

Kuwani waxay dhacaan marka qof si ula kac ah iskuday inuu helo kalsoonidaada si ay lacagtaada u xadaan.



Ku-xadgudubka heshiisyada qoyska

Tani waa marka uu jabay heshiis kasta oo aan rasmi ahayn oo aad la leedahay reerka kaas oo ku saabsan lacag ama hanti laga faai'daystey.



Isticmaalka aan habooneyn ee lacagaha

Tani waa markii qof aad u ogolaatay helitaanka lacagtaada uu u kharash-gareeyo si ka duwan sida lagu heshiiyay.



Afkaarta shucuurta leh

Tani waa markii qof hanjabaad sameeyo si loo helo kaalmada dhaqaale – sida loo diidayo marin u helidda carruurtooda ilaa deyn la siiyo mooyee.



Dulqaad-la'aanta dhaxalka

Tani waa marka dadka waaweyn, badanaa xubnaha qoyska, ay dareemaan inay xaq u leeyihiin lacagtaada iyo hantidaada taasoo u keeni karta inay isku dayaan oo ay kaa qaataan.



Damiiniyayaashu khalad ayey galeen

Mararka qaarkood, in kastoo aysan jirin ujeedooyin xun, dammaanad qaadka daynta ayaa qaldami kara oo ay ka dhalan karto inaad lumiso gurigaaga ama hantidaada kale.



Ku guuldaraysiga bixinta gaari ballan qaad ah

Tani waa markii qorshe loo sameeyo ee xubin reerka ka mid ahi ay bixiso daryeelka adiga ayaa burbura.

Yaa halis ugu jira?

In kastoo ku xadgudubka dhaqaale ee qofka weyni ay ku dhici karto qof kasta, waxaa jira kooxo gaar ah oo khatar weyn ugu jira. Tan waxaa ka mid ah:

- ✓ Dadka keligood ah ama go'doonsan
- ✓ Dadka ka soo jeeda bulshooyinka LGBTQI+
- ✓ Dadka qaba iinta xagga jirka ama dhimirka ah
- ✓ Dadka ku tiirsan dad kale ee daryeelkooda
- ✓ Dadka fahamka xadidan ku leh lacagta sababta oo ah xaddidnaantooda xagga luuqadda ama caqabadaha dhaqameed
- ✓ Dadka horay u soo maray noocyo kale oo xadgudub ah.

Aqoonsiga ku-xad-gudubka dhaqaale

In kastoo ay dhacdadeedu jirto, ku-xadgudubka dhaqaale ee qofka weyn way adag tahay in la aqoonsado oo la garto sababtoo ah badanaa waa la qariyaa ama waa la yareeyaa.

Sababahan dartood, waa caadi in dadku ay dareemaan xishood, iskudhac iyo buuq badan marka laga hadlayo ku takri-falka maaliyadeed. Inta badan way ku adag tahay dadka la kulma ku-xad-gudubka dhaqaale inay gartaan oo ay xakameeyaan iyo/ama ay ku qiraan naftooda iyo dadka kale.



Calaamadaha digniinta ee ay tahay in la tixgeliyo:

- 1 Waxa jira lacago caddaan ah oo lala baxay oo aan macno samaynaynin
- 2 Caqabadaha luqadu waxay kugu adkaynaysaa inaad fahamtoe
- 3 Waxaa haysataa caddaymaha bangiga oo maqan ama wareer kuu keenaya
- 4 Waxaad dareemeysaa cabsi-gelin ama inay cid kale ku xakameynayso iyo inaad rumeysan tahay inaad sameyso waxay cid kale oranayso
- 5 Qof aan awood-sharci u laheyn lacagtaada ayaa kuu raacaya bangiga si uu ugala baxo lacag
- 6 Qof kale ayaa foomamka bangiga ku buuxiya isagoo adiga ku matalaya

Qofka weyn oo ku xadgudubaya Khadka taleefanka

Haddii aad wax walaac ah qabtid fadlan wac 1800 ELDERHelp (1800 353 374).

Kani waa lambar taleefan oo lacag la'aan ah kaasoo bixiya macluumaad iyo talooyin ku saabsan xadgudubka qofka weyn. Waxaa si otomaatig ah laguugu toosinayaa adeegga khadka taleefanka ee hada ka jira deegaankaaga. Khad taleefanka ayaa loo asaasay iyadoo lala kaashanayo xukuumadaha dowlad goboleedyada iyo territoriska.

Xadgudubka khadadka taleefanada ee qofka weyni maahan adeegyada taageerada dhibaatooyinka, iyo saacadaha shaqada iyo adeegyada, wayna ukala duwan yihiin guud ahaan goobaha.

Haddii aad wax walaac ah qabtid oo ku saabsan Dhaqaalahaaga fadlan usheeg bangigaaga si uu u ogaado. Maamulaha deegaankaaga ayaa si gaar ah kuula hadli kara haddii aad jeceshahay.

Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan Ku-xadgudubka qofka weyn dhaqaalaha & khayaanada iyo foorjariga waxaad kala soo bixi kartaa tilmaamaha Safe iyo Savvy ee Websaydhka [CommBank](#).

Xusuusin: Dukumantigan waxaa lagu heli karaa luqado kale.

