



## YAA GO'AAMINAAYA DAAWAYNTAADA?

Dhakhaatiirtaada ayaa ku siin doona xogtaada iyo talo ku aadan daawayntaada. Waxaad xaq u leedahay in aad doorato. Waxaad oran kartaa “Haa” daawayn kasta oo aad doonayso. Waxaad ku oran kartaa “Maya” daawayn kasta oo aadan doonayn – xataa haddii daawayntu ay kugu celin karto nafta muddo dheer.



## SIDEE AYAAN KU OGAANAYAA WAXA AAN DOONAAYO?

Dhakhtarkaagu waa inuu kuu sheegaa xauunkaaga iyo noocyada daawooyinka kaladuwan iyo dookhyada maaraynta xanuunka ee aad heli karto. Daawooyin badan ayaa keena "Cilado." Dhakhtarkaagu waa inuu ku siiyaa xog ku aadan ciladaha daawooyinka caafimaadku ay kugu keeni karaan.

Badanaa, wax ka badan hal daawayn ayaa ku caawin karta – dadkuna waxay fikrado kaladuwan ka qabaan nooca ugu wanaagsan. Dhakhtarkaaga ayaa kuu sheegi kara nooca daawooyinka aad heli karto, laakiin dhakhtarkaaga ayaan kuu doori karin daawada. Dookhaas adiga ayaa iska leh wuxuuna ku xiran yahay waxa muhiimka kuu ah.

## DADKA KALE MA IGA CAAWIN KARAAN GO'AANADEYDA?

**Haa.** Bukaannada ayaa badanaa wakiisha ehelkooda iyo saaxiibadooda u dhow si ay uga caawiyaan gaarista go'aannada caafimaadka. Dadkaan ayaa kaa caawin kara inaad ka fakarto dookhyada kuu banaan. Waxaad waydiin kartaa dhakhaatiirta iyo kalkaalisoooyinka si aad ula hadasho qaraabadaada iyo saaxiibadaada. Waxaad waydiin kartaa dhakhaatiirta iyo kalkaalisoooyinka su'aalaha aad qabto.

## MA DOORAN KARAA QOF EHEL AH AMA SAAXIIB SI UU IIGU GAARO GO'AANNADA DARYEELKA CAAFIMAADKA?

**Haa.** Waxaad u sheegi kartaa dhakhtarkaaga inaad doonayso qof kale inuu kuu gaaro go'aannada daryeelka caafimaadka. Waydii dhakhtarka inuu ku qoro qofka kuu noqonaaya "wakiilka" daryeelka caafimaadka diiwaankaaga caafimaadka. Awooda maamulku wakiilku ku leeyahay go'aanada

caafimaadkaaga ayaa waxtar leh keliya inta lagu jiro daawaynta xanuunka aad hadda qabto ama dhaaca ama, haddii aad ku jirto xarun caafimaad, ilaa aad ka baxdo xarunta.

## KA WARAN HADDII AAN AAD U XANUUNSADO ILAA AANAN GAARI KARIN GO'AANADEYDA DARYEELKA CAAFIMAADKA?

Haddii aadan wali magacaabin wakiil, dhakhtarkaaga ayaa ku waydiin doona qaraabada ama saaxiibka kuugu dhow si uu kaaga caawiyo go'aaminta daawaynta kuugu haboon. Inta badan waqtiga arintaan ayaa suuragasha. Laakiin mararka qaar qof kasta ayaan aqbalayn go'aanka. Waana taas sababta ay muhiim u tahay haddii aad xili hore ku sheegi karto waxa aad doonayso in la sameeyo haddii aadan naftaada u hadli karin.

## MA QASAB BAA INAAN SUGO ILAA AAN XANUUNSADO SI AAN U SHEEGO WAXA AAN KA DOONAAYO DARYEELKA CAAFIMAADKA?

**Maya,** xaqiiqdii, waxaa haboon inaad doorato kahor intaadan aad u jiran ama u baahan in isbitaal lagu dhigo, lagu seexsho xarunta kalkaalinta, ama xarun kale oo daryeel caafimaad. Waxaad dooran kartaa **Dardaaran Daryeelka caafimaadka ee Horey** loosii qorey si aad u sheegto *qofka* aad doonayso inuu wakiil kaa noqdo iyo *nooca* daawaynta aad doonayso. Dukumiintigaan waxaa sidoo kale loogu yeeraa "mid hore" waayo waxaad diyaarsanaysaa kahor intaan loo baahan gaarista go'aannada caafimaadka dhimirka. Waxaa loogu yeeraa “tilmaamaha” waayo waxey sheegaysaa cida aad doonayso inay wakiil kaa noqdaan iyo waxa ay tahay in la sameeyo.

Gudaha California, qaybta dardaaranka horey Loo sii qoray ee aad u adeegsan karto inaad magacawdo wakiilka si uu kuugu gaaro go'aannada caafimaadka ayaa loogu yeeraa **Awooda Wakiilka Daryeelka Caafimaadka**. Qaybta aad ku sheegi karto waxa aad doonayso in la sameeyo waxaa la dhahaa **Tilmaanta Daryeelka caafimaadka ee Gaarka ah**.

## YAA SAMAYN KARA DARDAARANKA HOREY LOOSII QOREY?

Waad samaysan kartaa haddii aad jirto 18 sano ama ka wayn aadna awoodo inaad gaarto go'aanadaada madaxa banaan ee caafimaadka. Uma baahnid qareen.

## QOFKEE AYAAN U MAGACAABI KARAA INUU WAKIIL II NOQDO?

Waxaad dooran kartaa qof qaraabo ah oo qaan-gaar ah ama qof kasta oo kale oo aad ku kalsoon tahay inuu kuu hadlo marka ay qasab tahay in la gaaro go'aano caafimaadka la xiriira.

## GOORMA AYUU WAKIILKAYGU GAARAYAA GO'AANADAYDA CAAFIMAADKA?

Caadiyan, wakiilka caafimaadka ayaa gaaraaya go'aannada keliya kadib marka aad lumiso awooda gaarista go'aanada si madax banaan. Laakiin, haddii dooneyso, waxaad ku sheegi kartaa **Awooda Wakiilka Daryeelka caafimaadka** in aad dooneyso in wakiilkaagu bilaabo inuu go'aannada kuu gaaro isla markaba.

## SIDEE AYUU KU OGAANAYAA WAKIILKAYGU WAXA AAN DOONAAYO?

Kadib marka aad doorato wakiilkaaga, kala hadal qofka waxa aad dooneyso. Mararka qaar go'aannada daawaynta ayay adag tahay in la gaaro, waxaana run ahaantii fiican in wakiilkaagu yaqaano waxa aad dooneyso. Waxaad sidoo kale waxa aad dooneyso ku qori kartaa dardaarankaaga horey loo sii qorey.

## KA WARAN HADDII AANAN DOONEYN INAAN MAGACAABO WAKIIL?

Wali waxaad ku cadeyn kartaa doonistaada dardaarankaaga horey Loo sii qoray, adiga oo aan magacaabin wakiil. Waxaad sheegi kartaa in noloshada la badbaadsho ilaa inta suuragalka ah. Ama waxaad sheegi kartaa in aadan dooneyn in lagugu xiro qalabka nafta badbaadsha. Sidoo kale, waxaad sheegi kartaa sida aad u dooneyso in lagu siiyo daawada xanuun baabi'iyaha ama nooc kasta oo daawayn caafimaad ah.

Xataa haddii aadan buuxin foomka **Tilmaanta Daryeelka caafimaadka Gaarka ah** ee qoran, waxaad kala hadli kartaa doonistaada dhakhtarkaaga, waxaadna ka codsan kartaa dhakhtarka inuu doonistaada ku qoro diiwaankaaga caafimaadka. Ama waxaad doonistaada kala hadli kartaa xubnaha qoyskaaga ama saaxiibada. Laakiin waxaa dabcan fudud in la raaco doonistaada haddii aad qorto.

