Caawinta Dhibanayaasha Dambiga

Dambigu wuxuu u saameeyaa dadka habab kala duwan. Dhibane dambi ahaan waxaa laga yaabaa inaad dareentid isbedel markii laga eego qofkii aad ahaan jirtay. Waxaad dareemi kartaa caawinaad la'aan iyo go'doonimo, iyo inaan cidna kula fahmayn xaalada aad marayso.
Waxaa laga yaabaa inaad dareento inaad dhumisay dareenkii amaanka iyo nabadgelyada. Waxaa laga yabaa inaad la kulanto caadifado badan oo isku jira. Waxaa jira siyaabo badan oo loola qabsado dambiga iyo habka aad u dareemayso dhibane dambi ahaan.Waxaad samaysaa:

- Naftaada u ogolow maalmaha fiican iyo kuwa xunba;
- Wax fiican u samee naftaada;
- Iska ilaali inaad go'aamo waa weyn gaarto intaad dareemayso fiicnaan;
- cunno fiican cun, jimicsina samee
- ka hadal dareenkaaga

Markii lagu daro qoyskaaga iyo saaxiibadaa waxaa jira adeegyo si loo caawiyo dhibanayaasha dambiga

Garsoorka Dambiyada

Booliska Koonfurta Australia
Saraakiisha la xiriirka dhibanayaasha
Tel. 8207 5000

Agaasinka xeer ilaalinta
Adeega caawimaada markhaatiga
Tel. 8207 1529

Ha'ayada Maamulka Maxkamadaha
Magaalada gudaheeda
Tel. 8204 2444
Dhulka baadiyaha
Wac teleefoonka maxkamada deegaanka

Agaasinka adeega dhaqan celinta
Waaxda adeega dhibanayaasha
Tel. 8226 9067

Guddiga xabsi ka sii deynta ku meel gaarka ah
Tel. 8224 2555

Magdhowga dhaawaca dambiyada
Agaasinka garyaqaanka guud
Tel. 8207 1694
Ha'ayada Maamulka Maxkamadaha
Tel. 8204 0287

Kaalmada Dhibanaha

Ilaalinta Qalalaasaha (crises care)
Tel. 13 16 11
(waqtiyada ka baxsan saacadaha Shaqada)

Khadka Nolosha (Lifeline)
Tel. 13 11 14 (24ka saac)

Adeega Qalalaasaha Rabshadaha Qoyska
Tel. 8223 2200
(Saacadaha shaqada)

Khadka Caawimaada ee Rabshadaha Qoyska
Tel. 1800 800 098 (24ka saac)

Adeega Kaalmada Dhibanaha
Magaalada gudaheeda
Tel. 8231 5626
Dhulka baadiyaha ah
Tel. 1800 182 368 ama
adeega deegaanka ee kaalmada dhibanaha ee Port Lincoln, Port Augusta, Port Pirie ama Mount Gambier

Yarrow Place (Adeega kufsiga iyo galmada xadgudubka ah)
Magaalada gudaheeda
Tel. 8226 8777
Dhulka baadiyaha ah
Tel. 1800 817 421

Adeega iskuxirka Jinsiyadaha
(Ethnic Link Services)
Tel. 8241 0201 (Saacadaha Shaqada)

Xarunta Haqabtirka soo Galootiga
Adelaide
Tel. 8223 3604
Salisbury
Tel. 8250 8606

Adeega Turjumaada Teleefoonka
Tel. 13 14 50

Xuquuq ayey leeyihiin dhibanayaasha dambigu

Waa in laguula dhaqmaa si edeb, ixtiraam iyo weji furnaan leh; oo ay la socoto tixgelin la xiriirta da'da, jinsiga, sinjiga ama qoomiyada, dhaqanka iyo asalka luqada.

Haddii aad u baahan tahay in lagaa badbaadiyo xadgudbaha, waxyaabaha aad tabanayso waxaa lagu ogaan karaa dhagaysiga damaanada. waa inaad u sheegtaa ciidanka nabadgelyada haddii aad wax welwel ah ka qabto ammaankaaga. Ciidanka nabadgelyada ama sarkaalka maxkamadda ayaa kuu sheegaya natiijada dhagaysiga damaanada, haddii aad weydiiso.

Waxaad kaloo weydiin kartaa xogta ku saabsan baaritaanka, dambiga iyo waxii dhagaysi maxkamadeed ah sida wakhtiga iyo taariikhda dhagaysiga. Marka qof la soo eedeeyo waxaad weydiin kartaa magaciisa ama magaceeda.

Waxaad weydiin kartaa in laguu sheego haddii xeer ilaaliyuhu go'aansaday inuusan sii wadin eedaynta, uu bedelay eedaynta ama aqbalay codsi ah inuu khafiifiyo eedaynta.

Waa inaan lagu weydiin inaad timaado mid ka mid ah habraaca maxkamada, haddii uusan muhiim ahayn imaantinkaagu..

Haddii lagaa codsado inaad maxkamada u tagto markhaati ahaan, waa in laguu sheegaa habraaca dacwada, xuquuqdaada iyo waajibaadkaaga markhaati ahaan.

Haddii ay suurtagal noqon karto waa in lagaa ilaaliyaa kulanka aan muhiimka ahayn ee aad isku arakaysaan xadgudbaha ama markhaati kasta oo uu leeyahay xadgudbuhu muddada dacwadu socoto.

Hadii aanay u baahanayn xeer ilaalinta ama difaaca dacwadu, looma baahna inaad maxkamada siiso cinwaanka gurigaaga. Waa inaan lagugu khasbin inaad bixiso arrimaha adiga kuu gaarka ah ee laga maarmi karo.

Waxaa laguu ogol yahay inaad caddeyn ka samayso haddii ay ku soo gaareen dhaawac, dhumis ama waxyeelo aad la dhibtootay oo xadgudubku kuu keenay. Xaaladaha qaarkood xeer ilaaliyaha ayaa wuxuu maxkamada u soo bandhigaa caddeyntaada inta aan xukunka loo gudbin. Xaaladaha kale adiga ama qof ka socda ayaa loo ogolaadaa inuu maxkamada ka akhriyo caddeynta inta aan xukunka loo gudbin.

Waxay tahay in lagu siiyo xog ku saabsan magdhowga. Haddii uu xeer ilaaliyuhu ogolaado waa inuu ku sameeyaa codsi magdhaw, dabadeedna isaga ama iyadu waa inay ku sameeyaan codsigaaga.

Waxii aad leedahay oo loo isticmaalay baaritaanka ama loo isticmaalay caddeyn markhaati waa in laguu soo ceshaa marka ay suuragal tahay, waa inaan lagaa hayn muddo badan oo aan loo baahnayn.

Waxaa kaloo weydiin kartaa xog la xiriirta waxii xukun ku dhacay xadgudbaha iyo natiijooyinka dhagaysiga sii deynta ku meel gaarka ah.

Haddii aad la hadashay shaqaalaha adeega dhibanaha ee agaasinka adeega dhaqan celinta, waa in laguu sheegaa haddii xadgudbuhu baxsaday dacwada ka hor, xabsiga ka baxsaday (ama dib loo qabtay) ama haddii xadgudbaha lagu soo daayay bulshada.
Waxaa laga yaabaa inaad warqad u qori karto guddiga sii deynta ku meel gaarka ah ka hor intaan la sii deyn xadgudbaha. Qoraalkaaga waxaa ku jiri kara xog ka caawimi karta guddiga sii deynta ku meel gaarka ah si loo go'aansho shuruudaha lagu soo rogi karo xadgudbaha matalan inuusan imaan karin gurigaaga iyo shaqadaada.

Haddii aad qabto wax cabasho ah oo la xiriirta qaabka laguula dhaqmay ama ciilqab kale, codsi ahaan waa in lagu sheegaa habraaca la heli karo si loo xaliyo cabashadaada.

Waxii xog dheeraad ah fadlan booqo bogga iskuduwida dambiyada dhibanayaasha oo ah:
http://www.voc.sa.gov.au

LAMBARKA LA XIRIIRKA BOOLISKA

FADLAN HAY XOGTAAN-
waxaa kuu suuragalinaysaa inaad la xiriirto ciidanka nabadgelyada haddii aad rabto inaad hesho akhbaar ku saabsan dacwadaada.

Waxii weydiin ah fadlan la xiriir

……..…….

Teleefoon …….

Lambarka warbixintaada waxa weeye:

……

Saxiix ……

Rank No. ……..

Paarikh …….

Xogsiinta

Dhibanaya-asha Dambiga