Ka Hortagga Xadgudubka

Dugsiga Sare ee David Douglas **Jiilaalka 2020-ka**

Sida waafaqsan Sharciga Senate-ka Oregon 856, waxaanu la shaqeynaynay ardayda dugsiga si loo dhiirigeliyo xiriirada caafimaadka qaba, loo aqoonsado xiriirada aan caafimaad lahayn, isla markaana looga hortaggo xadgudubka galmada. Iyada oo qayb ka ah dadaalladeena socda ee iskaashiga lagula yeelanayo qoysaska iyo xubnaha ka tirsan bulshada, waxaanu bixinaynaa macluumaadkan si aan wadajir ah iskaga kaashano taageerada si ay wax u bartaan, u kobcaan, isla markaana horumar u gaaraan inta ay ku jiraan dugsiga sare iyo wixii ka dambeeya labadoodaba.

Dhaawaca Maskaxda/Dareenka

Dhaawaca dhanka maskaxda iyo si xun ula dhaqanku waxay ka dhashaan falalka naxariis darrada ah ama aan damiirka lahayn ama hadalada hanjabaada ah, ee ay sameeyaan, ama loo oggolaado daryeelaha (yaasha), ee saameynta tooska ah ku yeelanaya ilmaha. Dhaawaca dhanka maskaxdu sidoo kale wuxuu noqon karaa ku guuldareysiga daryeelaha ee in uu bixiyo daryeel kalgacal leh, dhowrid ama tilmaan sax ah.

Calaamadaha dhaawaca dhanka maskaxda waxaa ka mid ah:

- Habacsanaan aad ah oo muuqata, iyada oo laga cabsi qabo, ama laga walaacsan yahay samaynta wax qalad ah
- Xiisado badna oo dhanka dabeecada (adeecid badan, wax dalbasho badan, u hoggaansanaan badan, gardaro badan, iwm.)
- Ku xirnaan la'aanta waalidka ama daryeelaha
- Falalka ah qof weyn oo aan si habboon u dhaqmayn (daryeelka carruur kale) ama ilme si aan habboonayn u dhaqmaya (nuugista suulka ama caro la ooyaya)

Xadgudubka Jireed

Sharciga Oregon wuxuu qeexayaa xadgudubka jireed in uu yahay dhaawac kasta oo soo gaara ilmaha oo aan ahayn mid aan loo kasin.

Calaamadaha xadgudubka jireed waxaa ka mid ah:

- Dhaawacyo joogto ah ama nabaro aan la sharraxin, barar ama jirka oo la jeexo
- Had iyo jeer lala socdo "laga feejigan yahay," wax xun oo dhici kara
- Dhaawacyo muuqda oo qaab isku mid leh sida calaamado ay keeneen gacan ama suun
- Iska ilaalinta taabashada, hore isku leexinta marka la dareemo dhaqdhaqaaqyo degdega ah, ama ay u muuqato in laga cabsanayo in guriga la tago
- Xirashada dhar aan habboonayn si loo qariyo dhaawacyo, sida maalmaha dhulku kulul yahay oo la xirto shaatiyo/shaarar gacmo dheere ah

Xadgudubka Galmo

Ku xadgudubka galmada ee carruurtu waxay dhacdaa marka qof isticmaalo ama isku dayo in uu ilmaha u isticmaalo ku raaxeysi galmo. Tani waxaa ka mid ah u galmoodka xubin ka tirsan qoyska, kufsiga, galmada dabada, galmada xubinta jirka la is dhexgeliyo, ama si dareen leh loo taabto, ilmaha oo qaawan la fiirsado iwm.

Calaamadaha xadgudubka galmo waxaa ka mid ah:

- Dhibaato lagu qabo socodka ama fadhiga
- Kaadida inta lagu jiro hurdada
- Muujinta aqoon loo leeyahay falalka galmada oo aan ku habboonayn da'doodu, ama xataa dabeecad shukaansi
- Ka fogaansho qof gaar ah, iyada oo aanay jirin sabab cad
- In aan la doodayn in dharka lagu bedesho dadka kale hortooda ama aan laga qayb qaadan hawlo dhanka jirka ah
- Xanuunka STD ama uur yeelasho, gaar ahaan da'da ka yar 14 jir
- Ka baxsashada guriga
- Kalsooni la'aan, qarsoodi, shucuur lama filaan ah
- Korodhka miisaanka oo degdeg ah

Cilmi-baaris iyo khibrad ayaa muujisay in carruurtu aanay inta badan been ka sheegin ama aanay iska been abuurin faafaahinta la xiriirta xadgudubka galmada oo dhacay oo aanay la kulmin.

Dacayaadda

Dayacaaddu waa guuldareysiga in la bixiyo cunto, dhar, hoy iyo kor kala socosho ama daryeel caafimaad oo qofka ku filan.

Calaamadaha dayacaadda waxaa ka mid ah:

- Dharka aan sida fiican qofka ugu gelayn, wakhasda ah, ama aan habboonayn cimilada
- Nadaafaddu waa (in aan la qubaysan, timo aan la shaylayn, isla markaana aan la dhaqin, urta jirka ee la dareemi karo)
- Xanuunada iyo dhaawacyada jireed ee aan la daaweynin
- Sida joogtada ah ee aan qofka kor lagala socon ama qofka kaligiis meel looga tego ama la oggolaado in lagu ciyaaro xaalad aan badbaado ahayn.
- Sida joogtada ah ee looga soo daaho ama dugsiga looga maqan yahay

Sharciyada Oregon waxay sidoo kale halista waxyeello, iibsashada ama iibinta ilme, u oggolaanshaha ilmo yar in uu galo dhismayaal laga soo saaro methamphetamines, iyo soo gaarista ilmaha yar ee maandooriyaha ee keena waxyeello weyn u aqoonsan yahay in uu yahay nooc ka mid ah xadgudubka ilmaha ah.

Daceecadaha ay leeyihiin Dembiilayaasha Galmada

- Badanaa qofku wuu yaqaan dhibanaha/qofka ka badbaaday xadgudubka ka hor dhacdada
- Waxay sahlaan, sabab u yeelaan, isla markaana diidaan dabeecadahooda xun
- Waxay saameyn ku yeeshaan xiriirada jira
- Waxaa laga yaabaa in ay jirto dhibaato weyn oo naxdinta leh ama xadgudub soo gaaray noloshooda
- Inta badan waa qof lab ah, oo inta badan xaas leh, oo inta badan ah qof diin leh

Waxaa muhiim ah in la fahmo in aysan jirin

Dabeecadaha Soo Xero Gelinta

"Soo xero gelintu" waa erey loo isticmaalo tilmaamida dabeecadaha qofka geysta xadgudubka si uu u sameysto xiriir aaminaad ku dhisan. Dabeecado dhowr ah oo ay leedahay soo xera gelintu "grooming" waxaa ka mid ah:

- In ay ka tegaan dhaqankoodii caadiga ahaa si ay u helaan kalsoonida dadka waaweyn (gaar ahaan waalidiinta carruurta)
- "Si aan u kas ahayn" u taabtaan, ugu dhacaan, ama fiirsashada dadka kale ee ku jira musqusha ama dharka iska beddelaya ama "iyaga oo aan ka warqabin" inta loo jiro
- Yeelashada siraha, wadahadalo qarsoodi ah, iyo

Waxyaabaha Waalidiintu Samayn Karaan

1. **Ku lug yeelo nolosha ilmahaaga**
   - Muuji xiise aad u qabto hawl maalmeedkooda
   - Baro dadka qaybta ka ah nolosha ilmahaaga
   - Si taxadar leh u dooro daryeelayaasha
   - Ka hadal warbaahinta iyo badbaadada iyo xuduudaha u yaala telefoonada gacanta iyo Internet-ka
   - Ogow calaamadaha digniinta ah ee xadgubka
2. **Ku dhiirigeli carruurta in ay hadlaan**
   - Bar ilmahaaga xuduudaha jira
   - Ilmahaaga bar sida looga hadlo jirkooda iyaga oo istimaalaya habboon hadalo ku habboon
   - Diyaar u noqo in aad si firfircoon u dhageysato
   - U xaqiiji carruurta in aanay wax dhibaato ahi ka soo gaaraynin marka ay hadlaan
   - Weydii su'aalo aan xad lahayn
3. **Soo sheeg xadgudubka la tuhunsan yahay ama dayacaad**

Talooyin ku saabsan kala hadalka ilmahaaga ee ka hortagga xadgudubka galmada:

- ✓ La yeelo, wada hadalo badan, oo joogto ah
- ✓ Kala hadal mawduucyo kala duwan, kaliya ma ahan xadgudubka
- ✓ Xushmee ilmahaagu waxa uu doorbidayo, adiga oo mar labaad ku celinaya muhiimada hadalka
- ✓ Ku dhaqan dhagaysiga firfircoon, hadalka ha ka soo dhexgalin
- ✓ Iska ilaali xukunka hadalka qofka, dhaqdhaqaaqa jirka, iwm.
- ✓ Wakhtiyada xasuusta leh u isticmaal wada hadalada caadiga ah

Ilaha

www.childwelfare.gov

www.preventchildabuse.org

www.cdc.gov/violenceprevention

www.cdc.gov/features/healthychildren

www.oregon.gov/dhs/children

www.caresnw.org

www.rainn.org

childmolestationprevention.org

Xaaladda Degdega ah:
911

Soo Sheegida Ku Xadgudubka Ilmaha ee Oregon:
1-855-503-SAFE (7233)

Xarunta Qaranka ee Carruurta Maqan iyo Ka faa'iidaysiga:
1-800-843-5678

Khadka Qaranka ee Weerarka Dhanka Galmada:
1-800-656-HOPE (4673)

Xarunta Ilaha Rabshada Galmada ee Qaranka:
717-909-0710