NASHAAD 1AAD (Activity 1) (5 DAQIIQO)

Masaska

(Nashaadn waxaa laga soo qaatay qaybta la-xirriiridda waalidiinta ee buugga *Get Wise*.)

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): _____________________

Ujeeddooyinka

- Si loo soo bandhigo fikradda guud ee yaraynta dhibaatada ahna habka wax looga qabto mowduucyada daroogada la-xirriira.
- Si loo muujiyo waxyaalaha ay iskaga midka yihiin xeeladaha ka-hortagga iyo yaraynta dhibaatada.

Bidhaamin

- Masasku waa nashaad horudhac ah oo waxtar badan. Diyaar-garowga waxaa lagu yarayn karaa ayadoo ka-qayb-galyaashu ay qoraalka si fudud ugu akhristaan gadaalka wargeys ama wax la mid ah, si kastaba ha ahaatee, isku-duwaha ardaydu wuxuu u baahan yahay inuu si fiican u diyaar-garoobo si uu Nashaad si guuli ku jirto ugu soo dhammaystiro, uuna aad u barto sida loo dhiiri-geliyo ama loo maareeyo wada-hadalka.
- Hubi inaad tixgelisey dhibcaha soo socda oo ku saabsan faraqyada u dhaxeeya dhacdooyinka daroogooyinka iyo masaska loo jilo.

Faraqyada ugu waaweyn ee u dhaxeeya labada dhacdooyin waxay kala yihiin:

- dadku ma ay doortaan inay masasku qaniinaan
- waxaa jira sababo badan, oo ay ka mid yihiin kuwo habboon, oo loo isticmaalo daroogooyinka
- dad yar oo kaliya baa doorta inay isticmaalaan daroogooyinka sharci darrada ah
- daroogooyinku aad bay uga badan yihiin masaska.

Labada dhacdooyin waxay *iskaga mid yihiin*:

- waxaa laga doonayaa dadka inay tallaabooyin qaadaan si looga hortago dhibaatada labada arrimoodba
- dadka waxaa aad ugu roon inay ka warqabaan khataraha ku jira labada xaaladoodba
- ayadoo aqoon la adeegsanayo, dadku waxay qaadi karaan tallaabo ay ku ilaalinayaan naftooda.

Faallaynta Nashaad

Nashaadni wuxuu u baahan yahay in laba qof akhriyaan dhacdadii kastaba, iyo in isku-duwahu uu ka sameeyo dhowr qodob ugu dambaynta. Nashaadku uma baahna wax horudhac ah.

NASHAAD 1AAD (Activity 1) (5 DAQIIQO)

Dhacdada kowaad

Jilayaasha	**Ay matalaan**
Aabbe	
Hooyo	

AABBE: Waxaan aad uga walwalayaa carruurta. Halkaan masas badan baa ku nool.
HOOYO: Waa runtaa, hase yeeshee meel kale oo aan u soconnaa ma jirto. Mar kasta waxbaad ka walwalsan tahay.
AABBE:Waxaa laga yaabaa inaan ku hayno guriga gudihiisa inta lagu jiro kulaylaha.
HOOYO: Way na waalayaane. Calaa kulli-xaal waa inay u lugeeyaan baska maalin kasta. Aniguna cawska ayaan jarayaa.
AABBE: ma kula tahay inaan kala hadalno carruurta masaska, oo u sheegno sheekooyin cabsi leh?
HOOYO: Maya, waxaan hubaa in Jama markaas raadsan doono.
AABBE: Hase ahaatee waxaan maqlay in ilmo laba-jir ah soo qabsaday mas sababtoo ah wuu qurxoonaa markaasna maskii qaniiney.
HOOYO: Waa fiican tahay, inay ogaadaan waxay samayn lahaayeen haddii ay mas arkaan. Waa hubaa in dugsiga sidaas lagu soo baray.
AABBE: Waa yahay, waa laga yaabaa in lagu soo baray, hase ahaatee waa howl anaga noo taal hadda. Waxaan maktabadda ka soo qaadan karnaa buug ama fiidiyowga gargaarka degdegga ah waxaana tusi karnaa waxa la sameeyo hadduu mas qaniino.
HOOYO: Haa, aad bay u fiican tahay inay yaqaaniin sida ay naftooda u ilaalin lahaayeen.

Dhacdada labaad

Matalayaasha	**Ay matalaan**
Aabbe	
Hooyo	

AABBE: Waxaan aad uga walwalayaa carruurta. Halkan daroogo badan baa ka jirta.
HOOYO: Waa runtaa, hase ahaatee meel kale oo aan u soconnaa ma jirto. Mar kasta waxbaad ka walwalsan tahay.
AABBE:Waxaa laga yaabaa inaan ku hayno guriga gudihiisa inta lagu jiro kulaylaha.
HOOYO: Way na waalayaane. Calaa kulli-xaal waa inay u lugeeyaan baska maalin kasta.
AABBE: ma kula tahay inaan kala hadalno carruurta daroogooyinka, oo uga sheegno sheekooyin cabsi leh?
HOOYO: Maya, waxaan hubaa in Jama markaas raadsan doono.
AABBE: Hase ahaatee waxaan maqlay in gabar toban-jir ah ay cuntay kiniiniyo uu qof ayada siiyey.
HOOYO: Waa fiican tahay, inay ogaadaan waxay samayn lahaayeen haddii ay daroogo arkaan. Waan hubaa in dugsiga sidaas lagu soo baray.

NASHAAD 1AAD (Activity 1) (5 DAQIIQO)

AABBE: Waa fiican tahay, waa laga yaabaa in la soo baray, hase yeeshee waa howl anaga noo taal. Waxaan maktabadda ka soo qaadan karnaa buug ama fiidiyow waxaana tusi karnaa waxa la sameeyo haddii daroogo la siiyo.
HOOYO: Haa, aad bay u fiican tahay inay yaqaaniin sida ay naftooda u ilaalin lahaayeen.

Faallada Isku-Duwaha Ardayda

Hadalka nuxurkiisa oo kooban waa in masasku iyo daroogooyinku ay yihiin khataro aad u kala duwan. Dadku ma doonaan in mas qaniino, si kastaba ha ahaatee, farriinta ugu muhiimsan halkan waa in macluumaadka iyo wada-xirriirkuba ay muhiim u yihiin ka-hortagga waxyeellada masaska iyo daroogooyinka.

NASHAAD 2aad (15 daqiiqo)

Nashaad ku-raac ama ku-diid

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ______________________

Ujeeddooyinka

- Si loo caddeeyo faraqyada u dhaxeeya qiyamka iyo aragtiyada kala duwan ee dadka koox ka wada mid ah.
- Si loogu dhiiri-geliyo ka-soo-qayb-galayaasha inay muujiyaan aragtidooda iyo qiyamkooda.

Bidhaamin

- Nashaadku wuxuu u baahan yahay isku-duwe kaas oo socodsiin karaa wada-hadalka kana joojiya ka-soo-qayb-galyaasha qaarkood inay wada-hadalka ayagu wada qaataan.
- Waxaa jira ixtimaal ah inta lagu jiro Nashaadn in ardayda iyo waalidiintuba ay sameeyaan oraah ama codsi khaldan. Xoogsade waxaa laga doonayaa inay ka caawiyaan isku-duwaha wada-hadalka siduu arrimaahaas u maamuli lahaa.
- Waxaad hubisaa in ardaydu tixgeliyaan dhibcaha soo socda:
  - oraahyadu waa wax kakan, sidaas darteed waa sax haddii dadku siyaabo kala duwan u fasirtaan.
  - ma jirto jawaab sax ah ama khalad ah oraahdii kastaba.
  - Ka-soo-qayb-galayaashu waxay xor u yhiin inay beddelaan fikradahooda ayna u wareegaan calaamad kale ka-dib markii ay dhagaystaan wakiillada ay kooxdii kastaba soo magacaabatay.

Qeexidda Nashaad

Samee saddex calaamadood ('raacsan', 'diiddan', 'ma go'aansan') waxaadna u kala dhiibtaa saddex xubnood ee guddiga isku-duwidda, adoo waydiinaya inay kala tagaan meelaha looga calaamadeeyey qolka. Haddii aad la shaqaynayso dad tiro badan, waxaad kaloo ku dari kartaa calaamadah ah 'aad baan u raacsanahay' iyo 'aad baan u diidanahay' si ay kooxdu u ballaarato. Ka dooro saddex ka mid ah afarta oraahood. Kuwaan qoran mar hore ayaa si guul ah loo adeegsadey. Isla markiiba oraahda la akhriyo oo laga wada-hadlo, ardayda calaamadaha kala wadata waxay masuul ka yihiin inay kooxdoodu doorato wakiil warbixin siiya kooxda weyn. Maaddaama oraanshuhu ku qoran yihiin dhabarka calaamadaha waxay ardayda ka caawinaysaa inay kooxaha caawiyaan.

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn waxaa lagu magacaabaa Nashaad Raacsan ama Diidan wuxuuna kaaga baahan yahay inaad qolka dhexdiisa ku dhex socoto aadna kala hadasho fikraddaada dadka kale. Waxaa jira saddex qof, oo mid kastaa u hayo calaamadda 'raacsan' 'diidan' ama 'ma go'aansan'. Waxaan akhrin doonaa oraah ku saabsan daroogooyinka waxaad u dhaqaaqdaa xagga calaamadda aadka ugu habboon fikraddaada ama ra'yigaaga. Horjoogaha kooxda ayaa markaas dhammaantiin idiin weyddiin doona inaad ka hadashaan sababaha aad u doorateen calaamadda aad uga jawaabteen oraahda. Koox kastaaba waxay dooran doontaa wakiil warbixin ka siiya jawaabahooda intayada kale. Oraahyadu ma lahan jawaab sax ama khalad ah waxaana loo kala fasiran karaa siyaabo kala duwan. Waxa kaliya oo muhiimka ah waa fasiraadaada. Waxaan idiin xusuusinyaa inuusan Nashaadni dood ahayn. Oraahda ugu horraysaa waa…

NASHAAD 2aad (15 daqiiqo)

Dooro saddex ama afar oraahood. Kuwaan waxaa si guul ah loo adeegsadey mar hore.

1. Khamrigu aad buu uga xun yahay daroogooyinka sida ecstasy-ga ama horuwiinta.

2. Way uga khatar badan tahay wiilka inuu khamri cabbo gabadha.

3. Waalidiinta ayaa saamaynta ugu weyn ku leh dadka dhallin-yarada ah.

4. Khamriga iyo waxbarashada daroogada kale waa xilka waalidka.

5. Dadka dhallin-yarada ah waxay badiba macluumaadkooda xagga daroogooyinka ka helaan saaxiibada, taleefishinka iyo warbaahinta kale.

6. Waxbarashadu waxay saamayn yar ku leedahay wax doorashada dadka dhallin-yarada ah inay xiiseeyaan cabbidda sigaarka.

7. Badiba dadka qaan-gaarada ah waxay doorashooyin macquul ah ka sameeyaan markii ay arrinta daroogooyinka ah jirto.

NASHAAD 3aad (20 daqiiqo)

Mala-Abbaar 1: Munaasabadda Weyn

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

- Si loo abuuro wada-hadal, korna loogu qaado fahanka mowduuca sigaar ku cabbidda goobaha dadweynaha u furan.

Bidhaamin

- Nashaadn wuxuu si fiican u shaqeeyaa haddii ardaydu xoogaa carbbis ah sameeyaan. Waa nashaad ku habboon in lagu adeegsado kulannada Xoogsade, maaddaama ay ku jiraan ka-qayb-galayaal dhegaystayaal ah.

- Arrinta muhiimka ah ee in la fahmo ah waa in dadka guddiga ah iyo kuwa dhagaystayaalka ah ay labaduba door cayaarayaan, sidaas darteed waxaa muhiim u ah ardayda inay ahaadaan jilayaasha, dhagaystayaalkuna ay su'aalo weydiiyaan ka shaqaysiiya fikradaha jilayaasha.

- Waad qaybin kartaa su'aalaha la haysto qaarkood si aad u bilowdo shaqada, ama waxaad siin kartaa magacyada jilayaasha dadka kooxaha yar-yar ku kala jira aadna u sheegto inay ayagu su'aalahooda keensadaan. Arrintan dambe waxay kaloo dhiiri-gelinaysaa wada-hadalka ka dhaxeeya xubnaha dhagaystayaalka ah.

- Ardayda guddiga ku jirta ku dhiiri-geli inay is-caawiyaan haddii midkood su'aaluhu ku adkaadaan. Adigoo hore u diyaarsada qaar jawaab-celinada ah waa habka Nashaad loo fududayn karo.

- Xirashada ugu yaraan hal shay waa wax mar kasta waxtar leh.

Qeexidda Nashaadka

Isku-duwaha ardaydu wuxuu akhrinayaa mala-abbaarka, ka-dibna:

- wuxuu dadka barayaa xubin kasta oo guddiga ka mid ah
- wuxuu ugu yeerayaa inay in yar ka hadlaan naftooda ayna fikraddooda ka dhiibtaan sigaar-cabbidda
- wuxuu socodsiinayaa shaqada su'aalo-weydiinta:
  - wuxuu xubnaha dhagaysteyaalka ah ugu yeerayaa inay su'aalo weydiiyaan xubnaha guddiga
  - wuxuu dhagaystayaalka xusuusinyaa inay ayaguna kaalintooda jilaan lagana rabo inay su'aalo weydiiyaan ka shaqeysiiya fikradaha jilayaasha.
  - wuxuu kicinayaa dhagaystayaalka, haddii loo baahdo, ama wuxuu siinayaa kaararka su'aalaha.

NASHAAD 3aad (20 daqiiqo)

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn waxaa lagu magacaabaa Mala-Abbaarka waxaana ku jira dhowr jilayaal oo guddi ka mid ah kuwaas oo fikraddooda ka bixinaya sigaar-cabbidda. Dhageystayaalka waxaa loogu yeeri doonaa inay weydiiyaan su'aalo ka shaqeysiiya fikradaha jilayaasha guddiga ku jira. Xaalladdan mala-abbaarka ah waxay tahay in munaasabad cayaareed aad u ballaaran lagu soo qaban-qaabiyey ________________________ (ku qor magaca meesha lagu qabanyao). Waxaa jiri doona maaweelo waqtiga-barkiis ah, oo ay ku jiraan jilayaal soo bandhigi doona xarrago muujinaysa moodadii ugu dambeysey. Waa munaasabad Xaawo-furan leh. Waxaa jirta buuq ah bal inay qaban-qaabiyeyaashu ogoladaan sigaar-cabbidda. Haddaba si looga caawiyo inay go'aankan gaaraan, waxay jecel yihiin inay wax ka maqlaan xubnaha dadweynaha waxayna casuumeen guddi wakiillo ah oo ka dooda mowduucan.

Maareeyaha Shirkadda Tubaakada (Mr Hoosh Guuleed)

Maareeyaha Shirkadda Tubaakada: Waxaan qabaa inuusan jirin caddayn sax ah oo ah in sigaar-cabbiddu waxyeellayso caafimaadka. Waa ganacsi sharci ah, waxaan kaloo shaqo siiyaa kumanaan dad ah oo haddii kale gaajoon lahaa. Kuma aan khasbo dadku inay sigaarka cabbaan, ayagaa doortay.

Tababaraha Fayo-Dhowrka (Mr Boodboode Cigaal amase Ali Xoog-weyn)

Tababaraha Fayo-Dhowrka: Waxaan qabaa dadka aan sigaarka cabin inay ka caafimaad badan yihiin kuwa sigaarka cabba sababtoo ah sigaar-cabiddu waxay yaraysaa awoodda sambabka. Haddii aad doonayso inaad gaarto halka cayaaraha ugu sarraysa – sigaar ha cabin!

Qof-aan-sigaarka cabin (Mr Shiikh Ali 55)

Qof-aan-sigaarka cabin: Waxaan qabaa neef (asmo) waxaana keena sigaar-cabbidda. Waxaan qabaa in sigaar-cabbidda laga dhigo sharci-darro, sababtoo ah sigaar-cabbidda agtayda lagu cabbo ayaa xiiq igu ridda. Sigaar-cabbayaashu waa dad danaystayaal ah!

Dhakhtar (Dr Kiniini/Dr Duraaye)

Dhakhtar: Waxaan qabaa, waliba waan hubaa, in sigaar-cabbiddu tahay sababaha ugu weyn ee keena dhimashooyinka daroogada la xirriira. Sigaar-cabbiddu waxay sababtaa kansarka sambabka iyo waliba sigaar-cabbidda laysku ag-cabbaa waxay kaloo keentaajirro. Sigaar-cabbiddu kaliya wax ma disho, ee waxay dad badan u keentaa caafimaad tayo hoose leh. Sigaar-cabidda waa in la mamnuucaa.

ACTIVITY 3 (20 minutes)

Sigaar-yacab qaan-gaar ah (Mr Said Elmi/ Farah Ahmed 15 jir ah)

Sigaar-yacab Qaangaar ah: Eeg, sigaarka waan cabbaa, waana OK, anigaana doortay. Waan jeclahay; waa wax xiiso badan saxiibaday oo dhan way cabbaan sidayda oo kale. Waa cudurdaar macquul ah inaan dhammaantayo waqtiga iskaga dhumino, waana iska dayn karaa markii aan doonaba; anigu ma ahi qof wax caado ka dhigtay oo aan iska joojin karin.

Sigaar-yacab (Cigaal 85 jir ah)

Sigaar-yacab: Waxaan cabbayey baakad sigaar ah maalin kasta ilaa iyo 12 jirkeygii waligayna wax jirro ah ma arag noloshayda. Anigu waxaan caddayn u ahay in sigaar-cabbiddu sax tahay, dadka waxa hayaana waa bunkum! Sigaar-cabbiddu waxay dejisaa maskaxdayda; waad garanaysaa waxay igu caawisaa inaan is-dejiyo (raaxaysi).

La-Taliye Maaliyadeed (Mr Hassan Boorsa-weyne)

La-Taliye Maaliyadeed: Waxaan qabaa in sigaar-cabbiddu ay qaali tahay lacagtana luminayso. Saddex baakad asbuucii waa $30, ama $1500 sannadkiiba. Qof sida Cigaal oo kale ah, waxay u tahay $120,000 waa noloshiisa oo dhan, waxay u goysaa guri-yunid aad u raaxo badan ee guriga howl-gabka ah.

Wakiilka Moodada (Mr Xarrago))

Wakiilka Moodada: Waxba kama qabo haddii dadkayga dhallin-yarada ah ee moodada jilaa ay sigaarka cabbaan sababtoo ah wuxuu ka joojinayaa inay cunto badan cunaan, waxaana jeclaan lahaa in dadka moodadu inay xoogaa dhanka caatada xigaan. (sow anagoo dhan ma jeclin sidaas?) uma ogoli inay sigaarka cabbaan marka ay xarragoonayaan, dabcan, meelaha qarsoon hadday ku cabbaan waa wax fiican. Wuxuu ku caawiyaa in madaxoodu u' dego.

Xoogsade Joojiyey Sigaar-cabidda (Mr Mabeeneeye)

Xoogsade Sigaar-cabidda Joojiyey: Waa yahay, waxaan qabaa in sigaar-cabbiddu ay tahay caado xun. Waa caafimaad darro waxayna bulshada ugu fadhidaa lacag aad u fara badan. Sigaar-cabidda waa in la mamnuucaa. Aniga waa shaqadayda inaan dadka ku caawiyo inay sigaar-cabbidda joojiyaan.

Faallooyinka Isku-Duwaha Ardayda

Waxaad tiraahdaa arrintan inay ahayd wada-hadal waxtar leh waxaadna dhageysteyaasha uga mahadisaa gacantii ay ka geysteen inay weydiiyeen su'aalo kicinaya xubnaha guddiga. Waxaad ku gaba-gabysaa in guddigu ka sii fiirsanayo uuna gaari doono go'aano la xirriira mowduuca sigaar-ku-cabbidda munaasabadda cayaareed ee la soo jeediyey.

Mr Hoosh Guuleed

Waxaan qabaa inaysan jirin caddayn sax ah oo ah in sigaar-cabbiddu waxyeellayso caafimaadka. Waa ganacsi sharci ah, waxaan kaloo shaqo siiyaa kumannaan dad ah oo haddii kale gaajoon lahaa. Kuma aan khasbo dadku inay sigaarka cabbaan, ayagaa doortay.

(Mr. Nick O'Teen)

Mr Boodboode Cigaal

Waxaan qabaa dadka aan sigaarka cabin inay ka caafimaad badan yihiin kuwa sigaarka cabba sababtoo ah sigaar-cabiddu waxay yaraysaa awoodda sambabka. Haddii aad doonayso inaad gaarto halka cayaaraha ugu sarraysa – sigaar ha cabin!

(Ms. Verity Fit)

Ali Xoog-Weyn

Waxaan qabaa dadka aan sigaarka cabin inay ka caafimaad badan yihiin kuwa sigaarka cabba sababtoo ah sigaar-cabiddu waxay yaraysaa awoodda sambabka. Haddii aad doonayso inaad gaarto halka cayaaraha ugu sarraysa – sigaar ha cabin!

(Mr. Barry Fit)

Shiikh Ali 55 jir ah

Waxaan qabaa neef (asmo) waxaana keena sigaar-cabbidda. Waxaan qabaa in sigaar-cabbidda laga dhigo sharci-darro, sababtoo ah sigaar-cabbidda agtayda lagu cabbo ayaa xiiq igu ridda. Sigaar-cabbayaashu waa dad danaystayaal ah!

(Mildred aged 55)

Dr Kiniini

Waxaan qabaa, waliba waan hubaa, in sigaar-cabbiddu tahay sababaha ugu weyn ee keena dhimashooyinka daroogada la xirriira. Sigaar-cabbiddu waxay sababtaa kansarka sambabka iyo waliba sigaar-cabbidda laysku ag-cabbona waxay kaloo keentaa jirro. Sigaar-cabbiddu kaliya wax ma disho, ee waxay dad badan u keentaa caafimaad tayo hoose leh. Sigaar-cabidda waa in la mamnuucaa.

(Dr. Penny Cillin)

Dr Duraaye

Waxaan qabaa, waliba waan hubaa, in sigaar-cabbiddu tahay sababaha ugu weyn ee keena dhimashooyinka daroogada la xirriira. Sigaar-cabbiddu waxay sababtaa kansarka sambabka iyo waliba sigaar-cabbidda laysku ag-cabbona waxay kaloo keentaa jirro. Sigaar-cabbiddu kaliya wax ma disho, ee waxay dad badan u keentaa caafimaad tayo hoose leh. Sigaar-cabidda waa in la mamnuucaa.

(Dr. Steth A. Scope)

Mr Said Elmi

Eeg, sigaarka waan cabbaa, waana OK, anigaana doortay. Waan jeclahay; waa wax xiiso badan saxiibaday oo dhan way cabbaan sidayda oo kale. Waa cudurdaar macquul ah inaan dhammaantayo waqtiga iskaga dhumino, waana iska dayn karaa markii aan doonaba; anigu ma ahi qof wax caado ka dhigtay oo aan iska joojin Karin.

(Winnie Blue)

Farah Ahmed 15 jir ah

Eeg, sigaarka waan cabbaa, waana OK, anigaana doortay. Waan jeclahay; waa wax xiiso badan saxiibaday oo dhan way cabbaan sidayda oo kale. Waa cudurdaar macquul ah inaan dhammaantayo waqtiga iskaga dhumino, waana iska dayn karaa markii aan doonaba; anigu ma ahi qof wax caado ka dhigtay oo aan iska joojin Karin.

(Benny Hedges aged 15)

Cigaal 85 jir ah

Waxaan cabbayey baakad sigaar ah maalin kasta ilaa iyo 12 jirkeygii waligayna wax jirro ah ma arag noloshayda. Anigu waxaan caddayn u ahay in sigaar-cabbiddu sax tahay, dadka waxa hayaana waa bunkum! Sigaar-cabbiddu waxay dejisaa madaxayga; waad garanaysaa waxay igu caawisaa inaan is-dejiyo (raaxaysto).

(Bob aged 55)

Ms Hassan Boorsa-weyne

Waxaan qabaa in sigaar-cabbiddu ay qaali tahay lacagtana luminayso. Saddex baakad asbuucii waa $30, ama $1500 sannadkiiba. Qof sida Cigaal oo kale ah, waxay u tahay $120,000 waa noloshiisa oo dhan, waxay u goysaa guri yunid ah oo aad u raaxo badan ee guriga howl-gabka ah.

(Ms Lotta Cash)

Mr Hassan Boorsa-weyne

Waxaan qabaa in sigaar-cabbiddu ay qaali tahay lacagtana luminayso. Saddex baakad asbuucii waa $30, ama $1500 sannadkiiba. Qof sida Cigaal oo kale ah, waxay u tahay $120,000 waa noloshiisa oo dhan, waxay u goysaa guri yunid ah oo aad u raaxo badan oo guriga howl-gabka ah.

(Mr. Lotta Cash)

Mr Xarrago

Waxba kama qabo haddii dadkayga dhallin-yarada ah ee moodada jilaa ay sigaarka cabbaan sababtoo ah wuxuu ka joojinayaa inay cunto badan cunaan, waxaana jeclaan lahaa in dadka moodadu inay xoogaa dhanka caatada xigaan. (sow anagoo dhan ma jeclin sidaas?) uma ogoli inay sigaarka cabbaan marka ay xarragoonayaan, dabcan, meelaha qarsoon hadday ku cabbaan waa fiican. Wuxuu ku caawiyaa in madaxoodu u' dego.

(Tamara)

Mr Mabeeneeye

Waa fiican, waxaan qabaa in sigaar-cabbiddu ay tahay caado xun. Waa caafimaad darro waxayna bulshada ugu fadhidaa lacag aad u fara badan. Sigaar-cabidda waa in la mamnuucaa. Aniga waa shaqadayda inaan dadka ku caawiyo inay sigaar-cabbidda joojiyaan.

(Will Power)

NASHAAD 3aad (20 daqiiqo)

<u>Su'aalo sambal ah</u>

Su'aalahan waxaa loo adeegsan karaa inay ardayda ka caawiyaan inay isku diyaariyaan munaasabadda waalidka, ama waxaa loo qaybin karaa dadka dhagaystayaasha ah inta munaasabadda lagu jiro si ay u noqoto wax xiise-geliye ayaga.

Su'aasha ku-socota: **Maareeyaha Shirkadda Tubaakada**

Habeenkii si fiican ma u seexataa adiga oo og in dad badan ay u jirran yihiin sabab ka timid badeecadaada?

Su'aasha ku-socota: **Maareeyaha Shirkadda Tubaakada** Waa hagaag, Mr Hoosh Guuleed, waxaad sheegaysaa inaysan jirin caddayn sax ah oo ah in sigaar-cabbiddu sababto kansarka sambabada, haddaba maxay yihiin istiikarrada yay-yar ee digniinta ah, sida *sigaar-cabbiddu wax bay dishaa*, iska tuur baakadka?

Su'aasha ku-socota: **Dhakhtarka**
Ma jirtaa in saamaynta sigaar-cabbidda qofka agtiisa lagu cabbo ay aad ugu xun tahay, mise Shiikh Ali baa qof cabasho badan ah?

Su'aasha ku-socota: **Dhakhtarka**
Hadda, calaa-kuli-xaal, sidee baad Cigaal wax ugu sharxaysaa oo ah 85 jir walina aad u caafimaad qaba?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Qaan-gaarka ah**
Miyaad ka walwalsan tahay caafimaadkaaga, ama in kansarka sambabku kugu dhaco?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Qaan-gaarka ah**
Maxaad ugu malaynaysaa inaad iska dayn karto sigaar-cabbidda markii aad doonto, ayadoo la sheegay in nikotiin-ku looga qabatin badan yahay herowiinka?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Qaan-gaarka ah ama Xoogsade joojiyey sigaar-cabbidda**
Qiyaasta dadka kurayada ah ee sigaarka cabba waxay u muuqataa mid badanaysa, gaar ahaan gabdhaha. Maxaad ugu malaynaysaa sababta ay isaga dhaga-tirayaan digniinta?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Qaan-gaarka ah**
Maxaa kugu kalifay inaad bilowdo sigaar-cabbidda markii kuugu horreysey? Ma waxay ahayd caddaadiska kaaga yimid facaaga?

Su'aasha ku-socota: **Tababaraha Fayo-dhowrka**
Muxuu yahay Jai-ga booda, miyuusan sigaarka cabin, ahayna billad-qaataha Olympikada? Miyaysan Shane Warne, Pete Samparas iyo Tiger Woods ahayn dadka cayaaraha ku caanka ah oo sigaarkana cabba?

Su'aasha ku-socota: **Tababaraha Fayo-dhowrka**
Haddii qof sigaarka aad u cabbi jirey uu iska daayo, caafimaadkiisu ma sii fiicnaanayaa?

Su'aasha ku-socota: **La-Taliyaha Maaliyadeed**
Miyaadan u malaynayn haddii dadka aan loo ogolaan inay sigaarka ku cabbaan munaasabadda inay guriga iska joogi doonaan oo markaasna ay iibinta tikadhadu ay hoos u dhici doonto?

NASHAAD 3aad (20 daqiiqo)

Su'aasha ku-socota: **La-Taliyaha Maaliyadeed**
Hadda, Waxaad u muuqataa qof aad xoogga u saaraya xagga lacagta. Maxaa talo ah aad siinaysaa qaan-gaarka hadda bilaabaya caado aad qaali u ah?

Su'aasha ku-socota: **Shiikh Ali**
Waxaa kaloo qufac kuu keeni kara uumiga ka soo baxa batroolka. Ma waxaad kaloo doonaysaa in baabuurtana la mamnuuco sida sigaar-cabbidda?
Maadse tixgelisey in sigaar-cabbayaashu ay xaq leeyihiin, sidoo kale?

Su'aasha ku-socota: **Shiikh Ali**
Shiikh Ali, ma awoodi doontaa inaad cayaarta aaddo haddii loo ogolaado inay sigaarka cabbaan?

Su'aasha ku-socota: **Cigaal**
Maxaad ku oranaysaa wiilka aad awoowaha u tahay haddii uu doonayo inuu sigaar-cabbidda ku bilaabo 12 jir?

Su'aasha ku-socota: **Cigaal** Waxaad u muuqataa in xoogaa dhibaato kaa haysato neefsiga; ma u malaynaysaa inay la xirriirto sigaar-cabbidda?

Su'aasha ku-socota: **Cigaal**
Waxaa muuqata inaad si xun u qufacayso. Maka fakartey inaad dhakhtar aragto?

Su'aasha ku-socota: **Wakiilka Moodada**
Maxay yihiin ogaysiisyada TV ee muujinaya duuduubka afka iyo ilkaha jaallaha ah ee laga qaado sigaar-cabbidda- runtii sidaas kuma qurxoona qofka moodada jila?

Su'aasha ku-socota: **Wakiilka Moodada**
Ma ka fakartaa caafimaadka dadkaaga moodada jila? Maxaad u malaynaysaa haddii la siiyo nafaqo habboon si ay tamar u yeeshaan?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Xoogsadaha ah ee joojiyey Sigaar-cabbidda**
Hadda, Mr Mabeeneeye, shaqadaadu waa inaad ka caawiso dadka inay iska joojiyaan sigaar-cabbidda. Maxaad talo ah oo aad siinaysaa Cigaal iyo qofka qaan-gaarka ah? Aad bay uga daahday in Cigaal ka fakaro inuu sigaar-cabbidda iska daayo?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Xoogsadaha ah ee joojiyey Sigaar-cabbidda**
Mr Mabeeneeye, ma rumaysan tahay haddii aad qof kasta ka joojiso sigaar-cabbidda inaad shaqo beelayso. Taasi ma ka walaacsan tahay?

Su'aasha ku-socota: **Qofka Xoogsadaha ah ee joojiyey Sigaar-cabbidda**
Qofka qaan-gaarka ah wuxuu sheeganayaa inuu iska joojin karo sigaar-cabbidda markii kasta oo asagu/ayadu ay doonto. Ma u haysaa wax talo ah asaga./ayada?

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Mala-Abbaar 2aad: Khamri ‘iyo Dhaantayn

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

<u>Ujeeddada</u>

- Si loo abuuro wada-hadal ku saabsan mowduuca khamriga lagu cabbo xafladaha dadweynaha oo ay ka midka yihiin naaddiyada cayaaraha

Bidhaamin

- Nashaadn wuxuu si fiican u shaqeeyaa haddii ardaydu xoogaa carbbis ah sameeyaan. Waa nashaad ku habboon in lagu adeegsado kulannada Xoogsade, maaddaama ay ku jiraan ka-qayb-galayaal dhegaystayaal ah.
- Arrinta muhiimka ah ee in la fahmo ah waa in dadka guddiga ah iyo kuwa dhagaystayaalka ah ay labaduba door cayaarayaan, sidaas darteed waxaa muhiim u ah ardayda inay ahaadaan jilayaal, dhagaystayaalkuna ay su’aalo weydiiyaan ka shaqaysiiya fikradaha matalayaalka.
- Waad qaybin kartaa su’aalaha la haysto qaarkood si aad u bilowdo shaqada, ama waxaad siin kartaa magacyada matalayaalka dadka kooxaha yar-yar ku kala jira aadna u sheegto inay ayagu su’aalahooda keensadaan. Arrintan dambe waxay kaloo dhiiri-gelinaysaa wada-hadalka ka dhaxeeya xubnaha dhagaystayaalka ah.
- Ardayda guddiga ku jirtaa ku dhiiri-geli inay is-caawiyaan haddii midkood su’aaluhu ku adkaadaan. Adiga oo hore u diyaarsada qaar jawaab-celino ah waa sida Nashaad loo fududayn karo.
- Xirashada ugu yaraan hal shay waa wax mar kasta waxtar leh.

<u>Qeexidda Nashaadka</u>

Isku-duwaha ardaydu wuxuu akhrinayaa mala-abbaarka, ka-dibna wuxuu shaqada u wadi doonaa sidaan:

- Wuxuu tabarucyaal uga yeerayaa dhagaystayaalka si ay u matalaan Madaxa Dhul-seeraha Madadaalada (Recreation Reserve President)
- wuxuu dadka barayaa xubnaha guddiga ka mid ah, wuxuuna ugu yeerayaa inay in yar ka hadlaan naftooda
- wuxuu guddiga u soo bandhigayaa su’aalaha carbiska
- wuxuu xubnaha dhagaysteyaalka ah ugu yeerayaa inay su’aalo weydiiyaan xubnaha guddiga
- wuxuu dhagaystayaalka xusuusinyaa inay ayaguna kaalin jilayaan lagana rabo inay su’aalo weydiiyaan ka shaqeysiiya fikradaha jilayaasha
- wuxuu dhiiri-gelinayaa dhagaystayaalka, haddii loo baahdo, ama wuxuu siinayaa kaararka su’aalaha

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn waxaa lagu magacaabaa Mala-Abbaarka. waxaana ku jira dhowr jilayaal oo guddi ka mid ah kuwaas oo fikraddooda ka bixinaya bal in khamriga la ogolaado iyo in kale meesha munaasabadda qoob-ka-cayaarka Dhaantada. Dhageystayaalku waxaa loogu yeeri doonaa inay weydiiyaan su'aalo ka shaqeysiiya fikradaha jilayaasha guddiga ku jira. Xaalladdan mala-abbaarka ah waxay tahay in sannadkii hore Guddiga Dhul-Seeraha Madadaalada ee Magaalada Gaalkacayo ay go'aamiyeen inay qabtaan munaasabadda cayaarta Dhaantada taasoo lacag loogu ururinayo naadiga kubadda cagta, kubadda salladka, kirikedka iyo teeniska. Magaalada Gaalkacayo maysan qaban munaasabadda cayaarta Dhaantada ilaa iyo 30 sano taas oo bulshadu aad uga heshay soo noolaynta dhaqankaas. Waxay ahayd guul weyn. Faa'iido weyn ayaa laga sameeyey loona qaybiyey naaddiyada oo dhan. Naaddiyada oo dhan waxay hadda bilaabeen horumarin lagu sameeyey qalabkooda. Si kastaba ha ahaatee, badiba faa'idada munaasabaddaas waxay ka timid iibka khamriga, ayadoo dhallin-yarada dhaantaysa ee da'da yar, shirkado iyo martiba ay u suurto-gashay inay ka gataan ayna ku cabbaan khamriga halkaas. Tani waxay keentay dareen weyn. Waxaa la soo jeediyey in sannadkan munaasabadda cayaarta Dhaantada aan khamri lagu gadin; iyo xataa mid qofku keensadoba. Guddiga Dhul-Seeraha Madadaalada wuxuu qaban-qaabiyey shir dadweyne si ay uga caawiyaan inay go'aan ka gaaraan waxa sannadkan la samayn lahaa.

<u>Guddiga</u>

Arday	Hooyada Dhaanteeyaha ayada lafti-geeduna ahaan jirtey dhaanteeye hore iyo Madaxa Naadiga Kubadda Salladka- Xaawo Taako
Xubin Dhagaysteyaasha	Madaxa Dhul-Seeraha Madadaalada –Haange/Hiirad Xaabsey
Arday	Wakiilka booliiska iyo TAC- Saajin Cunaaye
Arday	Tababaraha dhaanteeyeyaasha- Fadumo Dheer
Arday	Dhaanteeyaha munaasabadda sannadkan- Layla Caddeey
Arday	Dhaanteeye sannadkii hore- Shamso Xaaji
Arday	Saamile Dhaanteeye-hore ah, Madaxa Naadiga Kubadda-Cagta- Joodhays Hassan

1. **Xaawo Taako- Hooyada dhaanteeyaha, ayaduna ahayd dhaanteeye hore iyo Madaxa Naadiga Kubadda Salladka**

____
(Magaca Ardayga)

Character Notes

Waxaad ku noolayd Magaalada Gaalkacayo noloshaada oo dhan. Waxaad ka mid ahayd kuwii ugu dambeeyey dhallin-yaradii dhaantada cayaari jirtey 1971dii. Waxaad ahayd cayaartooy kubadda Salladka haddana waxaad tahay Madaxa Naaddiga Kubadda-Salladka. Gabadhaadu waxay doonaysaa inay dhaantayso noqoto sannadkan. Aad baad uga walaacsan tahay mowduucan. Maaddaama aad tahay Madaxa Naadiga Kubadda-Salladda waxaad aad ugu faraxsan tahay lacagaha badan ee soo galaya naaddiga. Waxaad kaloo aad ugu faraxsan tahay in bulshadu ay soo noolaynayso dhaqankan cayaarta dhaantada ayna cid walba wadajir uga shaqaynayso. Waxay ka mid ahayd riyooyinkaaga in gabadhaada yar ay maalin dhaantada ku dheeli doonto hoolkii aad adiguba ku dheeli jirtey. HASE YEESHEE, sheekooyinka aad ka maqlayso khamri cabkii dadka dhallin-yarada ah sanadkii hore ayaa aad uga walwalsan tahay. Waxaad jeceshahay in wax walbaaba ay fiicnaadaan ayna u fududaadaan sidii markii aad gabadha yar ahayd. Adigu khamriga waad cabtaa marmar, hase ahaatee runtii si fiican uma jeclid. Waxaad jeclaan lahayd in dadka dhallin-yarada ah ay sugaan ilaa iyo inta ay ka weynaanayaan oo ay khamriga cabbi karaan, halkaasna dhibaatadu ku dhammaato.

Su'aalo

Soo-bandhigaha: Xaawo, maxay yihiin fikradahaaga ku saabsan munaasabadda cayaarta dhaantada ee la soo jeediyey?

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Xaawo: Waan jeclahay cayaarta dhaantada. Anigu cayaarta dhaantada waxaan cayaaray 30 sano ka-hor, mar kastana waxaan rabey inay ayaduna gabadhaydu barato dhaantada. Xataa waxaan u kaydiyey labbiskaygii oo hadda ay xiran doonto- waa wax fiican, waxaan filayaa inay sidaas yeeli doonto. Calaa kulli-xaal, arrintaas waa habeen muhiim u ah nolosha gabadha yar. Naaddiga Kubbadda Salladku wuxuu ku faraxsan yahay inuu qayb ka noqdo uuna lacag u ururiyo kor loogu qaado qalabka gabdhaha.

Soo-bandhigaha: haddaba wax dhib ah uma aragtid in khamro lagu cabbo munaasabada cayaarta dhaantada?

Xaawo: Markii aan bartay cayaarta dhaantada wax khamro ah laguma cabbi jirin. Anigu wali khamriga aad uma cabbo. Runtii khamriga ma jecli. Waxaan jeclaan lahaa inaan helno munaasabadihii qoob-ka-cayaarka aan dheeli jirney halkaas oo qof kastaa asagoo faraxsan dheeli jirey. Dhallin-yaradan waa inay u dhaqmaan oo sugaan 'ilaa ay ka weynaadaan oo khamriga sharciyan ka cabbi karaaan'.

Su'aasha ka socota k/qaygalayaasha

Soo-bandhigaha: Xaawo sow ku lama ahan in Naadigaaga Kubbadda Salladku ay waajibkiisa tahay inuu hubiyo inaad dhiiri-gelisid nidaamyada khamri-cabbidda ammaanka ah?

Xaawo: Runtii sidaas kama aan fakarin. Waxaan ula jeedaa, waqtigayga waxaan gashey inaan abaabulo garsooreyaal cayaareed, kooxaha ka shaqaysiiyo iyo tababareyaasha. Miyaysan xilkooda ahayn dugsiyada iyo waalidiinta inay hubiyaan inaan carruurtu akhlaaq xumaan? Sidaas waxaan ula jeedaa, anigu markaan yaraa, haddaan gabdho nahay weligayo kama fakarin inaan khamri cabno. Waxaan jeclaan lahaa hadda inaan arrinta la sii adkayn.

2. Haange/Hiirad - Madaxa Dhul-Seeraha Madadaalada – (tabaruc ka socda dhagaysteyaalka)

Faallada Jilaha

Waxaad ku noolayd Magaalada Gaalkacayo noloshaada oo dhan. Waxaad ahaan jirtey qof cayaartooy heer sare ah. Dhawaan waxaad ka fariisatay shaqadii, haddana waxaad diyaar u tahay inaad waqtigaaga firaaqada ah geliso sidii loogu soo celin lahaa Dhul-Seeraha Madadaalada bilicdiisii hore. Waxaad rumaysan tahay inay noqon doonto waxa ugu fiican degmada. Waxaad jeceshahay inaad biirka cabto, khamriga iyo cayaaruhuna waa iskugu kaa mid. Waxaad ogtahay in lacagta badan ay ka timaaddo (ka soo gasho) iibka khamriga. Waxaad rumaysan tahay inay tahay xilka waalidiinta dadka dhallin-yarada ah inay hubiyaan inaysan dhicin khamri-cabbid dadka da'yarta ah. Waxaase kaa caraysiiyey in qaar ka mid dadka wanaagga wadaa ay halis gelinayaan dhakhligan faa'idadu ugu jirto bulshada oo dhan.

Su'aalo

Soo-bandhigaha: maxay yihiin mashaariicda laga bilaabay Dhul-Seeraha Madadaalada sababtoo ah lacagtii laga helay munaasabadii cayaartii dhaantada.

Haange/Hiirad: war Carraale (magaca soo-bandhigaha) waan ku faraxsanahay inaad su'aashaas I-weydiiso. Naaddiga Teenniska wuxuu nalal ku xiray afar garoon, asbuuca soo socdana afartaas garoon waxaa lagu wareejin doonaa shabaq dib-u-soo-boodidda celiya. Naaddiga Kubadda Salladda waxay kaloo go'aansadeen inay ku sii wareejiyaan wax aan lagu sidban. Waxay kaloo qorshaysatay in la hagaajiyo qolalka marwooyinku dharka isaga beddelaan. Naadiga Kubadda Cagtu wuxuu dhisay jiim. Naaddiga Kirikedkuna waxay dhiseen meel cusub. Keliya inaad meeshaas is-gayso weeye oo aad bolonboolo (lab) hesho. Waa meel heer sare ah.

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Soo-bandhigaha: markaas runtii wax lacag kale ah uma baahnid?

Haange/Hiirad: haa, wali waxaan bixinnay ma jirto. Waxaan u baahan doonnaa inaan qabano ilaa 10 munaasabad qoob-ka-cayaarka dhaantada si aannu daymaha isaga bixinno oo aanu ugu laabano madowga (faa'idada) mar labaad.

Soo-bandhigaha: sidee bay muhiim ugu ahayd iibka khamrigu faa'idadii sannadkii hore la helay?

Haange/Hiirad: waxay ahayd doolshaha waxa dhadhanka u yeelaya. Iibka tikidhadu wuxuu daboolayey kharashyadayada, hase ahaatee iibka cabbitaanku ayaa faa'idada badan ka imaaneysey. Haddii aan ka dhigno adigu-keenso-khamrigaaga, waxay noqonaysaa inaan dulsaarno lacag badan tikadhada oo waliba aanan wax badan oo lacag ah ka helin.

Su'aasha ka socota ka-soo-qaybgalayaasha

S: Waxaan ka socda Beesha Riverview Community Care waxaana su'aashayda weydiinayaa Haange/Hiirad Xaabsey. Haange/Hiirad Miyaad la socotaa adigoo ah Madaxa naaddiga qabanaya munaasabadda cayaarta dhaantada, inaad adigu shakhsiyan bixin doonto waxa alla wixii ganaaxyo ah oo la xirriira khamriga laga iibiyo carruurta ka yar 18 sano?

Haange/Hiirad: Bal eeg, anagu waxaan nahay bulsho aad iskugu xiran. Dad wadajira baan nahay. Taas waxaa raaca, aniga khaladkayga maahan haddii ay carruurtu helaan xoogaa hal ama laba cabbitaan ah. Waalidiintooda ayey tahay inay hubiyaan in carruurtoodu cabto liimoonaatiga. Calaa-kulli-xaal, yaa waqti u haya uu warsado kaararka aqoonsiga (ID)? Waxaan aad ugu daalney iibka khamriga sannadkii hore. Waad ogtahay qofna ma rabo inuu naftiisa dhibo.

3. Saajin Cunaaye - Wakiilka Booliiska iyo TAC

____

(magaca ardayga)

Faallada Jilaha

Waxaad booliis ka ahayd Magaalada Gaalkacayo ilaa intii 10 sano ah. Waxaad jeceshahay bulshadaada waxaadna rabtaa inaad xirriir fiican la yeelato qof kasta halkan. Waxaad ciyaari jirtey fuutiga iyo kirikedka waxaadna ka mid tahay taageerayaashooda sar-sare, hase ahaatee, waxaad dhawaan goob-joog ka ahayd natiijadii dhowr shil-waddo oo ay sababtay cabbitaanka khamriga ee xad-dhaafka ah. Tani waxay kuu keentay inaad u adkaysan weydo xaddiga khamriga ee la cabbo cayaarta ka-dib. Runtii, waxaad iska deysey tegidda xafladaha naaddiyada si aadan ugu muuqan munaafaq. Waxaad jeclaan lahayd in naaddiyadu ay xil dheeraad ah iska saaraan siday u hubin lahaayeen in shuruucda cabbitaanka khamriga la ilaaliyo iyo in dariiqooyinka khamri-cabbidda ammaanka ah la raaco. Waad ku farxi lahayd munaasabadda cayaarta dhaantada haddii laga joojiyo dhallinta da'da yar oo khamriga ku cabbaysa.

Su'aalo

Soo-Bandhigaha: Saajin Haange, adigoo sharci fuliye ah, ma ku faraxsan tahay munaasabadda cayaarta dhaantada ee lagu qabanayo magaalada Gaalkacayo in lagu gado khamriga?

Saajin Cunaaye: Mar haddii shuruucda oo dhan la ilaalinayo, wax dhibaata ah kama jiraan.

Soo-Bandhigaha: Waxaa laysku eedeeyey in sanandkii hore, ay dhacday dad da' yar ay munaasabadda khamri ku cabbeen. Miyeysan taasi sharciga jebinayn?

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Saajin Cunaaye: Haa, waa run in khamri-cabka da' yarta uu yahay sharci jebin. Tani waxay dumin kartaa naaddiga waxayna ugu kici kartaa saaxiibkay Haange/Hiirad madax-weyne ahaan kharash lacag fara badan ah. Khamri-cabbihii kasta ee da'da yar waxaa isla goobta lagu ganaaxayaa $50. Guddigana waxaa la ganaaxayaa ilaa $4000 maaddaama ay siiyeen una ogolaadeen in dadka da'da yar inay meesha khamriga ku cabbaan, iyo ayadoo ay u ogolaadeen dadka da'da yar inay goobta yimaadaan ayadoon waalidkood la socon. Naaddigu wuxuu kaloo hortagayaa Guddiga Ruqsadaha Laysanada waxaana la sii ganaaxi karaa ilaa $3000. Arrinta mowduucan oo dhan waa wax ku adag booliiska sidayda oo kale ah. Waan garowsanahay baahida in lacag loo ururiyo naaddiga, waxaan kaloo garowsanahay sida ay u fiican tahay in laysugu yimaaddo wadajir ahaan cawaysyada naaddiga, hase ahaatee, haddii aysan naaddiyadu sharciga si adag u ilaalinayn, markaas waxaan ka cabsanayaa inay igu khasabto inaan socodsiiyo sharciga. Kolkaasna, nasiib-darro, waxaan u muuqanayaa inaan ka soo horjeedo bulshada halkii aan u shaqayn lahaa.

Su'aalaha ka socda ka-soo-qaygalayaasha

S: Waxaan ka mid ahay Guddiga Naaddiga Kirikedka su'aashayduna waxay u socotaa Saajin Cunaaye. Waxaad u muuqatey mid ka niyad-jabsan intii aad naaddiga joogtey cayaartii ka-dib, haddii aan si fiican u xusuusto, waxaad la tumanaysey intayada kale. Maxaad habeenkaas cayaarta dhaantada fasax ugu soo qaadan weydey.

Saajin Cunaaye: Waqtiyadii way is-beddeleen, waan baqayaa. Uma baahni inaan dhammaantiin idiin xusuusiyo masiibadii labadii shil baabuur oo xanuujisay bulshadeena sannadkii hore. Naftii dadkaas dhallin-yarada ah waxay u dhimatay sabab ka timid khamri-cabbitaan xad-dhaaf ah. Dadka dhallin-yarada ah runtii si khatar ah bay u cabbaan khamriga, anaguna haddaan nahay dad waaweyn waa inaan ka sii fakarnaa sidee iyo sababtee ayey sidaani u dhacaysaa. Waxaan jeclaan lahaa munaasabada cayaarta dhaantadu ay sidaas ku socoto mar haddii cid kasta oo arrintan danaynaysaa ay xil iska saarto inay hubiso inaan wax sharci ah la jebin. Markaas uma baahnidiin inaad I-weydiisaan inaan ahay dayace ama munaafaq. Waa inaan socdsiiyaa sharciga.

4. <u>Fadumo Dheer-</u> Tababaraha dhaanteeyeyaasha

____
(magaca ardayga)

Faallada Jilaha

Waxaad jeceshahay cayaarta. Qoob-ka-cayaarku waa waxa kuugu muhiimsan adiga. Waxaad u riyaaqsan tahay in la soo nooleeyo dhaqankii munaasabada cayaarta dhaantada. Waxaad ka xumaatay in sannadkii hore dadka dhallin-yarada ah ay 'si fiican' u cayaareen oo keliya laba qoob-ka-cayaar. Waxaad rumaysan tahay in munaasabadda dhaantada ay noqoto barnaamij ah qoob-ka-cayaar rasmi ah oo markaasna aysan dhicin wax dhibaatooyin khamri-cabbitaan ah.

Su'aalo

Soo-Bandhigaha: Ma u malaynaysaa inay lagama maarmaan u tahay in khamriga lagu iibiyo munaasabadda cayaaraha dhaantada?

Fadumo: Maya, marnaba maya. Munasabadda cayaartu waa inay noqotaa habeen wacan oo qoob-ka-cayaar ah. Habluhu waa inay jaanta la boodaan gacantana qabsadaan nimanka sida wacan u boodaya. Miyaad aragtay waxa ku dhacay dadka qoobka ka cayaaraya marka ay khamriga cabbaan? Tallaabadoodaba wey illaawaan. Way is-ruxaan ama meeraystaan ayagoon jiibta raacayn. Waxay noqdaan wax kala daadsan-shaatiyadu ka lushaan, timuhu isku-dhexyaacaan. Wax aad iyo aad u xun weeye in la fiirsado.

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Soo-Bandhigaha: Kolkaas waxaan oran karaa aad baad uga niyad-jabsanayd cayaartii dhaantada ee sannadkii hore?

Fadumo: Waan ku qaracmay. Waxaas dhallin-yaro ah ee quruxda badan aad bay u shaqeeyeen markii ay tababarka qaadanayeen. Way bilicsanaayeen. Hadde miyaad aragtay siday u qoobka cayaarayeen? Cajiib, wax alle raali ka yahay bay ahayd. Intas ka-dib khamri-cabbid baa bilaabatay. Maxay tahay munaasabad ciyaareedka haddii dhaantadii layska illaawey oo qof waliba u fariistay khamri cabbid halkuu ka dhaantayn lahaa?

Su'aalaha ka socda ka-soo-qaygalayaasha

S: Fadumo, miyaad tixgelisey in munaasabadda cayaarta dhaantada iyo habkii hore ee qoob-ka-cayaarka ay dhaqan duug ah oo waa hore ah yihiin iyo in dadka dhallin-yarada ah ay ku caajisayaan? Ma u malaynaysaa inay taasi tahay sababta ay habeenkaas aadka khamriga ugu cabbayeen?

Fadumo: Fadlan, fadlan, dhallin-yarada oo dhan yaan laysku qaadin, dhallin-yarada oo dhan khamri ma cabbayn. Qaarkood bay ahayd. Way jecel yihiin qoob-ka-cayaarka waxaa kaloo jirta in jaaska Ameericanku uu yahay hadda moodada socota. Meelo badan oo lagu qoob-ka-cayaaro baan u baahannahay. Haddii qof kastaa qoob-ka-cayaaro, markaas khamri cabbidba ma dhacdeen. Hooyooyin, aabeyaal, walaalo iyo walaalley – qof kasta ha-qoob-ka-cayaaro.

5. Layla Caddeey - Dhaantayso munaasabadda sannadkan

____

(magaca ardayga)

Faallada Jilaha

Waxaad jirta 16 sano. Waxaad dhigataa Sannadka 11aad. Waxaadna doonaysaa inaad cayaarto dhaantada. Waxaad haysataa koox fiican oo saaxiibo ah oo aad mid walba isku fiican tihiin. Maadan helin wiil-saaxiibkaa ah oo joogto ah. Waxaad ka qaybgashay dhowr xafladood. Hooyadaa iyo aabahaa ma doonayaan inaad khamriga cabto ilaa aad ka weynaato. Ilaa hadda, maadan ka qaybgalin wax xaflado ah oo lagu cabbayo khamri badan. Waxaad u malaynaysaa inaad weynaatey ayna ilbaxnimo tahay in khamriga la cabbo waxaadna u jeellan tahay bal inaad isku daydo. Waxaad rumaysan tahay haddii aad gaartey inaad dhaantada cayaarto, inaad sidaas oo kalena khamriga ku cabto xafladaha.

Su'aalo

Soo-Bandhigaha: Layla, ma waxaad doonaysaa inaad samayso cayaarta dhaantada?

Layla: Maba sugi karo. Waxaan haystaa dharka aadka ugu qurxoon. Waxaan baranaa madadaalashada ugu fiican ee sida loo qoob-ka-cayaaro ama dhaanteeyo. Ninkayga runtii lama quuri karo. Aabbe iyo hooyaba way faraxsan yihiin. Waxaan aabahay barayey sida loo qoob-ka-cayaaro, si uu aniga iila qoob-ka-cayaaro. Hooyo waxay leedahay marna ma arag hadda ka-hor asagoo si fiican u qoob-ka-cayaaraya. Qaraabadayda oo dhan waxay u imaanayaan inay daawadaan sidoo kalena saaxiibaday way joogaan. Aad baan u faraxsanahay.

Soo-Bandhigaha: Sannadkii hore waxaa jirtey xaflad la qabtay 'dhaantada ka-dib'. Ma ka qaybgalaysaa?

Layla: Sidee u gafaa taas? Qof kastaa wuxuu yiri waxay ahayd cajiib. Qorshaha way noogu jirtaa, sidee baanu iskugu dul-dhici doonnaa.

Soo-Bandhigaha: Immisa ayaad jirtaa?

Layla: lix-iyo-toban.

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Soo-Bandhigaha: Waalidiintaadu ma ogyihiin inaad khamri ku cabbi doonto munaasabadda cayaarta dhaantada?

Layla: Arrintaas kamaanu hadlin, hase ahaatee qof baa ii sheegay haddii aad barato cayaarta dhaantada inay la mid tahay adigoo noqday qof weyn oo kale. Haddaba haddii lay ogol yahay cayaarta dhaantada, markaas dee waan gaarey da'dii khamri cabbidda.

Su'aalaha ka socda ka-soo-qaygalayaasha

S: Layla, miyaadan wax ka qabin in cayaartaada dhaantadu kaa xumaanayso haddii adiga amase saaxiibadaa aad khamriga cabtaan?

Layla: Waa wax xiiso leh. Qof kastaa wuu furfurmaa ka-dib markuu xoogaa khamri ah cabbo. Waxba ma dhacayaan waad ogtahay. Xoogaa ayaa dadku daan-daamaa, kuwaa dhalooyinka tuur-tuura, hase ahaatee wax xun ma dhacaan. Lama mid aha anagoo isku daldalayna heroowiin amase wax aad u xun samaynayna.

6. Shamso Xaaji Dhaanteeyihii Sannadkii Hore

____
(magaca ardayga)

Faallada Jilaha
Waxaad jirtaa 17 sano sannadkii hore ayaad dhaantada baratay. Waxaad haysataa wiil-saaxiib joogto ah, hase ahaatee waxaad kala tagteen munaasabaddii cayaarta dhaantada sanadkii hore. Waxaad u malaynaysey in barashada dhaantadu ahayd waxa kuugu fiican oo aad hesho, hase ahaatee waxay kugu noqotay wax riyo ah. Hadda wax saaxiibo badan ah ma lihid, dareenkaaguna aad buu u hooseeyaa mana niyad fiicnid. Waxaad tagtaa ciiddaas wax ka badan oo xaflado ah oo aad mar kasta khamriga ku sarqaanto. Tani waxay kaa caawisaa inay kaa qariso niyad xumada kaa haysata xagga wiil-saaxiib la'aanta.

Su'aalo
Soo-Bandhigaha: Ma ku faraxday inaad sannadkii hore cayaarta dhaantada barato?

Shamso: Wax xiiso badan bay ahayd.

Soo-Bandhigaha: Uma ekid inaad faraxsan tahay. Manna siin kartaa fahfaahin dheeraad ah?

Shamso: Haa, runtii xafladda cayaarta dhaantada aad bay u fiicnayd, hase ahaatee runtii haddana waxay igu noqotay habeenkii iigu xumaa ee noloshayda.

Soo-Bandhigaha: Maxaa dhacay?

Shamso: Wiilkii aan saaxiibka ahayn ilama socon – waligaa ha wadan wiilka saaxiibkaa ah. Dabcan wuu yimid, hase ahaatee aad buu khamriga ugu sarqaamay. Markii hore aad bay xiiso u lahayd aniguna khamriga baan cabbayey sidaas oo kale. Ka-dibna wuxuu noqday wax dagaal badan oo doqon ah. Wuxuu bilaabay inuu ka qosliyo gabdhaha kale lana dagaalamo nimanka kale. Xafladdu waxay ahayd mid aad u fool xun. Wuxuu la kulmay dagaal adag. Waxaan damcay inaan ka tago, hase ahaatee maan garanayn waxaan asaga ka yeeli lahaa. Xataa wuu I-kala tuuray aniga. Dharkaygii wuu dildilaacay. Wuxuu igu yiri waxyaalo xun xun. Ugu dambayntii wuu matagay wuuna suuxay.

Soo-Bandhigaha: Kolkaas ka-dib maxaa dhacay?

Shamso: Xafladdii way sii socotey. Qof kastaa wuxuu u maleynayey inuu ahaa wax balo ah. Waan ooyayey qof kastaana wuxuu ii malanayey inaan qaracan ahaa. Waan kala tagnay sababtoo ah waxii dhacay habeenkaas.

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

Su'aalaha ka socda k/qaygalayaasha

S: Shamso, miyaad u malaynaysaa habeenkaagii dhaantadu inuu fiicnaan lahaa haddii wiilka saaxiibkaa ah aysan u suurto-gasheen inuu khamriga ka gato xafladda cayaarta dhaantada?

Shamso: Kolleey mar kasta khamri wuu cabbi lahaa. Waa laga yaabaa inuusan hore aad ugu sarqaami lahayn, hase ahaatee wuxuu qorshaystay inuu hal dhalo oo Bundi ah ku cabbo xafladda. Calaa Kulli xaal, waxay noqon lahayd xaflad wacan hadduusan jirin khamrigu. Waad sarqaamaysaa wax dan ahna kama lihid waxa dadku kuu malaynayaan. Naftaada ayaa is-baab'inaysa.

7. Joodhays Hassan - Saamile Dhaanteeye-hore ah, Madaxa Naadiga Kubadda-Cagta-

____
(Magaca Ardayga)

Faallada Jilaha

Waxaad tahay nin aftahan ah. Waad heshaa hadalka oo adiga mar kasta waa lagu maqlaa. Waxaad mar kasta tahay cod-kar. Waxaad neceb tahay dhammaan hadallada saqajaanimada ah oo siyaasad ahaantana saxda ah, mar kastana waxaad tiraahdaa waxa runta ah (isbig waa isbig). Intaad danayso, waxaad qabtaa in ninka ragga ah noqdo mid khamriga ku qubaysta, waddani sigaarka midba-mid ku daara, haddii kale nin jiraba maahan. Waxaad rajaynaysaa in wiilashaadu sidaadii oo kale noqdaan markii aad yarayd. Waxaad qabtaa in naaddiga kubadda cagtu uu yahay meesha raggu ku noqdaan rag, halkaas oo khamriguna qayb ka yahay xafladda naaddiga. Waxaad diidan tahay in dadku xataa ka fakaraan fara-gelinta shaqada Naaddiga Kubadda Cagta.

Su'aalo

Soo-Bandhigaha: Waa yahay Joodhays, ma kula tahay in xafladda cayaaraha dhaantada aan khamri la keenin/

Joodhays: Bal ii kaadi, walaal! waxa keliya oo aad ii sheegaysaa ma aan fiirsannaa meel mayd ah. Dabcan waa inaan meesha khamri ku iibino. Waad maqlaysey Haange iyo Hiirad. Maan samayneyn buskudka xorxoshka ah haddii ay qallayl ahaan lahayd. Waxba ha dhagaysan Xaawo Taako. Dan la'aan looguma bixin Xaawo fudud. Waxay qabtaa haddaanu nahay ragga inaan guuxayaga ka dheeraynay, hase ahaatee waxaa noo qarsoonaa darmuusyadeena iyo dhalooyinkeena. Khamri-cabbiddu waxay ka mid tahay koritaanka. Waan ku faraxsanaa in khamriga la cabbo wiilkayga sannadkii hore munaasabaddii cayaaraha dhaantada.

Soo-Bandhigaha: Immisa ayuu jiraa wiilkaagu?

Joodhays: Lix-iyo-toban. Eeg waxaan barayey sida khamriga loo cabbo afartii sano ee ugu dambaysey. Waxaan siin jirey cabbitaan si uu u barto. Xataa waxaan u gadi jirey biirka uu u qaato xafladaha si uusan u xadin ama uusan rabashad ku gelin siduu u gadan lahaa. Hadda wuu isku filan yahay. Waxaan u gadaa khamriga fudud, hase ahaatee wuxuu igu yiri khamrigaasi waa kan gabdhaha, sidaas darteed waxaan u gaday tan sare. Hadda aniguu buska igu reebi doonaa, wiilkan xumi. Haddaba, sow ima oran doontid inaanan ahayn waalid qayrul masuul ah.

Su'aalaha ka socda ka-soo-qaygalayaasha

S: Joodhays, Miyaadan dareensanayn masuuliyadda sharci adoo ah madaxa Naddiga Kubadda Cagta inaad hubiso inuu Naaddigu hirgeliyo shuruucda la xirriirta ka-gadidda iyo isticmaalka khamriga?

Joodhays: Kalab! Masuuliyadda ugu weyn ee madaxu ma inuu helo ra'iisul-wasaare baa.

NASHAAD 4aad (20 daqiiqo)

<u>Su'aalo sambal ah</u>

Su'aalahan waxaa loo adeegsan karaa inay ardayda ka caawiyaan inay isku diyaariyaan munaasabadda waalidka, ama waxaa loo qaybin karaa dadka dhagaystayaasha ah inta munaasabadda lagu jiro si ay u noqoto wax xiise-geliye ayaga.

Xaawo sow kulama ahan in Naadigaaga Kubbadda Salladku ay waajibkiisa tahay inuu Hubiyo inaad dhiiri-gelisid nidaamyada khamri-cabbidda ammaanka ah?

Waxaan ka socda Beesha Riverview Community Care waxaana su'aashayda weydiinayaa Haange/Hiirad Xaabsey. Haange/Hiirad Miyaad la socotaa adigoo ah Madaxa naaddiga qabanaya munaasbadda cayaarta dhaantada, inaad adigu shakhsiyan bixin doonto waxa alla wixii ganaaxyo ah oo la xirriira khamriga laga iibiyo carruurta ka yar 18 sano?

Waxaan ka mid ahay Guddiga Naaddiga Kirikedka su'aashayduna waxay u socotaa Saajin Cunaaye. Waxaad u muuqatey mid ka niyad-jabsan intii aad naaddiga joogtey cayaartii ka dib, haddii aan si fiican u xusuusto, waxaad la tumanaysey intayada kale. Maxaad habeenkaas cayaarta dhaantada fasax ugu soo qaadan weydey.

Fadumo, miyaad tixgelisey in munaasabadda cayaarta dhaantada iyo habkii hore ee qoob-ka-cayaarka ay dhaqan duug ah oo waa hore ah yihiin iyo in dadka dhallin-yarada ah ay ku caajisayaan? Ma u malaynaysaa inay taasi tahay sababta ay habeenkaas aadka khamriga ugu cabbayeen?

Layla, miyaadan wax ka qabin in cayaartaada dhaantadu kaa xumaanayso haddii adiga amase saaxiibadaa aad khamriga cabtaan?

Shamso, miyaad u malaynaysaa habeenkaagii dhaantadu inuu fiicnaan lahaa haddii wiilka saaxiibkaa ah aysan u suurto-gasheen inuu khamriga ka gato xafladda cayaarta dhaantada?

Joodhays, Miyaadan dareensanayn masuuliyadda sharci adoo ah madaxa Naddiga Kubadda Cagta inaad hubiso inuu Naaddigu hirgeliyo shuruucda la xirriirta ka-gadidda iyo isticmaalka khamriga?

<u>Faallada Isku-Duwaha Ardayda</u>

Waxaad tiraahdaa arrintan waxay ahayd wada-hadal aad u waxtar badan, waxaadna u mahad celisaa dhagaystayaasha gacan-siintoodii ay su'aalaha xiisaha leh ku weydiinayeen xubnaha guddiga. Waxaad hadalka ku soo xirtaa in guddigu ka sii baaraan-degi doonaan ayna go'aamin doonaan in khamri loo ogaalaado munaasabadda cayaarta dhaantada.

Xaawo Taako

Waxaan ku noolaa halkan noloshayda oo dhan. Waxaan ka mid ahaa kuwii ugu dambeeyey dhallin-yaradii dhaantada cayaari jirtey 1971dii. Waxaan ahaa cayaartoy kubadda Salladka waagaygii haddana waxaan ahay Madaxa Naaddiga Kubadda-Salladda. Gabadhaydu waxay doonaysaa inay dhaantada cayaarto sannadkan. Hase ahaatee, aad baan uga walaacsanahay mowduucan khamriga. Dhinaca kale, aad baan ugu faraxsanahay lacagaha badan ee soo galaya naaddiga, waxaan kaloo aad ugu faraxsanahay in bulshadu ay soo noolaynayso dhaqankan cayaarta dhaantada ayna cid walbaa wadajir uga shaqaynayso. Hase ahaatee, waxaan ka walaacsanahay sheekooyinka aan ka maqlayo khamri-cabbidda dadka dhallin-yarada ah. Runtii si fiican uma jecli khamriga, waxaana jeclaan lahaa in dadka dhallin-yarada ah ay sugaan ilaa iyo intay ka weynaanayaan oo ay khamriga ka cabbi karaan, halkaasna dhibaatadu ku dhammaato.

(Netty Nostalgia)

Haange Xaabsey

Waxaan ku noolaa halkan noloshayda oo dhan, waxaan ahaan jirey qof cayaartoy heer sare ah. Hadda waxaan ka fariistay shaqadii, waxaana eegayaa inaan badiba waqtigayga firaaqada ah geliyo sidii loogu soo celin lahaa Dhul-Seeraha Madadaalada bilicdiisii hore. Waxaan rumaysanahay inay noqon doonto waxa ugu fiican degmada. Waxaan jeclahay cabbitaanka khamriga ee bulshanimada leh inta aan dareensanahay khamriga iyo cayaaruhu waa iskugu kay mid. Guulihii lacageed ee sannadkii hore laga helay munaasabadda cayaarihii dhaantada badideedu waxay ka timid iibka khamriga. Waxay ila tahay inay u taal waalidiinta inay ka ilaaliyaan carruurta yar yar khamriga. Waxaase iga caraysiiyey in qaar ka mid dadka wanaag doonka ah ay halis gelinayaan dhakhligan waxtarka ah oo faa'idada badanna ugu jirto bulshada oo dhan.

(Henrietta Parkes)

Hiirad Xaabsey

Waxaan ku noolaa halkan noloshayda oo dhan, waxaan ahaan jirey qof cayaartoy heer sare ah. Hadda waxaan ka fariistay shaqadii, waxaana eegayaa inaan badiba waqtigayga firaaqada ah geliyo sidii loogu soo celin lahaa Dhul-Seeraha Madadaalada bilicsanidiisii hore. Waxaan rumaysanahay inay noqon doonto waxa ugu fiican degmada. Waxaan jeclahay cabbitaanka khamriga ee bulshanimada leh inta aan dareensanahay khamriga iyo cayaaruhu waa iskugu kay mid. Guulihii lacageed ee sannadkii hore laga helay munaasabadda cayaarihii dhaantada badideedu waxay ka timid iibka khamriga. Waxay ila tahay inay u taal waalidiinta inay ka ilaaliyaan carruurta yar yar khamriga. Waxaase iga caraysiiyey in qaar ka mid dadka wanaag doonka ah ay halis gelinayaan dhakhligan waxtarka ah oo faa'idada badanna ugu jirto bulshada oo dhan.

(Henry Parkes)

Saajin Cunaaye

Waxaan booliis ka ahaa Magaalada Gaalkacayo ilaa intii 10 sano ah. Waan jeclahay bulshadan waxaana doonayaa inaan xirriir fiican la yeesho qof kasta halkan. Waxaan ciyaari jirey fuutiga iyo kirikedka waxaana ka mid ahay taageerayaashooda sar-sare, hase ahaatee, waxaan dhawaan goob-joog ka ahaa natiijadii dhowr shil-waddo oo ay sababtay cabbitaanka khamriga ee xad-dhaafka ah. Tani waxay ii keentay inaan u adkaysan waayo xaddiga khamriga ee la cabbo cayaarta ka-dib. Runtii, waxaan iska daayey tegidda xafladaha naaddiyada si aanan ugu muuqan munaafaq. Waxaan jeclaan lahaa in naaddiyadu ay xil dheeraad ah iska saaraan siday u hubin lahaayeen in shuruucda cabbitaanka khamriga la ilaaliyo iyo in dariiqooyinka khamri-cabbidda ammaanka ah la raaco. Waxaan ku farxi lahaa munaasabadda cayaarta dhaantada inay socoto haddii laga joojiyo dhallinta da'da yar oo khamriga ku cabbaysa.

(Sergeant Holmes)

Faadumo Dheer

Waxaan jeclahay qoob-ka-cayaarka. Qoob-ka-cayaarku waa waxa iigu muhiimsan aniga. Waxaan u riyaaqsanahay inaan soo nooleeyo dhaqankii munaasabada cayaarta dhaantada. Waxaan ka xumaaday in sannadkii hore dadka dhallin-yarada ah ay ‘si fiican’ u cayaareen oo keliya laba qoob-ka-cayaar. Waxaan rumaysanahay in munaasabadda dhaantada ay noqoto barnaamij qoob-ka-cayaar rasmi ah oo markaasna aysan dhicin wax dhibaatooyin khamri-cabbitaan ah.

(Tania Deltango)

Layla Caddeey

Waxaan jiraa 16 sano, waxaana dhigataa Sannadka 11aad. Waxaan doonayaa inaan cayaaro dhaantada. Waxaan haystaa koox fiican oo saaxiibo ah oo aan mid walba isku fiicannahay, in kastoo aanan hadda helin wiil-saaxiibkay ah. Waxaan ka qaybgalay xoogaa xaflado ah, hase ahaatee mid kasta kama qaybgalin sababtoo ah khamri-cabbid badan ayaa ka jirtey. Hooyaday iyo aabahay ma doonayaan inaan khamriga cabbo ilaa aan ka weynaado. Shakhsiyan waxaan u malaynayaa inay tahay garaadsi iyo ilbaxnimo in khamriga la cabbo waxaana u jeellanahay bal inaan isku dayo. Waxaan rumaysanahay haddii aan gaarey inaan dhaantada cayaaro, inaan sidaas oo kalena khamriga ku cabbi karo xafladaha.

(Lily White)

Shamso Haji

Waxaan jiraa 17 sano sannadkii hore ayaan sida loo cayaaro dhaantada bartay. Waxaan haystey wiil-saaxiib joogto ah, hase ahaatee waxaan kala tagnay munaasabaddii cayaarta dhaantada sanadkii hore. Waxaan u malaynayey in barashada dhaantadu ahayd waxa iigu fiican oo aan helo, hase ahaatee waxay igu noqotay wax riyo ah. Hadda wax saaxiibo ah oo saas u badan ma lihi, waxaana dareemayaa inaan lunsanahay oo aanan niyad fiicnayn. Waxaan tagaa ciiddaas wax ka badan oo xaflado ah oo aan mar kasta khamriga ka cabbo. Waxaan filayaa in tani iga qarisay niyad xumada iga haysata xagga wiil-saaxiib la'aanta.

(Shaza Been)

Joodhays Hassan

Waxaan jeclahay inaan fikradayda ku socdo hadalkaygana la maqlo waana ku farxsanahay sidaas. Waxaan mar kasta ahaa cod-kar. Waxaan necebahay dhammaan hadallada saqajaanimada ah oo siyaasad ahaantana saxda ah, mar kastana waxaan iraahdaa waxa runta ah (isbig waa isbig). Ninka ragga ah waa inuu noqdo mid khamriga ku qubaysta, waddani sigaarka midba-mid ku daara, haddii kale nin jiraba maahan. Naaddiga kubadda cagtu waa meesha raggu ku noqon karaan rag, waligayna ma maqal wax ka fool xun meel la leeyahay khamrigu qayb kama ahan xafladda naaddiga. Waxaan diidanahay fikradda dadka ku fakaraya fara-gelinta shaqada Naaddiga Kubadda Cagta.

(Jack Blunt)

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

Kursiga Kulul

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

- Si loo muujiyo siday u adag tahay in go'aan la sameeyo iyo, waliba gaar ahaan, in degdeg loo sameeyo mararkii uu qofku dareensan yahay in la gacan bidixaynayo.
- In la muujiyo fikradaha kala duwan oo ay wada wadaagaan dadka dhallin-yarada ah ee xaalladahan oo kale ku jira.

Bidhaamin

- Muhiim maahan go'aanka la sameeyaa, sababtoo ah wuxuu ku xiran yahay tayada doodda la sameeyo. Waxa xoogga la saarayaa waa inuu noqdaa soo saaridda faa'idooyinka iyo waxyeelloyinka iyo u furfurnaanta ay ka soo qaybgalyaashu u yeeshaan arrimahaas.
- Iska ilaali erayada'Fiican' ama 'xun' ama 'Malaa'ig' ama 'Shayddaan' oo la xirriira damiirka, maaddaama ay tani keenayso ka-gar-niqid go'aanadii la sameeyey. Xusuusi ardayda in habka yaraynta waxyeellada daroogada aysan xoogga saarayn inay sax ama khalad tahay isticmaalka daroogadu. (La socodsii qeexiddeeda yaraynta waxyeellada, waxaadna xusuusisaa inay ka warqabaan erayada aan habboonayn oo ku yaalla bogga 13aad ee buugga *Get Wise*). Ujeeddada nashaadku waa inay waalidiintu fahmaan siday u adag tahay in go'aan laga sameeyo xaaladaha daroogada. Marka lagu soo bandhigo dhacdo ahaan, waalidiintu waxay badanaa arki karaan inay jiraan doodo badan oo 'la-jira' ama 'ka-jira' xaalladdan, oo ah in go'aannada aysan badanaa fududayn in la sameeyo, iyo inay dadka waaweyn ay badanaa ka fakaraan xaalladda ka-hor intaysan go'aanka samayn.
- Haddii aad dareento in dhagaystayaashu diyaar u yihiin sidaas, waxaad dadka waaweyn qaarkiis ugu yeeri kartaa inay codkooda ku darsadaan, iyo inay ardayda ka helaan inay ayaga caawiyaan.
- Ardaydu waxay ku dari karaan fikrado kale meelaha bannaan ee ku yaal hoosta nashaadkii kasta ee Kursiga Kulul.
- Saddex ama afar ah nashaadyada go'aanshaha ah waa tiro fiican.
- Nashaadn waa mid ku fiican in la geeyo kullannada Xoogsade.

Faallaynta Nashaad

Isku-duwaha ardaydu wuxuu weydiinayaa dadka tabarucyaasha ah (iskaaga ah) inay ku fariistaan kursiga ka soo horjeeda ka-qayb-galayaasha. Waxaa loo akhrinayaa dhacdo waana inay isku dayaan siday u noqon lahaayeen shakhsiyaadka ku jira dhacdadaas (riwaayaddaas). Qof ayaa istaagaya labada dhinac ee kursiga kulul midkood. Kaalintiisuna waa inuu noqdo 'la-jire' ama 'ka-jire' fikradaha qofka kursiga ku fadhiya. Qofka tabarucaha ah wuxuu dhagaysanayaa doodaha ay soo jeedinayaan dadka kala jooga dhinacyada kursiga, waana inuu isku dayo inuu hor-istaago fikradihiisa/heeda, go'aankana ku saleeyo oo keliya doodihii la dhagaystey. Waxay u egtahay sidii doodaha u dhaxeeya murannada la-jira ama ka-jira arrin, qofka tabarucaha ahna waa inuu ka soo doorto qofka soo jeediyey qodobada doodda ugu qancinta badan.

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn waxaa loo yaqaan Kursiga Kulul, sababtoo ah waxaa ku jira qof tabaruc ah oo ka socda ka-soo-qayb-galayaasha oo loo dhiibey dhacdo tallamid leh (laba-labow). Marka uu ku fadhiyo 'kursiga kulul', qofku waa inuu isku dayo inuu iska dhigo sida qofkii dhacdada tallamidda ah ku jirey. Laba qof oo ka kala socda kooxda *Creating Conversations* ayaa kala noqonaya fikradaha ka-jira ama la-jira qofka kursiga ku fadhiya. Qofka ku fadhiya kursiga looma ogola wax fikrado ah oo asagu/ayadu leeyahay/dahay waana inuu keliya go'aankiisa ku saleeyaa doodda loo soo bandhigay. Haddaba, fadlan ma heli karnaa qof tabaruc ah oo ku fariista kursiga kulul, iyo in -------------------- iyo --------------------- ay kala fadhiistaan meelaha ka-jira ama la-jira fikradaha qofka kursiga ku fadhiya.

Dhacdada-Tallamidda ee ku habboon

1.	**Waxaad dhigataa Sannadka 7aad waxaad soo martay koox aad u dhib-badan oo Sannadka 10aad ah kuwaas oo sigaar cabbaya. Halkii ay kaa maagi lahaayeen, waxay ku siiyeen sigaar. Ma ka qaadanaysaa sigaarka?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira'** ____________________

• Ka qaado oo isku day inaad cabto – waxba ku yeeli-mayo	• Sigaarku waa wax xun; ha u cabin sigaarka inaad ku degto.
• Waa hal sigaar ah wayna la yaabi doonaan	• Maba taqaanid sida sigaarka loo cabbo. Sidee bay u qosol badan tahay inaad ku saxato.
• Ma qabatimaysid hal xabbo ee xoogaana jiid	• Hal xabbo ayaa lagu bilaabaa si degdeg ah ayaana u qabatimi kartaa.
• Waxaad noqonaysaa cunugga ugu caansan ardayda Sannadka 7aad haddaad la qabsato kooxdaas	• Waxaad ka qaadi kartaa kansarka sambabka. Miyaadan ku arag TV-ga xayeesintaas?
• Sigaarba gadan maysid. Ayagaa kooda ku siinaya.	• Haa, taasi waa bilowgii. Haddii aad bilowdo sigaarka wuxuu kuugu kici doonaa lacag badan.
• Sigaarku wuxuu caawiyaa inuu qaboojiyo maskaxdaada.	• Sigaarku waa dareen-wade; wuxuu kicinayaa habka-dhiska dhexe ee maskaxda.
• Waxaa ku qoran baakadka 'sigaarku waxyeelluu leeyahay' – taasi waa dadka waaweyn, adiga maahan.	• Miyaadan ku arag TV-ga xayeesiinta sheegaysa in sigaarkii kastaaba ku dhaawacayo iyo in ilkahaagu jaalle noqonayaan, timahaaga iyo dharkaaguna urayaan. Duuduubna yeelanayo afkaagu muuqaalkaaguna xumaanayo?
• Uma baahnid inaad dhuuqdid haddaadan rabin.	• Haddii lagugu qabto, ka fakar dhibaatada aad la kulmayso.
• Laguma arkayo. Carruurtu dugsiga bay sigaarka ku cabbaan. Kumaa ku arkaya?	• Adigu shakhsi noqo, waxaad rabto samee, ee ha daba-gelin dadka kale waxay kula rabaan.

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

2.	**Waxaad jirtaa 17 sano, adiga iyo afar saaxiibadaa ah ayaa lagu casuumey inaad Sabtida iyo Axadda ku qaadataan guriga xeebta ku yaal ee saaxiibkiin. Wax dad waaweyn ah halkaas ma joogaan sababta ugu weyn oo loo aadayo waa in marjuwaana la soo tijaabiyo markii ugu horreeysey. Ma yeelaysaa casuumiddaas?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira'** _____________________

• Waxaa fiican inaad isku daydo markii saaxiibadu kula jiraan, hadda ku dhaqaaq oo cab.	• Maxaa dhacaya haddii qof ku jirado ama ku dhaawacmo?.
• Saaxiibadaa baa kula jira haddii dhibi ku qabsato.	• Haa, dhibaato isku keen, taas baa kugu dhacaysa haddii waalidkaa ku ogaado. Aad bay kaaga caroonayaan.
• Waxay noqon kartaa wax aad u xiiso badan.	• Ma filayo meel lagu dhuunto oo madaxa lagu qarsado inay xiiso leedahay!
• Waa adiga iyo saaxiibadaa oo keliya – si ay ku ogaan karaan waalidiintaadu maba jirto.	• Waa sharci darro, waad ogtahay.
• Maxaad isku xariifinaysaa, waa xoogaa daroogaa, waxba kuma qabatimaysid.	• Waxaad isku keeni kartaa jirro maskaxeed, sow ma ogid buufiska.
• Qof kastaa wuu ogyahay in xoogaa daroogo ah aysan keenayn waxyeello. Maxay waxyeello isku dayiddu ay keenaysaa?	• Maxaa kugu dhacaya haddii aad aleerjiko iyo xasaasiyad ka qaaddo. Kumaa wax kuu qabanaya markaas?
• Noloshaada oo dhan waxaad la yaabi doontaa waxay ahayd. Maanta ayaad fursad haysataa.	• Ma maqashay Saykoosis (waallida)? Taasaa kugu dhici karta.
• Qof weyn baad ku tahay inaad samayso waxaad doonayso tanina waxay kuu noqon kartaa asbuuc wacan.	• Adigu qof iska dhig, qaado casuumidda, hase ahaatee haysku cabin daroogo.
• Dadku waxay kuu malayn doonaan inaad qof qabow tahay	• Waad ka shallaayi noloshaada dambe, haddii wax kaa khaldamaan.
▪ Waxaa fiican inaad isku daydo markii saaxiibadu kula jiraan, hadda ku dhaqaaq oo cab.	▪ Maxaa dhacaya haddii qof ku jirado ama ku dhaawacmo?.

3.	**Waxaad tahay waalid waxaadna ka walaacsan tahay gabadhaada yar ee 15 sano jirtaa, (Jamiilo). Dhawaan Jamiilo waxay noqotay mid xirxiran waxay joojisey inay kula hadasho, waxay kaloo bilowday inay dhibaato ku gasho dugsiga. Waxaad la yaabban tahay bal inay daroogada isticmaasho. Waxaad isku dayday inaad kala hadasho waxaad qabto, hase ahaatee wayba kugu xanaaqdey oo ku af-jigtey. Mar ay qolkeeda nadiifineysey, waxaad aragtey xusuus-qorkeeda. Miyaad akhrinaysaa?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira'** __________________

• Waa inaad akhrisaa, waa arrintii gabadhaada waxayna noqon kartaa arrin xun.	• Haddii ay wax weyn tahay way kuu sheegi lahayd. Maad akhriyi kartid, waa xusuus-qorkeedii shakhsiyeed, adigu ma lihid.
• Intaad akhriso meesheedii ugu celi, ayadoon ogaan.	• Waxaa jira siyaabo kale oo xogta lagu heli karo; weydii saaxiibadeed.
• Oo haddii meesha wax xun ka socdaana? Waad ka shallaayi doontaa haddii aadan wax ka qaban.	• Bal eeg sida aad uga xumaanayso, haddii Jamiilo ogaato inaad akhriday xusuus-qorkeedii gaar ahaaneed.
• Waxba kama qaban kartid, haddii aadan ogeyn waxa socda. Bal isha dhakhso u mari	• Sidee baad noqon lahayd, haddii qof akhristo xusuus-qorkaaga?
• Waxaa laga yaabaa inay doonayso inaad akhriso, sababtoo ah ayadoon garanayn say wax kuugu sheegto.	• Kuguma kalsoonaan doonto mar labaad; waxaad sii xumaynaysaa xirriirkiina.

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

4.	**Waxaad tahay gabar 15 Sano-jir ah oo meel xaflad ah la joogta saddex saaxiibadeed ah. Waa 11.30, aabahaa ayaa idiin qaadaya adiga iyo saaxiibadaa caawa saqda dhexe. Waalidiintaa waxay filayaan inaysan ka jirin wax khamro ah xafladda, Hase ahaatee saaxiibadaa mid ka mid ah ayaa aad u cabsan oo maba kici karto waxaana laga yaabaa inay ku matagto baabuurka aabahaa. Hadduu ogaado in meesha khamri lagu cabbaayey, waxaad la kulmi doontaa dhibaato weyn. Wali ma ku qaadaysaa baabuurka**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira' _________________**

• Waa inaad siisaa sii dhaweyn, waa saaxiibtaadii kuugu fiicnayd.	• Ha siinin sii dhaweyn, aabahaa ayaa kaa caroonaya beentii aad u sheegtay.
• Ugama tegi kartid xafladda, waa looga faa'idaysan karaa.	• Haddii ay ku matagto baabuurka, dhowr bilood baabuur ma helaysid.
• Haddii ay matagto, waxaad aabahaa u sheegtaa inay xanuunsan tahay.	• Maxaa dhibaato ugu galaysaa wax ay ayadu samaysay?
• Haddii wax ku dhacaan, waad ka xummaan doontaa.	• Ugu yeer cid kale oo guriga geysa.
• Sidee baad ku garanaysaa inaad ku aamini karto cid kale oo gaysa gurigeedii?	• Waxay raaci kartaa tagsi, keliya waxaad siisaa lacag.
• Aad bay u cabsan tahay inay raacdo tagsi oo maxaa ka iman kara darawalka tagsiga?	• Waalidiintaadu mar kale kuma aaminayaan – xusuuso waxaad ku tiri meeshan wax khamro ah laguma cabbi karo.
▪ Waa inaad siisaa sii dhaweyn, waa saaxiibtaadii kuugu fiicnayd.	▪ Ha siinin sii dhaweyn, aabahaa ayaa kaa caroonaya beentii aad u sheegtay.
▪ Ugama tegi kartid xafladda, waa looga faa'idaysan karaa.	▪ Haddii ay ku matagto baabuurka, dhowr bilood baabuur ma helaysid.

5.	**Waxaad tahay wiil 19 Sano-jir ah, walaashaa oo 15 sano-jir ahna waxay u socotaa xaflad. Waxaad la socotaa inaan meeshaas wax dad waaweyn ah joogin maaddaama marti-geliyaha waalidkiis ay fasax jiraan. Walaashaa waxay kaa codsatay inaad u soo gaddo khamro. Miyaad u soo gadaysaa?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira' _________________**

• Bal eeg, adiguba waad samayn jirtey markii aad da'deeda oo kale ahayd. Iska daa munaafaqnimada.	• Haddii wax dhacaan, adiga ayaa dusha u ridanaya.
• Waxa keliya oo aad u sheegtaa inaysan khamri badan cabbin, ama u soo gad dhalo barkeed.	• Haa, waa gabar ayadu, isma ilaalin karto. Dad kale ayaa ka faa'idaysan kara. Sidee baad wax ku waddaa?
• Adiga bay ku fiirsanaysaa, waxaad tahay walaalkeeda fiican. Ha xumayn magacaaga.	• Wax badan kuma qaadato in gabar yar oo 15 sano-jir ah ay ku sarqaanto. Sidaas waad ogtahay.
• Waa caadi. Dhallin-yarada baaluqa ah oo dhan way ku cabbaan khamriga xafladaha.	• Maxaad fali doontaa haddii ay dhibaato la kulanto?
• Waad ka fakatay! Xoogaa xiiso ah bay lahayd.	• Bal dib u' eeg xafladihii dhallinta baaluqa ah ee aad tegi jirtey. Ma u doonaysaa walaashaa inay kuwaas oo kale tagto?
• Dad kale ayaa halkaa jooga oo ilaalin doona.	• Haa, inaad diyaar u tahay inaad tagto xafladdaas adigu maahee, waa inaadan u gadin.

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

6.	**Waxaad tahay wiil/gabar 18 Sano-jir ah. Dad badan oo aad dhawaan la kulantayna waxay u cunaan xashiishka si joogto ah. Adiga iyo saaxiibkaa waxaa laydiin siiyey kiniiniga barkiis midkiiba si aad isugu daydaan. Ma isku dayi doontaan?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira'** __________________

• Waa wax yar oo bar ah waxba maahan saaxiibadaa baad la joogtaaye.	• Ma ogid waxa ku jira. Waxaa laga yaabaa inaad isticmaalayso budada saabuunta ama LSD oo soo ma noqon karaan kuwa dareenka baddala? Ma kuwaas baad rabtaa ? Khatartaas haysku gelin ?
• Waa lacag la'aan, oo waxba lacag ah lagaama rabo wax la qabatimona maahan.	• Waad is-ilaawi kartaa. Mana ogsoonid saamaynta ay kugu yeelan doonto.
• Maxaad u malaynaysaa in loogu yeero xashiishka? Waqti fiican baad qaadan doontaa waadna samayn kartaa.	• Cilmi-baaristu waxay muujisey in xashiishku sababo lumidda xusuusta-waxaana lagu magacaabaa waxyeellaynta maskaxda.
• Waxaan caqli lahayn hayska dhigin, waxay kuu malaynayaan inaad layma-laabo dhangaag tahay.	• Adigu isku kalsoonow, waxaad doonayso samee. Maxaa kaa galay dareenka dadka kale.
• Kaliya ka fakar XIISAHA, XIISAHA, XIISAHA.	• Xusuuso shuruucda Fisikiska, haddii aad gaarto meel sare, intii oo kale ayaad hoos tegaysaa. Ma waxaad doonaysaa inaad sidaas xun u fakarto?
• Halkaa waxaa jooga saaxiibadaa. Gebi ahaanteedba meeshu waa ammaan, keliya waxaad cabtaa qiyaastii biyaha ee loo baahan yahay.	• Dhammaantood khamri bay cabbayeen, mana garanayaan waxay samayn lahaayeen haddii wax ka khaldamaan.
• Nimankan ayaa adeegsada mar kastana way ku khalkhaleen.	• Waad ogtahay, in dadku u dhinto qaadashada hal kiniiniga xashiishka ah.

7.	**Waxaad tahay gabar 16 Sano-jir ah oo xaflad la joogta saaxiibadeeda fara badan. Wiil lagu yaqaan inuu yahay wiilka ugu qurxda badan xafladda ayaa ku weydiiyey in gurigaagii lagu geeyo inaad doonayso. Hadda ayuu gaarey 18 sano, laysankiisana dhawaan ayuu qaatay, asaguna khamri ayuu cabbayey hase ahaatee uma eka wax sarqaansan. Inuu ku qaado ma yeeli doontaa?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira'** __________________

• Waa kulul yahay, ee baabuurka iska raac.	• Ha raacin baabuurka, wiilkaasu waa cabsan yahay shil buuna kula geli karaa.
• Waa waqti dambe, waxaana u baahan tahay wax guriga ku geeya. Ma waqtigan ayaad waalidkaa wacaysaa?	• Waxaad qaadan kartaa tagsi.
• Tagsi ma awoodid. Lacagtaas meel kale ayaad uga baahan tahay.	• Maba garanayside, tani waxay noqon kartaa xaallad nolol iyo dhimasho middood ah. Ma waxaad rabtaa inaad ku dambayso curyaan?
• Waxba kuma gaarayaan, waad is-ilaalin kartaa. Keliya waxaad hubisaa inuu taxadaro marka uu b/buurka wadayo.	• Hadda ayuu qaatay laysankiisa, mana ahan darawal wayo-arag ah.
• In yar baad waddada Saarraanaysaan; oo wax badan b/buurka kuma jiraysaan.	• Waa arrin la wada yaqaan in badiba shilalku ka dhacaan meel gurigaaga u jirta 500 mitir.
• Waxay kaa dhigaysaa sidaani caan, bal eeg sida saaxiibadaa kaaga masayri doonaan oo cid walbaana ogaan doonto.	• Saaxiibadaa kaama masayri doonaan haddii aad ku dambayso isbitaal. Miyaadan teleefishinka ku arag ogaysiisyada TAC?

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

8.	**Waxaad jirtaa 10 Sano waxaana ku haya neef ama asmo. Saaxiibkaaga kuugu fiican aabihiis ayaa idiin wada cayaar banooniga Kubadda salladda – kooxdiina ayaa soo gaartey semi-finaalihii ugu dambaynta. B/buurka dhexdiisa ayuu sigaarka ku cabbayaa, adna waxaad ka walwalsan tahay neeftaada. Ma weydiinaysaa inuu joojiyo?**

'Ardayga 'la-jira' __________________ **Ardayga 'ka-jira' _________________**

• Waxba uma sheegi kartid waxa uu sameeyo, waa qof weyn.	• Haa, waxaa kugu dhacaya neef mana cayaari doontid.
• Asagaa leh b/buurkiisa iyo ikhtiyaarkiisa.	• Waxaad weydiisaa inuu joojiyo ilaa aad cayaarta ka tagtaan.
• Wuxuu kuu qaadan doonaa inaad xariif tahay.	• Maya, wuxuu kuu malaynayaa inaad masuul tahay.
• Kaliya dariishadda iska fur oo hawada hakuu soo gasho.	• Waxaas sigaar ah b/buurka buu ku baxayaa.
• Iska daa degdegga; waa 10 daqiiqo e'.	• Bal ka soo qaad inaad cayaarta gafto, sababtoo ah neeftii baa kugu noqotay.
• Waxbaad yeelaysaa damiirka saaxiibkaaga kuugu fiican.	• Muxuu kuu dhibayaa qof kale dareenkiisu?
• Waxaad u ekaanaysaa sidii qof cabasho badan, ee waxaas iska dhaaf.	• Warkaaga caddee, oo naftaada u dadaal
• Iska dhig wax sigaarka ku qufacaya asagaa ayaa ku garan doonee.	• Maya, haddiiba arrintu caafimaadkaaga ku xiran tahay, haka shakin.

9.	**Waxaad tahay waalidka gabar 15 sano-jir ah (Caasho). Caasho waxay rabtaa inay saaxiibadeed u raacdo riwaayad weyn. Adna arrintaas aad baad uga walwalsan tahay, miyaad u ogolaanaysaa inay raacdo?**

Ardayga 'la-jira' ___________________ **Ardayga 'ka-jira' __________________**

• Waa qof masuula oo 15 sano jir ah, saaxiibadeedna waa dad fiican.	• Waa 15 sano jir, waa ilmo yar – wax kasta ayaa ku dhici kara.
• Adba riwaayadda waad tegi jirtey markii aad da'deeda ahayd.	• Maxaad u malaynaysaa khamriga iyo daroogooyinka oo aad meelahaas oo kale ku maqasho
• Waxay kuu malaynaysaa inaadan ku kalsoonayn.	• Haa, hase ahaatee arrimuhu sidii hore way ka duwan yihiin hadda, khatartuna way ka sii badan tahay.
• Marmar waa inaad u ogolaataa inay baxdo	• U sheeg inaadan ayada ka shaki-sanayn ee dadka kale ee riwaayadda jooga aad ka shakisan tahay.
• Sharciyo iyo xadad u samee una ogolow inay baxdo, way kuu riyaaqi doontaa, waxaaba laga yaabaa inay shaqada guriga sii qabato! e'	• U soo gad CD, taas baa uga fiican inay riwaayadda aaddo.
• Inta waqtiga maalinta ah u ogolow kana soo qaad habeenka ka-hor, ama adiguba u raac.	• Waa run sharcigu wuxuu qabaa inay munaasabadahan oo kale aadi karto markii ay 17 sano jirto ee maahan 15.
• Waa inaad arrintan ka fiirsataa. Waa inaad kala hadasho ayada ka-hor intaadan go'aan gaarin.	• Maxay, war ma waxaad rabtaa inaad noqoto waalid hayeeshaalaa? War maya keliya dheh.

NASHAAD 5aad (5 daqiiqo midkiiba)

Faalloyinka Isku-Duwaha Ardayda

Isla markiiba ay dhacdada tallamku (lablabowgu) soo gaba-gabowdo, weydii su'aalaha soo socda tabarucayaasha: • Adoo kusalaynaya doodihii aad dhagaysateen, muxuu yahay go'aankaagu? • Qodobkee ayaa aad kuugu qanciyey inaad go'aankaas samayso? • Wax dhib ah ma ka dareentay inaad gaarto go'aankaas?

NASHAAD 6aad (10 daqiiqo)

Fikradaha Daahsoon 1 – Faarax

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

Si loo soo saaro fikradaha aan lagu hadlin (la caddayn), sababo dhowr ah awgood, hase ahaatee ku leh saamayn weyn wada-hadalka dhacaya..

Bidhaamin

- Nashaadn wuxuu u baahan yahay carbis ka badan kuwa kale.
- Waxaa laga yaabaa inaad jisho dhacdada si ay ugu habboonaato bulshada dugsigaaga.
- Waxaa fiicnaan lahayd in qof weyn wado wada-hadalka fikradaha daahsoon asagoo la kaashanaya isku-duwaha ardayda.

Faallaynta Nashaad

Riwaayaddan waxaa loo samayn karaa dhowr siyaabood. Fikradaha daahsoon waxaa laga soo saari karaa dhacdada ayadoo hal qof jilo 'maskaxda' ka dambaysa qofka jilaaga ah. Si loo badiyo saamaynta, jilayaasha fikradaha daahsoon waxaa loo galin karaa dhar madow ama waxay la shaqayn karaan batannada 'jooji' ama 'daar', oo remood lagu wado. Sidaas baddelkeeda waxaad ka soo-qaybgalyaasha weydiin kartaa waxa uu jilaa kastaa ka fakarayo oo uusan sheegayn. Tani waxay kaloo keeni kartaa fursadda in laga hadlo nooca waalidnimada la muujiyey.

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn soo socdaa wuxuu ku saabsan yahay wiil 16 sano-jir ah oo loo yaqaan Faarax iyo labadiisa waalid, Faandhe iyo Dhoofa. Ujeeddada Nashaadn waa in lagu soo saaro waxa ay ka fakarayaan jilayaashu , hase ahaatee aysan sheegayn, waxaa kaloo jirta in jilaa kastaa ay ka dambayso 'maskax'. Faarax wuxuu ku maqnaa guriga saaxiibkiis Sabtidii iyo Axaddii, waalidiintii waxay hore u yimaadeen guriga ayagoon la filayn oo ay kor yimaadeen wiilashii oo marjuwaana cabbaya. Waxaan Jilaynaa dhacdada Faarax iyo waalidiintiisa.

Jilayaasha	Ay matalaan
Hooyo: Dhoofa	
Aabbe: Faandhe	
Wiilka: Faarax	

HOOYO: War Faandhe waa inaad la hadashaa wiilkan. Arrintan waa khatar. Waa inaad arrintan wax ka qabataa, Faandhe. Wiilka aabihiis baa tahay.

AABBE: Okay, waan yeeli, keliya bal arrinta deji.

HOOYO: Farax waxaan oo kale ma sameeyeen haddii adigu ku adkaan lahayd. Wuxu waa daroogo, Faandhe, Marawaanuhuna waa sharci darro. Waxaa duufsaday wiilkaas.

AABBE: Waa inaad is-dejisaa Dhoofa. Waa 16 sano jir- waa waqtigii uu asagu go'aankiisa yeelan lahaa.

HOOYO: Ha ii-sheegin waxaas, maxaan isku dejiyaa, Faandhe.

[[*Aamusnaan*]

AABBE CODKIISA: Waatan mar labaad bay bilowday, buuqeedii caadiga ahaa, hadda waa inaan faraha la galaa waxaas.

HOOYO CODKEEDA: Muxuu Faandhe sheegayaa anuu i-leeyahay is-deji. Xaq baan u leeyahay inaan qayliyo. Anigaa wiilka hooyadiis ah.

[Faarax baa soo galay]

FAARAX: Hooyo, Aabbe Asalaamu Calaykum. Aad baan u baahanahay, dibi waa cuni karaa.
HOOYO: [oo si fiican faarax u fiirinaysa.] Sidee bay indhahaagu yihiin Faarax?
FAARAX: Maxaad sheegaysaa?
HOOYO: Faarax, aabahaa baa doonaya inuu kula hadlo. Miyaadan la hadlayn, Faandhe.
AABBE: Faarax, Kaalay oo halkan fariiso. Bal aan wada hadalno e'.
HOOYO: arrinta iska adkee, Faandhe, adkee.
AABBE: kow, bal xaggee jirtey xalayto, Faarax? Ma waxaad la jirtey Deeq?
FAARAX: Maxaad ka waddaan? yaa, Deeq baan la jirey; banooniga ayaan baarkinka ku dheelayney.

[*Aamusnaan*]

FAARAX CODKIISA: bal waxaas daya, maxaa laga wadaa meeshan? Waxbaa jira ma xumaan filayaa.

HOOYO: Naar gale, Faarax. Halkee baad ka heshay?
FAARAX: Ma banooniga? Guriga Deeq.
HOOYO: War aniga wiilyahow xumi hay sirin. Waxaan taleefoon ka helay Deeq hooyadiis. Miyaad ogtahay ceebta lay sheegay? Anna teennas baan la dheelay haweenkaas!
AABBE: [*Is-deji*] Halkee baad ka heshay Faarax?
FAARAX: Waxaan helay markii aan lugaynayney.

HOOYO: Halkee baad xaaraanta ka heshay markaas?
FAARAX: Waxaa loo yaqaan hooyadii waallayd waxaana na amaahshey Deeq walaalkiis.

[*Aamusnaan*]

FAARAX CODKIISA: Waa wareey, waa laygu qabtay hadda. Uma sheegayo inaan anigu keenay. Waan iska maaweelin doonaa. HOOYO CODKEEDA: Waa ceeb weyn. Waligay uma qabin in waxaas Faarax igu samaynayo. Waxaan noqon doonaa tan looga sheekaysto Naaddiga Teeniska.

AABBE: Haddaba Faarax, waxaan filayaa inaad ka xun tahay arrintaas.
FAARAX: Waan ka xumahay, okay.
AABBE: Bal eeg, Dhoofa, wiilku wuu ka xun yahay arrintaas.
HOOYO: [*oo qaylinaysa*] Waan ka xumahay! Waan ka xumahay keliya maxay taraysaa. Waa in la ciqaabaa… waa inaad adigu ciqaabtaa.
AABBE: Haddii wiilku arrinta ka xun yahay, waxaan filayaa inaan aaminno oo uusan mar labaad u noqon. Sow sax maahan, Faarax.
FAARAX: Haa, waa sax, mar kale uma noqonayo. Okay, Hooyo, waan ballan-qaaday.

[*Aamusnaan*]

AABBE CODKIISA: Hah, waxaan gefey cayaarihii sookarka, waxaa fiicnayd arrintan inaan galo markii ay Dhoofa maqan tahay. Wax saas u xun maahan, Faarax waxaas wax ka xun buu sanmayn karaa. Waxan waa licib sigaar. HOOYO CODKEEDA: Aniga maxaan mar kasta wax u edbiyaa? Faandhe ciidduu isku qariyaa markii ilmaha tarbiyadoodu timaaddo. Anigu waan ku noogay waxaas oo kale.

HOOYO: Faandhe, markan oo kale waxaan kaa rabaa inaad igu taageerto. Maxaad iigu taageeri weydey oo wiilkan ciqaab adag u marin weydey.
AABBE: Haddii aad xoogaa is-dejin lahayd, arrintan si fiican baan wax uga qaban lahayn. Keliya waxaa la rabaa inaad is-dejiso, Dhoofa.
HOOYO: Adiga waa gartaa Faandhe, adigu lama cayaareysid Teeniska haweenkaas berrito. Waxay u haystaan inaan hooyo xun ahay. Faarax, waan caraysanahay.

[*Stop*]

Faallada Isku-Duwaha Ardayda

Markii la joojiyo jillidda, su'aalaha soo socda weydii ka soo-qaybgalayaasha:

- Maxay yihiin fikradaha suurta-galka ah oo ay jilayaashu qabi karaan?
- Qofna wax faallo ah ma ka bixin karaa sida ay waalidiintu xaalladdan wax uga qabanayaan?
- Dhoofa iyo Faandhe way ka hadleen sidii arrinta Faarax wax uga qaban lahaayeen, hase ahaatee maxay kale oo xaalladda ka qaban karee

NASHAAD 7aad (10 daqiiqo)

Fikradaha Dahsoon 2 – Shirdoon

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

- Si loo soo saaro saamaynta iyo raadka ay leedahay isticmaalka maruwaanuhu.
- Si loo dhiiri-geliyo ka-wada-hadalka ku saabsan xeeladaha wax looga qabto xaaladahan.

Bidhaamin

- Nashaadn wuxuu u baahan yahay carbis ka badan kuwa kale.
- Waxaa laga yaabaa inaad jisho dhacdada si ay ugu habboonaato bulshada dugsigaaga.
- Waxaa fiicnaan lahayd in qof weyn wado wada-hadalka fikradaha daahsoon asagoo la kaashanaya isku-duwaha ardayda.

Horudhaca Suurta-galka ah

Riwaayaddan waxay ku saabsan tahay koox isku-fac ah oo ka walwalsan cabbitaanka daroogada ee saaxiibkood iyo saamaynta ay asaga ku leedahay. Nashaad waxaa loola jeedaa in lagu soo saaro fikradaha dahsoon ee jilayaasha. Waxaa muhiim ah in laga qaybgasho dhagaysteyaasha si loo soo saaro fikradaha dahsoon loogana wada-hadlo xeeladaha loo maarayn karo xaalladda.

Horudhaca Suurta-galka ah

Hallo, magacaygu waa ………………… Nashaadn soo socda waa riwaayad ku saabsan koox isku fac ah oo ka walwalsan isticmaalka saaxiibkood ee maruwaanaha. Ujeeddada nashaadku waa in la soo saaro waxa ay jilayaashu ka fakarayaan hase ahaatee aysan sheegayn, kolkaasna laga wada-hadlo siyaabaha qaarkood ee loo maareyn karo xaalladda.

Jilayaasha	Ay matalaan
Shabeel	
Daahir	
Tahliil	
Shirdoon	

[Shabeel, Daahir iyo GANEY: waxay hor fadhiyaan TV-ga oo waxay daawanayaan 'Saaxiibada' waxayna ka sheekaysanayaan Shirdoon]

DAAHIR: Waad ogtahay waxaan ka rabo dhacdada? Runtii waxay muujinaysaa siday muhiim kuugu yihiin saaxiibadaa, waad ogtahay – kaftanada iyo bilicsanaanta midba midka kale.

GANEY: Haa, taas waa sax, raggu qosolka bay jiibiyaan gabdhuhuna bilicsanaanta!

DAAHIR: hanagu noqon naago-shaneeye, waxaan hubaa in Tahliil kaa furfuran yahay.

GANEY: waa sax, ka waran Shirdoona? Asagaa intayada nool noogu furfuran, waligiisna sidaas buu ahaa, ka-hor intii uu bilaabay cabbidda daroogada.

SHABEEL: Haa, sax baad tahay, waad ogtahay. Wuxuu ahaa nooleeyaha xafladda xataa markuusan xafladda joogin, haddii aad I garatay waxaan ujeedo.

GANEY: xusuuso waagii uu ku sameeyey majaajilladii qolka shirarka. Sannadkaas oo dhan dadka kaadida baa ka daadanaysey.

TAHLIIL:	Haa, waa run, waxaan dhihi karaa waa nin aad caan u ah sida uu Mr Mac ku yahay fasallada taariikhda wax uu naga doonayaana ma jirto anaga.
SHABEEL:	Haa, waa run, anagaa saaxiibadiis ah. Waxaa nala ka rabaa inaan daryeelno asaga, oo keliya aanan iska daawan arrinta ee aan ka hadalno siduu isku baddelay.
DAAHIR:	Ma filaysaa in wax khallad ah jiraan oo keentay inuu mar walba cabbo daroogada halkii uu mar qajac ka siin lahaa.
SHABEEL:	Waxaan filayaa inay jirto dhibaato weyn, hase ahaatee garanmaayo waxay tahay. Xataa hadda wax fan ah maba sameeyo oo dadka ma soo dhexgalo..
DAAHIR:	ow ma ogaano? Saaxiibadiis baan nahay, saaxiibadana waxaa laga rabaa inay is-daryeelaan. Ma weydiinaa asaga?
GANEY:	Haa, waan isku dayey inaan weydiiyo mar kastana wuxuu I-yiraahdaa waa Okay oo waxba ma jiraan.
SHABEEL:	Haa, waa run in Shabeel uusan fiicnayn, casharada taariikhda maba imaan Muddo waana laga yaabaa inuu ku dhaco. Wuu ka haray sookarkii waxa ugu darana waa asagoon midkeena la hadlayn.
TAHLIIL:	Waxaa laga yaabaa inuu xoogaa waqti qaato. Wuu isku filan yahay. Dad badan baa daroogada hadda cabba cidna wax dhibaato ah uma gaysanayo.
DAAHIR:	Maya, waxaan qabaa inaan koox ahaan ula hadalno Shirdoon; una sheegno inaan ka walwalsannahay asaga aan doonaynana inaan caawinno. Uma jeedo inaan xammanno, hase ahaatee sidaas uguma fiirsan karno asagoo ka sii daraya.
TAHLIIL:	Haa, oo hadduu rabo caawimo miyaadan is-oran Karin wuu na weydiisanayaa?
GANEY:	Maay, waxaan ku raacsanahay Daahir, waa inaan wax ka qabannaa. [*albaabka la garaacay*]
SHABEEL:	Uma malaynayo! In Shirdoon yimid. [*Albaabka ayuu aadey wuxuuna ka furay* ***Shirdoon*****]**
GANEY:	Hayee, Shirdoon, sidee baad tahay?
SHIRDOON:	Haa, aad baan u fiicnahay, cafwan, waan soo daahaye.
DAAHIR:	Halkee baad jirtey?
SHIRDOON:	Meelna, waqtiga baa iga khaldamay. Waqtigan iska ordaya.
DAAHIR:	Shirdoon, ma fiican tahay? Waxaan ujeedaa aad baan kaaga walwalsannahay. Aad baad isku beddeshey umana ekid qof faraxsan. Maxaa kaa khaldan?
SHIRDOON:	Maay, Maxaa ku tirahdeen sidaas? War anigu waan fiicnahay ee I-dhaafa.
GANEY:	War Shirdoon, intaas baad naga maqnayd oo adduunka oo dhan ka maqnayd, nagama mid tihid. Maxaa nin yahow ku haya?
SHIRDOON:	Fiiri aniga xoogaa dhib ah baa jirta anigaana xallinaya. Waan fiicnahay, runtii.
TAHLIIL:	Waa taas sidaan iri. War Shirdoon managu cayaaraysaa?
SHABEEL:	Shirdoon, anagu saaxiibadaa baan nahay waxna kuuma qaban karno haddii aadan nala hadlin. War ninyahow maxaa ku haya?
SHIRDOON:	Waxba. Waan idiin sheegay, anigu waan fiicnahay.

[Aamusnaan]

Isku-Duwaha Ardayda

Weydii dhagaysteyaasha su'aalaha soo socda:

- Maxaa fikrado kale ah bay jilayaashu qabaan?
- Sidee bay saaxiibada Shirdoon arrintan u xallinayaan?
- Miyaad qabtaa wax talooyin ah oo ah sidii aad u xallin lahayd xaalladdan?

Fikradaha Kale ee Jilayaashu ay Qabi Karaan

DAAHIR:	Waxaan filayaa inaan u baahannahay taageerada xirfad-yaqaanka. Haddii wax xun dhacaan, waxaan ka shallaayi doonaa inaan waxba qaban. Waxaan filayaa inay arrintan naga weyn tahay.
GANEY:	Ma laga yaabaa inaan Shirdoon walaalkiis weydiino waxa jira, mase taasi arrinta waa uga sii daraysaa.
SHABEEL:	Haddii aan wax sheegno, armaan Shirdoon dhib galinnaa, haddii aanan wax qabanna, dhibbuu sii galayaa. Ma laga yaabaa inaan weydiino cid dugsiga la dhigata anagoon magaca shirdoon sheegin.
TAHLIIL:	Horta saaxiib fiican ma ahay haddaan iska dhigo in wax walbaa fiican yahay anoo iska-dhego tiraya sida Shirdoon isu-baddelay? Miyaan doonayaa saaxiibaday iga taga Iraahdaa anaa isku filane?
SHIRDOON:	Hay, waan ogahay inaan dhibaato qabo, hase ahaatee waxba iima qaban karaan dhallintani. Waxba kama garanayaan, midna wax ma tari karo.

NASHAAD 8aad (5 daqiiqo)

Haku Boodin Go'aannada

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

- Si loogu dhiiri-geliyo waalidiinta inay noqdaan kuwo wax weyddiiya, hase ahaatee aan noqon kuwo wax qiyaasa.
- Si kor loogu qaado baahida loo qabo wada-hadalka furan.

Bidhaamin

- Nashaadn wuxuu u baahan yahay carbis ka badan kuwa kale waxaana lagu jaan-goyn karaa si ay ugu habboonaato dhagaysteyaasha.
- Waa nashaad fiican oo habeenka laysku dhaafin karo maaddaama ay xoojinayso farriinta ah in wada-hadalku muhiim yahay. Waxay kaloo ku dhammaanaysaa go'aan habboon.
- Dhacdada waxaa lagu jaan-goyn karaa si ay ugu habboonaato bulshada dugsigaaga.

Faallaynta Nashaad

Riwaayaddan waxaa loola jeedaa inay muujiso muhiimadda uu leeyahay wada-hadalka furan ee u dhaxeeya waalidiinta iyo dhallin-yarada qaan-gaarka ah.

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn wuxuu ku salaysan yahay dhacdo ku saabsan wiil 16 sano-jir ah oo loo yaqaan Raage, aabihiis, Diiriye, iyo hooyadiis, Layla. Waalidku waxay ka walwalsan yihiin is-beddelka dhawaanta ku dhacay dabeecadda Raage. Nashaad waxaa loo yaqaan Haku Boodin Go'aannada waana mid runtii ayadu is-sharxaysa.

DHACDADA KOWAAD: [Hooyo iyo aabbe oo ka hadlaya is-beddelka dabeecadda Raage]

AABBE: Gacalo, guriga ayaan joogaa.

HOOYO: Hayee, Diiriye. Sidee baad maanta ahayd?

AABBE: Waan iska fiicnaan lahaa. Ma kuu sheegaa waxa dhacay, Shire, kan 'P' wata maanta nin buu baabuurka marsiin lahaa.

HOOYO: Haay, Diiriye, Gacalkay, waan walwalayey.AABBE: Haa, waxaan u baahannahay baabuur cusub, miyaanan doonayn.

HOOYO: [Hinraag] Maya Tani waa muhiim.

AABBE: Maxaad ka fakaraysaa, heedhe?

HOOYO: Raage baan ka fakarayaa. Aad baan uga walwalsanahay wiilkaas, Diiriye.

AABBE: Gacalo, maxaad ula jeedda arrintaas?

HOOYO: Waa run, oo qofkii bilaabaa, wuxuu iibiyaa baaskiilkiisa; barkaddana kharashkii waa naloo keenay , qofna kuma dabaasho.

AABBE: Waa run, Gacalo, oo waa sida aad u sheegtaye shaatigiisii T-ga asna maba gashado. Sow maadan arag funaanadda jambarka ah ayuu gashan yahay waqti kulaylaha?

HOOYO: Waxaa laga yaabaa inuu wax naga qarinayo.

AABBE: Haddaba, maxaad u malaynaysaa?

HOOYO: Waxaa ila quman inaan gacan siinno, Diiriye. Ma doonayo in arrintu ka sii darto. [*Aamusnaan*]

DHACDADA LABAAD: [*Raage iyo Saciido oo ka hadlaya is-beddelka dabeecadda Raage*]

RAAGE: Wow, Saciido, aniga iyo waalidkeen arrin weyn baa naga dhaxaysa. Waxaan u malaynayaa inay iga warheleen.

SACIIDO: Sabab? Maxaad sidaas ugu malaysay?

RAAGE: oo sow ayagan su'aalaha ila daba-jooga maahan. Maxaan barkadda ugu soo dabaalan waayey, maxaan baaskiilkaygii u iibiyey … bal eeg waxaas, aniga waa iga l umay baaskiilkii… iyo waxyaalo kale oo badan.

SACIIDO: Waxaan kaaga digayaa inaad waxaas oo kale ku kacdo. Waad ogtahay inaanan jeclayn.

RAAGE: Hah, adna ma igu bilowday oo faraha baad ila soo gashay. Dad badan oo I-dhiba waan hayaa. [*Waana iska dhaqaaqay*]

SACIIDO: [*oo qaylinaysay*] Waxaan khaati ka joogaa isbeddelka dabeecadda…. Iska tag, oo bax naga tag. Ma sidaas baad bilowday; war orod nagala tag dhibaatadaada.

RAAGE: Waan ka xumahay, yareey, ma sidaas baad u dhaqmaysaa.

SACIIDO: Raage, maxaad doonaysaa inaad samayso?

DHACDADA SADDEXAAD: [Aabbe, *Raage iyo dhakhtarka oo kilinikada jooga*]

DHAKHTARKA: [oo ka soo baxaya xafiiska] Diyaar baan u ahay inaan ku arko hadda, Diiriye.

AABBE: Halkan igu sug, Raage, inta aan dhakhtarka la kaftamayo.

DHAKHTARKA: Maxay tahay dhibaatadu?

AABBE: Haah, waa arrin ku saabsan wiilkayga Raage ah. Dhawaantan wuxu u dhaqmayey si gaar ah: sida asagoo iibiyey baaskiilkiisii si uu lacag u helo. Kuma dabaasho barkadda gadaashayada ku taal, wuxuuna mar walba gashan yahay shaati gacmo dheere ah ayadoo waqtigii kulaylaha lagu dhex jiro. Wuxuu u muuqdaa inuu wax iga qarinayo.

DHAKHTARKA: Haa, waa run, waxay u egtahay inuu daroogo iyo heroowiin isticmaalayo. Taas ayaa ku khasbaysa inuu baaskiilkiisa ku iibiyo lacag uuna gashado shaatiga gacmo dheeraha ah si uu ugu qariyo calaamadaha raadka.

AABBE: Anigu garanmaayo waxaan sameeyo, dhakhtarow.

DHAKHTARKA: Waa hagaag, bal gudaha soo geli aan la hadlee wiilka.

[Aabbe dibadda buu u baxay wuxuuna u yeeray *Raage*]

RAAGE: Maxaa laga wadaa meesha? Maxaan ka qabanayaa halkan anigu?

DHAKHTARKA: Aabbahaa wuxuu ii sheegay inaad si beddellan u dhaqmaysey dhawaan, waalidiintaaduna ay kaa walwalsan yihiin Raage. Waxaad gashanayd funaannadda jambar xilliga kulaylaha waxaad iibisey baaskiilkaagii. Haddaba, aabbahaa waxay ugu muuqataa, -aniguna aan ku raacsahay- inaad ku jirto arrimaha daroogada.

RAAGE: [Raage oo kor-u-boodaya] Maxay? Waxaan samaystay Tattoo mana doonayo inuu aabbe arko sababtoo ah waxaan nacayaa inuu ii arko oo ii-qaato inaanan ahay wax ma tare. Waxaan jeclahay in dadku aysan ku boodin go'aanka.

Faallada Isku_Duwaha Ardayda

Waxaa laga yaabaa inaad samayso faallo ah in dadku ka taxadaraan inay sameeyaan go'aan ku sallaysan qayb sheekada ah, ka-dibna weydii ka-soo-qaygalayaasha su'aalaha soo socda:
Sidee kale ayey jilayaashu dhacdadan ku jiraa wax uga qaban kareen xaalladdan?

NASHAAD 9aad (20 daqiiqo)

Su'aalaha Kediska ah ee Daroogada – Khuraafaadka Doqonnada

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

- Si loo siiyo ka-soo-qaybgalayaasha qaar ka mid ah aqoonta daroogada.

Bidhaamin

- Haddii aad adeegsanayso qaabka su'aalaha kediska ah, waxaa laga yaabaa inaad hesho tabarucyaasha walidiinta ah:
  - haddii aad su'aalaha u habeyso koox shan ah ee loollamihii kastaba, adoo ku bilaabaya su'aal fudud.
  - u ogolow fursadaha in loollameyaashu gacan ka helaan dhageysteyaasha.
- Waxaad u baahan tahay inaad xoogaa abaal-marinno yar-yar ah siiso loollameyaasha guulaysta ama kooxdii hesha dhibcaha ugu sarreeya iwm.

Faallaynta Nashaad

Su'aalahan kediska ah waxaa loo samayn karaa siyaabo kala duwan. Dooro qaabka aadka ugu habboon ajandahaaga ka-dibna dooro su'aalaha aad rabto inaad adeegsato. Waa la siin karaa ka-soo-qaybgalayaasha si ay qof ahaan ama koox ahaan ay u buuxiyaan ama waxaad Nashaad ku soo bandhigi kartaa PowerPoint ahaan adoo adeegsanaya qaabka barnaamijka su'aalaha kediska ah. Si ujeeddada loo gaaro, qayb ka mid ah su'aalha kediska ah waxaa laga heli karaa CD-ROM-ka la socda buuggan. Isku-duwaha ardaydu wuxuu u baahan yahay inuu qoro horudhac si ay ugu habboonaato bandhigga aad doorato.

Qaybta 1aad Su'aalaha Kediska ah ee Daroogada – Khuraafaadka Doqonnada!

Goobaabo geli jawaabta ugu saxsan:

1. Maxaa looga jeedaa erayga 'faras'? (a) Daroogo yar (b) LSD (c) Sigaarka Turf (d) Herowiinta	**2. Sannadkee ayaa khamriga biirka Australia ugu horreysey la soo saaray?** (a) 1949 (b) 1954 (c) 1959 (d) 1961
3. Maxaa lagu aqoon jirey daasaddii khamriga biirka Australia ee ugu horreeyey? (a) waxay lahayd qaabka Kangaroo-ga (b) waxay qaadi jirtey laba galaan (c) waxay korka ku lahayd iskiruu (d) waxaa lagu furi jirey daasad-furaha	**4. Amphetamines-ku waxay jirka u saameeyaan ayagoo:** (a) daahin u keena (b) u keena muuq dhallanteed ah (c) degdeg ku rida (d) inta kore oo dhan
5. LSD waxay sababi kartaa: (a) cadaadiska dhiigga oo hoos u dhaca (b) garaaca wadnaha oo yaraada (c) Neefsasho qurmuun (d) Neef-tuur	**6. Caffeine kuma jiro:** (a) jokolaatada (b) kafeega (c) kiniiniga hurdada (d) shaaha
7. Qiyaasaha yar ee Caffeine-ku wuxuu: (a) hoos-u-dhigaa heer-kulka jirka (b) badiyaa kaadida (c) sababaa burooyinku inay soo baxaan (d) badiyaa timaha jirka	**8. Sannadkii 1945 boqolkiiba raga sigaarka cabbi jirey wuxuu ahaa qiyaastii:** (a) 20 (b) 40 (c) 70 (d) 90
9. Waxyaalahan soo socda keebaa sax ah? (a) xusuusta wax ma yeelo Cannabis-ku. (b) Dadka caadiga ah si xun ulama qabsadaan Cannabis-ka. (c) Qiyaasaha sare ee cannabis-ku waxay keeni kartaa muuq dhallanteed ah. (d) Suurta-gal maahan in la qabatimo cannabis-ka.	**10. Immisa ayey ku qaadataa beerka inuu jajabiyo khamriga qiyaasta caadiga ah ee la cabbo?** (a) 1 daqiiqo (b) 1 saac (c) 1 maalin (d) 1 asbuuc

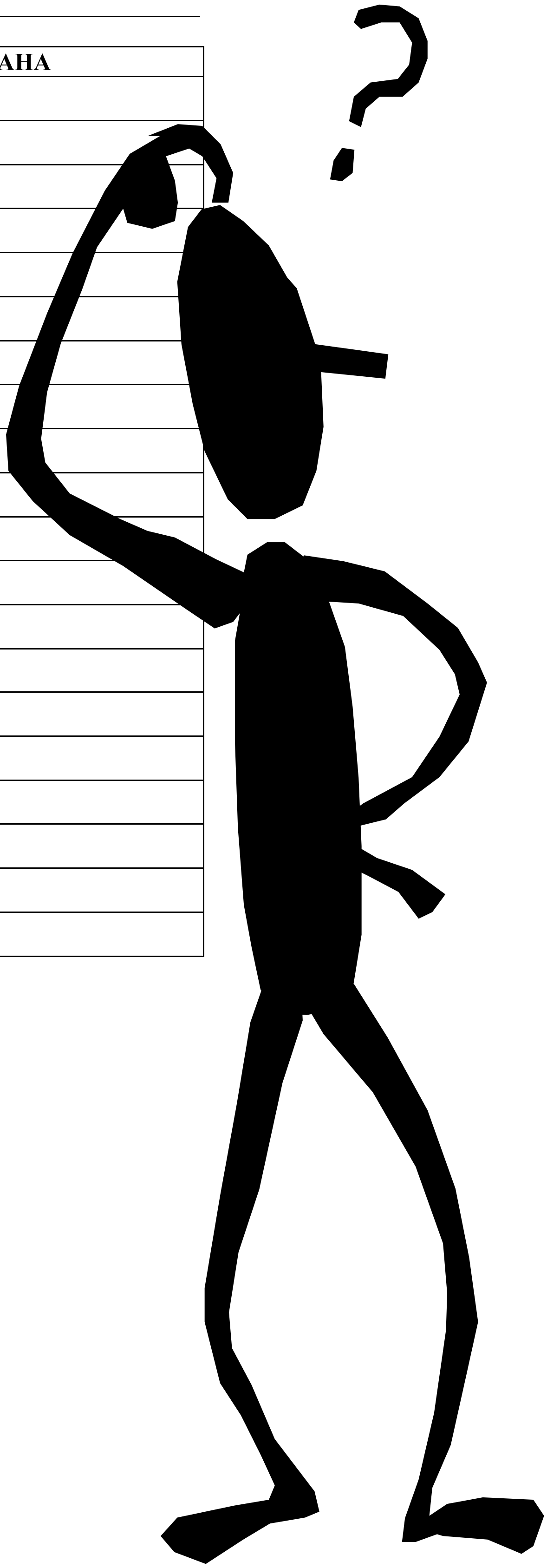
11. Waxyaalahan soo socda keebaa sax ah? (a) Dejiyeyaashu waxay kiciyaan hab-dhismeedka dareenka dhexe. (b) Kinniiniyada hurdadu maahan dejiyeyaal. (c) Dejiyeyaashu waxaa loo adeegsadaa sidii dabciyeyaasha muruqyada. (d) Dejiyeyaashu maahan kuwo la qabatimo.	**12. Immisa ayey ku qaadataa nikotiinka inuu la fagalo maskaxda ka-dib marka la jiido sigaarka?** (a) 30 sekan (b) 2 sekan (c) 7 sekan (d) 2 daqiiqo
13. Waddankee ayuu kafeegu asalkiisu ka soo jeedaa? (a) Carabta (b) Jamaica (c) Ireland (d) Brazil	**14. Amphetamines-ku waxay leeyihiin saamaynta soo socota:** (a) Nasasho la'aanta iyo ku adkaanta hurdada (b) Hurdood (c) Garaaca wadnaha yaraada (d) Rabidda cuntada badata
15. Qiyaastii immisa daasad oo biir ah ayaa toos laysku daba dhigi karaa Calder Highway laga bilaabo Bendigo ilaa Mildura? (a) 30 000 (b) 300 000 (c) 3 000 000 (d) 30 000 000	**16. Xashiishku waa MDMA, oo u taagan:** (a) Methylenediozymethamphetamine (b) Methylene (c) Methyleamphetamine (d) Methyladone.
17. Cannabis-ka ugu xoogga badan waa: (a) Marijuwaana (b) Dhirta hemp-ga (c) Hash (d) Saliidda Hashish-ka	**18. Khamriga waxaa loo haystaa inuu yahay mid niyad-jab leh sababtoo ah:** (a) waxaad noqonaysaa mid murugaysan (b) waxay yaraysaa farriimaha maskaxda tegaya (c) waxaad dareentaa hurdo iyo caajis (d) wixii dhacay waad hilmaantaa
19. Mid ka mid ah astaamaha muuqda ee isticmaalka cocaine-ta waxaa ka mid ah: (a) heerarka hoose ee tamarta (b) rabidda cuntada oo badata (c) heer-kulka jirka oo bata (d) garaaca wadnaha oo yaraada	**20. Midkee waxyaalaha soo socda ayaan ahayn dejiye?** (a) Valium (b) Kinniinyada hurdada (c) Serapax (d) No-Doz.

1.Maxaa looga jeedaa erayga 'faras'? (d) Herowiinta	**2. Sannadkee ayaa khamriga biirka ee Australia ugu horreysey la soo saaray?** (c)1959
3. Maxaa lagu aqoon jirey daasadii khamriga biirka Australia ee ugu horreysey? (c) waxay korka ku lahayd iskiruu	**4. Amphetamines-ku waxay jirka u saameeyaan ayagoo:** (a) degdeg ku rida
5. LSD waxay sababi kartaa: (d) Neef-tuur	**6. Caffeine kuma jiro:** (c) kiniiniga hurdada
7. Qiyaasaha yar ee Caffeine-ku wuxuu: (b) badisaa kaadida	**8**. **Sannadkii 1945 boqolkiiba raga sigaarka cabbi jirey wuxuu ahaa qiyaastii:** (c) 70
9. Waxyaalahan soo socda keebaa sax ah? (c) Qiyaasaha sare ee cannabis-ku waxay keeni kartaa muuq dhallanteed ah.	**10. Immisa ayey ku qaadataa beerka inuu jajabiyo khamriga qiyaasta caadiga ah ee la cabbo?** (b) 1 saac
11. Waxyaalahan soo socda keebaa sax ah? (c) Dejiyeyaashu waxaa loo adeegsadaa sidii dabciyeyaasha muruqyada.	**12. Immisa ayey ku qaadataa nikotiinka inuu la fagalo maskaxda ka-dib marka la jiido sigaarka?** (c) 7 sekan
13. Waddankee ayuu kafeegu asalkiisu ka soo jeedaa? (a) Carabta	**14. Amphetamines-ku waxay leeyihiin saamaynta soo socota:** (a) Nasasho la'aanta iyo ku adkaanta hurdada
15. Qiyaastii immisa daasad oo biir ah ayaa toos laysku daba dhigi karaa Calder Highway laga bilaabo Bendigo ilaa Mildura? (c) 3 000 000	**16. Xashiishku waa MDMA, oo u taagan:** (a) Methylenediozymethamphetamine
17. Cannabis-ka ugu xoogga badan waa: (d) Saliidda Hashish-ka	**18. Khamriga waxaa loo haystaa inuu yahay mid niyad-jab leh sababtoo ah:** (b) waxay yaraysaa farriimaha maskaxda tegaya
19. Mid ka mid ah astaamaha muuqda ee isticmaalka cocaine-ta waxaa ka mid ah: (c) heer-kulka jirka oo bata	**20. Midkee waxyaalaha soo socda ayaan ahayn dejiye?** (d) No-Doz.

Xaashida Jawaabaha Su'aalaha Kediska ee Daroogada – Khuraafaadka Doqonnada!

MAGACA KOOXDA ____

SU'AALAHA	JAWAABAHA
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	
11.	
12.	
13.	
14.	
15.	
16.	
17.	
18.	
19.	
20.	



Labada nashaad ee soo socda, oo kala ah Nashaad Kala-Saaridda Waxyeellada (Harm Ranking Activity) iyo Kooxaynta Daroogada (Drug Grouping), waa tusaaleyaal fiican ee nashaadyada loo adeegsan karo fasalka si loo bixiyo macluumaadka daroogada korna loogu qaado wada-hadalka.

NASHAAD 10aad (20 daqiiqo)

Nashaad Kala-Horumarinta Waxyeellada

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddada

Si loo awoodsiiyo ka soo-qaybgalayaasha inay soo saaraan qiyamkooda iyo fikradahooda shakhsiyeed marka loo eego isticmaalka daroogada, iyo inay ka ogaadaan dadka kale qiyamkiisa iyo fikradihiisaba, gaar ahaan facaha kala duwan.

Bidhaamin

- Looma baahna in la raaco kaararka xaaladaha la isa-siiyey oo dhan waxaana laga yaabaa inaad doorbiddo inaad fikraddada adeegsato.
- Nashaadn waxaa loo samayn karaa dhowr siyaabood ayadoo ku xiran baaxadda kooxda aad la shaqaynayso. Halkan waxaa lagu sheegay inay tahay nashaad koox yar oo ay ka qaybgalyaan ka soo-qaybgalyasha oo dhan, hase ahaatee waxaa kaloo loo samayn karaa ayadoo la adeegsanayo dhowr tabarucyaal, kuwaas oo ku kala safta jawaabo taxane ah dhagaysteyaalka hortooda.
- Waa nashaad fasal oo muhiim ah ardayduna waxay u baahan yihiin inay carbis ku qaataan ka-hor intaysan habeenkii bilaabin.
- Ardaydu waxay masuul ka noqon karaan inay xirriiriyaan kooxaha yar-yar, hase ahaatee waxaa fiican in meesha bare joogo si loo hubiyo in macluumaadka la bixiyey uu sax yahay iyo in la kaalmeeyo maaraynta wada-hadalka.
- Baaxadda kooxda oo siddeed ilaa toban ah ayaa si fiican u shaqayn karta.
- Qiimaha Nashaadn wuxuu ku xiran yahay wada-hadalka ka dhaca intay socoto ee maahan hadba sida xaaladaha loo kala saaro.

Faallaynta Nashaad

Qof kasta waxaa la siiyaa ugu yaraan hal kaar xaaladdiiba (ayadoo ku xiran baaxadda kooxda, tirada kaararka xaaladaha iyo waqtiga la haysto) waxaana la weydiiyaa inuu ku qoro jawaabo taxan min 'ugu waxyeello yar' ilaa 'ugu waxyeello badan'. Asagu ama ayadu waxaa laga rabaa inuu kooxda u sharxo sababta uu uga doortay jawaabta taxanaha jawaabaha.
Markii qof kastaa cayaaro kaarkiisa, xubintii kasta oo kooxda ka mid ah wuxuu baddel ku samayn karaa kala horumarintii uu sameeyey, haddii sabab loo hayo is-beddelka la samayey.
Ayadoo lays-barbar dhigo saddexda loo arko inay ugu khatarsan yihiin iyo saddexda loo arko inay ugu khatar yar yihiin ee kooxdii kastaba waa sida ugu fiican ee Nashaad loo dhammaystiri karo. Had iyo jeer waxaa jira qiyaasta la yaabka leh ee isku-mid ahaanshaha u dhaxaysa doorashada kooxdii kastaba.

NASHAAD 10aad (20 daqiiqo)

Horudhaca Suurta-galka ah

Hello, Magacayga waa …………………… waxaan samaynaynaa Nashaad Kala-horumarinta Waxyeellada Daroogada. Si aad uga qaybgashaan, waxaad u kala baxdaan siddeed kooxood. Qofkii kastaba waxaa la siinayaa kaar uu dul dhigayo taxane jawaabo ah min ugu waxyeello yar ilaa ugu waxyeello badan ah. Waxaad tookaysanaysaan inuu qof waliba akhriyo xaalladdiisa uuna go'aansado halka uu kaarka ka saarayo taxanaha jawaabaha ah. Ka-dib markii kaararka oo dhan la dul saaro jawaabaha, qof kasta oo kooxda ka tirsan wuu beddeli karaa kala-horumarintii haddii wax sabab ah loo hayo beddellaadda. Haddii loo baahdo, horjoogeyaasha kooxuhu mar labaad ayey kooxahooda u sharxayaan Nashaad markii kooxaha la sameeyo.

Xaalladaha

KA-YEELLIDDA INUU BAABUUR KUGU QAADO QOF KHAMRO CABSAN

KHAMRO KU CABBIDDA DADKA DA'DA YAR GAADIIDKA DADWEYNAHA

IN LAGU DHAGAXEEYO MAALIN KASTA

SIINTA BUSKUD XASHIISH AH QOF AYADOON LOO SHEEGIN

KU BEERIDDA 5 GEEDAHA CANNABIS-KA AH DEEDKAAGA

U-OGOLAANTA WALAALKAAGA 12 JIRKA AH INUU BAABUURKA XAWAARE SARE KU WADO

LA WADAAGIDDA IRBADDA LAYSKU MUDDO QOF KALE MARKA LA ISTICMAALAYO DAROOGADA SHARCI DARRADA AH

CABBIDDA SIGAARKA SI LOO DEJIYO MASKAXDAADA

WADAJIR SIGAAR U-CABBIDDA XAFLADDA

KHAMRO LA CABBIDDA WAALIDIINTA

KU-CABBIDDA MARIWAANAHA DUGSIGA

XAFLAD KU-SIINTA DAROOGADA SAAXIIBADAA OO DHAN

QAADASHADA 3 KINIINI OO VALIUM AH OO LAGU LIQO KOOB KHAMRADA WEYNKA AH

KU QAADASHADA KINIINGA ECSTASY-GA KALAABKA HABEENKII KU-QAADASHADA KINIINIGA LSD GURIGA ADIGU

KA-QAADASHADA KINIINI AAN LA AQOON SAAXIIBKAA OO KAA DHAADHICIYEY INAAD CUNTO

KA-QAADASHADA DAAWADII AYEYDAA ARMAAJADEEDA

ISKU-DAYIDDA COCAINE-KA MARKII UGU HORREEYSEY

ISTICMAALKA STEROIDS-KA ANABOLIC AH SI AY U XOOJISO KORITAANKA MURUQYADAADA

ISTICMAALKA HEROWIINKA MARKA AAD UURKA LEEDAHAY

ISTCMAALKA NO-DOZ SI AY KUUGU CAAWISO INAAD SOO JEEDDO MARKII AAD WAX BARANAYSO

NASHAAD 11aad (20 daqiiqo)

Kooxaynta Daroogada

Isku-duwaha Ardayda (Student facilitator): ____________________

Ujeeddooyinka

- Si loo soo saaro siyaabo kala duwan oo loo kala sooco daroogooyinka.
- Si loo caddeeyo macluumaadka ku saabsan raad-reebka daroogooyinka.
- Si loo xoojiyo aragtida ah in daroogooyinka oo dhan ay leeyihiin awoodda inay waxyeello keenaan oo ku xiran arrimo beey'adeed iyo kuwo shakhsiyeed.

Bidhaamin

- Tani waa nashaad aad waxtar u leh in la adeegsado ayadoo qayb ka ah habka tababarka maaddaama ay ku jiraan macluumaadka daroogada oo muhiim ah. Waxba kuma jabna haddii aad doorato inaad qabato habeenkii.
- Ardayda waxaa lagu lammaanayn karaa waalidka si ay isu kaalmeeyaan loona dhiirigeliyo wada-hadalka inta lagu jiro Nashaadn.
- Nashaadn wuxuu si fiican u shaqayn karaa haddii ardaydu ay carbis ku sameeyeeen hadda ka-hor.
- Nashaadn wuxuu u baahan yahay inay taageerto xubin Xoogsade ka mid ah oo aqoon u leh maaddadan.
- Aqoonsiyada daroogada waxaa loo adeegsan karaa ardayda dugsiga hoose.

Faallaynta Nashaad

- Isku-Duwuhu wuxuu afar-iyo-toban ka doortaa kooxda wuxuuna mid kasta ku lammaaneeyaa arday. Lammaanihii kastana waxaa la siiyaa aqoonsiga daroogada. (Haddii aysan meesha joogin 14 qof oo kooxda ka tirsan, isku-duwuhu wuxuu ku shaqeeyaa tirada uu haysto ama ay haysato wuxuuna qaybiyaa aqoonsiyada ku habboon.)
- Isku-duwuhu wuxuu ka calaamadeynayaa saddex meelood ee booska bannaan ee qolka – dhinaca bidixda ee qolka waxaa tagaya jawaabaha 'Haa', dhinaca midigtana jawaabaha 'Maya', bartamaha qolkana jawaabaha 'Ma hubo'.
- Isku-Duwuhu wuxuu akhrinayaa mid kasta ee oraahyada hoose ah. Ka-dib markii oraah kasta la akhriyo, ka-soo-qaybgalayaashu waxay ka fakaraan midda ay jawaabtoodu noqonayso oo ah 'Haa', 'Maya' iyo haddii aysan hubin 'Ma hubo' waxayna markaas tagaan meesha loo calaamadeeyey.
- Isku-Duwuhu wuxuu ogolaadaa wada-hadalka su'aashii kasta ka-dib, asagoo ka-soo-qaybgalayaasha kastaba ugu yeeraya inuu sharxo waxa uu doortay.
- Ka-soo-qaybgalayashu way isku beddeli karaan meelaha kala duwan ka-dib wada-hadalka, haddii beddelkaas la sababeeyo.

Hab Kale

Aqoonsiyada daroogada waxaa la siin karaa ka-soo-qaybgalayaasha, Nashaadna waxaa loo samayn karaa isla habkaas. Tani waxay keenaysaa in hal qof ka badan ama lammaanuhu uu mid walbaa helo aqoonsi. Tanina waxay keenaysaa wada-hadal xiiso leh, maaddaama dadka aqoonsiyada isku midka ah wataa ay si kala duwan uga jawaab-celiyaan.

NASHAAD 11aad (20 daqiiqo)

Horudhaca Suurta-galka ah

Nashaadn wuxuu soo saarayaa siyaabaha daroogada loogu qaybin karo siyaabo kala duwan. Waxay muujinaysaa siyaabaha waxyeellooyinka la xirriira daroogada gaarka ah ay ugu kala baddallan tahay qofba qof waxayna ku xiran tahay hadba xaalladda daroogada loo isticmaalay. Markii oraahda la akhriyo, adiga iyo saaxiibkaa waa inaad ka wada-hadashaan jawaabtiina, markaas ka-dibna u dhaqaaqdaan meesha ku habboon ee qolka. U dhaqaaq dhinaca bidixda ee qolka haddii jawaabtaadu tahay 'Haa', ama dhinaca midigta ee qolka haddii jawaabtaadu tahay 'Maya', ama is-taag bartamaha qolka haddii aadan jawaabta hubin.

Oraahyada

1. Haddii aad u malaynayso in daroogadaadu tahay:
   (a) daawo, aad dhinaca bidixda ee qolka.
   (b) daroogo loo isticmaalo raaxaysi, aad dhinaca midigta ee qolka.

2. Haddii aad u malaynayso in daroogadaadu tahay:
   (a) mid sharci ah, aad dhinaca bidixda ee qolka.
   (b) mid sharci-darro ah, aad dhinaca midigta ee qolka.

3. Haddii aad u malaynayso in daroogadaada:
   (a) la soo gadan karo warqadda dhakhtarka la'aanteed, aad dhinaca bidixda ee qolka
   (b) ay u baahan tahay warqadda dhakhtarka, aad dhinaca midigta ee qolka

4. Haddii aad u malaynayso in daroogadaada:
   (a) loo adeegsan karo inay dadka ka caawiso siday ula qabsan lahaayeen walaaca iyo dhibaatooyinka, aad dhinaca bidixda ee qolka.
   (b) loo adeegsan karin inay dadka ka caawiso siday ula qabsan lahaayeen walaaca iyo dhibaatooyinka, aad dhinaca midigta ee qolka

5. Haddii aad u malaynayso in daroogadaadu:
   (a) keeni karto waxyeello, aad dhinaca bidixda ee qolka.
   (b) Aysan keeni Karin waxyeello, aad dhinaca midigta ee qolka.

Faallaynta Isku-Duwaha ardayda

Oraah kasta dabadeed, weydii ka-soo-qaybgalayaasha:
Maxaa halkaas u tagtay? Ama maxaad kaarkaaga halkaas u saartay?
Wada-hadalka ka-dib weydii ka-soo-qaybgalyaasha:
Qof rabaa inuu ka dhaqaaqo meeshiisa ma jiraa? Ama wax kaar ah oo meesha laga baddelayaa ma jiraa?
Mar walba dad yar weydii, waxaadna xusuusataa jawaabuhu way kala duwanaan ayadoo hadba ku xiran aragtida shakhsiyeed iyo waayo-aragnimada qof ahaaneed.
Ku soo-gaba-gabee Nashaad adigoo oranaya in Nashaadn muujinayo in daroogadu u saamayn karto dadka siyaabo waxtar iyo dhibaataba u leh ayaga. Daroogooyinka oo dhammi waxay leeyihiin awood ay ku waxyeellayn karaan. Waxay ku xiran tahay sida loo isticmaalo iyo cidda isticmaalaysa.

NASHAAD 11aad (20 daqiiqo)

DRUG TAGS

Heeruwiin	Metadhoon
Muruwaana	Kafeega
Banadhool	Jukulaataha
Shambeynka	Fentooliinka
Astkasiga	Antibiyootiga
Kookeynka	Astaroydhka Anabooligga ah
LSD	Sigaarka