

KOORSADA ISBEDDEL SAMEEYAYAASHA DEEGAANKA

Hagaha fududeeyayaasha ee taxane ah oo sagaal
aqoon isweydaarsi ah si loo caawiyo bulshooyinka
deegaanka inay bartaan, qiimeeyaan oo kor u qaadaan
Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda dhammaan.



“Qof kastaa wuxuu xaq u leeyahay
xorriyadda fikirka, damiirka iyo diinta;
xuquuqdan waxaa ka mid ah xorriyadda uu ku
beddeli karo diintiisa ama caqiidaddiisa, iyo xorriyadda,
kaligiis ama bulshada dhexdeeda kuwa kale iyo si guud
ama si gaar ah, inuu muujiyo diintiisa ama aaminsanaanta
waxbaridda, ku dhaqanka, cibaadada iyo dhawrista.”

Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha,
Qodobka 18aad



TUSMADA

Hagaha fududeeyaha

Mahadsanid, iyo mahadnaq	5
Waa maxay sababta aan ugu baahannahay isbeddel sameyaal deegaanka ah	6
Yaa ka dambeeya Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka?	7
Farriimaha ka imanaya lammaaneheena	8

QEYBTA A SIDA LOO ISTICMAALO AGABKAN

Bandhigga Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka	11
Sida loo isticmaalo agabka	13
Sida loo diyaariyo kulan kasta	15
Talooyinka fududeynta	17
Ka jawaabista su'aalaha xasaasiga ah	21
Jawaab celin iyo ogolaansho	29

QEYBTA B AGABKA KOORSADA

KULANKA 1 BAAHIYAHA AADANAHA – XUQUUQDA AADANAHA – MAS'UULIYADDA AADANAHA	
Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	32
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	35
Qoraalka bandhigga oo ay ku jiraan sheekooyinka isbeddelida	41
KULANKA 2 SOO BANDHIGIDDA XORRIYADDA FIKIRKA, DAMIIRKA, DIINTA IYO CAQIIDADDA (FORB)	
Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	46
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	49
Heesaha siin-baarta iyo durbaanka – sheeko-sheeko FORB ah	56
Qoraalka bandhigga	60
Sheekada isbeddel sameeyayaasha: Sheekada Peter, Pakistan	64
KULANKA 3 AQOONSIGEENA BADAN	
Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	65
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	68
Qoraalka bandhigga, oo ay ku jiraan sheekada Sameh iyo Hanaa, Masar	75
KULANKA 4 XADGUDUBYADA XORRIYADDA DIINTA AMA CAQIIDADDA	
Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	78
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	80
Qoraalka bandhigga	85
Laba daqiiqo xaaladaha riwaayadaha yar-yar	92
Sheekada isbeddel sameeyayaasha: Wadaad James iyo sheekadii Imaam Ashafa	95
KULANKA 5 XORRIYADDA DIINTA AMA CAQIIDADDA BULSHADEENNA	
Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	96
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	99
Qoraalka bandhigga	107
Sheekada isbeddel sameeyayaasha: Sheekada Emina, Bosnia Herzegovina	109

KULANKA 6 WAXAA DHIIRIGELIYAY SHEEKOOYIN – WAXAA AWOOD SIIYAY XEELADO

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	111
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	114
Qoraalka bandhigga	121
Sheekada isbeddel sameeyayaasha ee India, Denmark iyo Kyrgyzstan	124

KULANKA 7 KA HADALKA KU SAABSAN XEELADAHA

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	126
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	128

KULANKA 8 SAFARKEENNA ISBEDDELKA

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	132
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	135
Qoraalka bandhigga	140

KULANKA 9 SAFARKEENNA ISBEDDELKA AH (WAA SOCDA)

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka	144
Qorshaha kulanka oo faahfaahsan	146

QEYBTA C AGABKA TIXRAACA

Ballanqaadyada muhiimka ah ee xuquuqda aadanaha ee la xiriira FORB	151
Raadi macluumaad ku saabsan FORB ee dalkaaga	153
Sii wad barashada: Agabyo dheeraad ah iyo koorsooyin online ah	155
Tasmada layliyada	159

AGABKA LA SOCDA

Xiriirka dhinaca midig waxaad ka heli kartaa wax kasta oo aad u baahan tahay si aad koorsada u socodsiiiso, oo ay ku jiraan:

- Bandhigyada PowerPoint ee kulan kasta
- Qoraallada soo bandigida ee Word si aad ula qabsato oo wax ka beddel si aad ugu habboonaato macnaha guud iyo dhagaystayaashaada
- Macluumaadka daabacan
- Kaararka ciyaarta iyo booraka loo isticmaalo leyliyada

www.forb-learning.org/so/changemakers/course-materials

Ka hel
**AGABKA
LA SOCDA**

NOOCYADA AFAFKA KALE

Hagaha fududeeyayaasha iyo dhammaan agabyada la socda ayaa lagu heli karaa luqado badan. Hubi haddii Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka lagu heli karo luqadaada halkan.

www.forb-learning.org/changemakers-languages

Ka hel
**NOOCYADA
AFAFKA KALE**

Mahadsanid iyo mahadnaq

MAHADNAQ GAAR AH waxaa iska leh xubnaha kooxda tixraaca ee Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka, si qoto-dheer loo taageero horumarinta Xigasho iyo habka tijaabinta.

- Galina Kolodzinskaia, Golaha Diimaha, Kyrgyzstan
- Hala Farid Faris, Masar
- Hammam Haddad, Taqarob ee Horumarinta Bulshada Rayidka, Jordan
- Hidaya Maulidi Duda, Xarunta diimaha ee Zanzibar, Tanzania
- Injineer Irfan, Xarunta Cilmi-baarista Bulshada iyo Cilmaaniyadda, Hindiya
- Baadari Jimmy M.I. Sormin, Isku-xirka Kaniisadaha ee Indonesia
- Melisa Nguyen, Vietnam Xorriyadda Diinta ama Jadwalka Caqiidadda
- Mike Gabriel, Isbahaysiga Evangelical Christian National ee Sri Lanka (NCEASL)
- Tehmina Kazi, la taliyaha madaxa banaan ee FORB iyo tababare, UK
- Rev. Ukoha Ngwobia, Kaniisadda Presbyterian ee Nigeria

MAHADSANIIDIIN, waxa kale oo u sabab ah dadka soo socda wax ku biirintooda iyo faallooyinkooda: Lisa Winther, Kristine Tveit iyo Alexander Borello Krosby (Stefanus Alliance International), Kristina Patring iyo Niklas Eklöv (SMC Faith in Development), Tabitha Schrøder-Knudsen, Ida Schmidt iyo Filip Buff-Pedersen (CKU), Lan Yu Tan iyo Sithere Chi-Maurie (CKU) Yew Lim iyo Michael Weiner (UN OHCHR).

MAHADNAQ GAAR AH ayaa u socota qof kasta oo nala wadaagay sheekooyinkooda isbeddel sameeyayaasha!

Xigasho waxaa lagu soo saaray taageero dhaqaale oo ay ka heshay Wasaaradda Arrimaha Dibadda Norway (NMFA) iyo Sida oo ah hay'adda iskaashiga caalamiga ah ee Sweden. NMFA iyo Sida daruuri ma aha inay wadaagaan aragtiyaha iyo tafsiirrada la muujiyey. Mas'uuliyadda waxa ku jira waxay si buuxda u saaran tahay abuuraha.



Bandhig a Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka

Adduunka oo dhan, dhammaan dadka diimaha kala duwan leh iyo caqiidaddooda waxaa saameeya ku xad-gudubka xuquuqda aadanaha ee Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda (FORB) oo meelo badan, xadgudubyadani waa ka sii darayaan. Dabeecadda, darnaanta iyo baaxadda dhibaatooyinku aad bay u kala duwan yihiin, laakiin takoorka, hadalka nacaybka, dembiyada nacaybka iyo rabshadaha ayaa caan ka ah adduunka oo dhan.

Xayiraadaha dawladda ee xaqa u leh in ay si nabad ah ugu dhaqmaan oo ay u muujiyaan waxa ay aaminsan yihiin sidoo kale waa dhibaato weyn, oo ku xiran isbeddelka caalamiga ah ee hoos u dhaca booska bulshada rayidka ah. Xaalado badan, qaababka nacaybka iyo xannibaadaha sharciga ee jira waxaa xoojiyay aafada COVID.

Xadgudubyada FORB waxay u saameeyaan ragga iyo dumarka si kala duwan. Dumarku waxay si gaar ah ugu nugul yihiin takoorka iyada oo loo marayo shuruucda heerka shakhsi ahaaneed ee diin ahaan ku salaysan iyo xadgudubka jinsiga ku salaysan.

Xadgudubyada badan iyo kuwa kala duwan ee xorriyadda diinta ama caqiidadda waxay sababaan dhibaato shakhsiyeed oo baaxad leh, waxayna khalkhal galiyaan bulshooyinka. Waxaa loo baahan yahay isbeddel degdegga ah oo isbeddelku wuxuu u baahan yahay inuu ka yimaado kor iyo hoosba.

Bulshooyinka ku sifoobay sinnaanta, nabadda iyo cadaaladdu ma suurtoowdo haddii aanay jirin dadaallo go'aan laga gaaray oo ay sameeyeen sharci-dejiyayaasha iyo mas'uuliyiintu si dib-u-habayn sharci ah loogu sameeyo loona hubiyo in aan la takoorin meel-marinta iyo fulinta sharciga. Dadaalkan la go'aamiyay ee xagga sare ka yimid lagama yaabo inuu dhaco haddii aan la helin taageero iyo cadaadis isbeddel oo xagga hoose ka yimaada. Intaa waxaa dheer, qaar badan oo ka mid ah xadgudubyada maalinlaha ah ee ay dadku la kulmaan waxaa geysta xubnaha kale ee bulshada – goobaha shaqada, dugsiyada iyo guryaha. Isbeddelku wuxuu sidoo kale u baahan yahay inuu ka yimaado hoos.

Dad badan ayaa ka walaacsan xadgudubyada FORB ee bulshadooda laakiin ma hubaan sida ay isbeddel u sameyn karaan. Waxay dareemayaan baahi aqoon iyo xirfado si ay ugu suurtagasho inay qaadaan tillaabooyin wax ku ool ah oo ku wajahan isbeddelka. Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ahi waxa ay doonaysaa in ay gacan ka geysato xoojintan, iyada oo xoogga saaraysa keliya aqoonta iyo hab-dhaqannada laakiin xeeladaha wax-qabadka, labadaba fahamka diimaha iyo hab ku salaysan xuquuqda.

Waxaan rajaynaynaa inaad rabto inaad ka qaybqaadato sameynta isbeddelka macnaha guud, waxaan rajaynaynaa agabka Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka inay kaa caawin doonto inaad sidaas samayso.

Katherine Cash

Xorriyadda Diinta ama Madasha Waxbarasho ee Caqiidadda

Yaa ka dambeeya

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka?

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka waxaa soo saaray Xorriyadda Diinta ama Madasha Waxbarasho ee Caqiidadda, iyadoo ay caawinayaan dad badan iyo ururro ay ka go'an tahay Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda dhammaan (FORB).

Madasha Waxbarasho ee FORB waxa uu bixiyaa agab waxbarasho, koorsooyin iyo fursado isku xidhid si ay u caawiyaan shakhsiyaadka, bulshooyinka iyo go'aan-gaarayaasha inay bartaan, ka fikirkaan oo kor u qaadaan xorriyadda diinta ama caqiidadda. Waa mashruuc ka mid ah Shabakadda Ecumenical ee Waqooyiga Yurub ee Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda (NORFORB), wada-hadal iyo iskaashi lala yeesho bulshooyin badan oo iimaan iyo caqiidooyin ah, xuquuqda aadanaha iyo ururada horumarinta, iyo machadyo tacliimeed oo ka kala yimid adduunka oo dhan.

Agabka kale iyo koorasyada laga helo Madasha Waxbarasho ee FORB waxaa ka mid ah taxane sideed filim ah oo sharxaya waxa FORB ku lug leedahay iyo goorta ay xadidi karto (lagu heli karo luqado badan); khadka, fududeeyay tababarka FORB ee koorsada tababarayaasha; koorso khadka ah oo ku saabsan FORB iyo jinsiga, iyo qalab layli oo loogu talagalay fududeeyayaasha FORB.

**WAX KA BADAN
KA OGOW**
shabakadeena:
forb-learning.org

Sida koorsada loo horumariyay

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ah waxaa soo saaray 2020-2021 shaqaale ka tirsan Madasha Waxbarasho ee FORB oo kaashanaya koox tixraac ah oo laga soo kala qaatay ururada bulshada rayidka ah iyo bulshooyinka caqiidadda ee toban waddan oo Afrika, Aasiya, gobolka MENA iyo Yurub. Kooxda tixraaca ah waxaa ku jiray dad ka soo jeeda Masiixiyiin, Muslim, Buddhist iyo kuwo aan diin lahayn.

waxay ahayd inaan abuurno koorso khuseeya, la heli karo oo la gaarsiin karo heerka asaasiga ah xaalad kasta oo ku filan oo ammaan ah. Tani waxay ka dhigan tahay in la abuurayo koorso uu bixin karo fududeeye kasta oo karti leh (iyada oo aan loo eegin inta ay ka yaqaanaan xuquuqul aadanaha) dhagaystayaal kasta (iyadoon loo eegin heerka waxbarasho), si ay awood ugu yeelato macnaha guud in ay u dhacdo si dabiici ah.

Markaa waxaynu diirada saarnay saddex arrimood:

- Habka ka bilaabma halka ay dadku joogaan – iyadoo la isticmaalayo wadaagis, sheeko-sheekeysii, waxbarasho khibrad leh iyo isgaarsiin muuqaal ahaan gaadiid si ay u soo bandhigaan oo ay u sahamiyaan fikradaha, halkii ay ka ahaan lahaayeen aragti iyo habab ku salaysan qoraalka.
- Siyaabaha wax ku oolka ah ee ay dadku wax uga badali karaan bulshada deegaanka.
- Ka dhigista koorsada sida ugu fudud ee suurto-galka ah – horumarinta wax kasta oo uu u baahan yahay fududeeyuhu.

Horumarinta iyo naqshadaynta ka dib, xubnaha kooxda tixraaca ee India, Jordan, Nigeria iyo Tanzania waxay tijaabiyeen koorsada kooxo 12-25 qof ah oo ka socda bulshooyinka Deegaanka ah. Ka soo qeybgalayaasha ayaa isugu jiray tagsiileyaal, dukaanleyaal, harqaanleyaal, macalimiin, shaqaale bulsho, macalimiin dugsi qur'aan, xubno ka tirsan kaniisadaha, madaxda kooxda dhalinyarada iyo ardayda jaamacadaha. Jawaab-celinta ka qeybgalayaasha iyo fududeeyayaasha ayaa ahayd mid aad u wanaagsan waxaana lagu sameeyay koorsada iyadoo lagu salaynayo taladooda.

Farriimaha ka imanaya lammaaneheena

Hordhaca Golaha Kaniisadaha Adduunka

"Tan iyo markii Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqul Aadanaha uu ku dhawaaqay xaqa aan ka maarmi karin ee xorriyadda fikirka, damiirka iyo diinta 1948-kii, ummaduhu waxay isku dayeen inay fahmaan oo fasiraan fikradaha ku jira xaqaan. Shuruuc badan, halbeegyo iyo siyaasado ayaa laga dooday, laga dooday, lagana qaatay adduunka oo dhan, in kasta oo nasiib darro ah kuwani inta badan waxay ka gaabiyaan inay dadka si buuxda ugu raaxaystaan xaqaan. Laakiin dhammaan shuruucdii, qaab-dhismeedka iyo bayaannada wax qiimo ah ma laha haddii aan mabda'dooda la garaneyn oo ay fahmaan dadka caadiga ah ee ummaddu leedahay. Horumarinta iyo ilaalinta dhammaan xuquuqda aadanaha waxay ka bilaabataa guriga, qoysaska, deriska, iyo bulshada dhexdeeda.

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ah waxaa loogu talagalay bulshooyinkan oo kale, kuwaas oo laga yaabo in ay yar yihiin ama aan lahayn aqoonta hore ee xuquuqda aadanaha iyo heerarka sharciga, waxaana loo qaabeeyey si ay u caawiso ka-hortagga iyo beddelka dabeecadaha, iyo in laga gudbo cabsida kuwa caqiiddada ay ka duwan tahay, iyada oo loo marayo sheeko-sheeko iyo hababka muuqaalka. Koorasku waxa kale oo uu awood siin doonaa isbeddel-sameeyaasha deegaanka ah si ay u noqdaan u doode xaqa xorriyadda diinta ama caqiiddada.

Koorsadu waxay u noqon doontaa qalab qiimo leh oo loogu talagalay kaniisadaha xubnaha ka ah iyo la-hawlgalayaasha kale ee Golaha Kaniisadaha Adduunka marka aan raadineyno inaan kor u qaadno fahamka iyo aqbalaadda mabda'a xorriyadda diinta ama caqiiddada sida mid lagu dabaqi karo dhammaan dadka iyada oo aan loo eegin iimaan ama caqiiddada.

"Kala duwanaansuhu maaha in la kala saaro, in la kala fogeeyo. Waxaannu si sax ah u kala duwannahay si aan u ogaanno baahideena midba midka kale"
Archbishop Desmond Tutu

JENNIFER PHILPOT-NISSEN, FULINTA BARNAAMIJKA – XUQUUQDA AADANAHA IYO HUB KA DHIGISTA GOLAHA KANIISADAH AADDUUNKA

"Awoodda isbeddelka ee Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka runtii waa mid aan la barbar dhigi karin; saameynteeda kicinta leh ayaa dib u habeyneysa bulshooyinka Afrika oo dhan. Iyada oo loo farsameeyay in ay noqoto mid dareen leh oo si qoto dheer ula xiriirta xaaladda deegaanka, koorsadu waxay u egtahay furitaan muhiim ah ee albaabka fursadaha cusub. Maanta, Shabakadda PROCMURA tababarayaasha Xorriyadda Diinta iyo Caqiiddada ee Saxaraha ka hooseeya waxay kor u kacday ku dhawaad 350 oo ah kuwa isbeddel sameeyayaasha ah/ difaacayaasha Xorriyadda Diinta iyo Caqiiddada, dhammaantoodna waxay ka faa'iidaystaan agabyadaan qiimaha leh. Tani waa koror aqooneed, aragtida ayaa isbeddelaysa, dabeecaduhuna way isbeddelayaan, xirfadaha lagu horumarinayo xorriyadda diintana way sii xoogaysanayaan. Turjumaaddii dhawaan loo turjumay agabyada Kiswahili waa wax isbeddel weyn u keenaya, u ballanqaaday in la sii xoojiyo fahamka Xorriyadda Diinta iyo Caqiiddada ee dalalka Bariga Afrika, gaar ahaan awoodsiinta haweenka si ay u istaagaan. Waayo, PROCMURA, u doodista xorriyadda diinta ma aha oo keliya istaraatiijiyad; ee waa aasaaska lagu dhisayo wada noolaanshaha nabadda iyo horumarka waara."

RT. REV. NATHAN SAMWINI, LA-TALIYAHA GUUD, PROCMURA

"Koonsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ah waa kheyraad weyn oo loogu talagalay dhaqdhaqaaqayaasha, tababarayaasha, iyo barayaasha ee gobolka MENA. Nidaamkeeda loo dhan yahay, isdhexgalka, iyo dabacsanaanta waxay u oggolaaneysaa inay la qabsadaan bandhigyada iyo layliga xaaladdooda deegaanka ah – abuurista hab ku habboon kor u qaadista wacyiga, aqoonsiga xadgudubyada iyo sahaminta hababka ugu fiican. Bartilmaameedka dadka ee heerka hoose, koonsada si ay u helaan meel bannaan oo loogu talagalay ka-qeybgalayaasha, koorsadu waxay siinaysaa meel bannaan oo loogu talagalay abuurista jawiga asaasiga ah. xalinta iyo horumarinta hindisayaasha bulshada. Waxay ka kooban tahay qalab madadaalo iyo is-dhexgal ah, laakiin kama foga mawduucyada muranka dhaliyay, waxayna siisaa fududeeyayaasha talooyin ku saabsan qaabaynta fadhidyadooda. Tani waa kheyraad asaasi ah oo loogu talagalay xubnaha shabakadaha FoRB ee gobolka kuwaas oo doonaya in ay horumariyaan muwaadinimo loo dhan yahay iyo ixtiraamka Xoriyadda Diinta iyo Caqiidadda."

ANA MARIA DAOU, MADAXA MACHADKA QEYBTA CILMI-BAARISTA IYO KOORSOYINKA EE MAARAYNTA JINSIYADDA IYO KALA DUWANAANTA – ADYAN FOUNDATION

"Horumarinta FORB ee heerka hoose waa arrin muhiim ah oo xaqiijinta ixtiraamka FoRB ee gobolka Koonfurta Aasiya. Koonsada Isbeddel- Sameeyayaasha Maxaliga ahi waxay siisaa gacan caawineed aad u wanaagsan qof kasta oo raba inuu taas sameeyo. Shabakadda SAFFoRB waxa ay rajaynaysaa in ay isticmaasho agabka waxana ay rajaynaysaa in tiro balaadhan oo ka mid ah hawl-wadeenada waxbarashada, nabadaynta iyo diimaha ee gobolka ay iyaguna sidaan sameyn doonaan, si aanu kor ugu qaadno shaqada si aan u bedelno hab-dhaqanka iyo xoojinta bulshooyinka si ay u qaadaan tallaabo isbeddel ah."

SAMUEL JAYAKUMAR, ISKUDUWAHA, MADASHA KOONFURTA ASIYA EE XORRIYADDA DIINTA AMA CAQIIDADDA (SAFFORB)

"La-hawlgalayaasha 50 ee in ka badan 7 waddan ka shaqaynta si kor loogu qaado bulshooyinka nabada iyo loo wada dhan yahay iyada oo loo marayo FoRB, Hindisaha Wadajirka ah ee Istaraatiijiyada Diinta ee Falcelinta (JISRA) waxay si diiran u soo dhawaynaysaa Koonsada Isbeddel Sameyaasha Deegaanka ah ee siisay ilo la heli karo oo ku saabsan FORB kuwaas oo ay fududahay in la habeeyo lana waafajiyo, laguna heli karo luqado kala duwan. Koorasku wuxuu siiya la-hawlgalayaasha JISRA qalab dheeri ah oo lagama maarmaan ah si ay u qalabeeyaan wakiillada kala duwan ee isbeddelka iyo kaalmaynta fududaynta wada-hadallada dhexdooda iyo bulshooyinka diinta, iyo sidoo kale shaqadooda si loo xoojiyo bulshada rayidka ah – gaar ahaan haweenka, dhalinyarada iyo jilayaasha kale ee xaddidan helitaanka waxbarashada tooska ah. Waxaan uga mahadcelineynaa fursadaha waxbarasho ee goobta Madasha Waxbarashada ee FORB ay bixiso waxaana rajeyneynaa inaan aragno waxa soo socda!"

CHRISTINA MAASDAM, JISRA ISKUDUWAHA DALADDA

"Marka la eego in aan ka shaqeyno goobaha juqraafiga ah oo ka qeybgalayaashu ay inta badan haystaan waxbarasho dugsiyeed, koorsadan waxay na siineysaa fursado aan ku qalabeyno nafteena si aan u gaarno ujeeddooyinkeena dhammaan goobaha aan ka shaqeyno iyo dhammaan ka qeybgalayaashayada, waxaan ku soo dhaweyneynaa gacmo furan iyo mahadnaq. Aqoonta la fududeeyey ee la heli karo ee ku saabsan FORB waxay gacan ka geysataa isfahamka wanaagsan iyo aqbalaadda bulshooyinka diinta. Koorasku wuxuu na siinayaa fursado aan ku caawino dadka inay fahmaan oo aan faafinno isku-duubnida bulshada ee ka dhexeeya mad-habyada diimeed. Marka la soo koobo, hoggaamiyayaasha diinta iyo daneeyayaasha leh habab cusub iyo aqoon ku saabsan FORB waxay noqon doonaan jileyaal kor u qaadaya wada noolaanshaha iyo wada noolaanshaha nabada."

JISRA CONSORTIUM MEMBERS, MALI

QEYBTA A



Sida loo isticmaalo
agabkan

Bandhigga Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka waa taxane sagaal saacadood ah oo aqoon-is-weydaarsi ah, oo loogu talagalay in lagu suurtageliyo kooxaha dadka waaweyn iyo dhallinyarada inay wax ka bartaan, qiimeeyaan oo kor u qaadaan xorriyadda diinta ama caqiidadda (FORB) dhammaan bulshooyinkooda.

Hagaha fududeeyahan iyo dhammaan agabka la socda ayaa si xor ah kuugu diyaar ah inaad isticmaasho, adoo la qabsanaya macnaha guud sidaad u aragto inay ku habboon tahay. Waxay ku qoran yihiin luqado badan xiriirkan. www.forb-learning.org/changemakers/languages

Ka hel
**AGABKA
LA SOCDA
halkan.**

Waa maxay ujeedooyinka koorsadu

Koorsadu waxay leedahay afar ujeedo oo waaweyn:

- si ay nooga caawiyaan garashada iyo qadarinta kala duwanaanshaha gudaha iyo bulshada dhexdooda
- si ay nooga caawiyaan fahamka iyo qaddarinta xuquuqdeena bini'aadminimo, oo ay ku jirto xaqa xorriyadda diinta ama caqiidadda
- si loo aqoonsado dhibaatooyinka la xiriirta xorriyada diinta ama caqiidadda bulshooyinkeena
- iyo in la helo habab si wadajir ah wax looga qabto dhibaatooyinkaas.

Yaa loo qorsheeyay koorsada?

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ah waxaa loogu talagalay dadka heerka hoose – dadka ka welwelsan dhibaatooyinka la xiriirta xorriyadda diinta ama caqiidadda bulshadooda iyo bulshada, oo doonaya inay helaan habab ay isbeddel ku sameeyaan.

Koorasku uma baahna aqoon hore, waayo-aragnimo ama xitaa aqbalaadda xuquuqda aadanaha ee ka qeybgalayaasha. Waxa loo baahan yahay waa maskax furan, xiisaha lagu caawinayo in la dhiso bulshooyin lagu garto nabad ku wada noolaanshaha iyo sinnaanta, iyo rabitaanka in la galo hab is-dhexgal ah oo wax-barasho iyo milicsi.

Waxaa loogu talagalay kooxo ka kooban 12-24 qof laakiin waxaa loo habeyn karaa kooxaha waaweyn ama ka yar.

In kasta oo koorsada loo qaabeeyey iyadoo dadka Afrikaanka ah, Bariga Dhexe iyo Aasiya si gaar ah maskaxda loogu hayo, waxaan rumaysannahay in nuxurku faa'iido u leeyahay xaalad kasta.

"Waxyaabaha ugu wanaagsan ee koorsadu waxay ahayd sida ka qaybgalka iyo la xiriirka dareenka dadka oo ay ahayd, isla markaana ay ahayd mid fudud in la ordo iyo madadaalo badan. Waxay ahayd waayo-aragnimo cajiib ah!"

HIDAYA DUDE, FUDUDEEYE, TANZANIA

"Koorsadu waxay ahayd isbeddel – waxaan arki karayay dabeecadaha oo isbeddelaya marka ay kalfadhiyadu socdaan. Mar kale ayaan dib u socodsiin doonaa dhawaan."

IRFAN ENGINEER, FUDUDEEYE, INDIA

"Koorsadu waxay indhaha u furtay ka qeybgalayaasha siyaalo kala duwan oo GUUD oo ay uga jawaabi karaan xadgudubyada xuquuqul aadanaha, waxay ka caawisay inay xoojiyaan xirfadahooda qorsheynta waxqabadka. Waxay noqon doonaan kuwo wax ku ool ah oo wax ka beddela bulshadooda natiijaduna waxay tahay."

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

Yaa fududayn kara koorsada?

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka waa is dhexgal – oo ay ku jiraan layliyo kooxeed, ciyaaro, sheekooyin, doodo iyo riwaayado iyo sidoo kale bandhigyo. Qof kasta oo khibrad u leh hoggaaminta hababka waxbarashada isdhexgalka ee dadka waaweyn iyo dhalinyarada ayaa hogaamin kara. Hagaha fududeeyayaasha iyo agabka la socda ayaa bixiya tilmaamo faahfaahsan oo ku saabsan sida loo socodsiiyo kulan kasta.

Uma baahnid inaad khibrad u leedahay ama aqoon u leedahay xuquuqda aadanaha ama xorriyadda diinta ama caqiidadda si aad u fududayso koorsada. Dhammaan macluumaadka aad u baahan tahay waa la bixiyay, oo ay ku jiraan qoraallada iyo PowerPoint-yada bandhigyada ku saabsan arrimaha. Doorarka fududeeyuhu ma aha inuu noqdo khabiiir, laakiin waa inuu ku hago ka qeybgalayaasha habka wax-barashada.

Waxa ugu badan ee fududeeyaha u baahan yahay waa u nugulnaanta macnaha guud – awoodda uu ku xukumo haddii arrimaha qaar ay aad xasaasi u yihiin ama khatar u yihiin in laga hadlo, la qabsiga habka si waafaqsan, iyo sidoo kale awoodda uu u leeyahay inuu maareeyo dhaqdhaqaaqa kooxda marka dareenka ama xiisadaha soo baxaan.

TALO! Ka hel talooyin kaa caawinaya inaad kobciso xirfadahaaga fududaynta bogga 17-20. bogga 15 waxaad ka heli kartaa hagitaan ku saabsan sida loo diyaargarooobo kulan kasta.

Mawduucyadee koorsadu ka kooban tahay sideese loo habeeyey?

Koorasku waxa ku jira sagaal kulanno oo fool ka fool ah oo midkiiba laba saacadood ah. Waxa loo qaabeeyey laba qeybood.

Qeybta 1 ee koorsada (kulanada 1-5), waxay diiradda saaraysaa horumarinta aqoonta iyo dabeecadaha si madaxdeenna iyo qalbiyadeenna ay diyaar ugu noqdaan inay noqdaan kuwa isbeddelaya. Ka qeybgalayaashu waxay wax ka bartaan oo sahamiyaan hab-dhaqankooda ku wajahan xuquuqul aadanaha iyo xorriyadda diinta ama caqiidadda, waxayna dib u eegaan dabeecadahooda ku wajahan dadka aqoonsigoodu ka duwan yahay tooda. Ka qeybgalayaashu waxay sidoo kale helaan xirfado xagga falanqaynta macnaha guud.

Qeybta 2 ee koorsada (casharrada 6-9), ka qeybgalayaashu waxay wax ka bartaan tabo ama habab kala duwan oo loo isticmaali karo si kor loogu qaado FORB iyo xuquuqaha kale, waxaana lagu hagayaa habka qorshaynta hawleed ee dhibaatada FORB ee ay aqoonsadaan. Fadhiyadihi waxay diiradda saaraan xirfadaha iyo waxqabadka.

Faahfaahin dheeraad ah ka eeg agabka koorsada.

"Hawl-qabadyadu waxay ahaayeen kuwo firfircoon, sheekooyinkuna waxay ahaayeen kuwo cajiib ah, ka qeybgalayaashuna way cunayeen inay hadlaan. Waxaan filayaa in koorsadu ay si wanaagsan ugu shaqeyn doonto qof kasta oo xiiseynaya arrimaha, laga soo bilaabo heerka hoose ilaa dadka aqoonta heerka dhexe ee xuquuqda aadanaha. Waxay ii ahayd waayo-aragnimo xiiso leh oo fududeeye ahaan."

UKOHA NGWOBIA, FUDUDEEYE, NIGERIA

"Koorssadu waxay ahayd mid gaar ah – waxay dhalisay doodo badan! Kooxdu runtii way kala duwanayd – Muslimiinta, Masiixiyiinta, Baha'i iyo Druze. Mar walba ma fududayn in la helo is-afgarad, laakiin wadahadaladu si fiican ayay u dhaceen."

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

Sida loo isticmaalo agabka

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka waxaa loo qaabeeyey sidii nidaam waxbarasho oo sagaal ah oo qaadanaya 18-20 saacadood. Kulamadan waxa ay socon karaan saddex maalmood, laba todobaad oo sabti ah, ama wakhti dheer, tusaale ahaan hal kulan todobaadkii.

Si koorsada looga dhigo sida ugu fudud ee suurtoogalka ah ee loo fududeeyo, waxaanu ku siinaynaa dhammaan agabyada aad u baahan tahay si aad u socodsiiiso kulamada.

Kulan kasta, waxa jira qorshe kulan oo diyaarsan iyo agabyo weheliya oo ay ku jiraan qoraallo hore loo sii diyaariyay iyo PowerPoint-yada bandhigyada, qoraal-gacmeedyada, iyo agabka layliga sida kaadhahka iyo boorarka.

Qaar badan oo ka mid ah agabyada ayaa loo heli karaa dukumeenti Word ah, kuwaas oo awood kuu siinaya inaad soo dejiso, wax ka beddesho oo aad la qabsato macnaha guud iyo baahiyaha kooxahaaga. Waxa kale oo aad ka turjumi kartaa qoraallada ku dul qoran bogagga PowerPoint iyo qoraallada gacanta haddii aad rabto.

Ka hel
**AGABKA
LA SOCDA**
[halkan.](#)

TALO! Dhammaan agabka koorsada waxaa lagu heli karaa luqado badan! Noocyo kale oo luqadeed ayaa laga heli karaa [halkan.](#)

--- KHATARTA IYO TIXGELINTA AMNIGA ---

Xaaladaha qaarkood, waxaa jira halis iyo khataro ku lug leh ka doodista xuquuqda aadanaha iyo arrimaha FORB si furan. Fadlan si taxadir leh uga fikir haddii koorsadan soconaysa ay adiga iyo ka qeybgalayaashaada gelin karto khatar ama ay uga sii dari karto isku dhacyada iyo baylahda. Maxaa suurtagal ah in laga wadahadlo, cidda, meesha iyo sidee? Sideed u yarayn kartaa halista – tusaale ahaan adiga oo la qabsanaya ama xaddidaya waxa ku jira? Sideed u xoojin kartaa ammaankaaga, tusaale ahaan ka qeyb qaadashada iyo kasbashada taageerada hoggaamiyayaasha deegaanka ah? Weydii dadka talo oo isku day inaad koorsada kula socodsiiiso dhegastayaal 'ammaan' ah marka hore. Keliya socodsii koorsada haddii ay ammaan tahay in sidaas la sameeyo.

Waa maxay tignoolajiyada iyo agabka aan u baahanahay si aan koorsada u wado?

AGABKA

- Si aad si sahlan ugu isticmaasho agabka, waxaad u baahan tahay inaad gasho daabacaha ama koobiyeeyaha. Haddii tani aysan suurtoogal ahayn, waxaad si caadi ah u hagaajin kartaa adigoo isticmaalaya jaantusyo iyo qalimaan, ama xitaa ul ciidda ku jirta.
- Helitaanka kumbuyuutarka iyo borojektarka si loo tuso bandhigyada PowerPoint waa faa'iido laakiin ma aha lama huraan.
- Waxaad u baahan doontaa inaad keento agabka aqoon isweydaarsiga aasaasiga ah sida jaantusyada, qalimaan iyo qoraallada ka dambeeya iyo qaar ka mid ah waxyaabaha maalinlaha ah sida kubbadda jilicsan iyo kubbadda dhogorta. Liiska agabyada loo baahan yahay ayaa lagu sheegay qorshe kasta iyo bogga 15 (Sida loo diyaariyo kulan kasta).

Ma dooran karaa oo ma isku dari karaa hawlaha? Ma inaan wadaa dhammaan sagaalka kulan?

Waxaa laga yaabaa inaad jeclaan lahayd inaad hesho fikrado cusub oo aad ku kordhiso wada-hadallada diimaha ama hawlaha wacyigelinta ee aad horeba ugu lug lahayd. Waa lagugu soo dhaweynayaa inaad ka soo qaadato oo aad isku qasto hawlaha koorsadan, oo ay ku jiraan hababka barashada ee naqshadayntaada.

Sagaalka kulan ee koorsadu waxay sameeyaan horumar macquul ah. Si kastaba ha ahaatee, haddii aadan rabin inaad wadato koorsada oo dhan, waxaa suurto ah inaad ka joogsato ka dib Qeybta 1 (kulanka 5). Faa'iido darrada tan ayaa ah in ka qeybgalayaashu ay dareemi karaan niyad-jab markay wax ka bartaan dhibaatooyinka xuquuqda aadanaha, iyada oo aan la siin qalabkii ay wax uga qaban lahaayeen dhibaatooyinka.

Waxa kale oo suurto ah in la gooyo kulanka 3 (Aqoonsigeenna badan) iyada oo aan saameyn ku yeelan socodka inta ka hartay kulamada Qeybta 1. Si kastaba ha noqotee, kulanka 3 wuxuu diiradda saarayaa dabeecadeena ku wajahan iyo ka warqabka xaaladda 'ka kale' – ku saabsan fikradaha qaldan iyo waxyaabaha ay wadaagaan ee kala qeybsanaanta. Ha ka gudbin tan iyo ilaa aad ku kalsoon tahay dabeecadaha wanaagsan ee ka qeybgalayaashaada 'ka kale'.

Haddii aad leedahay koox hore u fahma xuquuqul aadanaha oo garanaya oo qadarisa xuquuqda ay ilaaliso FORB, waxa suurto gal ah in la waafajiyo nidaamka, laga bilaabo kulanka 5.

"Qalabka runtii way fududahay in la fahmo oo la isticmaalo – fududeeyaha saaxiibtinimo iyo saaxiibtinimada bartayaasha, iyo si qurux badan sidoo kale loo qaabeeyey. Mid ka mid ah ka qeybgalayaashayda, hogaamiyaha dhalinyarada deegaanka, waxay rabtaa inay koorsada la maamusho kooxdeeda dhalinyarada – taasi waxay sheegaysaa wax ku saabsan sida loo heli karo oo sahlan in koorsadu u socoto."

HIDAYA DUDE, FUDUDEEYE, TANZANIA

"Waxaad ka heli kartaa wax kasta oo aad u baahan tahay agabka – way fudud yihiin in la isticmaalo. Laakiin tilmaan wanaagsan ayaa ah in la helo fududeeye. Markaa midkiin wuxuu diiradda saari karaa inuu kooxda ku hogaamiyo habka waxbarashada halka kan kalena uu xakameyn karo tignoolajiyada oo uu caawiyo ka qeybgalayaasha shakhsi ahaaneed ee u baahan taageero dheeraad ah."

IRFAN ENGINEER, FUDUDEEYE, INDIA

Sida loo diyaariyo kulan kasta

Qorshayaasha kulana waxay si faahfaahsan u qeexayaan sida loo socodsiiyo kulamada. Qaad talaabooyinkan soo socda si aad isugu diyaariso kulan kasta:

1. Soo hel agabyada la socda ee kulanka

Qorshe kasta oo kulan ah waxaad ka heli doontaa xiriir toos ah agab la socda ee kulankaas, oo ka kooban::

- kulanka PowerPoint
- qoraal bandhigid kasta ama sheekooyin, iyo
- agabyo daabacan ee loo isticmaalo layliga, tusaale; kaarar, boorar iyo qoraallo.

Ka hel
**AGABKA
LA SOCDA**
[halkan.](#)

2. Akhri, fakar, la qabso!

AKHRI qorshaha kulanka si taxadar leh.

FAKAR ku saabsan sida layliyada kulanka ula shaqayn doonaan kooxdaada. Ma jiraan wax aad u baahan tahay inaad la qabsato ama aad beddesho?

LA QABSO qorshaha kulanka, layliyada iyo PowerPoint (haddii la isticmaalayo) si waafaqsan.

TALO! TARJUM
Waxa laga yaabaa inaad rabto inaad ku badasho qoraalka Ingiriisiga ee PowerPoints iyo qoraal-gacmeedyada luqadda ka qeybgalayaashaada.

3. Diyaari oo ku celceli bandhigyada!

Toddoba ka mid ah kulanada waxa ku jira bandhigyo. Qoraalada iyo PowerPoint-yada bandhigyadan waa lagu siiyay. (Haddii aad ku kalsoon tahay aqoontaada xuquuqda aadanaha iyo xorriyadda diinta ama caqiidadda waxaad abuuri kartaa bandhigyo kuu gaar ah – laakiin hubi inaad ku darto qodobbada muhiimka ah ee qoraalka!)

U diyaari inaad soo jeediso bandhigyada sida soo socota:

AKHRI OO TAFATIR QORAALKA

Dhowr jeer akhri qoraalka oo ka fikir waxa ku jira. Ma jiraan wax aad rabto inaad wax ka beddesho, la qabsato ama ku darto – tusaale, ku darista macluumaadka ama tusaalooyinka dalkaaga? Wax ka bedelidaada samee. (Nooca qoraalka ah ee Word oo la tafatiran karo ayaa laga helayaa agabka la socda.)

TAFATIR POWERPOINT/DIYAARI WARAAQO JAANTUS AH

Tafatir PowerPoint-ka si waafaqsan isbeddel kasta oo lagu sameeyo qoraalka. Haddii aadan isticmaaleynin PowerPoint, waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad diyaariso waraaqo jaantus ah oo leh qodobbo muhiim ah oo laga soo qaaday sawirada.

KU CELCELI BIXINTA SOO BANDHIGGIDEEDA

Ku celceli dejinta tignoolajiyada loo baahan yahay oo ku soo gudbinta bandhiggaaga sawirada PowerPoint ama waraaqda jaantuska

KA FIKIR SIDA KA QEYBGALAYAASHU UGA JAWAABI DOONAAN

Maxay yihiin su'aalaha ama falcelinta ka qeybgalayaasha laga yaabo inay qabaan? Sideed uga jawaabi kartaa? Akhri qeybta 'Ka jawaabista su'aalaha khiyaanada leh' ee bogga 21 si ay kaaga caawiyaan diyaarinta. Xusuusnow inay fiican tahay inaad tiraahdo 'Ma garanayo' adigoo ka jawaabaya su'aalaha ka qeybgalayaasha! Lagaama filayo inaad khabiir noqoto – waa caadi inaad sidoo kale su'aalo qabtid.



IKHTIYAAR DHEERAAD AH: DHIS KALSOONIDAADA

Qorshayaasha kalamada qaarkood waxa ka mid ah isku xirka filimada gaagaaban ama akhrinta kuwaas oo kaa caawin kara inaad kalsooni yeelato oo aad diyaarsato.

4. Diyaarso agabkaaga!

Diyaarso oo soo ururi dhammaan agabyada aad u baahan tahay si aad u socodsiiyo kulanka. Liistada agabka caadiga ah ee loo isticmaalo dhammaan kulamada ayaa hoos lagu bixiyay. Qeybta 'Isu diyaari' ee qorshe kulan kasta waxaad ka heli doontaa liiska agabka dheeraadka ah ee loo baahan yahay kulankaas, tusaale ahaan qoraallada ama agabka ciyaaraha – sida dheriga Maraqa ama kubbadda dhogorta ah.

QALABKA CAADIGA AH EE AGABYADA

Waxaad u baahan doontaa agabyada caadiga ah ee soo socda ee dhammaan kulamada:

- Jaantuska la rogrogo iyo qalimaantiisa
- Qalimaan iyo warqad caadi ah
- Qoraalo ku dhejin ah
- Cajalad koolada ama habab kale oo lagu dhejiyo boorarka, jaantuska rogrogmada iwm.
- Kumbuyuutar iyo borojekar si ay u muujiyaan sawirada PowerPoint (ikhtiyaar)

5. Diyaari qolka!

Waxaad ka heli doontaa tilmaamo ku saabsan sida loo dejiyo qolka (tusaale, sida loo habeeyo kuraasta, waxa lagu dhejiyo derbiga) qeybta 'Isu diyaari' ee qorshe kasta oo kulanka.

FIIRO GAAR AH

Qorshayaasha kulanka waxa lagu muddeeyay kulan caadi ah oo laba saacadood ah. Waayo-aragnimada laga helay habka imtixaanku waxay muujinaysaa in kooxaha qaar-kood ay ogaadaan in laba saacadood ay ka badan tahay ku filan halka kuwa kalena ay rabaan in kulamada ay dheeraadaan si ay u oggolaadaan wakhti dheeraad ah oo dood ah. Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad ku qorsheysato qaar ka mid ah 'waqtiga dabacsanaanta' barnaamijkaaga si aad awood ugu siiso dooda inay sii socoto haddii loo baahdo.

“Waxay qaadataa wakhti in la diyaariyo koorsada. Waxaa jira qalab badan oo la maro, laakiin way fududahay inaad bixiso koorsada haddii aad sameeyso diyaarinta. Wax walba si cad ayaa loo sharaxay. Marka labaad ee aad koorsada maamusho, ma qaadan doonto waqti dheer inaad diyaariso.”

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

“Marka hore waxaad u baahan tahay inaad akhrido hagaha fududeeyayaasha guud ahaan ka dibna wakhti ku bixi diyaarinta kulan kasta. Waa fikrad wanaagsan inaad sawirto kulan kasta oo aad ka fikirto sida uu layli kasta u shaqeyn doono. Haddii aadan hubin sida uu kulanka u shaqeyn doono waa fikrad wanaagsan inaad la socoto ood ka hubiso Fududeeye dhigaaga ah.”

UKOHA NGWOBIA, FUDUDEEYE, NIGERIA

Talooyinka fududeynta

Waa maxay fududeeyuhu?

QEEXID

Si loo fududeeyo: in ficil ama hab-socod laga dhigo mid sahlan, aad u sahlan ama suurtoagal ah.
Fududeeye waxa uu ka caawiyaa in uu habka waxbarashada, sahaminta dabeecadaha iyo helista xirfado cusub aad ugu fududeeyo ka qeybgalayaasha

FUDUDEEYE

- adeegsada hababka ka qeybqaadashada si ay uga caawiso ka qeybgalayaasha inay is dhexgalaan oo ay is dhexgalaan iyo arrimaha si xiiso leh, dhab ah oo dhiirgelin leh.
- abuuraa jawi is aaminaad, furfurnaan iyo isbarasho, halkaas oo lagu ixtiraamo kala duwanaanshaha ra'yiga, tusaale ahaan caawinta kooxda inay dejiyaan xeerar aasaasi ah.
- garashada iyo wax ka qabashada isku dheelitir la'aanta awooda kooxda, hubinta in qof walba uu dareemo in lagu soo daray oo uu haysto fursad uu kaga qeyb qaato.
- wuxuu bixiyaa qaab-dhismeed waxbarasho wuxuuna u horseedaa ka qeybgalayaasha habka.
- hubiyaa in 'haynta guriga' la sameeyay – diyaarinta kulanka, dejinta goobta shirka, ogeysiinta ka qeybgalayaasha iyo wixii la mid ah.

Agabyada hagahan waxa loogu talagalay inay kaa caawiyaan inaad samayso waxyaalahan. Qorshayaasha kulanka oo faahfaahsan waxa ka mid ah leylayo badan oo ka qeybqaadasho ah, qaab-dhismeed cad oo habraacyo waxbarasho ah iyo hagd cad oo ku saabsan sida loogu diyaargaroobo kulamada.

FUDUDEEYE MA AHA

- macalin ama bare sare – habka waxbarashada ka qeybqaadashada, fududeeyaha waa asaaga ka qeybgalayaasha wuxuuna haggaa hab-waxbarasho oo qof kastaa uu wax ku biiriyo.
- daruuri waa khabiir – in kasta oo fududeeyaha uu diyaariyo kulan kasta, ka qeybgalayaasha qaarkood ayaa laga yaabaa in ay wax badan ka ogaadaan Dulucda fududeeyaha! Qof kasta aqoontiisa ayaa lagu soo qaatay.
- udub dhexaadka dareenka – fududeeyaha wanaagsan waxa uu ku hadlaa wax ka yar ka qeybgalayaasha kale, isaga oo u soo jiidaya dooda.

MA XIISAYNAYSAA IN AAD WAX BADAN KA BARATO ku saabsan fududaynta waxbarashada xuquuqul aadanaha ee FORB? Codso koorsada tababarayaasha ee FORB online ee bilaashka ah. Mudnaanta waxaa la siiyaa kuwa fir fircoon ee ku hawlan bixinta waxbarashada xuquuqul aadanaha ee FORB marka la eego xaaladaha xadgudubyada daran.

KOORSDA TABABARAYAASHA

Wax ka akhri
online-keena
Koorstada **TOT**
halkan.

Talooyinka fududeynta guud

SI WANAAGSAN KULAMADAADA U DIYAARI OO NOQO MID DABACSAN!

Mawqifyada waxa loo beddelaa habraacyo aan ku haysanno meel bannaan oo aan ku maqalno codad kale, ku fikirno oo aan ku horumarinno annaga oo aan dareemin in lagu khasbay in aan qaadno jagooyin aynaan diyaar u ahayn in aan qaadno. U oggolow fursadaha ka qeybgalayaasha inay khilaafaan oo ay ku yimaadaan meelo ka duwan kuwaaga. Ka fogow doodaha ujeeddadooda tahay in la dhiso guulaystayaal iyo guul-darreysta.

KA DHIG MADAL MASKAX FURAN

Mawqifyada waxa loo beddelaa habraacyo aan ku haysanno meel bannaan oo aan ku maqalno codad kale, ku fikirno oo aan ku horumarinno annaga oo aan dareemin in lagu khasbay in aan qaadno jagooyin aynaan diyaar u ahayn in aan qaadno. U oggolow fursadaha ka qeybgalayaasha inay khilaafaan oo ay ku yimaadaan meelo ka duwan kuwaaga. Ka fogow doodaha ujeeddadooda tahay in la dhiso guulaystayaal iyo guul-darreysta.

KA FOGOW JAWAABAHA FUDUD EE SU'AALAHA ADAG

Sababaha xadgudubyada saxda ah badanaa waa adag yihiin, oo ku lug leh arrimo badan sida caadooyinka dhaqameed iyo qaababka awoodda. Ka digtoonow fududaynta xad-dhaafka ah, gaar ahaan dhimista mas'uuliyadda diidmada xuquuqda hal ama laba sababood, tusaale. aqoonsiga diinta. Ku dhiirigeli ka qeybgalayaasha in ay falanqeyaan arrimaha kala duwan ee ka qeyb qaata waayo-aragnimadooda.

KU DADAAL IN AAD SAXDO LUQADDA OO AAD KA NIYAD JEBISO FIKRADAHA QALDAN

Iska ilaali in aad isku daydo oo aad ka caawiso ka qeybgalayaasha in ay iska ilaaliyaan guud ahaan tusaale ahaan, "Muslimiintu waa...", "Hindu waxay u malaynayaan..." ama "Haweenku ma sameeyaan..." Xusuusi ka qeybgalayaasha in xitaa haddii xubno badan oo koox ahi ay wadaagaan waayo-aragnimada ama caqiidooyinka guud, guud ahaan waxay u baahan yihiin inay noqdaan kuwo u qalma (tusaale, "mararka qaarkood", "xaalad badan").

KA FOGOW ISBARBARDHIGGA XANUUNKA

Ku dhiiri geli wadajirka iyo dareenka ka dhexeeya shakhsiyaadka iyo kooxaha halkii ay ahaan lahayd isbarbardhigga, tartanka ama doodda cidda ugu xun.

HA KA WAABAN INAAD TIRAAHDO MA AQAANO

Xasuusnoow in fududeeyuhu uu sidoo kale yahay arday! Marka aad ka jawaabi weydo su'aal, weydii haddii qof kale uu awoodo. Iska ilaali rabitaanka inaad isku daydo inaad ka jawaabto dhammaan su'aalaha naftaada, gaar ahaan haddii su'aashu ay ku lug leedahay ra'yi (tusaale, "Waa maxay habka ugu wanaagsan ee looga jawaabi karo hadalka nacaybka?"). Taa beddelkeeda, weydii kooxda sida ay uga jawaabi lahaayeen Su'aal oo u furaan fikrado kala duwan.

U SHAQEYKA KOOXO OO DIIWAAN GELI

Fududeeyayaashu waxay wax ka bartaan khibrad iyo midba midka kale! Isku day inaad ka shaqeyso koox ka kooban 2-3 fududeeye kuwaas oo qorsheeya, wada oo qiimeeya koorsada si wadajir ah. U firso waxa ka dhacay kulan kasta, oo ay ku jiraan la qabsiga iyo isbeddelka qorshaha, fikrado cusub, guulo iyo dhibaatooyin. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad qorsheysato aqoon-is-weydaarsiyada mustaqbalka.

Caqabadaha caadiga ah ee fududeeyayaasha ayaa la kulmaan

CAQABADAHA FUDUDEYNTA: FIRFIRCOONIDA AWOODDAS

Waxaa jira isku dheelitirnaan la'aan awoodeed oo habaysan oo bulshada dhexdeeda ah – oo u dhaxaysa ragga iyo dumarka; isirka, qowmiyadaha, ama kooxaha diinta; dadka waaweyn iyo carruurta/dhallinyarada; dadka jir ahaan awood u leh iyo dadka naafada ah; dadka wax bartay iyo dadka aan waxba baran. Isku dheelitir la'aantani waxay saamaysaa sida ay ka qeybgalayaashu isula xiriiraan iyo fududeeyaha. Ka-qeybgalka culimada ee tababarrada FORB waxay saamaynaysaa dhaqdhaqaaqa kooxda, sidoo kale doodaha arrimaha aan haweenka laga fileyn inay fikrado ka qabaan sida waafaqsan caadooyinka dhaqanka deegaanka ah, (tusaale, fiqiga). Dhaqdhaqaaqa awooda ayaa inta badan qarsoon, fududeeyayaashuna waxay u baahan yihiin inay la socdaan oo ay maamulaan si ay u hubiyaan meel wanaagsan oo waxbarasho ah.

Kuwan waa qaar ka mid ah talooyin ku saabsan maareynta dhaqdhaqaaqa awoodda:

- Fiiro u yeelo! Ka digtoonow sida ay u badan yihiin ama u aamusan yihiin ka qeybgalayaasha, halka ay fadhiyaan, meesha ay joogaan iyo sida ay isula xiriiraan iyo adiga.
- U isticmaal awoodaada fududeeye ahaan si aad si qarsoodi ah uga hortimaado oo aad wax uga bedesho dhaqdhaqaaqa awooda taban, tusaale ahaan adiga oo tixraacaya xeerarka aasaasiga ah ama ku nuuxnuuxsaday in aad soo dhawaynayso dhammaan fikradaha iyo rayiga ka qeybgalayaasha.
- Istickmaal leyliyo ka qeybqaadasho iyo kooxo yaryar si aad uga dhigto ka qeybgalayaasha inay wareegaan oo ay hawl galaan. Isku day inaad hubiso in dadka isku mid ahi aanay mar walba wada shaqayn.

- Hogaami doodaha, adigoo nidaamsan ku martiqaadida qof walba inuu hadlo iyo hubinta in qof walba la dhagaysto.
- Ku dhiiri geli ka qeybgalayaasha ka xishood inay hadlaan, gaar ahaan haddii ay u muuqdaan inay qarka u saaran yihiin inay wax sheegaan (gacanta si degdegga ah kor loogu qaaday ama madaxa lulay, tusaale ahaan). Isticmaal luqadaada jirka, tusaale ahaan u soo dhawaanshaha iyaga ama ku dhiiri gelinta indhaha.
- Si deeqsinimo leh u isticmaal ammaanta laakiin iska ilaali in aad noqoto qof mas'uul ka ah.
- Sii mas'uuliyadda dadka aan codkooda la maqlin – tusaale ahaan u magacaabista inay ka soo warbixiyaan shaqada kooxda.
- Weligaa ha u ogolaan faallooyinka dadka kale ceebaynaya, gudbinaya dareenka sareynta ama isla waynida, ama waxyeelada, naxariista daran ama takoorka ah inay noqdaan kuwo aan loola tacaalin, gaar ahaan haddii kuwani si toos ah ama si dadban loola jeedo ka qeybgalayaasha kale. Tixraac xeerarka aasaasiga ah ama weydii ka qeybgalayaasha “dembiyeeyey” inay sharaxaan sababta ay u yiraahdeen waxay sameeyeen uguna yeer ka qeybgalayaasha kale fikradahooda ku saabsan xaaladda.
- Iyadoo ku xiran macnaha guud, waxaa laga yaabaa inay u sahlanaato (oo mararka qaarkood, lagama maarmaan noqoto) gabdhaha iyo haweenka, iyo wiilasha iyo ragga inay si gooni ah u wada hadlaan ka hor intaysan la wadaagin kooxda oo dhan. Tani waxay sidoo kale khuseysaa da'da, diinta ama kooxaha dhaqameed ee kala duwan.

CAQABADAHA FUDUDEYNTA: ARRIMAHA XASAASIGA AH

Xuquuqul Insaanku waxay ku lug leeyihiin qiyamkeena, dareenkeena iyo ra'yigeena, waxayna caqabad ku noqon karaan aragtidayada iyo fikradaheena hore. Ka qeybgalayaasha qaarkood ayaa laga yaabaa inay dareemaan in mawduucu ka hor imanayo ama khatar gelinayo qiyamkooda, caqiidaddooda iyo caadooyinkooda, dhaawacyaduna waxay saamayn ku yeelan karaan jawaabaha ka qeybgalayaasha la kulma xadgudubyada xuquuqul aadanaha.

Haddii ka qeybgalayaashu ay caroodaan, ka laabtaan, wada hadal kharriba ama noqdaan kuwo gardaran, tani waxay calaamad u noqon kartaa inay dareemaan khatar arrimo xasaasi ah.

Fududeeye ahaan, doorkaagu waa in aad maarayso dooda iyo kooxda firfircoonida ah adiga oo ilaalinaya jawi badbaado leh qof kasta oo ay ku jirto adiga, bixinta gole aan xukun lahayn oo wax lagu baranayo isla markaana ka dhigaysa dooda mid ku haboon xuquuqul aadanaha/FORB.

Waa kuwan qaar ka mid ah talooyinka guud ee wax ka qabashada mawduucyada xasaasiga ah iyo xiisadaha:

- Horay uga sii fikir kulanka, garato arrimaha xasaasiga ah, kana fakaraysa sidii aad u maarayn lahayd xaaladaha iman kara.
- Ha ku degdegin habka si aad uga fogaato doodaha muranka dhaliyay. U ogolow dadka inay weydiiyaan su'aalo sirgaxan.
- Ha u soo jiidin doodaha. Adigu waxaad tahay fududeeyaha ma tihid lammaane dooda.
- Xasuusnoow in waxbarashada xuquuqul aadanaha ay ku lug leedahay dhisidda xirfadaha si aan uga doodno arrimaha aan isku khilaafno. Kooxdu ma aha inay wax walba ku heshiiyaan!
- Diyaarso dhulka – waqti ku bixi horumarinta xeerarka aasaasiga ah iyo sameynta layli kobcinaya dareenka iyo kalsoonida.
- Isticmaal wax ku darsiga shakhsi ahaaneed ee ka soo jiidaya khibradaada si aad ugu dhiirigeliso ka qeybgalayaasha inay furaan oo si buuxda uga qeybqaataan.
- Tixraac xeerarka aasaasiga ah marka ay xiisaduhu soo baxaan oo xusuusi ka qeybgalayaasha muhiimadda ay leedahay dhegeysiga iyo ixtiraamka fikradaha kala duwan.

- Aqoonsiga diidmada xuquuqul aadanaha. Sharax in aan dhammaanteen ka faa'iideysanno fahamka iyo ka shaqeynta isku dhacyada qiyamka iyo fikradaha.
- Soo dhawoow iska caabin! U isticmaal sidii qalab si aad u fududayso wada hadalka, Weydii so xubnaha kooxda inay wadaagaan fikradaha, falcelinta ama welwelka ku saabsan arrinta. Dabeecadaha xun waxa ay u baahan yihiin in si furan looga hadlo goob kooxeed si ay u dhacdo wax barasho isbeddel leh.
- Aqoonsiga iyo wax ka qabashada xiisadaha. Haki hawsha, dheh waxaad dareemi kartaa xiisado qolka dhexdiisa ah, Weydii ka qeybgalayaasha inay gartaan fikradaha kala duwan oo weydii inay caadi tahay in la khilaafdo. Weydii ra'yiga kooxda ee ku saabsan sida ay rabaan inay u maareeyaan dulucda. Waxaa laga yaabaa, tusaale ahaan, inay rabaan inay arrinta uga hadlaan kooxo yaryar ama kulan gooni ah, ama waxay rabaan inay joojiyaan dooda. Muuji wax kasta oo boos celin shakhsi ah oo aad leedahay. Tusaale ahaan, waxaad soo jeedin kartaa in mawduuc gaar ah dib loo dhigo ilaa ay kooxdu si fiican isu baranayso oo ay isfahmi karaan.
- Haddii khilaafku khatar gelinayo in uu kulanka ka leexiyo oo xiriirka uu waxyeelleeyo, ka dib 'beer nasasho' dooda oo dib u fiirso arrimaha meesha la isku raacsan yahay lagu dhisi karo. Koorasku ma aha madal doodeed.
- Wax badan ha filanin! Si tartiib ah u shaqee si aad u dhisto wadahal ku saabsan arrimaha la isku khilaafsan yahay. Dadku uma badna in ay isla markiiba meel fagaare ah ku beddelaan maskaxdooda marka loo eego fikradaha iyo caadooyinka aadka u qoto dheer. Si kastaba ha ahaatee, BANDHIG a aragtiyo kale iyo dhisidda cilaqaadka dareenka waxay ka dhigaysaa ka qeybgalayaasha inay u badan tahay inay dib u eegaan aragtidooda wakhti ka dib.

CAQABADAHU FUDUDEYNTA : SHAKHSIYAAD ADAG

Mararka qaarkood shaqsi, ula kac ama si aan ula kac ahayn, waxay hor istaagtaa wadajirka iyo waxtarka kooxda, tusaale ahaan inay xukumaan wada sheekaysiga ama iyagoo diiradda saaraya taleefankooda. Xalku waa sida shakhsiyaadka iyo xaaladaha kala duwan, laakiin xeeladaha soo socda ayaa ku caawin kara.

- Isticmaal xeelad iyo kaftan marka ka qaybqaataha uu hadlo muddo aad u dheer. Tusaale ahaan, si dhakhso ah u dhex geli dhibcaha dhexdooda, adoo faallo ka bixinaya sida: "Taasi waa qodob wanaagsan, mahadsanid! Maxay dadka kale u maleynayaan?" ama tilmaan saacadaada oo dhoola cadeyn.
- Sii ka qaybqaataha xukunka haya hawl, tusaale ahaan ku qor fikradaha kooxda oo ku dul qora shaxda. Tani waxay faafin kartaa baahidooda ah inay xukumaan kuwa kale.
- Aqoonso marka dhaqdhaqaaqa kooxuhu aanu si fiican u shaqayn oo dadka xasuusi xeerarka aasaasiga ah. Hubi in qodobbada sida aan kala goyn lahayn, dhammaan wada hadallada ay yihiin kuwo sir ah, telefoon la'aan, iyo ra'yiga qof walba waa la ixtiraamaa in lagu daro xeerarka aasaasiga ah. Adkee in fulinta xeerarka aasaasiga ah ay tahay mas'uuliyadda qof walba oo u ogolow cadaadiska kooxda si ay u xalliyaan dhibaataada.
- Haddii loo baahdo, la hadal ka qeybqaataha sida xad dhaafka ah u awood badan ama ixtiraam la'aan hal-ka-mid ah, tusaale ahaan nasasho. U sheeg inaad qiimeeyso ka qeybqaadashadooda, tilmaan caqabadaha, weydii xalalka oo kala hadal siyaabaha ay gacan uga geysan karaan horumarinta jawiga waxbarashada.
- Habka ugu dambeeya ee ka qeybqaataha waxaa la weydiin karaa inuu ka tago kooxda. Dareenka xun ee ay kicinayaan tallaabadan oo kale waa in lagu miisaamaa dareenka xun ee ay ka dhex abuuraa kooxda.

Asalka: Qeybta 'Talooyinka fududaynta' waxa laga soo minguuriyay 'Buug-gacmeedka Waxbarashada Xuquuqda Aadanaha', Nancy Flowers et al., oo ay daabaceen Xarunta Qalabka Aadanaha iyo Stanley Foundation. Loo adeegsaday ogolaansho.

Ka jawaabista su'aalaha xasaasiga ah

Markaad maamulayso Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ah, waxaa laga yaabaa inaad la kulanto su'aalo khiyaano leh oo ku saabsan xuquuqda aadanaha oo ka yimid ka qeybgalayaasha. Halkan waxaanu ku soo ururinay su'aalo iyo diidmo suurtagal ah oo laga yaabo inaad la kulanto iyo fikrado aad uga jawaabto. Dhageystayaal kasta iyo macnaha guud waa kala duwan yihiin, markaa diidmo kasta ama jawaab kasta kuma habboona adiga. Si kastaba ha ahaatee, waxaan rajeyneynaa in ururintan ay kaa caawin doonto inaad u diyaargarowdo wadahalada adag.

Markaad ka jawaabto diidmada, xasuusnoow inaad xaqiijiso wax kasta oo run ah oo laga helayo diidmada iyo wixii khibrad shakhsi ah oo ay ka tarjumayso. Xasuusnoow inay fiican tahay inaad ka jawaabto adigoo dhahaya ma garanaayo waxaana rajeynayaa in koorsadu ay kaa caawin doonto inaad jawaabta si wadajir ah u baadho! Nidaamyada isbeddelka hab dhaqanka badanaa waa kuwo gaabis ah oo tartiib tartiib ah. Ujeedo inaad si tartiib ah u abuurto oo aad waraabiso iniinaha isbeddelka halkii aad ka filan lahayd isbeddelo degdegga ah oo ra'yi ah.

Su'aalaha dhabta ah ee ku saabsan waxa ay FORB ku lug leedahay iyo marka la xadidi karo, fadlan daawo filimadeena gaagaaban ee taxanaha dulucda ah.

Su'aalo badan oo khiyaano leh ayaa la xiriira sida wax looga qabto dhibaato gaar ah oo loogu talagalay FORB oo isbeddel loo sameeyo. Fadlan isticmaal agabyada kulamada 6-9 (kuwaaso diirada saaraya xeeladaha iyo qorshaynta hawl qabadka) si aad uga caawiso kooxaha inay sahamiyaan jawaabaha su'aalahan.

DAAWO FILIMADAN

si ay kaaga caawiyaan ka jawaabista su'aalaha dhabta ah ee FORB.

----- KHATARTA IYO TIXGELINTA AMNIGA -----

Diidmada adag ee xuquuqul aadanaha, iyo gaar ahaan diidmada diimeed, waxay noqon kartaa calaamad digniin ah oo khatar ah. Xaalado adag, dood daacad ah oo ku saabsan xuquuqda iyo xadgudubyada waxay keeni kartaa in xiisadaha kooxda ka dhex jira ay noqdaan kuwo xoog leh, ama khataro ku ah badbaadada adiga ama ka qeybgalayaashaada. Haddi ay wadahaladu u socdaan jihada keeni karta khatar, ka dhex bax dooda, adiga oo garanaya dareenka dulucda. U weeci doodaha meelaha lagu heshiinayo oo wakhti ku bixi inaad diirada saarto xiriirka iyo leylinta kalsoonida ee kooxda. In la doodo ama la dhegeysto?

FIIRO GAAR AH

In aad tartan gasho ama in aad dhegaysato?

Waxay noqon kartaa mid damac leh inaad dadka la dagaallanto oo aad tiraahdo 'dab-cigaagu waa xun yahay' ama 'waad qaladan tahay' iyadoo laga jawaabayo odhaahyada qaarkood. Waxaa laga yaabaa inay lagama maarmaan noqoto in la joojiyo doodaha qaarkood oo dadka la xasuusiyo xeerarka aasaasiga ah, gaar ahaan haddii kuwa kale ee kooxda ka mid ahi ay dareemaan in la weeraray ama la yasay. Si kastaba ha ahaatee, beddelka fikradaha waxay inta badan u baahan yihiin dhegeysi iyo fikrado mahadnaq leh – wada hadal xasaasi ah oo labadaba fududeeyaha iyo qofka diidmada keenaya ay isku dayaan inay helaan mawqif midaysan, haba yaraatee. Mid ka mid ah doodaha nasashada ama kalfadhiyada ka dib ayaa laga yaabaa inay noqoto hab wax ku ool ah, gaar ahaan haddii qofka diiddan uu xukumo doodaha ama gacan ka geysto jawi xun oo kooxda dhexdeeda ah.

Dulucda – Dadka laga tirada badan yahay iyo kuwa laga tirada badan yahay

DIIDMO: Inta badan waa in ay helaan xuquuq badan! Waxay xaq u leeyihiin inay go'aan ka gaaraan dimuqraadiyadda.

DIIDMO: Dadka laga tirada badan yahay waa inay qaataan caqiidaddeena iyo qaab nololeedkeena haddii ay rabaan inay halkan ku noolaadaan, waa waddankeena.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Dimuqraadiyada xisbigii siyaasiga ahaa ee hela codadka ugu badan ayaa lagu martiqaadaa inuu soo dhiso dawladda. Laakiin si dimuqraadiyadu u noqoto mid waarta oo caafimaad qabta, dawladaasi waxay u baahan tahay inay ilaaliso danaha qof walba. Haddii aysan jirin xuquuq loo siman yahay dhammaan muwaadiniinta, dimuqraadiyadu waxay noqon kartaa talisnimo inta badan – halkii ay noqon lahayd laba yeey iyo ido oo u codeynaya waxa ay casho cuni lahaayeen!
- Haddii dawladdaadu ay diidi karto xuquuqda dadka laga tirada badan yahay iyo haddii dadka laga tirada badan yahay halkan ay tahay in ay u hoggaansamaan caqiidadda aqlabiyadda iyo qaab nololeedka – maxay taasi uga dhigan tahay caqiidadda dadka ku nool sida laga tirada badan yahay dalalka kale?
- Dimuqraadiyadu waxay ku xidhan tahay xuquuqul aadanaha. Doorasho xor ah oo xalaal ah ma suurtoowdo haddii aan la helin xuquuqaha ay ka midka yihiin xorriyadda hadalka iyo macluumaadka, xorriyadda isu imaatinka iyo ururrada, xorriyadda saxaafadda, iyo xuquuqda caalamiga ah ee codbixinta. Xuquuqahaas la'aanteed muwaadiniintu ma samaysan karaan xisbiyo siyaasadeed, ma sameyn karaan ra'yi xog ogaal ah oo ku saabsan cidda ay u codeynayaan ama u codeynayaan si ammaan ah.
- Kala duwanaanshaha dhaqamada iyo caadooyinka ayaa bulshada ku hodmiya siyaabo badan, tusaale ahaan iyada oo loo marayo fanka iyo cuntada.

DIIDMO: Xuquuqul insaanku waxay muhiim u yihiin dadka laga tirada badan yahay oo keliya.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Xuquuqda bini'aadmigu waxay muhiim u tahay dadka ka tirsan dhammaan noocyada laga tirada badan yahay sababtoo ah inta badan waxay la kulmaan khataro badan, tusaale ahaan takoorid. Si kastaba ha ahaatee, xuquuqul aadanaha ayaa qof walba leh. Xuquuqul Insaanku waxay raadiyaan inay qof walba ka ilaaliyaan ku-takri-falka awoodda iyo inay kor u qaadaan daryeelka qof kasta. Qofna ma rabo in sabab la'aan loo xiro, la jirdilo ama la takooro mana jiro qof doonaya in caruurtiisa waxbarasho loo diido. Iyadoo aan loo eegin haddii aan ka tirsan nahay aqlabiyad ama tiro yar, dhammaanteen waxaan rabnaa inaan ku noolaanno bulshooyin laga ilaaliyo waxyaalahan – bulshooyinka ay sharaftayada bini'aadminimo xaq u ilaaliyaan.
- Waxaan haynaa aqoonsiyo badan. Waxa laga yaabaa in aan qeyb ka noqdo dad badan oo diini ah ama qoomiyad ah laakiin waxa aan ka tirsanahay nooc kale oo laga tirada badan yahay – tusaale ahaan aniga oo naafo ah.

Dulucda – qiyamka reer galbeedka iyo qorshayaasha

DIIDMO: Awoodaha reer galbeedku waxay u isticmaalaan xuquuqul aadanaha si ay hoos ugu dhigaan oo ay u dhaawacaan meeqaamka wadamada kale, inkastoo aysan ixtiraamin halbeegyada laftooda. Xuquuqul insaanku waa uun agabka ciyaaraha awooda siyaasadeed.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Qalab kasta, si kastaba ha ahaatee, si xun ayaa loo isticmaali karaa. Xuquuqul aadanaha ayaa mararka qaarkood loo adeegsadaa ciyaaraha awooda siyaasadeed. Waxa kale oo run ah in aanu waddanna ku lahayn diiwaan dhammaystiran oo ku saabsan xuquuqul aadanaha (inkasta oo qaarkood ay haystaan diiwaanno aad uga wanaagsan kuwa kale). Dawladaha qaar ayaa ku kaca xad-gudub bareer ah oo dhanka xuquuqaha ah halka kuwo kalena ay ku eedeeyaan inay isku mid yihiin. Laakiin taasi macnaheedu maaha in xuquuqul insaanku aanay muhiim noo ahayn – kuwa xuquuqda leh. Waxay ku saabsan yihiin xorriyadeena, badbaadadayada iyo fayo-qabkayaga.
- Xadgudubyo badan oo ka dhan ah xuquuqul aadanaha ayaa ka dhaca bulshada dhexdeeda – tusaale ahaan iyada oo loo marayo takoorid iyo dambiyada nacaybka. Xataa haddii ay dawladuhu guul-darraystaan, annagu ka muwaadiniin ahaan waxa aan gacan ka geysan karnaa in xuquuqul aadanaha ay ka dhabeeyaan bulshooyinkeenna. Waxaan sidoo kale ku biiri karnaa si aan midba midka kale xuquuqdiisa ugu istaagno oo aan uga doodno fashilka dowladda ee ixtiraamka xuquuqda. Marka aan tan sameyn o, way ku adkaanaysaa dawladaha (galbeedka ama kuwa kale), inay sii wadaan xadgudubyada xuquuqda aadanaha. Su'aashu ma aha haddii dawladuhu ciyaaraan ciyaaraha siyaasadeed, laakiin maxaan sameyn karnaa si aan xuquuqul aadanaha uga dhigno mid dhab ah nafteena iyo bulshadeena.

DIIDMO: Xuquuqul insaanku waa shisheeye, qiyamka reer galbeedka iyo dhaqanka imbaraariyanimada.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqul Aadanaha waxaa diyaariyay wakiillo ka kala yimid meelo badan oo adduunka ah oo leh diimo iyo caqiidooyin kala duwan. Wakiiladaasi waxay ku nuuxnuuxsadeen in xuquuqul aadanaha ay ku saabsan tahay sharafta aadanaha iyo baahiyaha aan dhammaanteen ku leenahay nolol maalmeedkeena. Ku dhawaad dhammaan wadamada aduunka ayaa saxeexay xuquuqul aadanaha – iyaga oo ku heshiiyey in la ixtiraamo, la ilaaliyo oo kor loo qaado.
- Xuquuqul aadanaha waxay ku saabsan tahay sida naloola dhaqmo oo loola dhaqmo kuwa kale marka la joogo dugsiyada, beeraha, goobaha shaqada, guryaha iyo xaafadaha. Waxay ujeedoodu tahay inay naga ilaaliyaan xadgudubyada kuwa awoodda u leh nolosheena – mulkiilayaasha guryaha, loo-shaqeeyayaasha, macalimiinta ama xitaa xubnaha qoyska, iyo xadgudubka maamulka. Taasi way ina quseeysaa dhammaanteen.
- U fiirso xuquuqda lagu dejiyay Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqul Aadanaha oo weydii su'aalo. Midkoodna miyay xiriir la leeyihiin waxyaalaha aanu u aragno inay yihiin baahiyaha bani-aadmiga? Waa kuwee xuquuqaha gaarka ah ee aad u malaynayso inay yihiin 'shisheeye'? Ma jiraan kuwo aynaan nafteena doonayn?

DIIDMO: Xuquuqda aadanaha waa mid shaqsiyeed ah. Dhaqankeenna, waajibaadka wadajirka ah iyo xiriirkuba way ka muhiimsan yihiin xuquuqda shaqsi ahaaneed. Qaab-dhismeedka bulshadeenu wuu burburi doonaa haddii qof kastaa uu sheegto xuquuqdiisa isaga oon tixgelin mas'uuliyaddiisa.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Waa run in xuquuqul insaanku ay ka soo bilowdaan xuquuqda qofka. Waa muhiim in ashkhaastu ay leeyihiin xuquuq – sababtoo ah shakhsi ahaan waxaan noqon karnaa kuwo u nugul xadgudubyada, tusaale ahaan saraakiisha musuqmaasuqa ama xubnaha qoyska ee xadgudubka ah. Marka ay taasi dhacdo, waa in aan helno cadaalad iyo caawin.

- Xataa haddii xuquuqul insaanku ka qaataan barta ay ka bilaabaya qofka, xuquuqal badan oo bini'aadmigu waxay ilaalinayaan waxyaabaha aynu wada sameyn o. Tusaale ahaan, waxaan xaq u leenahay inaan dhisno qoys, xorriyadda isu imaatinka waxay na siinaysaa xuquuq aan ku kulanno koox koox, xorriyadda diinta ama caqiidadda waxay ilaalinaysaa xuquuqdayada ah inaan ka mid ahaanno bulshada rumaystayaasha ah, sameynta ururo diimeed iyo cibaadaysi wadajir ah. Waxa kale oo jira xuquuq kooxeedyo dhawraya dadka asaliga ah iyo dadka laga tirada badan yahay.
- Xuquuqul insaanku waxa kale oo ay ku lug leeyihiin masuuliyada. Qof kastaa wuxuu mas'uul ka yahay inuu aqbaloo oo ixtiraamo xuquuqda dadka kale – si uu dadka ula dhaqmo si wanaagsan iyo inuu u shaqeeyo bulsho aan qofna ku xadgudbin awoodda. Dhismaha bulshadu aad ayuu u xoog badnaan lahaa haddii qof kastaa uu masuuliyadaas dusha ka saaro.

Dulucda – Qalab aan ilko lahayn iyo wax aan khusayn

DIIDMO: Dawladuhu waxay ku xad-gudbaan xuquuqul aadanaha marar badan, mana jirto cid ka hor-tagta. Waxay ku guul daraysteen inay dadka ilaaliyaan. Maxaa dan ah? Xuquuqul Insaanku waa kelmado warqad ku qoran.

DIIDMO: Xuquuqul insaanku waxa laga yaabaa inay u shaqeeyaan dadka Galbeedka ama dadka ku nool magaaloyinka, laakiin wax saamayn ah kuma laha nolosha tuulada.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Ma jiro booliis caalami ah oo joojiya dawladaha ku xad-gudba xuquuqda aadanaha. Beesha caalamka ayaa inta badan ku guul dareysata joojinta xadgudubyada ba'an ee xuquuqul aadanaha. Iyo marka ay dawladuhu dejiyaan sharciyo iyo siyaasado lagu ilaalinayo xuquuqul aadanaha, kuwaas mararka qaarkood saameyn yar ayay ku yeeshaan heerka hoose. Si kastaba ha ahaatee, xuquuqul insaanku macno ma laha.
- Xuquuqul aadanaha dibadda lagama gaari karo. Ka dhigista xuquuqul aadanaha mid dhab ah oo ay ku nool yihiin dadka caadiga ah waa geeddi-socod aan ka dhex abuurno bulshooyinkeena iyo quruumahayaga. Nidaamku inta badan waa mid si xanuun badan u gaabis ah, dalbanaya dulqaad, geesinimo iyo xeelado wanaagsan – gaar ahaan marka kuwa awoodda haya aysan rabin inay wax isbeddelaan. Safarka loo socdo isbeddelku inta badan waa mid dheer oo ka kooban talaabooyin yar yar. Waxyaabo badan ayaa laga yaabaa inay noqdaan kuwo aan macquul ahayn in lagu gaaro muddada gaaban, laakiin safarka ayaa u qalma.
- Sharciyo wanaagsan, xeerarka iyo siyaasadaha ayaa muhiim u ah heerarka caalamiga ah, kuwa qaranka iyo kuwa Deegaanka ah, laakiin tallaabada xigta waa muhiim sidoo kale – dhisidda hay'adaha shaqeeya. Taas macnaheedu waa in la hubiyo in sharciyada si fiican loo yaqaan oo ay raacaan qof kasta oo mas'uul ka ah iyaga. Tani waxay ku lug leedahay dhisidda wacyiga, xirfadaha iyo nidaamka isla xisaabtanka heer kasta – laga bilaabo tuulada miyiga ilaa maxkamadda sare.
- Xadgudubyo badan oo xuquuqda ayaa ka dhaca bulshada dhexdeeda. Gaaritaanka xuquuqul aadanaha waxay ku tiirsan tahay kor u qaadista wacyiga xuquuqda iyo beddelka mawqifyada, qiyamka iyo hab-dhaqanka dadka caadiga ah ee heerka hoose.
- Waxaa jiray guulo badan! Ololaha lagu baabi'inayo addoonsiga, si loo helo xaq ay u codeeyaan dhammaan, in la sameeyo sharci haweenka ka ilaalinaya rabshadaha qoyska ama in la hubiyo in qoysaska meelaha la haybsooco ay galaangal u yeeshaan adeegyada bulshada sida daryeelka caafimaadka iyo korontada – kuwani waa dhawr tusaale oo ka mid ah sida ay xuquuqul aadanaha u shaqeyso ay nolosha uga dhigtay mid u wanagsan dadka caadiga ah ee adduunka oo dhan. Way fududahay in la iloobo inta xuquuq ee aan ku helnay halgankii jiilalkii hore.

Dulucda – Diidmada diimaha ee xuquuqul aadanaha

FIIRO GAAR AH

Diidmada diintu waxay taabanaysaa arrimo adag, xasaasi ah iyo tarjumaad diimeed iyo caqli-gal ayaa aad u kala duwan. Jawaabaha la soo jeediyay ee hoose waxay bixiyaan talo guud oo aasaasi ah oo kuma jiraan doodaha manhaj diimeed gaar ah.

Haddii aad u malaynayso in arrimahani ay adkaan karaan in lagu xalliyo kooxdaada, ka fiirso in aad casuunto qof kheyraad la wadaaga caqiidadda kuwa diiddan si uu kaaga caawiyo socodsiinta kulanka. Ma jiraan ururo diimeed ama hoggaamiyeyaal u shaqeeya xuquuqda aadanaha marka la eego macnaha guud oo aad u wajihi karto?

Dhiirigelinta qofka weydiinaya su'aalaha / diidmada ayaa sidoo kale muhiim ah in la tixgeliyo si loo qiimeeyo khatarta – miyay si dhab ah u xiiseynayaan, oo raba inay ogaadaan haddii ay labaduba run u noqon karaan caqiiddooda iyo inay ka shaqeeyaan xuquuqda aadanaha, ama si firfircoon isku dayayaan inay noqdaan kuwo kala qaybsan?

Xasuusnoow inay wanaagsan tahay inaad tiraahdo ma garanaysid oo aad soo jeediso in ka qeybgalayaashu ay sii wadaan inay ka fikiraan sida rumaysadkoodu ula xiriiri maw-duucyada laga hadlay inta koorsadu socoto.

FORB IYO FIQIGA

Ka hel agab dhowr diimo ah [halkan](#).

DIIDMO: Xuquuqul insaanku waa abuur aadanaha. Waxaan raacnaa doonista iyo sharciga Ilaahay. Diinteenu waxay bixisaa dhammaan jawaabaha aan u baahan nahay – uma baahnid xuquuqda aadanaha!

JAWAABAH SUURTAGALKA AH:

- Xuquuqul insaanku waa abuur aadanaha. Si kastaba ha ahaatee, caado kasta oo diini ah waxaa jira aqoonyahano, hogaamiyeyaal iyo xubno badan oo aaminsan in waxa ku jira xuquuqul aadanaha ay si balaaran uga tarjumayaan manhajyada asaasiga ah ee diintooda ee ku saabsan sharafta aadanaha, cadaalada iyo masuuliyada. Waxaa laga yaabaa in aan si wadajir ah u baarno xuquuqda aadanaha, waxaynu ogaan doonaa waxyaabaha ay wadaagaan dhaqamada caqiiddadeena.
- Xuquuqul insaanku waxay buuxiyaan hawlo ka duwan cilmiga diinta. Adduunyada ay ku nool yihiin dad diimo kala duwan leh oo aan midna ku noolayn, xuquuqul insaanku waxa ay ina siinaysaa af guud oo aynu kaga hadalno nooca bulsho ee aynu doonayno in aynu wada dhisno. Waxay sidoo kale bixiyaan qaab-dhismeed sharci oo aan u isticmaali karno inaan kula xisaabtano dawladaha – si loo hubiyo inay ixtiraamaan sharafta iyo caddaaladda aadanaha.
- Wakiillo ka kala socday diimo iyo caqiido badan ayaa ku lug lahaa diyaarinta Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha iyadoo qoraalladana ay si adag uga doodeen dhammaan xubnaha Qaramada Midoobay. Doodahaas qaarkood waxay ku saabsanaayeen sida xuquuqaha la soo jeediyay ay ula xiriiraan qiyamka diimaha iyo aadamiga. Ujeeddadu waxay ahayd in la sameeyo bayaan dhab ah oo caalami ah – si loo qeexo xuquuqaha uu qof kastaa ku heshiin karo, iyadoon loo eegayn diinta ama fikirka.

DIIDMO: Uma shaqayn karo xuquuqul aadanaha iyo/ama FORB sababtoo ah maaha kuwo la aqbali karo diintayda.

Kulamada si fudud ayaa loo leexin karaa iyadoo laga doodo xuquuq gaar ah ama siyaabaha loo fuliyo xuquuqaha ay dadku isku khilaafaan. Weydii xuquuqaha gaarka ah ee uu ka walaacsan yahay diidmadu. Haddii aan heshiis ku saabsan xuquuqdaas gaarka ah fure u ahayn xaqiijinta ujeeddooyinka koorsada, isku day inaad dib u eegto aagagga heshiiska oo si tartiib tartiib ah u ballaarisoo aagga la isku raacsan yahay.

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Weydii in ay jiraan xuquuqal aadanaha/dhinacyada Xorriyadda Diinta iyo Caqiidadda kuwaas oo ka tarjumaya qiyamka caqiidadda qofka diida iyo haddii ay jiraan dhibaatooyin xuquuqal aadanaha oo ay rabaan in wax laga qabto. Tilmaan in ujeedada koorsadu aysan ahayn in aan wax walba ku heshiino balse waa in aan noqono kuwa xoogan oo isbeddel sameeya, wax ka qabashada dhibaatooyinka ka jira bulshadeena.
- Isku day inaad bixiso tusaalooyin ku saabsan saamaynta la taaban karo ee xadgudubyada xaqa ay khusayso ay ku leeyihiin shakhsiyaadka, kooxaha iyo bulshada. Sidee dhibta la abuuray ula xiriira fariimaha sharafta aadanaha iyo jacaylka laga helo diimahayaga?
- Waxaa laga yaabaa in lagu xaddido xuquuqda iyada oo loo marayo sharcigu ma aha habka ugu wanaagsan ee kor loogu qaadayo anshaxa iyo akhlaaqda.
- Weydii kooxda waxa ay diintoodu ka qabto xaqa ay diidan yihiin iyo waxa ku dhacaya dadka isticmaala. Ma jiraa hal qoraal ama fasiraad keliya oo khuseeya? Ma jiraan qoraallo, qiyam ama fasiraado taageeraya xaqa sinaba? Waxbarashadu miyay isbeddeleen wakhti ka dib?
- Wadamada leh nooca isku midka ah ee aqlabiyadda diinta ayaa si aad u kala duwan u maamula xuquuqda aadanaha iyo FORB. Ma jiro hal dariiqo oo Muslim, Buddhist ama Masiixi ah oo lagu sharciyeeyo xuquuqda aadanaha.

TALO! Weydii hoggaamiye diineed ama fiqi u heellan xuquuqal aadanaha inuu gacan ka geysto hoggaaminta doodaha sidan oo kale ah!

SU'AAL: Miyaysan aqbalin xuquuqaha loo siman yahay ee diimaha kale waxay ka dhigan tahay inaan u malaynayo in diimaha oo dhan ay run yihiin? Ma inaan ka tanaasulaa fikirka ah in diintaydu tahay diinta keliya ee saxda ah si aan ugu shaqeeyo FORB?

DIIDMO: Maxaan u sinnaa xuquuq siman iyadoo diinteenu ka sarreyso?

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Xorriyadda diinta ama caqiidadda waxay ilaalinaysaa xaqa aad u leedahay inaad rumaysato in diintaadu tahay jidka keliya ee runta ah. Waxay kaloo ilaalinaysaa xaqa ay dadka kale u leeyihiin inay rumaystaan diintooda ama caqiidaddooda inay tahay tan keliya ee runta ah. Ma aha meesha xuquuqda aadanaha ama sharciga caalamiga ah in lagu xukumo su'aalaha runta diinta. Xuquuqal insaanku waxay diiradda saaraan dadka, oo ku salaysan anshaxa sharafta aadanaha. Waxay abuuraa meel nabdoon oo aan ku wada noolaan karno is garab istaag dhammaan khilaafaadkeenna, anagoo dejinaya heerarka ugu hooseeya ee sida aan ula macaamilno midba midka kale si ixtiraam iyo sharaf leh.
- Diimaha intooda badani waxay muujinayaan muhiimada sharafta bani'aadamka oo ay ku jiraan qeyb ka mid ah qaanuunka dahabiga ah – waa inaan ula dhaqanna kuwa kale sida aan rabno in naloola dhaqmo nafteena. Weydii ka qeybgalayaasha haddii diintoodu leedahay xeer dahabi ah iyo inay wadaagaan casharrada la xiriira arrintan. Weydii haddii ay suurtagal tahay in lagu noolaado qaanuunka dahabiga ah haddii dadku aysan haysan xuquuq siman?
- Ula dhaqanka dadka si siman marka loo eego heerarka ugu hooseeya ee xuquuqda aadanaha ma aha isku mid sida in aan ansixno caqiidaddooda. Waxaan si aasaasi ah uga hor imaan karnaa caqiidooyinka dadka iyada oo aan loo adeegsan takoor, rabshado ama diidmo xuquuqda. Xaddidaadaha xuquuqda ku dhaqanka diinta waxaa la oggol yahay oo keliya marka dhaqanka khuseeya uu halis gelinaayo xuquuqda iyo xorriyadaha dadka kale, caafimaadka dadweynaha iwm.

- Ma jiraan xuquuq aan nafteena rabno, laakiin waxaan u malaynayaa in dadka kale loo diido? Haddii aan dadka kale u diidno xuquuqahan, sidee ku xaqiijin karnaa in uusan imaan doonin waqti ay dowladdu u aragto inay wanaagsan tahay in la duudsiyo xuquuqdeena? Qof kastaa wuxuu leeyahay xuquuq mooyaane, qofna xuquuq ma leh. Waxa aanu markaa haysanaa waa dhawrsanaano sharci oo dawladdu si ku meel gaar ah noo siisay oo meesha ka saari karta mar kasta oo ay ku haboonaato ujeedooyinka gobolka.
- Xuquuqul insaanku waa waxa ilaaliya dadka isku caqiida ah ee ku nool wadamada laga tirada badan yahay. Haddaynu nidhaahno aqlabiyadda ama dawlad-goboleedka waddankeenna ayaa go'aamin kara cidda xaq leh iyo ka aan lahayn, markaa waxaannu leenahay waa sax gobollada kale/aqlabiyadda kale in dadka aan isku caqiiddada nahay aan xuquuqdooda u diidno.

Dulucda: Xorriyadda iyo xakamaynta

SU'AAL: Dadkaas waxay ugu dhaqmaan diinta si aan ku habboonayn dhaqankeenna. Qof kasta oo diintaas ka mid ah kuma dhaqmo habkaas marka sida iska cad ma aha lagama maarmaan. Haddii aysan muhiim ahayn, waa inaan awoodnaa inaan mamnuucno.

SU'AAL: Haddii maamulada diintu ay dhahaan diinta hal si uun ha loogu dhaqmo, maxaan ugu ogolaan karnaa dadka inay si ka duwan u dhaqmaan?

JAWAABAHA SUURTAGALKA AH:

- Diimuhu aad bay u kala duwan yihiin gudaha. Waxaa jira habab kala duwan oo wax loo sameeyo rumaysad kasta oo ay jirto marar dhif ah hal maamul diimeed oo ay aqbalaan dhammaan rumaystayaasha. Dunida guurguuradeed ee sii kordheysa ee dadka leh habab kala duwan oo wax loo qabto ayaa isla nool midba midka kale.
- Bal qiyaas inaad u qaxday waddan kale. Sideed dareemi lahayd haddii bulshadaasi ay diidi lahayd in aad ku dhaqmi lahayd siyaalo aad qaali u tahay ama aad ku dirto diinta si damiirkaaga ka soo horjeeda?
- Si loo xaddido xorriyadda ku dhaqanka diinta, dawladdu waa inay muujisaa in xaddidaadda la soo jeediyay ay lagama maarmaan tahay, tusaale ahaan si loo ilaaliyo caafimaadka dadweynaha ama xuquuqda iyo xorriyadaha dadka kale. Xorriyadda oo lagu beddelo xannibaado aan loo baahnayn waxay keentaa ciil iyo xasarad bulsho, waxay gelisaa awoodda xad-dhaafka ah ee aan sharciga ahayn ee dawladda waxayna ka saartaa bulshada inay ka fogaato dimuqraadiyadda una gudubto kalitalisnimo.

Dulucda: Gefka iyo wada noolaanshaha

SU'AAL: Xaq ma loo leeyahay in laga ilaaliyo in lagu xadgudbo?

DIIDMO: Oggolaanshaha dadka laga tirada badan yahay/fikirkooda xorta ah inay si xor ah uga hadlaan/ku dhaqmaan diintooda waxay khatar gelinaysaa qiyamkeena iyo wada jirka bulshada.

DIIDMO: Qofna waa inuusan xumaanin dareenka diimeed ee dadka kale. Waa inaan mamnuucno cayda iyo hadallo guracan iyo hab-dhaqanno kale. Tani waa sida aan u ilaalin karno wadajirka oo aan u ilaalin karno xurmada.

DIIDMO: Waa in aan ka ilaalinaa diinteena in lagu tilmaamo siyaalo xun – waxa ay keenaysaa takoorid.

JAWAABAH SUURTAGALKA AH:

- Marka loo eego sharciga caalamiga ah, qof kastaa wuxuu xaq u leeyahay inuu rumaysto, ku dhaqmo oo uu si xor ah u cabbiro waxa uu aaminsan yahay, waase haddii dhaqankaasi aanu waxyeello u geysanayn xuquuqda iyo xorriyadaha dadka kale. Sharciga caalamiga ah kama ilaalinayo inaan aragno oo maqalno waxyaabaha aan isku khilaafno ama inaan naqdinno waxyaabaha aan qiimeyno. Ma jiro xuquuq bini'aadmi ah oo laga ilaalinayo in la dareemo xumaan.
- Waxay u ekaan kartaa macquul iyo akhlaaq in la mamnuuco hadalada iyo dhaqanka xun, si loo ilaaliyo wada noolaanshaha bulshada. Si kastaba ha ahaatee, waa wax aan macquul aheyn in la qeexo waxa weerarka ah. Dadka qaar ayaa ka xumaaday jiritaanka fikrado aan tooda ahayn. Sida uu dhigayo sharciga caalamiga ah hadalka la mamnuucay waa naceyb iyo colaad hurin. Sharciyada cayda, riddada iyo 'ilaalinta wada noolaanshaha bulshada' ayaa inta badan ka ballaaran tan. Waxay u muuqdaan inay:
 - si cad u adkeyn in la ogaado waxa loo arko sharci-darro.
 - qeex dembi marka laga eego dhinaca aqlabiyada (fical ahaan haddaanay aragti ahaan ahayn).
 - u furnaada xadgudubka iyo eedeymaha beenta ah – way adag tahay in la caddeeyo inaad wax sheegin.
 - ku dhiiri geli rabshadaha adoo taageeraya fikradda ah in aan ciqaabno dadka si nabad ah u muujiya caqiidooyinka aan badidoodu jeclayn.
 - taasoo keenta in dadka si nabad ah u sheega caqiidaddooda lagu eedeeyo xurgufta bulshada. Dadka ka falceliya hadal nabadeed nacayb iyo rabshad waa inay qaadaan mas'uuliyaddaas.
- Waxay u muuqan kartaa inay sax tahay in la mamnuuco jeesjeeska ama dhaleeceynta diimaha iyo machadyada diinta si loo ilaaliyo xurmada. Si kastaba ha ahaatee, dhaleeceynta dibadda iyo gudaha ayaa door muhiim ah ka ciyaarta sameynta hay'adaha diiniga ah kuwa xooggan oo daacad ah. Hay'adaha diinta waxa ka shaqeeya dad, dadkuna mararka qaarkood way qaldamaan. Waxa keliya oo suurtagal ah in wax laga qabto dhibaatooyinka marka aan ka hadalno iyaga oo aan cabsi lahayn. Fadeexado dhowaan soo baxay oo ku saabsan xadgudubka carruurta ee xarumaha diinta ayaa muujinaya muhiimada xorriyadda.
- Ma laga yaabaa in 'wada-noolaanshaha' lagu dhisay dadka laga tirada badan yahay iyo kuwa xorta ah ee ka aamusa waxa ay aaminsan yihiin iyo aqoonsigooda ay tahay iska yeel ay u arkaan uun wada noolaanshaha inta badan? Ma heli doonaa bulsho xasilloon, nabad ah mustaqbalka fog, haddii keliya inta badan ay dareemaan inay jirto wada noolaansho iyo isku-duubni?
- Ma jiro wax xuquuq ah oo biniaadmi ah oo laga ilaalinayo in la dareemo xumaan. Dhab ahaantii, dhaleeceynta iyo dulqaadka fikradaha kala duwan iyo kuwa iska soo horjeeda ayaa muhiim u ah bulsho caafimaad qabta. Si kastaba ha ahaatee, marka dawladda, warbaahinta iyo/ama bulshooyinka badidoodu ay ku lug yeeshaan qaab-dhismeedka xun iyo muujinta iska soo horjeeda ee diimaha laga tirada badan yahay, waxa ka dhasha Tani waa xaalad xitaa marka hadalada gaarka ah ee la soo jeedinayaa aysan ka dhignayn hadal nacayb ama hurin colaadeed. Ixtiraamka xuquuqul aadanaha iyo xasiloonaada bulshadu waxay ku xiran tahay dawladda iyo warbaahinta oo u dhaqma si anshax iyo eex la'aan ah. Ka shaqaynta horumarinta anshaxa siyaasadda, warbaahinta iyo hadal-haynta dadweynaha iyo jawaabaha degdegga ah ee hadalada nacaybka iyo kicinta ayaa ah muhiimad aad u weyn.

Jawaab celin iyo ogolaansho

NOO SHEEG SHEEKOYINKAAGA ISBEDDEL SAMEEYAHA

OO LA WADAAG RA'YIGAAGA IYO SOO JEEDINTAADA!

Waxaan jeclaan lahayn inaan maqalno sida aad u isticmaalayso agabkan iyo haddii iyo sida ay agabka wax ugu biiriyaan dadka wax-ka-qabashada isbeddelka! Maxaa si fiican u shaqeeya maxaan horumarinaa?

Halkan nala wadaag jawaab celintaada iyo sheekooyin:

<https://www.forb-learning.org/feedback-form>

MIYAAN U BAAHANAHAY IN AAN WEYDIISTO OGOLAANSO

AMA QOFNA WARGELIYO KA HOR INTA AAN LA ISTICMAALIN AGABKAN?

Maya. Waxa ku jira hagaha fududeeyahan iyo dhammaan agabka la socda si xor ah ayaa loogu heli karaa qof kasta si uu ula qabsado oo uu u isticmaalo si uu dadka kale u baro oo uu u horumariyo xorriyadda diinta ama caqiidadda dhammaan.

Markaad isticmaalayso agabka fadlan u sheeg oo u sheeg dadka wax ku saabsan *Xorriyadda Diinta ama Madasha Waxbarasho ee Caqiidadda* (FORB Learning Platform) www.forb-learning.org, halkaas oo ay ka heli karaan macluumaad dheeraad ah, agab waxbarasho iyo koorsooyin khadka ah.

MIYAAN U BAAHANAHAY INAAN RAADSADO OGOLAANSO

SI AAN UGU DARO LAYLIYO GAAR AH HAGAHAN DAABACAADAHA KALE?

Maya. Waxa aad ku dari kartaa qoraalka layliyada ama layliga la habeeyey ama la turjumay ee hagahan daabacaadaha. Ma isticmaali kartid sawirro fasax la'aan. Markaad isticmaalayso qoraalka, fadlan ku dar Madasha Waxbarasho ee FORB oo ku xir agabka asalka ah sida soo socota:

Xigasho: Koorsoada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka, Xorriyadda Diinta ama Madasha Waxbarasho ee Caqiidadda. www.forb-learning.org/changemakers

Waxaan jeclaan lahayn inaan maqalno daabacaadaada! Fadlan isticmaal [foomka jawaab celinta](#) si aad macluumaadka ula wadaagto.

MA TARJUMI KARAA OO MA DAABACI KARAA HAGAHA

FUDUDEEYAYAASHA IYO AGABKA LA SOCDA EE LUQADDAYDA?

Waxaan aaminsanahay muhiimada ay leedahay ka dhigista agab waxbarasho ee FORB ay heli karaan dadka aan ku hadlin Ingiriisiga. Waad turjumi kartaa oo aad isticmaali kartaa qeybo ka mid ah waxa ku jira si xor ah. Fadlan nala soo xidhiidh haddii aad rabto inaad turjuntid dhammaan koorsoada iyo hagaha fududeeyayaasha, adigoo isticmaalaya ciwaanka iimaylka ee soo socda. info@forb-learning.org

XUQUUQDA DAABACAADA

Qoraalka daabacaadan waxaa lagu ilaaliyaa iyada oo hoos timaada Xuquuqda Daabacaada Creative Commons CC BY-SA. Tani waxay ka dhigan tahay inaad xor u tahay inaad la qabsato oo aad u isticmaasho agabka si kasta ilaa inta aad si cad u qadarinayso Madasha Waxbarasho ee FORB oo aad nala wadaagto noocyadaaga habaysan annaga iyo kuwa kaleiyadoo la isticmaalayo isla shuruudahan Xuquuqda daabacaada.

Sawirada hagaha fududeeyayaasha iyo qoraalka iyo sawirada sheekada sheekada 'Heesaha siin-baarta iyo durbaanka' waxaa ilaalinaya xuquuqda daabacaada lamana daabici karo ama lama qabsan karo fasax la'aan. Fadlan nala soo xiriiir.

Dhammaan xuquuqaha daabacaada waxaa haya SMC Faith in Development, iyadoo ka wakiil ah NORFORB, shabakadda ka dambaysa Madasha Waxbarasho ee FORB.

La wadaag
**SHEEKOYINKAAGA
IYO JAWAAB
CELINTAADA**
[halkan.](#)

QEYBTA B



Agabka koorsada

Kulamada 1-5



Qeybta 1: Isku xiriridda boorsooyinkeena

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ahi waxay higsanaysaa inay u diyaariso ka qeybgalayaasha inay noqdaan Xorriyadda Diinta ama Caqiiddadda (FORB) beddelka bulshooyinkooda. Habka isbeddelka loogu sameyn ayo xorriyadda diinta ama caqiiddadda waa safar dheer oo mararka qaarkood adag. Way ku caawinaysaa in la diyaariyo!

Qeybta 1 ee koorsadu waxay diiradda saaraysaa 'xiririda boorsooyinkeena' – horumarinta aqoonta iyo dabeecadaha si madaxdeenna iyo qalbiyadeenna ay diyaar ugu noqdaan safarka isbeddelka. Waxa ay siinaysaa ka qeybgalayaasha fursad ay ku bartaan oo ay ku sahamiyaan hab-dhaqankooda ku wajahan xuquuqul aadanaha guud ahaan iyo gaar ahaan FORB, iyo in ay dib u milicsadaan hab-dhaqankooda ku wajahan dadka ay aqoonsigooda ka duwan yihiin tooda. Waxa kale oo ay bixisaa xirfadaha falanqaynta macnaha guud.

Kulamada 1-5 waxay sameeyaan habraac, iyadoo mid kastaa uu ku dhisayo barashada iyo milicsiga kulanka ka hor.

- Kulanka 1 waxa uu soo bandhigayaa xuquuqul aadanaha guud ahaan.
- Kulanka 2 wuxuu soo bandhigayaa Xorriyadda Diinta ama Caqiiddadda gaar ahaan.
- Kulanka 3 waxay diiradda saartaa sahaminta aqoonsiyadayada iyo arrimaha mudnaanta iyo khasaaraha.
- Kulanka 4 waxay sahamisaa xadgudubyada FORB waxayna u saamaxdaa ka qeybgalayaasha inay ku celceliyaan aqoonsashada xadgudubyada.
- Kulanka 5 u sahlaya ka qeybgalayaasha in ay horumariyaan falanqaynta macnaha guud ee FORB, iyaga oo aqoonsanaya dhibaatooyinka la xiriira FORB ee bulshadooda.

Barashada iyo milicsiga kulamada waxay siinaya aasaas muhiim ah Qeybta 2 ee koorsada, taas oo diiradda saaraysa qorsheynta safarrada isbeddelka ee bulshadeena – tabaha aan u isticmaali karno si kor loogu qaado xuquuqda aadanaha iyo qorsheynta waxqabadka. Falanqaynta macnaha guud ee lagu soo saaray kulanka 5 waxa loo adeegsaday agab tixraac ahaan dhammaan qeybaha 2 ee kulamada.

KULANKA 1

Baahiyaha aadanaha – xuquuqda aadanaha – mas'uuliyadda aadanaha

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Xaalado badan, dadku waxay u arkaan xuquuqul aadanaha mid ka fog nolol maalmeedka, oo aan la xiriiirin dhaqamada maxaliga ah ama qeyb ka mid ah ajandaha gumeysiga cusub ee reer galbeedka. Nasiib darro, aragtida xun ee xuquuqda aadanaha sida kuwan oo kale waxay dadka u horseedi kartaa inay waayaan qalab waxtar leh oo ay u isticmaali karaan inay noloshu bulshadooda wanaajiyaan. Haddii dadku aanay garanaynin xuquuqda ay tahay in iyaga iyo kuwa kaleba ay helaan sida uu qabo sharciga caalamiga ah iyo kuwa qarankuba, way u fududaanaysaa xad-gudubyada xuquuqul aadanaha in ay sii socdaan iyada oo aan laga hor iman.

Kalanka wuxuu leeyahay laba qaybood:

QEYBTA 1: IS BARASHO

Tan waxaa ka mid ah hordhac ku saabsan qaab-dhismeedka koorsada iyo ujeedooyinka, waxayna u suurtoogelinaysaa ka qeybgalayaasha in ay bilaabaan in ay is bartaan. Waxa kale oo ku jira dood ku saabsan xeerarka aasaasiga ah ee loogu talagalay wadahadallada. Tani waxay si gaar ah muhiim ugu tahay kooxaha ay ka jiri karaan arrimo kalsooni ama meesha mawduucu yahay mid xasaasi ah.

QEYBTA 2: BAAHIYAHA AADANAHA – XUQUUQDA AADANAHA – MAS'UULIYADDA AADANAHA

Qeybtaan ujeedadeedu waa si loo dhiso aqoonta ka qeybgalayaasha iyo qadarinta xuquuqda aadanaha, isku xirka xuquuqda baahiyaha ay la kulmaan noloshooda iyo bulshadooda. Tani waxay aasaas muhiim ah u tahay dhammaan kulamada soo socda.



Ujeedooyinka waxbarashada

Kulankan waxa uu diiradda saarayaa horumarinta aqoonta ka qeybgalayaasha ee xuquuqdooda aadanaha iyo hab-dhaqannada togan ee ku aaddan xuquuqda aadanaha.

Dhammaadka kulanka ka qeybgalayaashu waxay noqon doonaan:

- inay awoodaan inay liis gareeyaan ugu yaraan lix xuquuqal aadanaha oo muhiim u ah nolol maalmeedkooda oo ay magacaabaan ugu yaraan hal xuquuq oo lagu xadgudbo bulshadooda.
- waxay caddeeyaan in xuquuqul aadanaha ay muhiim u tahay nolol maalmeedkooda iyo in qof kastaa uu door ka qaadan karo dhismaha bulsho lagu ixtiraamo laguna ilaaliyo xuquuqda aadanaha.

FIIRO GAAR AH

Ujeedada ujeedooyinka waxbarashadu waa in lagu caawiyo fududeeyayaasha inay qiimeeyaan sida ugu wanaagsan ee hawshu u socoto, taasoo muujinaysa meelaha aad ka raadin karto horumar xagga aqoonta, dabeecadaha iyo xirfadaha ka qeybgalayaasha. Loogama talagal inay macluumaad ahaan u noqdaan ka qeybgalayaasha – sida liiska waxyaabaha laga filayo inay 'ku guuleystaan'.

Xaqiiqda ujeedooyinka waxbarasho ee fadhi kasta waxay ku xirnaan doontaa ka qeybgalayaasha meelaha ay ka bilaabayaan – tusaale ahaan, dabeecadahooda jira ee xuquuqda aadanaha. Horumarka ujeedooyinka ayaa laga yaabaa inay u dhacdo si tartiib tartiib ah inta lagu jiro koorsada, halkii lagu gaari lahaa hal kulan.

TALO! Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka waxaad ku arki kartaa ujeedooyinka waxbarashada, nuxurka iyo waqtiyada kulanka iyo liiska agabka iyo diyaarinta loo baahan yahay.

TALO! Waxaad ka heli kartaa hagitaan kaa caawinaya inaad ka jawaabto su'aalaha adag ee ku saabsan xuquuqda aadanaha bogga 21-28.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Soo dhaweyn iyo hordhac

Soo dhaweyn, isbarasho ka qeybgale, bandhig koorseed, iyo layli xeerar aasaasi ah.

30 daqiiqo

Layli guud: Maraqa nolosha

Wuxuu sahmiyaa baahiyaha aadanaha isagoo isticmaalaya sawirka maaddooyinka ku jira dheriga Maraqa.

35 daqiiqo

Socod iyo hadal layli: Rugta bandhiga xuquuqda aadanaha

Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay xiriir ka dhexeeya baahiyaha aadanaha iyo xuquuqda aadanaha.

25 daqiiqo

Soo bandhigid: Baahiyaha aadanaha – xuquuqda aadanaha – mas'uuliyadaha aadanaha

Hordhac ku saabsan xuquuqul aadanaha oo muujinaya heshiisyada muhiimka ah, waajibaadka dawlad-goboleedyada iyo doorarka dadka caadiga ah ay ka ciyaari karaan xaqiijinta xuquuqaha.

15 daqiiqo

Xiritaanka doodda

Siinaya ka qeybgalayaasha fursad ay ku milicsadaan talada oo ay ku soo af jareen kulanka.

15 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

2 saacadood

Isu diyaari

U diyaari kulanka si waafaqsan tilmaanta bogga 15, 'Sidee si loo diyaariyo kulan kasta'. Xusuusnow – waad garanaysaa kooxdaada! Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho wax kasta oo ka mid ah kulamada si aad ugu habayso baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabyada soo socda si aad u socodsiiiso kulankan:

- Dambiil yar.
- Gabalo waraaqo yar-yar.
- Dheriga Maraqa ah (qaab kasta oo uu yahay dhaqankaaga) oo lagu calaamadiyay 'Maraqa nolosha'.
- Mid ka mid ah daabacaadda 'Kaararka baahiyaha aadanaha' – horay u googooy.
- Mid ka mid ah daabacaadda 'boodhadhka rugta bandhiga xuquuqda aadanaha'.
- Haddii aad socodsiiinayso dheeraadka 'Sarif layliga fikradahaaga' waxaad u baahan doontaa 10 dhagax, ama qadaadiic, ama waraaqo haraaga ah ee ka qeybgale KASTA.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).



IKHTIYAAR DHEERAAD AH: DHIS KALSOONIDAADA!

Iyada oo qeyb ka ah diyaarintaada kulanka, daawo [filimadan gaagaaban](#) si aad wax badan uga barato xuquuqul aadanaha. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad dhiso kalsoonidaada iyo awoodaada inaad uga jawaabto su'aalaha. Laakin ha werwerin, fududeeye ahaan, doorkaagu maaha in aad noqoto khabiirka balse waa in aad noqoto qofka hogaaminaya geedi socodka waxbarashada labada dhinac.

DIYAARI QOLKA

Kulankan, waxa fiican in lagu bilaabo kuraas u yaal goob-goobo bareed oo u jeeda xagga hore. Kooxdu waxay u baahan doontaa inay awood u yeelato inay si xor ah u wareegaan. Qol weyn oo aan lahayn miisas ayaa waxtar leh!



FILIMO



'Maraqa nolosha'

" 'Maraqa nolosha' iyo 'Rugta bandhiga xuquuqda aadanaha' waxay ahaayeen indho-fur. Qaar ka mid ah ka qeybgalayaasha ayaa markii ugu horreysay garwaaqsaday in xuquuqul aadanaha ay macno u tahay nolol maalmeedkooda. Waxay ogaadeen xuquuqul aadanaha oo aysan weligood ogeyn inay haystaan."

UKOHA NGWOBIA, FUDUDEEYE, NIGERIA

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

QEYBTA 1: IS BARASHO 30 daqiiqo

Maadaama uu kani yahay kalankii ugu horeeyay, waxaa muhiim ah in aad wakhti ku qaadato sidii aad kooxda uga caawin lahayd isku xirka, samaynta xeerar aasaasi ah iyo soo bandhigida yoolalka iyo qaabka koorsada.

FIIRO GAAR AH

Haddii kooxdaadu ay si fiican isu garanayaan waxa laga yaabaa inaad tan soo gaabin karto. Haddii ay u badan tahay inay kooxdaada ku jiraan arrimo la aamini karo, waxa laga yaabaa inaad u baahato inaad wakhti badan ku bixiso dhisidda xidhiidhaha. Haddii ay sidaas tahay, tixgeli inaad sii dheeraato casharka koowaad si aad u bilowdo kooxda. Dhaqdhaqaaq dheeri ah ayaa loo soo jeedinayaa kooxaha u baahan inay waqti badan ku bixiyaan arrintan.

1. Soo dhaweyn 3 daqiiqo

Ku soo dhawoow qof kasta si ku habboon kooxdaada tusaale, dhawr kelmadood oo mahadnaq ah ka soo qeyb galkooda, ku hees aayad hees ah ama duco dheh.

2. Layliga furitaanka: Dhammeystir jumlada 12 daqiiqo

UJEEDDO

Layligani waxa uu siinayaa ka qeybgalayaasha fursad ay isku bartaan oo waxa uu kaa caawinayaa inaad fahamto waxa ku dhiirigelinaya ka soo qeyb gelida.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Ku wareeg goobaabada oo weydii qof kasta inuu buuxiyo jumlada soo socota. (Hal jumlad ka qaybgale kasta – jawaabo aan dheerayn!)

"Magacaygu waa... waxaana u imid koorsadan sababtoo ah..."

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA

Marka qof kastaa hadlo, si kooban u sheeg mawduuc kasta oo caadi ah oo ka soo baxay jawaabahooda. Uga mahad celi ka qeybgalayaasha talooyinkooda oo waxaad tiraahdaa inaad rajaynayso in ugu yaraan qaar ka mid ah rajadooda koorsada la heli karo oo aad hadda soo bandhigi doonto yoolalka koorsada iyo qaab dhismeedka.



LAYLI GUUD

TALO! Ka taxaddar ilaalinta waqtiga oo dhan Qeybta 1: Is barasho. Waxaad u baahan tahay inaad waqti badbaadiso Qeybta 2aad!

3. Soo bandhig koorsada 5 daqiiqo

UJEEDDO

Hadalkan gaaban waxa uu ujeedkiisu yahay in uu ka qaybgalayaasha ka siiyo Dulmarka ku saabsan ujeedooyinka koorsada, habka, mawduucyada iyo waxyaabaha la taaban karo.

MAXAA LA DHAHAA

Dhex mara waxa ku jira bogagga PowerPoint 3-6 ama qoraal isku mid ah oo ku yaal xaashida jaantuska. PowerPoint-ka waxaa ku jira qoraallo ku hadla oo aad isticmaali karto (xitaa haddii aad isticmaalayso xaashida jaantuska).

FIIRO GAAR AH

Haddi xuquuqda bini'aadmigu ay muran badan ka taagan yihiin kooxdaada, waxa aad rabi kartaa in aad la qabsato ereyada mawduucyada koorsada ee bogga 5 si aad u isticmaasho maxali ahaan la aqbali karo, fikrado la xiriidra.



HADAL GAABAN

4. Layliga xeerarka aasaasiga ah: Gudbi dambiisha 10 daqiiqo

UJEEDDO

Xeerarka aasaasiga ah ayaa muhiim ah si ay gacan uga geystaan abuurista meel nabdoon oo leh rajooyin guud oo ku saabsan sida aan u wada hadli doono oo aan isu dhegaysan doono.

AGABYADA

- Dambiiil.
- Warqado yaryar.
- Qalimaan.

SIDA LOO BARO LAYLIGA

Sharax waxa soo socda:

Inta lagu jiro koorsadan waxaan rabnaa in qof walba uu dareemo badbaado iyo ixtiraam – si ay u helaan fursad ay ku hadlaan, iyo inay wadaagaan fikirrada, fikradahooda iyo waaya-aragnimadooda si siman. Si aad gacan uga geysato abuuritaanka deegaankaas, waxaa faa'iido leh in la helo xeerar aasaasi ah oo aan dhammaanteen ku heshiinno oo aan isku qabsan karno. Xeerarkan aasaasiga ahi waxay noqon karaan kuwo la taaban karo (sida ku yimaada wakhtiga ama telefoonada aamusnaanta), ama ku saabsan sida aynu isula xiriirno (sida si xushmad leh u dhegayso ama qof walba la siiyo fursad uu ku hadlo).

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Ku rid dambiiil dhexda goobada. Qof walba sii warqad yar iyo qalin. Weydii qof kasta inuu qoro laba xeer oo ay isleeyihiin kooxdu waa inay lahaataa oo ku rid warqadooda dambiisha. Akhri dhammaan fikradaha dambiisha oo ku qor jaantuska la rogo.

Haddii mid ka mid ah mabaadi'da soo socda ay ka maqan yihiin, ku dar:

- Si firfircoon u dhegeyso – ixtiraam dadka kale marka ay hadlayaan.
- Ka hadal khibradaada halkii aad ka ahaan lahayd mid guud (dheh 'Aniga' halkii 'iyaga', 'annaga', iyo 'adiga').
- Ha ka baqin in si xushmad leh midba midka kale ugula doodo adigoo su'aalo weydiinaya, laakiin iska ilaali weerarrada shakhsi ahaaneed – diiradda saara fikradaha.

Weydii haddii qof kastaa ogolaaday xeerarka aasaasiga ah.



LAYLI GUUD



5. Layli dheeri ah oo ikhtiyaari ah: Sarif fikradahaaga 15 daqiiqo

Haddii kooxdaadu u baahan tahay wakhti dheeraad ah si ay isu bartaan, waxaad ku dari kartaa 15 daqiiqo kulanka oo aad ku dardid layligan.

UJEEDDO

Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha in ay isku xirmaan oo ay muujiyaan waxyaabaha badan ee aan haysanno.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

- U qeybi kooxo ka kooban 4-6 ka qaybgalayaal.
- Sii qof walba 10 dinhaar/dhagaxaan yaryar/xaraar warqad ah, iwm.
- Ku wareegitaanka goobada, qofka ugu horreeya waa inuu sheegaa wax uu isagu/ay jeceshahay (tusaale akhriska). Qof kasta oo kale oo jecel wax la mid ah waa inuu hal dinhaar galaa dhexda goobada.
- Dabadeed qofka labaad wuxuu sheegayaa wax uu jecel yahay iyo qof kasta oo kale oo kan jecel wuxuu dhigayaa dinhaar kale xarunta.
- Sii wad ilaa hal qof uu ka dhammaanayo dinhaar.



LAYLI KOOXEED

QEYBTA 2: HORDHAC XUQUUQDA AADANAHA

1. Layli guud: Maraqa nolosha 35 daqiiqo

SHARAXAAD

Layligani waxa uu isticmaalayaa sawirka maaddooyinka ku jira dheriga Maraqa si uu uga caawiyo ka qeybgalayaasha in ay sahamiyaan baahiyaha innaga (iyo dhammaan aadanaha) aynu qabno. Isticmaalka kaararka horay loo sii diyaariyay iyo fikradahooda, ka qeybgalayaashu waxay doortaan maaddooyinka loo baahan yahay in lagu daro 'Maraqa' si ay noloshooda u noqoto mid sharaf leh.

UJEEDDO

Waxa ku xiga layliga 'Rugta bandhiga xuquuqda aadanaha', kaas oo isku xidhaya baahiyaha lagu aqoonsaday layligan iyo xuquuqaha lagu sheegay Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqul Aadanaha. Labadan jimicsi waxay sameeyaan labo-labo waana in si wadajir ah loo wada ordo. Si wada jir ah waxay ujeedoodu tahay inay caawiyaan ka qeybgalayaasha inay ogaadaan sida xuquuqul aadanaha ula xiriirto nolol maalmeedkooda oo ay u muujiyaan baahiyaha ay iyagu aqoonsadaan – halkii ay ka ahaan lahaayeen shisheeye ama fogaan.

AGABYADA AND DIYAARGAROW HORE

Waxaad u baahan doontaa:

- Dheri wax lagu karsado oo dhaqameed ama digsi weyn, oo leh calaamad leh 'Maraqa nolosha' ayaa dhinaca ku dheggan.
- 'Kaaraka bahhiyaha aadanaha', la daabacay oo la gooyay. Haddii loo baahdo, wax ka beddel kaararka adigoo ku beddelaya qoraalka Ingiriisiga oo u turjumaya luqadda ka qeybgalayaasha.
- Dhawr qalimaan.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 4 DAQIIQO

Dheriga Maraqa dhex dhig qolka oo ku kala bixi 'kaararka baahiyaha aadanaha' ee dhulka dheriga ku wareegsan oo ay la socdaan dhawr qalimaan. Weydii qof kasta inuu istaago goobabada agagaarka kaararka.

Sharax waxa soo socda:

- Noloshu waxay la mid tahay dheri Maraqa ah oo ay ku jiraan maaddooyin badan – sida Maraqa oo kale, noloshu waxay u baahan tahay waxyaabo badan oo kala duwan si ay u siiso dhadhan fiican.
- Waxyaalaha nolosha ka mid ah, sida (xuso shay qaali ah oo dhaqan ahaan khuseeya), waxay dhadhanka nolosha ka dhigaan xitaa ka sii fiican. Laakiin waxaa jira waxyaabo kale, sida guri, cunto ama daryeel caafimaad, oo aan runtii u baahanahay. Haddii maaddooyinkaas ay maqan yihiin, noloshu waa xun tahay oo waxaynu ku dhibtoonaynaa jir ahaan, maskaxiyan, bulsho ama ruux ahaanba. Waxaan luminay sharafteena.
- Layligan, waxaanu ka fikiri doonaa waxa ay yihiin maaddooyinka lagama maarmaanka u ah nolosheena. Waxaan ku karsan doonaa Maraqa nolosha – gaar ahaan nolol sharaf leh!
- Mid kasta oo ka mid ah kaararka yaal sagxada dheriga Maraqa ayaa u taagan shay muhiim u ah nolol sharaf leh. Waxa kale oo jira kaarar maran si aan ugu qori karno ama u sawirno fikradaheena waxa aan ugu baahanahay nolol sharaf leh.



LAYLI GUUD

TALO! Xusuusnow in agabyada koorsada lagu heli karo luqado badan [xiriirkan](#).

SIDA LOO WADO LAYLIGA 30 DAQIIQO

- U sheeg kooxda inay haystaan 2 daqiiqo oo ay ku eegaan kaararka oo ay ka fikirnaan waa kuwee kuwa ugu muhiimsan iyaga?
- Ka dib adigoo ku wareegaya giraanta, weydii qof kasta inuu soo qaato hal kaar oo u taagan wax uu u arko inuu muhiim ugu tahay nolol sharaf leh, hal jumlad (keliya) ku dheh sababta ay muhiim ugu tahay ka dibna kaarka ku rid dheriga karinta
- Ku wad agagaarka giraanta ilaa ay dadku dareemaan in aanay jirin kaarar muhiim u ah iyaga. Waxay kaloo qaadan karaan kaar maran, waxay sheegi karaan waxay u taagan yihiin oo waxay ku dari karaan dheriga. Dadku ma aha inay ka faalloodaan doorashada midba midka kale waqtigan.
- Marka dhammaan kaadhahka ay dadku rabaan inay ku daraan dheriga lagu daro, u sheeg kooxda inaan hadda sameyn ay 'Maraqa nolosha'. Weydii inay ka doodaan su'aalaha soo socda:
 - Ma jiraan wax ka mid ah maaddooyinka aan ku darnay oo aan muhiim u ahayn nolol sharaf leh?
 - Ma ka tagtay wax ka mid ah maaddooyinka (kaararka) oo aan kaga tagtay dhulka? Waa maxay sababtu?
 - Saamayn nooc ah ayay nagu leedahay marka 'waxyaabaha muhiimka ah' ay ka maqan yihiin nolosheena? La wadaag fikradaha.
 - Haddii koox ka tirsan qeyb kale oo adduunka ka mid ah ay sameeyaan layligan, miyaad u malaynaysaa inay lahaan lahaayeen baahiyo aad u kala duwan mise qaar ka mid ah baahiyaha aadanaha – ayaa ah kuwo caalami ah – oo aasaas u ah in dhammaan bani'aadamku ay wadaagaan iyaga?

TALO! Ku adkee ilaalinta waqtiga halkan – waxaad u baahan tahay inaad waqti u kaydsato dooda soo socota!

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Ku soo gunaanad dooda adoo sheegay in aadanaha aduunka oo dhan ay wadaagaan waxyaabo badan – sababtoo ah waxaan nahay bini'aadam oo aan wadaagno baahiyo isku mid ah.

2. Layliga socodka iyo hadalka:

Rugta bandhiga xuquuqaha aadanaha 25 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka qeybqaatayaasha ayaa qolka ku wareegaya iyaga oo barbar dhigaya 'kaararka baahiyaha aadanaha' ee layli hore ilaa boorarka xuquuqul aadanaha ee muujinaya xuquuqda aadanaha ee lagu aqoonsaday Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqul Aadanaha.

UJEDDO

Si wada jir ah layli hore, layligani waxa uu ujeedadiisu tahay in laga caawiyo ka qeybgalayaasha in ay ogaadaan sida xuquuqul aadanaha ula xiriirta nolol maalmeedkooda oo ay ka tarjumayaan baahiyaha ay iyagu aqoonsadaan – halkii ay ahaan lahaayeen 'ajnabi' ama 'wax ka dheer'.



LAYLI GUUD

AGABYADA IYO DIYAARINTA HORE

- Daabac 30-ka boorar ee 'Rugta bandhiga xuquuqaha aadanaha'. Ku dheji boorarka hareeraha gidaarada qolka. Haddii loo baahdo, wax ka beddel boorarka marka hore, adigoo ku beddelaya qoraalka Ingiriisiga tarjumaad luqadda ka qeybgalayaasha.
- Akhri boorarka oo ka fikir haddii mid ka mid ah xuquuqaha lagu tilmaamay lagu xadgudbay macnaha guud. Inaad horay u sii fikirto tan waxay kaa caawin doontaa inaad hogaamiso wada hadalka.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Ka soo qaad dhammaan 'kaararka baahiyaha aadanaha' ee layli hore oo u dhiib ka qeybgalayaasha.

U sheeg ka qeybgalayaasha in boorarka gidaarada lagu dhejiyay ay muujinayaan xuquuqul aadanaha oo nin, naag iyo ilmo kasta oo dhulka ku nooli leeyahay, sida ku cad heshiisyada caalamiga ah ee xuquuqul aadanaha oo ku dhawaad dhammaan dawladdaha adduunku ay saxeexeen.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 23 DAQIIQO

• SOCODKA RUGTA SAWIRADA (15 DAQIIQO)

Qaado 'socod rugta sawirada' agagaarka qolka adoo booqanaya boorar kasta. Markaad u timaado boor kasta, akhri qoraalka boorka. Weydii haddii uu qof haysto kaarka aadanaha u baahan kaarka' kaas oo la xiriira xuquuqdaas bani'aadamka oo weydii qof kasta oo yiraahda haa inuu sheego baahidaas. (Boorarka iyo kaararka isku midka ah waxay leeyihiin calaamad isku mid ah, markaa tani waa inay fududdahay!). Isla markiiba u gudub boorarka xiga adiga oo aan wada hadlin – waxaad u baahan tahay inaad ku dhejiso laba boorar daqiiqaddii!

Ha ka werwerin haddii qofna u soo jeedin kaar boor gaar ah, sii wad boorarka oo marka aad dhammaato is dhig wixii kaararka hadhay ee aanay dadku xusin, adigoo isticmaalaya calaamadaha hage.

• SU'AALAHA DOODDA (8 DAQIIQO)

Ka dib markaad akhrido dhammaan boodhadhka oo aad ku dhejiso kaararka baahiyaha, ka hadala:

- Xuquuqahani miyay ka tarjumayaan baahiyaha aad u leedahay sharafta noloshaada – si kale haddii loo dhigo miyay khuseeyaan nolosheena?
- Xuquuqdaas keebaa lagu ixtiraamaa oo lagu dhowraa dalkeenna / bulshadayada oo aan ahayn? Haddi ay kooxdu midda adag u aragto, sheeg qaar ka mid ah xuquuqul aadanaha oo aad taqaano kuwaas oo la diiday sharci ahaan ama ficil ahaa.

TALO! Haddii aad awoodo inaad yeelato fadhi dheer waxaad ku dari kartaa wakhti wada hadal layligan.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Gabagabadii doodda ayaa sheegtay in dhoolatusyada aan sameynay ilaa hadda ay naga caawiyeen in aan sahamino baahiyaha jira, waxa ay xuquuqul insaanku yihiin iyo sida ay baahideenu ula xiriirto xuquuqul aadanaha. Waxa laga yaabaa in aan soo koobno fariinta layliga inagoo niraahna xuquuqul aadanaha waxay si dhow ula xiriiraan baahiyaha bini'aadaminimo iyo nooca bulshada aynu rabno inaan ku dhex noolaano.

3. Soo bandhigid: Baahiyaha aadanaha – xuquuqaha aadanaha – mas'uuliyadaha aadanaha 15 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Bandhigani waxa uu ka qeybgalayaasha u soo bandhigayaa aasaaska xuquuqul aadanaha iyada oo la eegayo muraayadda baahiyaha aadanaha, xuquuqul aadanaha iyo mas'uuliyadaha aadanaha. Waxay soo bandhigaysaa heshiisyada caalamiga ah ee muhiimka ah, mas'uuliyadda dawladdaha iyo waajibaadka akhlaaqda ee xubnaha bulshada. Waxa ay siisnayaa saldhig muhiim ah inta ka dhiman koorsada.



SOO BANDHIGID

AGABYADA

- Qoraalka bandhigga waxa laga heli karaa bogga 41 ee hagahan.
- Qoraalku wuxuu u dhigmaa bogga 7-28 ee kulanka PowerPoint oo lagu daray qoraallada afhayeenka ee boggan.
- Nooca qoraalka ee Word oo la tafatiran karo ayaa laga helayaa agabyada la socda ee kulanka.

DIYAARGAROW HORE

U diyaari si waafaqsan tilmaanta lagu bixiyay bogga 15 'Sida loo diyaar garoobo kulan kasta'.

Akhri oo qabso qoraalka iyo sawirada PowerPoint (ama samee xaashida rogroganta ee dhibcaha muhiimka ah ee bogga). Akhri qeybta su'aalaha sirgaxan ee bogga 21-28 oo ka fikir inaad u baahan tahay inaad midayso qodobbo dheeraad ah, oo ku salaysan diidmada laga filayo ka qeybgalayaasha. Ku tababbarta soo gudbinta bandhigga si wada jir ah xaashida jaantusyada.

TALO! Weydii dadka inay kaydiyaan su'aalaha/falooyinka ilaa dhamaadka bandhigaaga.

4. Xiritaanka doodda 15 daqiiqo

UJEEDDO

Doodani waxa ay siinaysaa ka qeybgalayaasha fursad ay ku milicsadaan wixii ay ku maqleen bandhigga oo ay soo xiraan kulanka.

SIDA LOO WADO DOODDA

Ku martiqaad faallooyinka iyo su'aalaha ku saabsan bandhigga hore ka dibna weydii su'aalahan:

- Xuquuqul insaanku waxay ka soo bilowdaan mabaadi'da sinnaanta, sharafta iyo masuuliyadda midba midka kale. Waa maxay fikradaha, sheekooyinka ama maahmaahyada dhaqankeena, hiddaha iyo luqadaha ka tarjumaya fikradahan?
- Ma waxaan rabnaa xuquuqul aadanaha si ay xaqiiqo uga noqdaan bulshooyinkeena? Miyaynu, sida Zaliha iyo Magdalena, wax ku biirin karnaa inay taasi dhacdo?

Gabagabadii doodda oo tiraahdo kulanka xiga, waxaan diiradda saari doonaa xuquuqda aadanaha ee xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda. Waxaan sii wadi doonaa inaan ka fikirno haddii iyo sida aan isbeddel ugu sameyn karno bulshadeena inta lagu jiro koorsada.



DOOD GUUD

TALO! Caawimo u hel ka jawaabista su'aalaha qallafsan bogga 21-28.

TALO! Ha tuurin kaararka xuquuqul aadanaha – waxaad u baahan tahay kulanka soo socda!

Xigasho

Sarif fikradahaaga: Waxaa laga soo qaatay layliga 'Aniga sidoo kale', hordhacyada kooxda fududaynta, Lions Club International.

Qoraalka Bandhigga

Baahiyaha aadanaha – Xuquuqda aadanaha – Mas'uuliyadaha aadanaha

Qoraalkan bandhigga kulanka 1 waxaa lagu sawiray bogagga 7-28 ee PowerPoint-ka kulanka.

HORDHAC: XUQUUQDA AADANAHA



Iyadoon loo eegin cidda aan nahay, diinta, qowmiyadda, jinsiga ama da'da aan leenahay iyo meel kasta oo aan ku nool nahay – waxaa jira baahiyo aasaasi ah oo aan dhammaanteen wadaagno. Qofna ma doonayo in la xiro sabab la'aan, la jir dilo ama la takooro, cidna ma rabto in carruurtoodu gaajoodaan. Dhammaanteen waxaan rabnaa inaan ku noolaano bulshooyinka naga ilaaliya waxyaalahan.



Aadanuhu waxay wadaagaan baahiyaha aasaasiga ah ee caalamiga ah. Haddii aan la dabooli baahiyahan, waxaa dhibaato soo gaarta fayooabaanteena jireed, shucuureed, iyo ruuxeed.

XUQUUQDA AADANAHA



Dowladaha adduunku waxay aqoonsadeen in qof walba meel walba uu leeyahay baahiyahan iyo in dowladuhu ay mas'uuliyad ka saaran tahay – waajib dhab ah – inay ixtiraamaan baahiyahan oo ay sameeyaan wixii karaankooda ah si loo hubiyo in la daboolay.



Si arrintan looga dhabeeyo, dowladaha adduunku waxay ku heshiiyeen xuquuqda aadanaha ee caalamiga ah – xuquuqda qof kastaa leeyahay, iyo waajibaadka dowlad kastaa leedahay, si ay u ixtiraamto, u ilaalisu una horumariso xuquuqdaas.



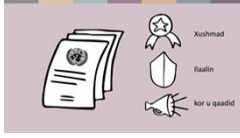
Saddexda heshiis ee ugu muhiimsan xuquuqda aadanaha waa:

- Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha, kaas oo aan ku eegnay iyadoo la adeegsanayo boorarka, iyo laba heshiis oo faahfaahsan oo si qoto dheer u sharraxaya xuquuqdeenna:
- Heshiiska Caalamiga ah ee Xuquuqda Madaniga iyo Siyaasadda (ICCPR) iyo
- Heshiiska Caalamiga ah ee Xuquuqda Dhaqaalaha, Bulshada iyo Dhaqanka (ICESCR).

Labadan axdi waxay sharci ahaan ku xiran yihiin waddamada ansixiya.



Inta badan waddamada ayaa iska ballan qaaday heshiisyadan – dhammaan waddamada cagaaran ee khariidadahan ku yaal! Dowladaha dhammaan waddamadan waxay aqbaleen inay waajib sharci ah ka saaran tahay sharciga caalamiga ah inay sameeyaan saddex shay:



- In la ixtiraamo xuquuqda aadanaha ee sharciyada ay sameeyaan iyo tallaabooyinka ay qaadaan mas'uuliyiinta. Tusaale ahaan, waa in aysan jirin sharciyo takoor ah oo aan cidna la jir dilin.
- In la ilaaliyo xuquuqda aadanaha, in la hubiyo in qof walba uu raadin karo caddaalad marka xuquuqdiisa ay ku xadgudubto dowladda ama qof kale.
- Iyo in la dhiirrigeliyo xuquuqda aadanaha – in la sameeyo dadaalkooda ugu fiican si loo hubiyo in qof walba uu heli karo xuquuqdiisa. Tusaale ahaan, in la sameeyo dadaalkooda ugu fiican si loo hubiyo in qof walba uu helo daryeel caafimaad iyo waxbarasho. Dabcan, dhammaan dowladaha ma haystaan agab isku mid ah, markaa ka dhigista xuquuqdan bulsho iyo dhaqaale mid dhab ah waa geedi socod tartiib tartiib ah.



Dowladuhu waxay ku heshiiyeen in qof kasta oo bini'aadam ah uu si siman u leeyahay xuquuqdan. Qodobka ugu horreeya ee Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha wuxuu leeyahay, "Dhammaan aadanuhu waxay ku dhashaan xornimo iyo sinaan sharaf iyo xuquuq".



Nasiib darro, dowlado badan ma fuliyaan ballanqaadyadan – dad badan ayaa xuquuqdooda lagu xadgudbay. Haweenka, gabdhaha, dadka laga tirada badan yahay, dadka naafada ah iyo muhaajiriinta ayaa si gaar ah ugu nugul xadgudubyada xuquuqda. Rabshadaha ku salaysan jinsiga waa tusaale caadi ah oo ka dhaca waddan kasta oo adduunka ah.

DHALILKA XUQUUQDA AADANAHA



Marka dawladuhu ku xadgudbaan xuquuqda ama ay ku guuldareystaan inay dadka ka ilaaliyaan xadgudubyada xuquuqda, ma jiro ciidan boolis oo caalami ah oo yimaada oo ciqaaba dawladda. Haddaba, haddii aanay jirin ciidan boolis oo caalami ah oo ku qasba dawladda inay raacaan xuquuqda aadanaha – miyaanay xuquuqda aadanaha ahayn ereyo warqad ku qoran halkii ay ka ahaan lahaayeen qalab wax ku ool ah oo loogu talagalay isbeddelka?



Run ayaa jirta – dowladaha qaar aad bay u adag tahay in la saameyn karo. Laakiin dalal badan, dhaleeceynta caalamiga ah iyo tan gudaha ee ku aaddan xadgudubyada xuquuqda aadanaha ayaa u horseeday isbeddel wanaagsan. Waxaa jira siyaabo badan oo lagu horumarin karo xuquuqda aadanaha iyada oo aan la helin ciidan boolis oo caalami ah.



Waxaa jira sababo kale oo dadku u dhaleeceeyaan xuquuqda aadanaha. Malaha adigana fikradahan ayaad qabtaay?

- Malaha xuquuqda aadanaha waxay kuu muuqataa mid farsamo ahaan u eg – mowduuc loogu talagalay qareennada iyo siyaasiyiinta halkii aad ka ahaan lahayd wax aad ku lug yeelan karto.
- Ama laga yaabee inaad u malaynayso in xuquuqda aadanaha ay aad uga fog tahay nolol maalmeedkaaga – wax ay dadka waaweyn ee magaaloyinka waaweyn ay awoodi karaan inay ka walwalaan.

- Ama laga yaabee in xuquuqda aadanaha ay u muuqato hub ciyaar siyaasadeed oo alami ah. Wax ay dawladuhu si laba-jibbaaran u isticmaalaan, iyagoo dhaleeceynaya cadowgoda halka ay iyaguna ku xadgudbayaan xuquuqda aadanaha.

Hagaag, xuquuqda aadanuhu waxay ku saabsan tahay sharciga, siyaasiyiintu waxay sameeyaan sharciyo, qareennadu waxay u dagaallami karaan xuquuqda aadanaha maxkamadaha. Haa, ereyga mararka qaarkood waxaa loo isticmaalaa oo lagu xadgudbaa ujeedooyin siyaasadeed. Laakiin xuquuqda aadanuhu way ka badan tahay taas!

XUQUUQDA AADANHA IYO ANNAGA



Sida aan aragnay, xuquuqda aadanaha waxay dhab ahaantii ku saabsan tahay baahiyaha aan ku qabno nolol maalmeedkeenna. Maxaa ka dhaca iskuulladeenna, beeraha, goobaha shaqada, guryaha iyo xaafadaha? Sideen ula dhaqmi karnaa oo loola dhaqmi karnaa. Sideen uga ilaalin karnaa in ay nagu xadgudbaan kuwa awoodda u leh nolosheenna – milkiilayaasha hantida, loo-shaqeeyayaasha, macallimiinta ama xitaa xubnaha qoyska. Dabcan, mas'uuliyiinta sida booliiska, maxkamadaha, ciidamada iyo dowladda.

Waxaa laga yaabaa inaan ku soo koobno in xuquuqda aadanaha ay ku saabsan tahay nooca bulshada aan rabno inaan ku noolaano oo aan ka shaqeyno dhisidda.

Haddii xuquuqda aadanaha ay noqoto mid dhab ah oo ka jirta bulshooyinkeenna, markaa dhammaanteen waxaan leenahay qeyb aan ka ciyaarno. Xadgudubyo badan oo xuquuqda aadanaha ah ayaa dhaca sababtoo ah dadka caadiga ah ma ixtiraamaan xuquuqda dadka kale – tusaale ahaan marka aan ula dhaqanno dadka qaar sidii iyagoo aan sinnayn. Dowladaha, ganacsiyada iyo shakhsiyadka waxay awoodaan inay sii wadaan inay sameeyaan xadgudubyada xuquuqda aadanaha sababtoo ah dadku isma taageeraan oo isku dayaan inay wax beddelaan. Sababtoo ah inta badan waan aamusnaa.



Annagu ma nihin dowlado – ma aanan saxiixin heshiisyo caalami ah oo xuquuqda aadanaha ah. Ma lihin waajib sharci ah si aan u hubinno in xuquuqda aadanaha la raaco. Laakiin waxaan nahay bini'aadam caqli iyo damiir leh, waxaana naga saaran waajib akhlaaqeed midba midka kale. Sida uu qabo Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha:

"Dadkoo dhan waxay ku dhashaan si siman sharaf iyo xuquuq. Waxay leeyihiin caqli iyo damiir, waana inay isku dhaqmaan si walaaltinimo ah."

"... qof kasta iyo xubin kasta oo bulshada ka mid ah [...] waa inay ku dadaalaan waxbaridda iyo waxbarashada si ay u horumariyaan ixtiraamka xuquuqda iyo xorriyadahaan."

Markasta oo aan awood u leenahay inaan wanaag ama xumaan ku sameyno nolosha dadka kale, waxaa na saaran waajib akhlaaqeed ah inaan ilaalino xuquuqda aadanaha. Ma sameyn karno wax walba – xaaladaha qaarkood way adag tahay in laga fikiro wax kasta oo aan sameyn karno – laakiin marka aan aragno cadaalad darro la sameynayo, oo aan sameyn karno wax aan ku caawinno, waxaa laga yaabaa inaan leenahay waajib akhlaaqeed oo aan isku dayno.

Sameynta wax waxay noqon kartaa mid fudud sida deris wanaagsan.

ISBEDDEL SAMEEYAYAASHA SHEEKOOYIN



Shafaq Hassan, waa haweeney Muslimad ah oo u dhalatay Ingiriiska kana soo jeeda koonfurta London. Sannadihii ugu dambeeyay waxaa aad u soo badanayay dambiyada nacaybka ee UK. Muslimiinta, gaar ahaan haweenka Muslimiinta ah ee (sida Shafaq) xirta xijaabka madaxa, badanaa waa la bartilmaameedsadaa – labadaba internetka iyo waddooyinka. Xaaladdan oo kale, falalka saaxiibtinimo iyo deeqsinimo ee maalinlaha ah ee u dhexeeya dadka dhaqamada kala duwan leh waxay macno weyn u yeelan karaan.

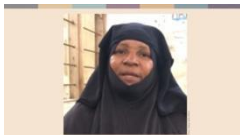
Shafaq waxay sheegtay in iimaankeedii ku aaddanaa aadanaha uu soo laabtay markii deriskeeda aan Muslimka ahayn uu si lama filaan ah u siiyay iyada iyo wiilkeeda 14 jirka ah Ayaan hadiyado si ay ugu dabaaldegaan xaflada Ciidda.



Shafaq ayaa sawirka hadiyadaha soo dhigay Twitter-ka, isagoo leh:

"Deriskeenna aan Muslimka ahayn wuxuu si buuxda nooga yaabiyay timir Aljeeriya" iyo gogol duco ah oo loogu talagalay wiilkayga 14 jirka ah, kaasoo soomay bisha oo dhan. Wuxuu deris noo ahaa in ka badan 20 sano, laakiin si buuxda ayuu nooga yaabiyay hadiyadaha Ciidda."

"Ma aanan ogeyn inuu arkay in Ayaan ay sooman tahay. Wiilkaygu wuxuu dareemay mid gaar ah. Waa deris saaxiibtinimo leh, waa taageerayaal biryani ah oo hooyaday leedahay, marka had iyo jeer waxaan soo dirnaa sanduuq. Waxaan nahay bulsho kala duwan, waana wax qalbi qaboojin leh in deriskeennu uu aad uga fikiray oo uu dhiirrigeliyay Ayaan iyo caqiidadiisa diimeed."



Zaliha iyo Magdalena sidoo kale waxay sameynayaan farqi ku salaysan xaalad aad u kala duwan. Zaliha waa Muslimad cibaado badan leh iyo ayeeyo, oo ka timid jasiiradda Pemba ee Zanzibar, halkaas oo ay ka dhigto dugsiga Qur'aanka ee maxalliga ah.



Zaliha ayaa tiri,

"Waxaan ka walaacsanahay qalalaasaha ka jira bulshooyinkeenna. Dhallinyaradeennu ma aaminsana hoggaamiyeyaasheenna siyaasadeed mana haystaan fursado."



Way sii wadataa iyadoo leh,

"Dad badan oo dhul-weynaha ah oo halkan u soo guuray si ay uga shaqeeyaan warshadaha dalxiiska waa Masiixiyiin. Muslimiin badan oo aan aqaano ayaa ku eedeeya Masiixiyiinta inay qaateen shaqooyinkooda. Waxaan soo maray sannado badan oo qalalaase siyaasadeed iyo xiisad diimeed ah. Waxaan arkay kaniisado la gubayo, waraaqo ay ku qoran yihiin hadallo nacayb ah oo la qaybinayo, Masiixiyiinta oo la dhibaateynayo iyadoo u socda kaniisadda. Waxaan arkayaa dhallinyaradeenna oo sii xagjir noqonaya waxayna i walwal gelinaysaa. Taasi waa sababta aan ugu biiray Guddiga Diimaha ee Haweenka."



"Waxaan rabaa inaan gacan ka geysto ka hortagga rabshadaha diimeed ee ka dhaca jasiiraddeenna. Dugsiga Qur'aanka, waxaan carruurta baraa in dulqaadka iyo jacaylku ay yihiin qeyb aasaasi ah oo ka mid ah diinteenna. Mustaqbalku wuxuu saaran yahay carruurteenna waana mas'uuliyaddeenna inaan tusno jidka."



Magdalena, oo ah muwaadinad Masiixi ah oo u guurtay Zanzibar, ayaa sidoo kale ku lug leh shaqooyinka diimaha kala duwan. Waxay la kulantay takoor sababtoo ah qaabka ay u labisato iyo diinteeda, laakiin waxay go'aansatay inay soo afjarto kala qeybsanaanta u dhaxaysa Masiixiyiinta iyo Muslimiinta. Waxay ku biirtay Golaha Haweenka ee gobolka Ungoya kaas oo gala bulshooyinka si ay uga hadlaan caqabadaha diimaha kala duwan iyo xuquuqda haweenka.

"Waxaan ku biiray guddiga si aan wax badan uga barto Islaamka oo aan u fahmo sida Muslimiintu u nool yihiin," ayay sharraxday.

"Dhammaanteen waxaan nahay haween, dhammaanteenna waxaan la kulannaa takoor taas awgeed – waa inaan isku istaagnaa oo aan is taageerna."



Waxaa jira dad aan la tirin karin sida deriska Shafaq iyo sida Zaliha iyo Magdalena. Dad caadi ah oo nala mid ah, kuwaas oo si yar isku dayaya inay xuquuqda aadanaha ka dhigaan mid ka hirgasha bulshooyinkooda – kuwa isbeddel doonka ah ee maxalliga ah!

Qof kasta oo aan nahay, waxaan sameyn karnaa wax aan ku xaqiijinno xuquuqda aadanaha!

Xigasho

Faith Matters www.faith-matters.org

<https://www.faith-matters.org/family-surprised-by-presents-from-non-muslim-neighbour-to-celebrate-eid/>

Xarunta Diimaha Zanzibar (ZANZIC)

<https://www.facebook.com/ZanzicMeansPeace/>

<https://english.danmission.dk/project/zanzibar-peacebuilding-through-interfaith-dialogue/>

KULANKA 2

Soo bandhigidda xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

FORB = XORRIYADDA FIKIRKA, DAMIIRKA, DIINTA IYO CAQIIDADDA

Si loo fududeeyo, xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda waxaa badanaa loo tixraacaa magaca gaaban ee 'Xornimada Diinta ama Caqiidadda' ama FORB. Magacan iyo soo gaabinta ayaanu ku isticmaali doonaa hagaha inta badan - laakiin ha iloobin in fikirka iyo damiirkuba la ilaaliyo!

Xuquuqda aadanaha ee xorriyadda fikirka, diinta damiirka ama caqiidadda ayaa ah mid muran badan ka taagan yahay meel kasta. Dadka intooda badan waxay u arkaan caqiidaddooda, iyo fikradahooda ku saabsan sida ay dadku u fakaraan oo ay u dhaqmaan, in ay yihiin wax caadi ah, sax ah oo run ah. Ilaa aynaan xidhiidh shaqsiyeed oo togan la yeelan dadka aaminsan caqiidadda iyo fikradaha kala duwan, way sahlanaan kartaa in loo arko 'kuwa kale' inay si uun u hooseeyaan, ama khatar ku yihiin 'anaga' qiyamka iyo dhaqanka, ama xitaa midnimada iyo amniga qaranka. Tani waxay ku dhici kartaa labadaba bulshooyinka diiniga ah iyo kuwa cilmaaniga ah labadaba.

Sida dhinac kasta oo kale oo ka mid ah dhaqanka aadanaha, diinta iyo caqiidadda ayaa ah 'wanaagga iyo xumaanta'. Mararka qaarkood caqiidooyinka, dhaqamada iyo hogaamiyayaasha iyo ururada ku xiran ayaa dhibaato weyn ku ah bulshada dhexdeeda. Laakiin inta badan, diinta iyo caqiidadda waxaa lagu muujiyaa siyaalo awood u siinaya dadka aaminsan caqiidadda oo faa'iido u leh bulsho weynta.

Haddaba, maxay xuquuqul insaanku ka qabaan fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda? Waa maxay xuquuqaha aan leenahay iyo goorma ayaa dawladda loo ogol yahay inay xaddiddo ku dhaqanka diinta ama caqiidadda?

Kulankan waxa uu soo bandhigayaa xaqa FORB-ga iyo haddii, goorta iyo sida masuuliyiinta loo oggol yahay inay xaddidaan. Waxay siinaysaa ka qeybgalayaasha fursad ay ku bartaan xaqa oo ay dib u milicsadaan sida ay ula xiriiraan qiyamkooda, nolol maalmeedkooda iyo bulshada.



Ujeedooyinka waxbarashada

Kulankan waxa uu diiradda saarayaa horumarinta aqoonta ka qeybgalayaasha iyo qiimaynta qiimaha xuquuqda aadanaha ee xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda.

Dhammaadka casharka ka qeybgalayaashu waxay awoodi doonaan inay:

- U sharax qalbiga FORB: xaqa aad u leedahay in aad yeelato, doorato/badasho oo ku dhaqanto diintaada ama waxa aad aaminsantahay iyada oo aan lagu takoorin, qasbid ama rabshad.
- Sharax sida ay FORB ula xiriirto nolol maalmeedkooda.
- Si asaasi ah ugu sharax xaddidaadaha xaqa, taas oo FORB aan marnaba marmarsiyo looga dhigi karin waxyeellaynta dadka kale.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Layliga furitaanka: Dhammaan u sheeg!

Waxay xasuusineysaa ka qeybgalayaasha wixii ay ku barten kulankii hore.

10 daqiiqo

Layliga sheekada iyo doodka: Mar waqti hore

Sheeko sheeko waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay dib u eegaan bal inay qiimeeyaan waxyaabaha ay FORB ilaaliso.

45 daqiiqo

Soo bandhigid: Bandhigga xorriyadda diinta ama caqiidda

Bandhig muhim ah oo koorsada ah, bandhig a waxa ay FORB ilaaliso iyo goorta xaqa la xadidi karo.

15 daqiiqo

Dood guud: Xorriyadda diinta ama caqiidda

Dood ku saabsan nuxurka taladii hore.

10 daqiiqo

Layliga milicsiga iyo doodka: FORB ee maalinteyda

Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay aqoonsadaan sida ay u isticmaalaan xuquuqdooda FORB nolol maalmeedkooda.

35 daqiiqo

Gabagabada faallooyinka iyo sheekada isbeddel sameeyayaasha

Sheekooyinka ayaa lagu soo daray inta koorsadu socoto si loo dhiirigaliyo ka qeybgalayaasha.

5 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

2 saacadood

Isu diyaari

U diyaari kulanka si waafaqsan tilmaanta bogga 15, 'Sida loo diyaar garoobo kulan kasta'. Xusuusnow – waad garanaysaa kooxdaada! Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho wax kasta oo ka mid ah casharrada, adoo ku habaynaya baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabyada soo socda si aad u socodsiiiso casharkan:

- Kubad jilicsan.
- Dheriga Maraqa iyo kaararka baahiyaha aadanaha ee loo adeegsaday kulankii hore.
- Qoraalada ama xaashida rogrogmata oo ay ku jiraan su'aalaha wada xaajoodka kooxda ee layliga Mar waqti hore.
- Qoraalada ama xaashida rogrogmata oo ay ku jiraan su'aalaha wadhadalka kooxda ee FORB layliga ee maalinteyda'.
- Haddii AADAN rabin inaad isticmaasho PowerPoint/filimka waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad diyaariso waxyaabaha soo socda:
 - Mar waqti hore: soo daabac boorarka sheekada muujinaya.
 - Jaantuska rogrogmata ee xaashida nuxurka muhiimka ah ee bogga PowerPoint.
 - FORB layliga ee maalinteyda: daabacaadda bogga 47-59 ee PowerPoint ee kalfadhiga.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).



IKHTIYAAR DHEERAAD AH: DHIS KALSOONIDAADA!

Iyada oo qeyb ka ah diyaar garowgaaga, maxaad u daawataa [filimadan gaagaaban](#) si aad wax badan uga ogaato xorriyadda diinta ama caqiidda? Tani waxay kaa caawin doontaa inaad dhiso kalsoonidaada iyo awoodaada inaad ka jawaabto su'aalaha. Waxaa liiskan ku jira siddeed filim oo min 5-10 daqiiqo ah. Diirada saar filimada lambarka 2 (xaqa aad u leedahay in aad haysato ama aad doorato), 3 (xaqa aad ku



FILIMO

shaqayn karto) iyo filimka wax yar ka dheer ee 8 (xaddidaadyada xaqa) haddii aanad haysan wakhti aad ku daawato dhamaantood.

DIYAARI QOLKA

Kulankan, waa fikrad wanaagsan in lagu bilaabo kuraas ku yaal goob-goobo nus-goobo ah oo xagga hore u jeedda, meel bannaanna dhexda ku leh. Kooxdu waxay u baahan doontaa inay awood u yeelato inay si xor ah u wareegaan. Qol weyn oo aan lahayn miisas ayaa waxtar leh!



'Mar waqti hore'

“ ‘Mar waqti hore’ waxay keentay doodo badan oo qoto dheer. Waxay u furtay daaqado badan oo maskaxda dadka. Waxay bilaabeen inay ka fikirkaan bulshooyinkooda – wax walba laga bilaabo caadooyinka jinsiga iyo haddii ay wanaagsan tahay in la jebiyo xaaladda hadda jirta.”

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Layliga furitaanka: Dhammaan u sheeg! 10 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka qeyb galayaashu waxay isku tuurayaan kubbad, iyagoo sheegaya wax ay ku xasuustaan fadhigii hore ka hor intaysan kubadda hore u tuurin.

UJEEDDO

Layligani wuxuu bixiyaa madadaalo, is dhexgal bilow ah kulanka. Waxay ujeedadeedu tahay inay ka caawiso kooxda inay xasuusato waxay barteen, dareemeen iyo fikir koodii fadhigii hore, iyo inay wadaagaan waxay xasuustaan midba midka kale. Waxa kale oo ay ka caawisaa xubnaha cusub ee kooxda inay la qabsadaan.

AGABYADA

- Kubad jilicsan.
- Dheriga Maraqa oo ay ka guudan 'kaararka baahiyaha aadanaha' (oo loo adeegsaday kulankii hore).

SIDA LOO BARO LAYLIGA

Ku rid dheriga Maraqa oo leh 'kaararka baahiyaha aadanaha' gudaha, bartamaha goobada. Hubi in saddexda kaar ee la xiriira xorriyadda diinta ama caqiidda ay ku dul yaalliin meesha ugu sarreysa si aad si fudud ugu geli karto dhammaadka ciyaarta.

Ku soo dhaweey qof walba kulanka una sharax in casharku uu ku bilaabanayo dib u eegis degdegga ah kulankii hore. Weydii kooxda in ay istaagaan giraan ku wareegsan dheriga Maraqa, oo si macquul ah u kala fogaadaan.

U sharax in ay kubadda isku tuurayaan si aan kala sooc lahayn. Qofka kubadda helaya waa inuu hal jumlad yiraahdaa, isagoo la wadaagaya hal shay oo uu xasuusto kulankii u dambeeyay. Tani waxay noqon kartaa sheeko, wax ay barteen, ama dareen ama fikir ay qabaan. Ka dib wadaagista, waa inay kubadda si aan kala sooc lahayn ugu tuuraan ka qeyb galayaasha kale, iyagoo hubinaya in qof kastaa helo fursad uu ku hadlo. Qof kasta oo aan joogin kulankii hore wuxuu ku qayliyaa 'Dhammaan u sheeg', markay kubadda qabtaan ka dibna hore u sii tuuraya.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Layliga ka billow naftaada adigoo ku hadlaya hal shay oo aad ka xasuusatay kulankii hore oo aad kubadda u tuurtay ka qeybgale. Waxaad dhahdaa ereyo dhiirigelin leh sida 'mahadsanid' iyo 'aad u wanaagsan' adoo ka jawaabaya wax ku biirinta ka qeyb galayaasha! Layliga sii wad ilaa uu qof kastaa ka qabto kubadda hal mar.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA

Ugu hambalyeey kooxda inta ay xasuusan yihiin oo si kooban ugu dara qodobbada muhiimka ah ee ay seegeen. Ka dib waxaad tagtaa dheriga Maraqa ee dhexda ku yaal oo ka soo saar saddexda kaar ee la xiriira xorriyadda diinta ama caqiidda. Kaarka kor u qaad oo qof walba u sheeg in aanu baari doonno xaqa xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidda fadhigan



LAYLI GUUD

2. Layliga sheekada iyo doolda: Mar waqti hore 45 daqiiqo

SHARAXAAD

Layligani wuxuu ku salaysan yahay sheekada 'Heesaha siin-baarta iyo durbaanka'. Waxay ka kooban tahay afar qeybood: sheeko-sheeko – dood guud – dood kooxeed – jawaab celin / gunaanad

UJEEDDO

Layliga waxa uu ujeedkiisu yahay in kooxda lagu caawiyo in ay qiimeeyaan waxyaabaha ay FORB ilaaliso, iyo haddii/sida, waxyaalahaas lagu qiimeeyo caadooyinkooda iyo dhaqankooda. Sheekadu waxay muujinaysaa toddoba kelmadood oo muhiim ah oo la xiriira Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda: Ka fikir, Rumayso, Lahaansho, Ku celceli, Su'aal, Beddel iyo Diidmada.

AGABYADA

- Qoraalka sheekada (eeg bogga 56 ama xiriirkan).
- Islaaydh 3-23 ee kulanka PowerPoint kaas oo sharaxaya sheekada AMA daabacaadda boorarka oo leh sawiro isku mid ah. (Waa suurtagal in la sameeyo layliga kuwan la'aantood haddii loo baahdo.)
- Qoraalka su'aalaha shaqada kooxda 'Mar waqti hore' (mid ka mid ah 3-4 ka qeyb galayaasha) AMA xaashi hore loo sii diyaariyay oo ay kooxda su'aalo ku saabsan yihiin.

DIYAARGAROW HORE

Haddii aad isticmaalayso boorarka, ka fiirso inaad hore ugu dhejiso si isku xigta gidaarka. Tani waxay sahlayso in lagu tilmaamo boorka saxa ah waqtiga ku habboon. Haddii aad isticmaaleyso boorarka, ka fiirso in aad si taxane ah ugu dhejiso derbiga hore. Tani waxay sahlayso in aad farta ku fiqdo boorarka saxda ah waqtiga ku habboon.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 35 DAQIIQO

- **SHEEKO-SHEEGID** (15 DAQIIQO)
Sharax inaad akhriyayso sheeko sheegid, Kaas oo markaas looga doodi doono koox-kooxeed iyo koox-yaryar.
U sheeg sheekada oo tus sawirada/boorarka PowerPoint. Isku day inaad u akhrido dareen badan!
- **DOOD GUUD OO DEGDEGGA AH** (5 DAQIIQO)
Weydii dadka inay gacmaha kor u taagaan si ay uga jawaabaan su'aalaha soo socda – keliya hal ama laba jawaab su'aal kasta ka qaado.
 - Maxay kula tahay fariimaha ama anshaxa sheekada?
 - Ma jiraan wax aad ku qadarisay habka ay jilayaashu u dhaqmeen?

(Haddii dadku ay ku adag tahay inay la xiriiraan fikradda durbaannada iyo siimbaarta inay muhiim yihiin, sharax inay matalaan nidaamka caqiidadda dadka tuulada iyo dhaqamada diimeed.)

- **WADAHADAL KOOXEED YAR** (15 DAQIIQO)
U qeybi ka qeyb galayaasha kooxo 3-4 ah, adigoo koox kasta siiya nuqulka su'aalaha shaqada kooxda.
Muuji PowerPoint islaydhka 24 oo ay ku jiraan toddobada kelmadood ee muhiimka ah, ama xaashida rogrogmata leh ee erayada ku qoran yihiin. U sharax in dhammaan kelmadahani ay si uun sheekada ula xiriiraan. (Erayada muhiimka ah: Ka fikir, Rumayso, Lahaansho, Ku celceli, Su'aal, Beddel iyo Diidmada.)



SHEEKO

Ka soo hel
**SHEEKO, BOORAR
IYO WARAAQO**
[halkan.](#)

TALO! Ka digtoonow maareynta waqtiga si aad u hubiso inuu jiro waqti ku filan wada hadal kooxeed yar.

- Weydii kooxaha inay ka doodaan su'aalaha soo socda:
 - Sidee ayay ereyada ka fikir, rumayso, lahaansho, ku celceli, su'aal, beddel iyo diidmada waxa ka dhacay sheekada iyo waxyaabaha aad qaddarinayso ama aad neceb tahay ee ku saabsan jilayaasha?
 - Miyaad ka fikiri kartaa sheekooyinka dhaqankaaga ama caadooyinkaaga caqiidadda kuwaas oo wax wanaagsan ka sheegaya fikirka, rumaynta, lahaanshaha, ku celcelinta, su'aalaha, beddelka ama diidmada?
 - Bulshadu ma ka faa'idaysato marka dadka loo ogolaado inay waxyaalahaas sameeyaan mise waxay khatar ku yihiin bulshada? Mise labadaba?
 - Isbeddel wanaagsan miyuu suurtagal yahay la'aanta dadka waxyaalahaas sameeya?

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 10 DAQIIQO

Weydii koox kasta inay wadaagaan hal shay oo ay u arkeen inuu dhiirigelinayo, muhiim ama ku adag dooddooda.

Ku soo gabagabee inaad wax ku tiraahdo sadarradan soo socota:

- Waanu milicsanay sheekadan oo ah dariiq bilow u ah sahaminta qiyaamka iyo xuquuqaha ku xiran xuquuqda bini'aadmiga ee xorriyadda diinta ama caqiidadda.
- Qiimayaashan iyo xuquuqahaas maaha kuwo fudud ama aan muran lahayn. Waxaa laga yaabaa inay nagu dareen xoogaa walaac ah. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa inaad la yaabban tahay:
 - Hadday dadku xor u yihiin in ay ka fikirnaan naftooda oo ay doortaan sida ay u nool yihiin, miyaan dhaqankeenna, hiddeheenna iyo caqiidaddeenna khatar gelinayn?
 - Maxaa dammaanad ah aan ku haynaa in dadku ay xorriyadahan u isticmaali doonaan wanaag? Waxaa jira dad leh fikrado xun ama niyo xun. Qof walba ma aha sida Ziana oo rabtay in noloshu u fiicnaato saaxiibadeeda. Mararka qaarkood dadku waxay isticmaalaan caqiidaddooda si ay ugu caddeeyaan ku-dhaqanka siyaalo waxyeello u geysanaya dadka kale – sida milki Xigasho shaaha oo dhibay Ono oo abaabulay koox burcad ah si ay u jeexjeexaan calaamadaha 'qof kastaa wuu soo dhaweynayaa'.
- Kuwani waa su'aalo muhiim ah, oo aan sii wadi doonno sahaminta! Dhanka kale, isbeddel wanaagsan ma dhici karo ilaa dadka loo ogolaado inay ka fikirnaan oo ay rumaystaan oo ay su'aalaan waxyaalaha ay u arkaan inay xun yihiin – sida takoorka suuqa dhexdiisa.
- Haddaba, waa maxay xuquuqda ay tahay in dadku ay helaan, goorma ayayse tahay in dowladdu awood u yeelato inay xaddiddo xuquuqahaas? Waxaynu baran doonaa waxa uu sharciga caalamiga ah ee xuquuqul aadanaha ka leeyahay arrintan hadda.

3. Soo bandhigid: Baridda Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda 15 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Bandhig aani waxay bareysaa xuquuqda xorriyadda diinta ama caqiidadda iyo marka ay xadidi karto. Waxa ay samaysaa gelinta aqoonta muhiimka ah ee koorsada.



SOO BANDHIGID

AGABYADA

- Qoraalka soo jeedinta waxaa laga heli karaa bogga 60 ee hagahan.
- Qoraalku wuxuu u dhigmaa bogagga 25-46 ee kulanka PowerPoint oo lagu daray qoraallada afhayeenka ee boggan.
- Nooca qoraalka ee Word oo la tafatiran karo ayaa laga helayaa agabka la socda ee casharka.

DIYAARGAROW HORE

U diyaari si waafaqsan tilmaanta lagu bixiyay bogga 15, 'Sida loo diyaargarobo kulan kasta'. Akhri oo la qabso qoraalka iyo sawirada PowerPoint (ama samee xaashida rogrogmata ee dhibcaha muhiimka ah ee bogga) oo ku celceli inaad soo bandhigto bandhigga si wadajir ah xaashida jaantusyada.

FIIRO GAAR AH

Waxa laga yaabaa inaad ku darto dhawr daqiiqo bandhiggan – ku darista macluumaadka ku saabsan sharciyada ugu muhiimsan ee la xiriiira FORB ee dalkaaga iyo sida ay ula xidhiidhaan xeerarka caalamiga ah. Talo iyo xiriirin kaa caawinaya inaad hesho macluumaadkan waxaad ka heli kartaa bogga 153-154 ee hagaha fududeeyayaasha. Ha hadlin wakhti aad u dheer maadaama dadku aanay muddo dheer diiradda saari karin! Isticmaal tamareeyaha ka dib bandhigga haddii loo baahdo. Iska yaree waqtiga hawlaha kale si aad tan awood ugu yeelato (tusaale jar layliga furitaanka) ama aad yeelato kulan dheer.

TALO! Weydii dadka in ay keydiyaan su'aalaha/faallooyinka ilaa dhammaadka bandhiggaaga.

4. Dood guud: Xorriyadda Diinta ama Caqiiddada 10 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Dood ku saabsan bandhiggii hore oo awood u siinaya ka qeybgalayaasha in ay habeeyaan wax-barashada bandhigga.

SIDA LOO WADO DOODDA

Ku martiqaad faallooyinka guud iyo su'aalaha ku saabsan gelinta ka dibna su'aalo ku weydii sadarradan soo socda:

- Xuquuqaha la soo bandhigay keebaa muhiim kuu ah?
- Ma jiraan wax kugu adag inaad aqbasho ama wareer?

10 daqiiqo ka dib, soo xir dooda guud. Sharax in kooxdu ay hadda sii wadi doonto ka doodista iyo sahaminta arrimaha iyada oo la adeegsanayo layli.

XUSUUSO: Waxaad tahay fududeeye ma tihid khabiir! Haddii ka qeybgalayaashu ay qabaan su'aal aad taqaanid sida looga jawaabo markaa samee, laakiin ha dareemin cadaadis inaad ogaato jawaabaha! Xooga saar in tani ay tahay hab sahaminta labada dhinac ah iyo in doorkaagu yahay inaad awood u yeelatid wada hadalka, maaha inaad noqoto khabiir.



DOOD GUUD

TALO! Waxaad ka heli kartaa hagitaan kaa caawinaya in aad ka jawaabto su'aalaha qalifsan ee ku saabsan xorriyadda diinta ama caqiiddada bogagga 21-28.

5. Layli Guud: FORB ee maalinteyda 35 daqiiqo

SHARAXAAD

Layli la wadaaga fikirka, kaas oo ay dadku ka fiirsadaan sida ka fikir, rumayso, lahaansho, ku celceli, su'aal, beddel iyo diidmada nolol maalmeedkooda.

UJEEDDO

Layligani wuxuu ujeedadiisu tahay inuu dadka ka caawiyo inay aqoonsadaan inaan isticmaalno xuquuqdeena xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiiddada nolol maalmeedkeena. Tani waxay gacan ka geysaneysaa muujinta in xaqu uu muhiim noogu yahay xaqiiqda, maaha keliya aragtida.



LAYLI GUUD

AGABYADA AND DIYAARGAROW HORE

- Islaaydhayada 48-60 ee casharka PowerPoint AMA daabacaadaha boggan, oo ku dheggaan darbiga ka hor kulanka.
- Hal nuqul oo ka mid ah su'aalaha shaqada kooxda 3-4 ka qeybgalayaasha AMA xaashida jaantusyada hore loo diyaariyey iyadoo su'aalaha shaqada kooxda ay saaran yihiin.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 4 DAQIIQO

Weydii qof kasta inuu u kala qaado laba-labo. Sharax waxa soo socda:

Waxaan hadda dib u milicsan doonaa FORB waxay nooga dhigan tahay nolol maalmeedkeena. Marka hore, qof kastaa aamusnaan buu u fikiri doonaa. Kadib waxaan wadaagi doonaa fikrado qaar ka mid ah lammaaneheena, ka hor inta aan la isugu soo laaban si aan uga doodno fikradaheena.

Akhri qoraalka soo socda (ama wax la mid ah dheh). Ku dhex gal sawirada PowerPoint 47-59 ama tilmaan daabacadaha sawirada inta aad akhrinayso.

"Ka fikir maalin caadi ah oo noloshaada ah. Goormaiyo iyo sidee ayaad u muujisaa fikradahaaga, caqiidooyinkaaga, iyo su'aalahaaga iyo dareenkaaga ku aaddan ka tirsanaanshaha diimeed ama aan diin aheyn iyo aqoonsigaaga?"

- Waxay ku jiri kartaa waxyaabaha aad cunto ama aadan cuneynin,
- Waxa aad xiran tahay, ama aadan xiran,
- Salaadaha ama caadooyinka ama dabaaldegyada waqtiyada muhiimka ah ee nolosha,
- Waxa aad akhrido,
- Wadahadallada aad la yeelato qoyskaaga, asxaabtaada ama jaalkaaga iyo sida aad carruurtaada u koriso,
- Sida aad ugu adeegto bulshada ama la macaamisho arrimaha kuwa ku khuseeya bulshada dhexdeeda."

SIDA LOO WADO LAYLIGA 30 DAQIIQO

KA FIKIR (5 DAQIIQO)

Weydii qof walba in uu shan daqiiqo ku qaato ka fikirka aamusnaanta maalin caadi ah. Goorma iyo sidee bay u muujiyaan fikirradda, caqiidooyinkooda, su'aalooda iyo aqoonsigooda diimeed ama aan diin ahayn/ka mid ahaanshaha maalin caadi ah?

LABA LABO (10 DAQIIQO)

Weydii ka qeybgalayaasha inay la wadaagaan fikradahooda laba labo oo ay ka wada hadlaan mid ka mid ah su'aalaha soo socda oo ay ku faraxsan yihiin inay ka hadlaan:

- La wadaag sheeko ku saabsan waqti aad fikradahaaga la wadaagtay ama aad wax su'aal ka keentay. Maxaa dhacay iyo sidee dareemay?
- La wadaag sheeko wakhti aad awoodi wayday inaad la wadaagto fikradahaaga, su'aal shay aad dareentay inuu khaldan yahay ama aanad u furnaan karin aqoonsigaaga. Sidee dareemeen?
- Ma muhiim baa inaad awood u yeelatid inaad fikradahaaga iyo aqoonsigaaga ku muujiso nolol maalmeedkaaga? Ma muhiim baa inaad awood u yeelatid inaad su'aal geliso fikradaha ama dhaqamada aad aaminsan tahay inay khaldan yihiin?
- Sidee dareemi lahayd in lagu qasbo inaad ku noolaato iyadoo lagu salaynayo waxa dadka kale ay u maleeyaan oo ay aaminsan yihiin halkii aad ka lahaan laheyd caqiiddaada?

LA WADAAG (15 DAQIIQO)

Weydii dadka inay ku soo noqdaan golaha guud. Su'aalaha aan dib-u-eegis ku sameyn aynay laba labadeena waxay dhammaantood la xiriiraan su'aalaha soo socda:

- Xuquuqaha lagu ilaaliyo xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiiddadda muhiim ma noo yihiin?
- Sidee loo dareemo marka ay naan haysan?

Weydii haddii qof uu rabo inuu la wadaago fikradaha, dareenka ama waayo-aragnimada arrintan la xiriirta, iyadoo lagu salaynayo doodaha ay yeesheen laba-labo. Dhammaan wax wada qaybsiga waa inay ahaadaan kuwo ikhtiyaari ah!

Muddo ka dib, weydii kooxda haddii dabeecadeena bini'aadminimo ee aynu wadaagno ay ka dhigan tahay in qof kastaa leeyahay baahiyo bani'aadamnimo oo isku mid ah marka loo eego xuquuqda uu u leeyahay in uu ka fikir, rumayso, lahaansho, ku celceli, su'aal, beddel iyo diidmada? Xuquuqahani miyay muhiim u yihiin dadka diin kasta ama caqiiddaddooda?

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Ku soo gabagabayso layliga adiga oo qof walba uga mahad celinaya fikraddooda iyo ka qeyb galkooda doolda dhexdeeda.

TALO! U diyaargarow inaad noloshaada ka bixisid fikrado ku saabsan FORB haddii ay dhacdo in sheekadu ay gaabis tahay in la bilaabo.

6. Gabagabada faallooyinka iyo sheekada isbeddel sameeyayaasha 5 daqiiqo

SHARAXAAD

Hadalkan yar waxa uu soo af-jarayaa kulanka, waxa uu isku xiraa sameynta isbeddelka iyada oo la isticmaalayo sheeko qof caadi ah oo u istaagay xaqa uu u leeyahay FORB, waxana uu u sheegayaa ka qeyb galayaasha waxa laga filayo kulamada soo socda.

MAXAA LA DHAHAA

Samee qodobbada soo socda. Isticmaal bogga 61-63 ee kulanka PowerPoint si aad u muujiso sheekada Butros haddii ay suurtagal tahay.

- Maanta waxaan baadhay xaqa xorriyadda diinta ama caqiiddadda oo aan baranay xuquuqaha innaga iyo dadka oo dhan aan leennahay si waafaqsan sharciga caalamiga ah.
- Waa xuquuq aad u adag oo aad u adag waxaana laga yaabaa inay jiraan waxyaabo aynaan fahmin ama waxyaabo aynaan ku heshiin. Laakiin waxaan hubaa inay sidoo kale jiraan waxyaabo aan fahansanahay oo aan ku heshiinno. Taasi waa meel wanaagsan si ay u bilaabaan kuwa wax ka beddela!
- Dadka caadiga ah ee annaga oo kale ah waxay wax ka beddeli karaan dhibaatooyinka bulshadeena.
- Akhri sheekada Butros bogga 64, (sidoo kale waxaa laga heli karaa agabka la soo dejisan karo ee kulanka).
- Kulankeena soo socda, waxa aanu ku qaadan doonaa wakhti aanu ku baarno arrimaha aqoonsiga, mudnaanta iyo khasaaraha. Intaa waxa dheer, kulamada soo socda, waxaan ku baran doonaa wax badan oo ku saabsan ku xad-gudubka xuquuqda xorriyadda diinta ama caqiiddadda iyo siyaabaha aan isbeddel ku sameyn karno.



HADAL GAABAN



'Heesaha siin-baarta iyo durbaanka'

"Ka qeybgalayaashu waxay jeclaadeen sheekada-sheekada – waxay ahayd qeybta ugu wanaagsan ee casharka. Jilayaasha, sawirada, mawduucyada – way la hadashay."

HIDAYA DUDE, FUDUDEEYE, TANZANIA

Heesaha Siin-baarta iyo Durbaanka

Waxaa qoray Katherine Cash iyo Sidsel-Marie Winther Prag
Waxaa sawiray Toby Newsome

Sheekadani waxa ay ku saleysan tahay layli 'Mar Waqti Hore' waxaana lagu muujiyay bogga 3-23 ee kulanka 2aad ee PowerPoint.



HEESAHA SIIN-BAARTA IYO DURBAANKA



Wakhti mar hore, waxaa jiray laba tuulo.



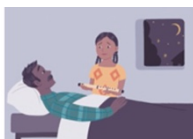
Dadka tuulada ku nool ee keynta ku nool waxay caan ku ahaayeen garaacista iyo qoob-ka-ciyaarka. Markii ilmuhu si toos ah u fadhiisto, waxaa la siin jiray durbaan. Waxaa jiray durbaanno yar-yar oo u eg roob deggan iyo durbaanno waaweyn oo onkod leh oo laba qof sitaan. Durbaanku wuxuu la socday noloshu – dabaaldegyo, baroordiiq iyo wax kasta oo u dhexeeya – dadkuna waxay aaminsanaayeen in durbaanku uu noloshooda la jaanqaaday ruuxyada keynta.



Dadka tuulada ku taal doxada hoose weligood ma aysan fahmin durbaan-qaadayaasha. Waxay arkeen in durbaan-qaadku uu soo dhexgalayo oo u ku qoslayo 'garaacista' fudud. Markii wiil ku dhashay tuuladan, aabihiis wuxuu ka xardhay siin-baar alwaax ama lafo ah, wiilkuna wuxuu ku siday xarig qoorta ilaa uu ka dhinto noloshiisa. Waxay qaadatay sannado badan in la barto heesahooda dhaqameed, sharafta ugu sarreysana waxaa la siiyay rag xirfadooda ka dhigtay inay siin-baarta si macaan ugu heesaan oo Ilaaha samada sixir loo sameeyo oo uu siiyo roob iyo qorrax beeraha.



Inkasta oo dadka tuulada Durbaan ka soo jeeda ay aadi jireen suuqa toddobaadlaha ah ee tuulada Siin-baar si ay u iibiyaan alaabtooda, haddana dadka labada tuulo ka soo jeeda ma aysan isku darin. Durbaanka ayaa laga mamnuucay suuqa. Milkiilayaasha dukaamada badan ee tuulada Siin-baar ayaa diiday inay u iibiyaan durbaanleyda, durbaanleydana waxay ka caroodeen dadka tuulada Siin-baar.



Gabar yar, oo ah ilmo keliya oo la oran jiray Ziana, ayaa ku noolayd tuulada Siin-baar. Xiiseynteeda iyo naxariisteeda ayaa ka dhigtay mid ay dhammaan jeclaadaan. Markii ay 10 jir ahayd, aabaheed ayaa xanuunsaday. Maalin maalmaha ka mid ah, ayuu u yeeray, "Gabadhayda ugu qaalisan, ma noolaan doono muddo dheer. Qaado siin-baarteyda oo xiro si aan had iyo jeer u wada joogno". Ziana way niyad jabtay; ma ahayn caado in gabdhuhu ay sitaan siin-baar, laakiin wax yar ka dib waxay isweydiisay, "Maxaa la ii ogolaan waayay inaan ciyaaro?" Habeenkii aabbaheed dhintay, Ziana waxay qaadatay siin-baartii oo waxay gashatay qoorteeda.



Markii Ziana ay kortay, waxay si adag uga shaqaysay sidii ay hooyadeed uga caawin lahayd inay khudaarta ay beerto suuqa ay ku iibiyaan. In kasta oo ay ahayd qof dadaal badan oo naxariis badan, haddana dadka tuulada Ziana badanaa way ku jeesjeesi jireen sababtoo ah waxay xirnayd siin-baarta. Mararka qaarkood waxay isku dayi jireen inay ku qanciyaan inay iska saarto, laakiin way diiday. Markasta oo ay fursad hesho, Ziana waxay u baxsan jirtay keynta oo waxay ciyaari jirtay siin-baarta aabbaheed.



Maalin maalmahaas ka mid ah, Ziana waxay maqashay durbaan garaac yar. Iyada oo xiisaynaysa, waxay raacday garaaca durbaanka iyada oo maraysa keynta ilaa meel bannaan, halkaas oo nin dhallinyaro ah uu durbaan garaacayay oo heesayay, halka walaashiisna ay miro ka soo guranaysay geed. Ziana waxay ka aqoonsatay suuqa – waxay ahaayeen walaalo la yiraahdo Ono iyo Iris.

Iyada oo ku dhuumanaysa geedaha gadaashooda, Ziana waxay bilowday inay la ciyaarto siin-baarta. Heesta siin-baarta iyo laxanka durbaanka ayaa iskula ciyaarayay muusig qurux badan. Markii heestu dhammaatay, Ziana si taxaddar leh ayay u gashay meesha bannaan. Ono iyo Iris way la yaabeen markay arkeen gabadh sidata siin-baarta laakiin way dhoolla caddeeyeen, iyadoo ogaaday in iyada oo kale ah, aan loo oggolaan inay ku ciyaarto qalabkeeda tuulada Siin-baar. Iris waxay Ziana siisay miro, saddexdooduna way sheekaysteen oo waxay ciyaareen muusig ilaa fiidkii.



Maalintii xigtay ee suuqa Ziana waxay aragtay saaxiibadeed cusub oo hor taagan goobta shaaha lagu iibiyo. Mulkiilaha goobta shaaha lagu iibiyo ayaa ku qaylinayay, "Ka fogee wasakhda durbaanka!" Ono wuu xanaaqay, laakiin Iris ayaa jiiday. Wiilka mulkiilaha goobta shaaha lagu iibiyo, oo shaaha u shubayay Ono, wuxuu u muuqday mid ceebaysan.



Ziana weligeed kama fikirin calaamadaha 'Ma Jiraan Durbaanley'. Qalbigeedu wuxuu dareemay culeys markii ay ogaatay in iyada iyo hooyadeed aysan waligood waxba ka iibsan goobaha durbaanleyda.

Habeenkaas Ziana waxay la hadashay hooyadeed waxayna weydiisay sababta aysan waligood u tagin goobaha durbaanleyda. "Waa fiican tahay inaad ku dhegganaato waxaad ogtahay," ayay hooyadeed ku jawaabtay, laakiin Ziana ma fahmi karin waxayna sii waday inay weydiiso sababta qof walba aan loo soo dhaweyn karin meel walba waxayna ku faanaysaa miraha macaan ee Ono iyo Iris lagu iibiyo goobtooda. Ugu dambeyntii, hooyada Ziana waxay ogolaatay inay tijaabiso mirahooda maalinta xigta ee suuqa.



Dhanka kale guriga mulkiilaha dukaanka shaaha ayaa waxaa ka dhacay khilaaf markii wiilka mulkiilaha, Brone, uu su'aal ka keenay sida aabihiis ula dhaqmayo durbaanleyda. Mulkiilaha dukaanka wuxuu ahaa mid ka mid ah kuwa ugu sharafta badan tuulada iyo nin kibir badan. Aabihiis iyo awowgiis waxay ahaayeen muusikiiste xirfad leh, laakiin wiilkiisa wuxuu ahaa niyad jab weyn. Si kasta oo Brone uu isku dayay, ma uusan awoodin xitaa laxanka ugu aasaasiga ah. Ka dib sannado badan oo lagu qasbayay iyo hadallo naxariis darro ah, Brone wuxuu lumiyay dhammaan qadarintii uu u hayay siin-baarlaha. Wuxuu dareemay inuu soo jirtay laxanka fog ee durbaanka wuxuuna ku riyooday nolol kale.



Markii waqtigu sii socday, Iris iyo Ono waxay ku kulmeen keynta si ay u wada ciyaaraan. Iyaguna waxay ku riyoodeen – waqti qof walba lagu soo dhaweyn doono, halkaas oo durbaanka iyo siin-baarlaha si furan loogu ciyaari karo iyo halkaas oo ay ku wada ciyaari karaan muusiggooda quruxda badan suuqa.



Toddobaad kasta, Ono iyo Iris waxay booqan jireen Ziana iyo hooyadeed goobta lagu iibiyo khudaarta, hooyada Ziana waxay ka iibsan jirtay miro iyo laws. Maalin maalmaha ka mid ah, Ono wuxuu arkay hooyada Ziana oo si xiiso leh u fiirinaysa durbaanka uu suunka ku sito.

“Waa durbaanka qosolka leh”, Ono ayaa yiri, “Dhawaaqiisu wuxuu la macno yahay farxad carruurtuna way cayaaraan oo qoslaan marka aan ciyaaro”.

Hooyada Ziana way xiisaynaysay.

Durbaanleyda kale waxay bilaabeen inay isku soo ururaan, Ziana iyo hooyadeedna waxay waydiiyeen durbaankooda sidoo kale. Maalintaas, hooyada Ziana waxay si dhakhso ah u iibin jirtay khudaarteeda. Qaar ka mid ah milkiilayaasha dukaamada deriska ah ayaa ka xumaaday iyada oo soo dhawaysay durbaanleyda qeybtooda suuqa, laakiin hooyada Ziana waxay ku fakartay in haddii qof walba uu wax ka iibsan karo midba midka kale, dhammaantood way fiicnaan doonaan.



Nin oday ah ayaa xawaash ku iibinayay agtoda, laakiin ganacsigu wuu xumaa. Ono wuxuu soo jeediyay in la dhigo calaamad leh, "Qof walba waa soo dhaweynayaa" si loo kordhiyo ganacsiga, wuxuuna calaamadda u sawiray odayga, iyadoo la adeegsanayo sawirka durbaan iyo siin-baar.

libka odayga ayaa kordhay, si tartiib tartiib ahna milkiilayaasha kale ee dukaamada ayaa ku qancay. Calaamadda "Qof walba waa soo dhaweynayaa" waxay bilaabatay inay ka soo muuqato meelaha ay leeyihiin durbaanleyda iyo kuwa ciyaara siin-baarleyda. Suuqu wuu kobcay.



Laakiin wax walba ma fiicnayn. Aabaha Brone ayaa aad uga naxay durbaanleyda oo soo galaya qeybtiisa suuqa. Wuxuu u arkay inay khatar ku yihiin qaabkii hore wuxuuna soo ururiyay dad dareemaya isla sidii si ay u jebiyaan calaamadaha oo ay u dhibaateeyaan durbaanleyda. Xiisad ayaa ka sii korodhay suuqa, golaha suuquna wuu walwalsanaa.



Brone wuu diiday inuu ka qeyb qaato qorshaha aabihiis. Taa beddelkeeda, isaga iyo ninkii hore ee iibiyay xawaashka ayaa la hadlay golaha suuqa waxayna ku qanciyeen inay qabtaan riwaayad loogu talagalay qof walba oo suuqa jooga. Malaha aabaha Brone iyo kuwa kale waxay baran karaan inay aqbalaan durbaanleyda haddii ay dhegeysan karaan sheekooyinkooda oo ay maqli karaan heesahooda.



Warkii ku saabsanaa riwaayadda ayaa faafay dadkiina waxay ka yimaadeen meel fog. Mulkiilayaasha dukaamada ayaa wax badan ka iibiyay sidii caadiga ahayd maalintaas.

Ugu dambeyntii, waxay ahayd waqtigii riwaayadda. Ninkii hore ee iibiyay xawaashka ayaa ku ciyaaray laxan qurux badan oo ku dul yaal siin-baarlaha alwaaxdiisa, halka gabadhiisu ay ku heesaysay hees mahadnaq ah oo uu ugu mahadcelinayo Ilaaha samada si uu u helo goosasho wanaagsan. Wuxuu sharraxay sababta heestu ay aad ugu macno badan tahay ka dib sannado badan oo uu ku jiray dhibaad yaraantiisii.

Aabaha Brone ayaa sunniyo kor u qaaday isagoo arkaya dhoola cadeynta iyo madaxa qaar ka mid ah durbaanleyda dadkii badnaa.



Odaygii ayaa masraxa ku casuumay Ono iyo Iris. Waxay ka sheekeeyeen durbaanadooda waxayna sameeyeen heeso ciyaar ah oo lagu maamuusayo ruuxa qoob ka ciyaarka ee durdurka keynta, iyo heeso onkod leh si ay ugu mahadceliyaan ruuxa duufaanta ee ilaalinayay geedaha miraha ah ee ay ilaalinayeen. Markii ugu horreysay, dadka tuulada siin-baarta ayaa bilaabay inay fahmaan waxa durbaanku uga dhigan yahay kuwa durbaanada tumaya. Aabaha Brone ayaa xanaaqay.



Ugu dambeyntii, Ziana waxay ku biirtay Ono iyo Iris masraxa. Waxay ka fikirtay aabaheed, waxay bushimaheeda ku dhejisay siin-baarteeda, saddexduna waxay bilaabeen inay wada ciyaaraan. Aamusnaan naxdin leh ayaa dhacday. Weligeed lama maqlin siin-baarta iyo durbaanka oo wada socda ama gabar ayaa siin-baar ciyaaraysa.

Heesta mahadnaqa qorraxda iyo roobka ee siin-baarta Ziana ayaa hawada ku dul sabaynaysay waqti ilaa laxanka durdurka qoob ka ciyaarka ee durbaanka Ono.

Heestu way dhammaatay dadkiina way is eegeen. Qaarkood si shaki leh ayay u sacab tumeen halka kuwa kalena ay iska eegeen. Aabaha Brone ayaa ku kacay Ziana. "Khiyaano!" ayuu ku qeyliyey oo si xoog leh ayuu uga baxay.

Wejigii Brone wuu murugooday markuu aabihiis eegay. Madaxa ayuu ruxay, ayuu siin-baartii ka qaaday qoortiisa, wuxuuna saaray meeshii aabihiis lagu xardhay, ka dibna wuu ka tagay tuulada.



Labada tuuloba dood badan ayaa ka dhacday ka dib riwaayadda. Ma qof walba waa la siin doonaa dhammaan goobaha lagu iibiyo alaabta suuqa? Ma loo oggolaan doonaa gabdhaha inay ciyaaraan siin-baar, mise waa in siin-baarlhii iyo durbaanka la wada ciyaaraa? Bilo badan ka dib, dadka tuulada wali ma aysan isku raaci karin.

Ka dib markii ay dhegeysteen waaya-aragnimada durbaanleyda oo ay arkeen daacadnimada dadka oo dhan, golaha suuqu wuxuu xukumay.

"Dadka oo dhan si wanaagsan ayaa loogula dhaqmi doonaa suuqa!"

Mamnuuciddii durbaanka waa la qaaday, calaamadaha 'aan durbaanka garaacin' ee harayna waa la baabi'iyay. Laakiin su'aalo kale oo ku saabsan ciyaarista qalabka muusigga, goluhu wuu diiday inuu dhinac la safto. Taa beddelkeeda, aaminaadda daacadda ah ee qof kasta waa la ixtiraami doonaa waxayna xor u ahaan doonaan inay raacaan.



Waxay qaadatay sannado badan ka hor inta aysan durbaan-qaadayaashu dareemin soo dhawayn goob kasta oo suuqa ku taal, laakiin toddobaad kasta Ziana, Ono iyo Iris waxaa la arki jiray iyagoo wada ciyaaraya heesaha siin-baarta iyo durbaanka, ilaa ay farahoodu adkaadeen oo timahooduna ay cadaadeen.

Qoraalka Bandhigga

Soo bandhigidda Xorriyadda Fikirka, Damiirka, Diinta iyo Caqiidadda

Qoraalkan loogu talagalay bandhigga kulanka 2aad waxaa lagu sawiray bogagga 25-46 ee PowerPoint-ga kulanka.

Fiiro gaar ah: Bandhigani wuxuu tilmaamayaa sheekada, 'Heesaha Sinn-baarta iyo Durbaanka'. Haddii aadan rabin inaad sheekada la isticmaasho kooxdaada, waxaad u baahan doontaa inaad wax ka beddesho qoraalka. Waxaad ka heli kartaa sheekada bogga 55 ee hagaha fududeeyayaasha iyo agabka la socda.

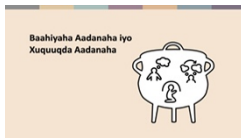
HORDHAC



Haddaba, yaa ama maxay xorriyadda diinta ama caqiidadda ilaalinaysaa?

Waxaad u malayn kartaa in jawaabta macquulka ah ay tahay diimaha iyo caqiidooyinka. Laakiin dhab ahaantii, xorriyadda diinta ama caqiidadda ma ilaaliso caqiidooyinka diimeed ama kuwa kale ee naftooda. Ma ilaaliso Ilaah ama kuwa quduuska ah. Sida xuquuqda kale ee aadanaha oo kale, waxay ilaalisaa dadka.

Si xuquuqda loo siiyo magac buuxa, xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda waxay ilaalisaa xuquuqda qof kasta oo bini'aadam ah – iyadoon loo eegin cidda ay yihiin, iyadoon loo eegin waxa ay aaminsan yihiin ama diinta ay ka tirsan yihiin.

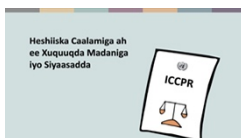


Xorriyadda diinta ama caqiidadda waxay ku salaysan tahay fikradda ah in dhammaan aadanuhu ay leeyihiin baahiyo aasaasi ah:

- in loo oggolaado inay ka fikiraan oo ay go'aansadaan waxa wanaagsan iyo waxa runta ah
- inay ka mid noqdaan kooxo leh caqiidooyin, dhaqamo iyo aqoonsiyo wadaag ah
- iyo inay awoodaan inay su'aalo weydiiyaan fikradaha iyo dhaqamada, beddelaan maskaxdooda ku saabsan waxa ay aaminsan yihiin iyo inay diidaan inay sameeyaan waxyaabo jebiya damiirkooda.

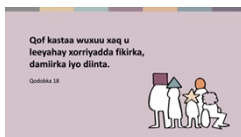
Inay Fikiraan, Rumaystaan, Lahaadaan, Ku Celceliyaan, Su'aalaan, Beddelaan maskaxdooda oo ay Diidaan.

WAA MAXAY XUQUUQDA AAN LEENAHAY?



Haddaba, xuquuq nooc ee ayaan leenahay? Aan eegno waxa ku qoran heshiisyada.

Xorriyadda diinta ama caqiidadda waxaa ilaaliya Qodobka 18aad ee Axdiga Caalamiga ah ee Xuquuqda Madaniga iyo Siyaasadda – ICCPR. Kani waa axdi sharci ah oo waajib ah, 173 waddanna waxay isku ballan qaadeen inay raacaan sharciyadan caalamiga ah. [U sheeg ka qeybgalayaasha haddii waddankaagu uu oggolaaday ICCPR.]



Jumlada koowaad ee Qodobka 18aad waxay leedahay:

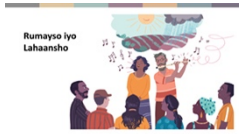
"Qof kasta wuxuu xaq u leeyahay xorriyadda fikirka, damiirka iyo diinta."



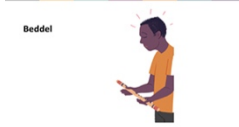
Qof kasta wuxuu xaq u leeyahay inuu naftiisa ka fikiro – sida Ziana oo kale sheekada, oo u malaynaysay in loo oggolaado inay xirato siin-baarta inkastoo ay gabar aheyd.



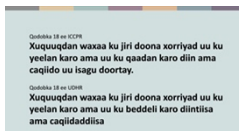
Waxaan xaq u leenahay inaan dhegeysanno damiirkeenna sida Brone oo diiday inuu caawiyo aabihiis sababtoo ah wuxuu aaminsanaa in falalka aabihiis ay qaldan yihiin.



Waxaan xaq u leenahay inaan haysanno caqiiddooyin diimeed ama aan diin ahayn iyo inaan yeelanno aqoonsi diimeed ama caqiido – inaan rumaysanno oo aan ka tirsan nahay. Sida dadka tuulada ee siin-baarta iyo durbaanka, qaar badan oo naga mid ah waxay leeyihiin caqiiddooyin daacad ah. Caqiiddooyinkeenna iyo bulshada dadka aan la wadaagno waxay macno weyn noo samayn karaan.



Laakiin iyadoon loo eegin bulshada aan ku nool nahay ama sida ay run iyo sax u yihiin caqiiddooyinkeenna, waxaa jiri doona dad, sabab kasta ha ahaatee, lumiya iimaanka caqiiddooyinkooda ama bulshadooda – sida Brone oo siibay siin-baartii oo ka tagay bulshadiisa.



Sharciga caalamiga ah ee xuquuqda aadanaha, xuquuqda aad uga bixi karto oo aad ku beddeli karto diintaada ama caqiiddaada waa la ilaaliyaa iyadoo la raacayo xuquuqda aad u leedahay in aad haysato diintaada ama caqiiddaada.

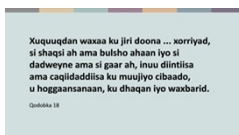


Xuquuqdan fikirka, rumaysashada, su'aalaha iyo beddelidda aaminsanaanteena waxaa badanaa loogu yeeraa xorriyadaha gudaha. Waxay ku saabsan yihiin waxa ka dhacaya maskaxdeenna iyo nafteenna, kuwaas oo la xiriira aqoonsigeenna – dareenkeenna cidda aan nahay. Sababtan awgeed, waa xuquuq buuxda. Sida waafaqsan sharciga caalamiga ah, qof ama dowlad looma oggola inay xaddidaan xuquuqdan, weligeed.

Laakiin dabcan, diinta iyo caqiidadu waxay ka badan yihiin waxa ka dhacaya maskaxdeenna iyo nafteenna! Waxay ku saabsan tahay waxa aan sameyno – sida aan u muujinno caqiidadeenna hadallo iyo ficillo.



Sheekadeenna, nolosha dadka tuulada waxay ka buuxa dhaqamo muujinaya caqiiddaddooda iyo ka mid ahaanshaha! Laga bilaabo xirashada siin-baarta ilaa garaacista nolol maalmeedka. Xorriyadda diinta ama caqiidda ayaa sidoo kale ilaalisa xuquuqdan. Aan mar kale eegno Axdiga:



Qodobka 18 wuxuu leeyahay:

"Xuquuqdan waxaa ku jiri doonta ... xorriyad, si shaqsi ah ama bulsho ahaan dadka kale iyo si dadweyne ama si gaar ah, inuu diintiisa ama caqiiddadiisa ku muujiyo cibaado, u hoggaansanaan, ku dhaqan iyo waxbarid."

Waxaan xaq u leenahay inaan si gaar ah u tukano oo aan muujinno diinteenna ama caqiidadeenna iyadoo qeyb ka ah bulsho, iyadoo la adeegsanayo cibaado iyo dhaqamo wadajir ah. Bulshadaasina waxay leedahay xuquuq sidoo kale – ma aha xuquuq ay ku xakamayso xubnahooda, laakiin xuquuq la xiriirta dawladda. Tusaale ahaan, dawladdu waa inay hubisaa in bulshooyinka diinta iyo caqiidda ay heli karaan aqoonsi sharci ah haddii ay rabaan, si ay u haystaan xisaabaad bangi, u shaqaaleeyaan dadka oo ay u yeeshaan dhismayaal.

Waxaa jira siyaabo badan oo kala duwan oo shakhsiyaadka iyo kooxaha ay ku dhaqmi karaan diin ama caqiido, khubarada Qaramada Midoobayna waxay bixiyeen tusaalooyin badan oo ah hawlo la ilaaliyo. Tusaale ahaan, waxaan leenahay xuquuqda:

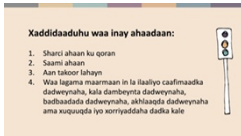
Waxaan hubaa inaad ka fikiri karto tusaalooyin badan oo diinta loo isticmaalo in lagu qiil-tiro ama lagu kiciyo rabshadaha, ama dhaqamada diimeed ee dadka waxyeelleeya. Waxa kale oo laga yaabaa inaad ka fikirto waqtiyada dadka si aan caddaalad ahayn looga hor istaagayo inay si nabad ah ugu dhaqmaan diintooda ama caqiidooyinkooda.

XADDIDAADHA XORRIYADDA DIINTA AMA CAQIIDADDA



Haddaba, waa maxay xeerarka? Goorma ayaa loo oggol yahay dawladdu inay xaddidaan xorriyadda diinta ama caqiidadda? Aan si dhakhso ah u eegno xeerarka.

Marka hore, xuquuqda fikirka iyo rumaysashada (xorriyadda gudaha) weligeed lama xaddidi karo. Marka labaad, ku dhaqanka diinta ama caqiidadda waa la xaddidi karaa – laakiin KALIYA marka la raaco afarta xeer ee soo socda.



1. Waa in uu jiraa SHARCI qeexaya xaddidaadda. Si kale haddii loo dhigo, booliisku ma sameyn karaan waxa ay jecel yihiin oo keliya.
2. Xaddidaaddu waa inay noqotaa MID U DHIGANTA dhibaataada ay isku dayayso inay xalliso. Tusaale ahaan, haddii nidaamka afhayeenka ee bulshada diimeed uu aad u sarreeyo, bulshada diinta waxaa laga yaabaa in lagu amro inay diidaan ama ay wajahaan ganaax. Mamnuucidda gebi ahaanba shirarka ma noqon doonto mid u dhiganta.
3. Dhammaan xaddidaadaha waa inay noqdaan kuwo aan kala sooc lahayn – waa inay khuseeyaan qof walba.
4. Xaddidaaddu waa inay noqotaa mid LAGAMA MAARMAAN AH si loo ilaaliyo mid ka mid ah waxyaabaha soo socda: Badbaadada dadweynaha, kala dambeynta dadweynaha, caafimaadka dadweynaha, akhlaaqda dadweynaha ama xuquuqda iyo xorriyadaha dadka kale.

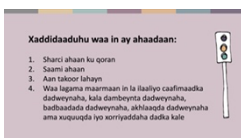
Ereyga lagama maarmaanka ah runtii waa muhiim. Kuma filna in dowladda ama inta badan dadku ay u maleeyaan in xaddidaadda la rabo si loo gaaro yoolalkan. Xaddidaaddu waa inay noqotaa mid lagama maarmaan ah. Si kale haddii loo dhigo, waa inaysan jirin hab lagu xalliyo dhibaataada ay abuureen dhaqamadu iyada oo aan la xaddidin xuquuqda. Xaddidaadda xuquuqda waxaa loola jeedaa inay noqoto xal kama dambays ah. Si kastaba ha ahaatee, mararka qaarkood waa lagama maarmaan.



Tusaale ahaan, waxay noqon kartaa khatar in dad badan lagu soo ururiyo goob cibaado. Markaa, waxaa laga yaabaa inay lagama maarmaan noqoto in mas'uuliyiintu ay xaddidaan tirada dadka loo oggol yahay inay ku cibaadaystaan goobta cibaadada iyadoo loo eegayo badbaadada dadweynaha.

Xayiraadaha caafimaadka dadweynaha ee ku saabsan isu imaatinka cibaadada ayaa aad u badnaa intii lagu jiray cudurka faafa ee fayraska Corona – mararka qaarkood xayiraadahani waxay ahaayeen kuwo lagama maarmaan ah, kuwo siman oo aan takoor lahayn. Mararka qaarkood waxay ahaayeen kuwo aad u takoor badan oo aan sinnayn.

Mamnuucidda gudniinka xubinta taranka dumarka waa tusaale xaddidaad ilaalinaysa xuquuqda iyo xorriyadaha dadka kale – kiiskan gabdhaha. Iyadoo aan loo eegin haddii tan loo arko dhaqan dhaqameed ama diimeed, waxay khatar gelinaysaa caafimaadka gabdhaha mana lagu caddeyn karo xorriyadda diinta ama caqiidadda.



Xeerarkan runtii waa muhiim. La'aantood, dawladdu waxay xaddidi karaan koox kasta ama dhaqan kasta oo aysan jeclayn. Xaddidaaduhu waxaa loogu talagalay inay noqdaan xal kama dambays ah, ee maaha qalab lagu xakameeyo dawladda. Kulamada soo socda, waxaan si qoto dheer u eegi doonnaa noocyada kala duwan ee xadgudubyada xorriyadda diinta ama caqiidadda ee ka dhaca adduunka oo dhan.

Sheekada isbeddel sameeyayaasha

Sheekada soo socota ayaa loo akhriyay iyada oo qeyb ka ah faallooyinka gunaanadka kulanka 2. Waxa lagu sawiray bogga 61-63 ee PowerPoint.

Sheekada Peter, Pakistan

Peter waa Nin dhalinyaro ah oo gacan ka geystay in uu isbeddel u sameeyo bulshada Masiixiyiinta ah ee ku nool Kot Lakhpat, oo ah meel ay u badan yihiin Muslimiinta magaalada Lahore, Pakistan. Subax kasta, Peter wuxuu bilaabaa maalintiisa daawashada adeeg uu soo bandhigay wadaad xarun TV masiixi ah. "Ma haysto wakhti badan oo aan ku akhriyo Qorniinka ama aan ka qeyb qaato kooxaha daraasadda Baybalka laakiin daawashada adeeggan waa hab cajiib ah oo aan ku bilaabo maalintayda", ayuu yiri.

Markii hore, Peter wuxuu u qaatay inay jirto dhibaato farsamo. Markii kanaalka uu weli hawada ka maqan yahay toddobaad ka dib, Peter iyo koox daawadayaasha caadiga ah ee aagga ayaa u yimid wadaadka TV-ga, oo u sheegay in kanaalka uu si fiican uga shaqeynayo meelo kale.

Markii ay u fiirsadeen, waxay ogaadeen in imaam masaajid ku yaalla xaafadda uu la ballamay farsamayaqaankii cable-ka, si uu u jaro kanaalka meeshaas, sababtoo ah mawliid (culimo diineed) oo deegaanka ah ayaa u arkayay inay tahay wacdinta Kiristaanka.

"Waad qiyaasi kartaa sida aan ula yaabnay, waxaan si dhow ula noolnahay deriskeena muslimiinta ah, wax dhibaato ahna kalama qabno iyaga," ayuu yiri Peter.

Kooxdu waxay ogaayeen in xaaladdu tahay mid xasaasi ah, sidaas darteed waxay la xiriireen hay'ad heer qaran ah oo talo iyo macluumaad ah. Taladaan ka dib, waxay markii hore la kulmeen farsamayaqaankii fiilada. Ma jirin wax diidmo ah oo ku saabsan isku xirka baahinta laakiin wuxuu sheegay inuusan ka hor imaan karin imaamka. Kooxdu waxay go'aansatey inay u baahan yihiin wadahal lala yeesho maulvi-ka.

Wakiil ka tirsan kooxda ayaa ku qaatay in ka badan seddex saacadood isku dayay inuu ku qanciyo inuu ogolaado in kanaalka la sii daayo, iyada oo aan wax guul ah laga gaarin. Maalintii xigtay, wakiilka ayaa mar kale isku dayay oo u sheegay maulvi wax ku saabsan xuquuqda aadanaha, xorriyadda diinta iyo caqiidadda iyo xuquuqda muwaadin kasta siinaya dastuurka Pakistan. Dood dheer ka dib, maulvi-ku wuxuu ogolaaday in la sii daayo kanaalka, laakiin wuxuu codsaday daawadayaasha Masiixiyiinta ah inay hoos u dhigaan codka xilliyada salaadda Muslimiinta si aysan deriska ugu dhibin salaadda.

"Aad ayaan u faraxsanahay!" Peter wuxuu yiri, "Inkasta oo ay TV-ga dadka qaar u tahay, haddana waa qeyb aad muhiim u ah nolosheena Masiixiyiin ahaan".

Xigasho

Guddiga Ecumenical ee Horumarinta Aadanaha (ECHD), Pakistan. Magaca Peter ayaa loo beddelay sababo ammaan dartood.



SHEEKO

Aqoonsigeena badan

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Kulankani waxa uu sahaminayaa qeybo badan oo ka kooban aqoonsigeena iyo sida qaybahaasi ugu xidhan yihiin mudnaanta iyo liidashada bulshada dhexdeeda. Waxay muujinaysaa khasaare badan oo dadka qaarkiis la kulmaan, oo ku xidhan dhinacyo kala duwan oo aqoonsigooda ah – tusaale ahaan iyadoo ay ugu wacan tahay heerka diinta ama kuwa kale ee laga tirada badan yahay iyo jinsiga, da'da ama fasalka.

Aqoonsiga diinta waxaa loo arkaa inuu yahay 'kala qeybiye weyn bulshooyin badan, laakiin waxaan wadaagnaa aqoonsiyo kale oo badan iyo waaya-aragnimo nololeed oo wadaag ah. Layliyada casharkan ayaa tan muujinaya.

Kulankan is-dhexgalka aadka u sarreeya wuxuu bixiyaa nasasho ka timid wax-soo-gelinta aqoonta ku saleysan. Waxay diiradda saartaa barashada waayo-aragnimada, iyadoo adeegsanaysa layliyo kala duwan si ay uga caawiso ka qeybgalayaasha inay milicsadaan oo ay midba midka kale wax ka bartaan.



Ujeedooyinka waxbarashada

Kulankani waxa uu diiradda saarayaa horumarinta dabeecadaha togan ee ku wajahan 'kala' iyo awoodda lagu aqoonsanayo mudnaanta iyo khasaaraha.

Dhammaadka kulanka, ka qeybgalayaashu waxay:

- aqoonsan in aqoonsiga diintu uu yahay qeyb ka mid ah aqoonsigooda iyo inay leeyihiin aqoonsiyo iyo waayo-aragnimo nololeed oo ay wadaagaan qeybaha diinta.
- ogow in qeybaha kala duwan ee aqoonsigeenu ay u horseedi karaan mudnaan ama khasaare, iyo in dadka qaarkiis ay la kulmaan faa'iidooyin badan ama dhawr fursadood oo ay sababto.
- u muujiyaan midnimada dadka danyarta ah sababtoo ah dhinac ka mid ah aqoonsigooda, iyo baahida loo qabo in dadku isugu yimaadaan kala qaybsanaan si ay isbeddel u dhacaan.

FIIRO GAAR AH

Xasusnoow in xaqiiqada gaaritaanka ujeedooyinkan ay ku xirnaan doonto ka qeybgalayaasha meelaha ay ka bilaabayaan – tusaale ahaan haddii ay jiraan fikrado xun oo si xoog leh loogu hayo kooxaha kale. Ujeedada ujeedooyinka waxbarashadu waa in la tilmaamo meelaha ay fududeeyayaashu ka raadin karaan horumarka xagga aqoonta, dabeecadaha iyo xirfadaha ka qeybgalayaasha. Horumarku wuxuu u dhici karaa si tartiib-tartiib ah inta lagu jiro koorsada, halkii lagu gaari lahaa hal kulan.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Soo dhaweyn	2 daqiiqo
Layliga furitaanka: Nasiibka dheriga Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay ka fikiraan arrimaha sinnaan la'aanta iyo garab taagnid.	15 daqiiqo
Layli guud: Hal tallaabo hore loo qaaday Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha in ay ka fikiraan cidda ay saameysay takoorka iyo xadgudubyada kale ee xuquuqda marka loo eego xaaladdooda.	45 daqiiqo
Tamariyaha: Qof walba wuxuu beddelaa kuraasta Layli jireed oo ay dadku ku jiraan kuwaas oo ku heshiia bayaannada kuraas kala bedelasho.	10 daqiiqo
Layli guud: Aqoonsigeenna bulsho Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay ka fikiraan dhinacyo badan oo aqoonsigooda ah iyo sida ay aqoonsiyo badan ula wadaagaan dadka diimaha kale.	40 daqiiqo
Gabagabada faallooyinka: Aqoonsiga iyo fikradaha khaldan Faallooyinkani waxay isku xiraan fariimaha layliyada hore.	8 daqiiqo
WADARTA WAQTIGA	2 saacadood

Isu diyaari

U diyaari Kulanka si waafaqsan tilmaanta bogga 15, 'Sida loo diyaargarooobo kulan kasta'. Xusuusnow – waad garanaysaa kooxdaada! Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho wax kasta oo ka mid ah casharrada, adoo ku habaynaya baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabyada soo socda si aad u socodsiiyo casharkan:

- Meel bannaanka ah ama qol weyn oo ku filan ka qeybgalayaasha si ay isu soo ag istaagaan xariiqda dhinac oo u qaado 10 tilaabo oo hore dhanka kale ee qolka.
- Qoraallada loogu talagalay layliga 'Nasiibka dheriga'.
- Hal labo oo maqas ah siddeeddii ka qeybgalayaashu (tusaale, saddex labo oo loogu talagalay kooxaha 17-24).
- Kaararka xarfaha waa la daabacay oo gooyay (Layli hal tallaabo hore loo qaaday).
- Liiska bayaannada la akhriyo (Layli hal tallaabo hore loo qaaday).
- Liiska bayaannada la akhriyo (Qof walba wuxuu beddelaa kuraasta layliga).

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).

DIYAARI QOLKA

Kani waa kulan aad u firfircoon oo u baahan boos badan iyo kuraas ay fududahay in la wareego – tusaale ahaan ku riixida gidaarada. Miisaska ayaa soo geli doona jidka. Ku bilow kulanka iyadoo kuraasta laga riixayo si ka qeybgalayaashu ay si xor ah ugu wareegaan qolka.



'Hal tallaabo hore loo qaaday'

"Hal tallaabo hore loo qaaday ayaa ah layliga ugu fiican! Waxay runtii muujisay sida dadka looga tagay iyo sida calaamadeynta iyo dhaleecynta ay u saameeyaan nolosha dadka. Waxaan u baahnay waqti badan oo wadahadal ah ka dib."

HAMMAM, FUDUDEEYE, JORDAN

"Hal tallaabo hore loo qaaday layligu runtii waxay ka caawisay ka qeybgalayaasha inay fahmaan sababta dadka qaar looga tagay – inkastoo ay si isku mid ah u yihiin caqli, karti iyo dadaal badan. Farqiga sii kordhaya wuxuu ahaa sawir la taaban karo oo ku saabsan sida bulshada loo qaabeeyey si ay uga faa'iideysato kooxaha mudnaanta leh iyo jinsiga, inkastoo qof kastaa uu u dhashay si siman."

IRFAN ENGINEER, FUDUDEEYE, INDIA

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Soo dhaweyn 2 daqiiqo

MAXAA LA DHAAHA

Ku soo dhawoow qof walba kulanka oo sharax waxa soo socda: Dulucda kulunka waa 'Aqoonsigeenna badan', ujeeddada kulankanuna waa in aan diiradda la saarin oo keliya inaan aragno kala qeybsanaanta ka dhex jirta qeybaha kala duwan ee bulshooyinkeena, laakiin waxa aynu wadaagno. Kulanku waxa uu noqon doonaa mid is-dhexgal badan, oo dood badan iyo wadaagis yeelan doona.



HADAL GAABAN

2. Layliga furitaanka: Nasiibka dheriga 15 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka qeybgalayaashu waxay haystaan 1 daqiiqo si ay u gooyaan ama u jeexaan sawirka, laakiin ka qeybgalayaasha aad u yar ayaa haysta maqas.

UJEEDDO

Layligani wuxuu bixiyaa madadaalo, is-dhexgal bilow ah ee kulanka kaas oo dadka ka caawiya inay ka fikiraan meelaha kala duwan ee bilawga ah ee dadku ka leeyihiin noloshu iyo faa'iidooyinka wadajirka. (Xusuusin ahaan kulankii 1, sawirka dheriga Maraqa ee loo isticmaalo in lagu matalo xuquuqda aadanaha.)



LAYLI GUUD

AGABYADA

- Hal nuqul ee dheriga Maraqa gacanta u geli ka qeybgale kasta.
- Hal labo maqas ah siddeed walba oo ka qeybqaatayaal ah.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 3 DAQIIQO

Sii ka qeybgale kasta koobiga gacanta dheriga Maraqa (ama sawir haddii aadan heli karin sawir qaade). Sii dad aad u yar (tusaale siddeeddiiba mid) maqas. U sharax hawsha ka qeybgalayaasha adoon sharaxin ujeedada layliga, tusaale ahaan sidan soo socota:

"Marka aan ku iraaqdo ereyga 'Tag!', hawshaadu waa inaad dheriga Maraqa ka soo saartaa warqadda 1 daqiiqo gudahood si kasta oo suurtoagal ah. Isticmaal fikradaada oo noqo hal-abuur si aad u hesho waddo. In yar oo idinka mid ah ayaa nasiib leh oo heysta laba maqas."

SIDA LOO WADO LAYLIGA 11 DAQIIQO

Dheh 'Tag' oo deji saacad 1 daqiiqo. Marka ay saacadu ku dhacdo qof walba u sheego inuu joojiyo oo kor u qaado dheryaha Maraqa si qof kastaa u arko sida ay u maareeyeen.

Ku ammaan qof walba dadaalkiisa oo weydii:

- Sidee ku xalisay hawsha?
- Sidee loo dareemay inaan maqas haysan?
- Sidee dareemay inaad noqoto mid maqaska leh?
- Ma jiraa qof ku fakaray inuu amaahdo ama amaahiyo maqaska? Waa maxay sababta / maxaa diidaya?

Sharax waxyaabaha soo socda:

- Layligani waxa uu muujinayaa in dadka adduunka ku nool iyo bulshadeenna ay ku dhasheen meelo kala duwan oo nolosha ah. Arrimo badan ayaa go'aamiya sida nolosheena noqon doonto – ugu yaraan heerka bulsho iyo dhaqaale ee waalidiinteena. Dadka qaar ayaa nasiib u leh inay ku dhashaan mudnaan kala duwan, iyagoo wata 'maqas'. Dad badan maaha.
- Mararka qaarkood dadka aan mudnaanta lahayn waxay u maleynayaan inay ku qasban yihiin inay aqbalaan doorka iyo booska la siiyay, iyaga oo aan isku dayin inay amaahdaan labo maqas ama wax beddelaan. Intaa waxaa dheer, dadka mudnaanta leh had iyo jeer kuma fikirkaan inay u oggolaadaan kuwa kale inay fursad u helaan 'maqas'.
- Xuquuqul insaanku waxay ku saabsan yihiin nolol sharaf leh. Inaad ka warqabto xuquuqul aadanaha waxay naga caawin kartaa inaan si kale u fikirno. Qasab ma aha in aynu cadaalad daro aqbalno oo aynu maqaska haysano. Waxaan ku weydiin karnaa 'maqas'! Xuquuqul insaanku waxa kale oo ay ka caawin kartaa dadka mudnaanta leh in lagu dhiirrigeliyo in ay u istaagaan xuquuqda kuwa aan mudnaanta lahayn.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Ku soo gunaanado inta ka harsan kulankani waxa aynu ka fikiri doonaa yaa mudnaan leh iyo cidda cadaalad darada kala kulma bulshadeena. Waxaan rajeynayaa in taasi naga caawin karto inaan ka fikirno waxa aan sameyn karno si aan u hubinno in qof walba uu ku noolaan karo nolol sharaf leh oo uu helayo 'dheriga Maraqa' – xuquuqdeena aadanaha.

FIIRO GAAR AH

Nooc xoogaa ka dheer oo layligan ah ayaa suurtoagal ah haddii aad wado kulan dheer. Kahor intaadan xirin, sii kooxda fursad labaad si ay isugu dayaan jimicsiga mar labaad. Markan waxay ku qaadan karaan hal daqiiqo inay ka wada hadlaan sidii loo wada shaqayn lahaa ka hor inta aanay hal daqiiqo ku bixin inay mar kale sameeyaan. Kadib weydii sida ay u arkaan wada shaqaynta. Faallo in haddii aan u furnaado wada shaqeynta aan u abuuri karno fursado labaad bulshadeena iyo nafteena. Xasuusnoow inaad daabacdo laba jeer tirada qoraallada gacanta haddii aad tan sameyso!

3. Layli guud: Hal tallaabo hore loo qaaday 45 daqiiqo

SHARAXAAD

Layligan fudud ee doorka-ciyaareedka, ka-qeybgalayaashu waxay isku dhejiyaan kabaha jilayaasha la siiyay, waxayna qaadaan tallaabo hore loo qaaday haddii dabeecaddoodu ay ku raacdo oraah uu akhriyo fududeeyaha. Marka farqiga jireed ee u dhexeeya ka qeybgalayaasha uu sii weynaado, faa'iidooyinka iyo khasaaroyinka soo wajaha kooxaha kala duwan ee bulshada ayaa muuqda.

UJEEDDO

- Si loo caawiyo ka qeybgalayaasha inay qiimeeyaan muhiimada ay xuquuqul aadanaha/xornimada diinta ama caqiidadda ay u leedahay dadka diimaha kala duwan iyo midnaba, iyaga oo naftooda gelinaya kabaha dadka ka yimid asal kale
- Si loo kordhiyo wacyiga caqabadaha ay dadka diimaha kale ama aaminsanaanta ku kulmaan nolol maalmeedka.
- Si loo muujiyo sida diinta/caqiidadda iyo aqoonsiga kale sida jinsiga iyo fasalka isku dhafka, si dadka qaarkiis ay ula kulmaan dhibaatooyin badan.



LAYLI GUUD

AGABYADA

- Meel bannaan/qol weyn oo ku filan ka qeybgalayaasha in ay is ag istaagaan oo ay isku dhinac istaagaan xariiq ku yaal hal gidaar oo ay u qaadaan ilaa 15 tallaabo oo yaryar xagga dhinaca kale ee qolka.
- Kaararka jilayaasha oo la sawiray u dhiib.
- Liiska bayaannada la akhriyo.

DIYAARGAROW HORE

U diyaari kaararka jilayaasha iyo bayaannada sida soo socota:

- Dooro jaangooyo siman ee kaararka jilayaasha ah iyo hadallo bilow ah. Qeybaha jilayaasha iyo bayaannada la jaan-qaaday ee tiro xaalad gobol ah ayaa laga helayaa agabka la socda kulanka. Dooro qaabka ugu wanaagsan ee la xiriira juqraafi ahaan iyo macnaha guud ee dhaqankaaga.

Dabadeed:

- Dooro xarfaha aad isticmaalayso. Ku dhawaad 30 kaarar oo xaraf ah ayaa laguugu diyaariyay qeyb kasta oo la jaanqaaday si aad wax uga beddesho una daabacdo. Waxaad u baahan doontaa hal kaar oo calaamad ah ka qeybgale kasta. Dooro kaararka aad isticmaalayso iyadoo lagu salaynayo muhiimada ugu wayn iyo kala duwanaanshaha jilayaasha. Tilmaan buuxda oo ku saabsan sida loo doorto loona habeeyo jilayaasha ayaa laga heli karaa dukumentiyada.
- Dooro bayaanno aad isticmaali doonto. Waxaad u baahan tahay 12-15 bayaanno si aad u akhrido. Ka dooro bayaanno liiska halbeegyada ku salaysan ku salaysan xaaladda dalkaaga.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 8 DAQIIQO

- Sharax in aan hadda ka fikiri doono cidda faa'iidada iyo khasaaraha ku leh bulshooyinkeena iyo sida ay taasi u saamayso noloshooda.
- Sharax in kooxdu ay sameyn ayso layli door-ciyaar fudud oo guud ahaan ah. Qof kasta waxaa la siin doonaa jilid. Waxay u baahan yihiin inay dhabarkooda la saftaan hal dhinac oo qolka ka mid ah. Waxa keliya ee ay tahay inay sameeyaan waa inay hore u qaadaan haddii ay u maleynayaan in jiladooda ay ku raacsan tahay hadal aad akhrinayso.
- U qeybi jilayaasha si aan kala sooc lahayn oo dadka u weydiiso inay asturaan jiliddooda. Dhib ma laha haddii ninku helo jilidda haweeneyda ama lidkeeda.
- Dhowr daqiiqo ku bixi sidii aad dadka ugu caawin laheyd in ay jiladda u yeeshaan adiga oo weydiinaya in ay si kooban uga fakaraan su'aalaha soo socda. Ka soo qaad inaad tahay Xigasho kaarkaga:
 - Caruurnimadaadii sidee ahayd?
 - Waa sidee nolol maalmeedkaaga – maxaad qabataa maalin caadi ah, yaad la wadaagtaa, waa maxay dakhligaaga iyo qaab nololeedkaaga?
 - Maxaad ka baqaysaa maxaadse rajeynaysaa?

SIDA LOO WADO LAYLIGA 35 DAQIIQO

DOORKA CIYAARTA (15 DAQIIQO)

Weydii ka qeybgalayaasha inay is ag istaagaan si toos ah dhinac ka mid ah qolka. U sheeg in aad akhriin doonto dhowr bayaannada. Haddii ay u malaynayaan in doorkooda/jiliddoodu ay ku heshiin karaan bayaan, waa inay hore u qaadaan hal tallaabo. Haddii jiladdoodu is khilaafi karto markaas waa inay istaagaan.

Soo hel
**JILAYAASHA IYO
BAYAANADA**
gobolkaaga
[halkan.](#)

Xoogga saar in ujeedada ciyaartu aanay aheyn in hore loo qaado ee ay tahay in aad run u noqoto xaqiiqada nolosha jiliddaada intii suurtoagal ah. Ka qeybgalayaasha looma ogola inay hadlaan inta lagu jiro layliga.

Bayaannada kor ugu akhri, mid mid. Bayaan kasta ka dib, hakad si aad u oggolaato ka qeybgalayaasha wakhti ay kaga fikiraan haddii jiliddoodu hore u socon karto. Ka dib markaad akhrido dhammaan bayaannada, sii ka qeybgalayaasha wakhti ay ku ogaadaan mawqifkooda qolka marka la barbar dhigo dadka kale, adoon sheegin cidda ay ahaayeen.

• **WADAHADALKA GOLAHA GUUD** (20 DAQIIQO)

Weydii ka qeybgalayaasha su'aalo furan sida kuwa soo socda. (Ka qaado hal ama laba jawaabood su'aal kasta, si aad u hubiso inaad wakhti u haysato labada su'aalood ee ugu dambeeya.)

- Maxaa dhacay intii lagu jiray layliga?
- Sideed u dareentay inaad horay u socotay ama aadan awoodin inaad horay u socoto?
- Sidee dareemay si loo arko farqiga sii kordhaya ee u dhexeeya dadka?
- Ma fududaatay mise way adktahay in aad dooratid – in naftaada geliso qof kale kabahiisa?
- Ma jireen waqtiyo aad dareentay in la iska indha tiray xuquqahaaga asaasiga ah ee xuquuqda aadanaha, oo ay ku jirto xoriyadooda diineed ama caqiidaddooda? Goorma?

Weydii qof walba inuu sheego waxay jiliddiisu aheyd.

- Mawqifyadayada qolka ayaa ka tarjumaya xaqiiqada sinnaan la'aanta bulshadeena? Yaa laga tegayaa – dumarka, dadka laga tirada badan yahay, dadka masaakiinta ah?
- Waa maxay cawaaqibta ay tani ku leedahay nolosha dadka?

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Gabagabadii waxaad tiraahdaa heshiisyada xuquuqul insaanku waxay yiraahdaan waxaan u dhalanay si siman xagga xuquuqda iyo sharafta – Kaas oo aynu isla xariiqda ku bilaabayno. Si kastaba ha ahaatee, diidmada sinnaanteena ee ku salaysan, tusaale ahaan, diinteena ama caqiidaddeena, heerka bulshadeena ama haddii aan nahay rag ama haween, waxay saameyn weyn ku leeyihiin nolosheenna laga bilaabo marka aan dhalano. Dad badan ayaa laga tagay.

4. Tamariyaha: Qof walba wuxuu beddelaa kuraasta

10 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka qeybgalayaasha waxay kala bedelanaayaan kuraasta haddii ay ku raacaan bayaanada uu akhriyay fududeeyaha.

UJEEDDO

Si kor loogu qaado heerarka tamarta iyadoo naga caawinaysa inaan aragno inaan leenahay waxyaabo ka dhexeeya kala qeybsanaanta.

DIYAARGAROW HORE

Diyaarso liis bayaanno aad akhriyayso, adigoo la qabsanaya liiska hoose si uu ugu habboonaado kooxdaada.

SIDA LOO BARO LAYLIGA

Weydii qof kasta inuu ku fariisto giraanta. Waxaad dhahdaa ka hor intaan u gudbin dood culus, waxaan ku bilaabaynaa layli deg-deg ah oo madadaalo leh. Waxaad sheegtaa in aad akhriyayso bayaan, qof kasta oo ku raacsanna waa inuu kuraasta kala bedellaa.



LAYLI GUUD

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Akhri bayaannada:

- Qof kasta oo jecel inuu wax cuno (cuntada maxaliga ah ee caanka ku ah dhammaan bulshooyinka) wuxuu ka bedelanaa kuraasta.
- Qof kasta oo jecel (muusikiiste caan ku ah bulshooyinka oo dhan) wuu tumanayaa kuraasta.
- Qof kasta oo jecel (kooxda isboortiga deegaanka ah oo caan ka ah dhammaan bulshooyinka) wuxuu ka bedelanaa kuraasta.
- Qof kasta oo daawado (barnaamijka TV-ga caanka ku ah dhammaan bulshooyinka) wuxuu ka bedelanaa kuraasta.
- Qof kasta oo ku raaxaysan qorraxda wuxuu ka bedelanaa kuraasta.
- Qof kasta oo ku faraxsan marka roobku da'o wuxuu ka bedelanaa kuraasta.
- Qof kasta oo raba inuu ku noolaado bulsho nabad ah halkaas oo aan ku aqbalno kursi isku beddelasho.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA

Qof walba uga mahadceli ka qeybqaadashada oo waxaad tiraahdaa waxay u muuqataa in aynu waxyaabo badan wadaagno – oo ay ku jiraan riyooyin la wadaago.

5. Layliga dooda: Aqoonsigeenna bulsho 40 daqiiqo

UJEEDDO

Si aad uga caawiso ka qeybgalayaasha inay arkaan waxyaabaha ay wadaagaan dadka leh aqoonsiyo diimeed / caqiido kale oo ay ka fikiraan sida aqoonsiyadu ugu xiran yihiin baylahda.

AGABYADA

- Xaashida shaxanka rogmata ee liiska 10 'aqoonsi'.
- Islaaydh 3 ee kulanka PowerPoint, ama waxa ku jira oo ku qoran xaashida jaantuska rogmata.

DIYAARGAROW HORE

• DOORO 10 AQOONSI OO DIYAARI XAASHIDA JAANTUSKA ROGMATA OO AY KU QORAN YIHIIN

Liiska soo socda waxa ku jira 15 'aqoonsi' oo laga yaabo in aanu haysano. Dooro 10 ka mid ah kuwan si ay uga qeybqaatahaagu uga doodaan, iyaddoo la eegayo waxa ugu muhiimsan ee muhiimka u ah kooxdu inay ka fikirto. Hubi inaad ku darto qaar ka mid ah aqoonsiga 'madadaalada' sida isboortiga iyo muusiga xulashadaada si aad u iftiimiso dooda oo aad u bixisid 'ammaan' oo beddelaad ah oo ay dadku ka hadlaan haddii ay u arkaan su'aalaha dooddu mid xasaasi ah. Ha ku darin wax aqoonsi ah oo carqaladayn doona habka, oo ka dhalanaya doodo kulul – arrimaha ka dooda maaha ujeedada layligan.

AQOONSIGA

- | | |
|--|----------------------------|
| – Diin ama caqiido | – Heerka waxbarashada |
| – Jinsiga | – Hiwaayad |
| – Kubadda cagta ama naadiyada isboortiga kale ee aad taageerto | – Heerka/xaaladda dhaqaale |
| – Isir/qowmiyad | – Qoonsi |
| – Dhalashada | – Da'da |
| – Dhadhanka muusiga | – Luuqadda koowaad |
| – Xaalada qoyska | – Jihaynta galmada |
| | – Kartida/naafanimada |



DOOD GUUD

- **DIYAARSO KAABAYAASHAADA ARAGTIYEED**

Ku qor 10 aqoonsi ee aad doorato xaashida jaantuska rogromada ah. Haddii aanad isticmaalayn PowerPoint, diyaari xaashi kale jaantuska rogromada ah oo ay ku jiraan su'aalaha doodda ee bogga PowerPoint 3.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 4 DAQIIQO

- Weydii dadka inay laba-labo isu noqdaan oo ay ka fogaadaan lammaanaha deriska ah. Way caawinaysaa haddii ay fadhiisan karaan, laakiin lama huraan.
- Ku billow layliga adiga oo sharraxaya kuwan soo socda:
Tusaale ahaan, marka aan ka fikirno diinta, waxaan u badan tahay inaan ka fikirno 'iyaga' – dadka ka yimid diimaha kale, iyo 'annaga' – dadka aan aaminsannahay iyo dhaqankayga. Aqoonsiga diineed aad buu u xoog badnaan karaa. Laakiin mid kasta oo naga mid ah waxa uu leeyahay aqoonsiyo badan oo ka kooban qofka aan nahay – tusaale ahaan in aan nahay (luuqad maxalli ah) ku hadla, ka mid ah (gobolka) ama taageere aadka u jecel (naadiyada kubbadda cagta)! Waxaan hadda sameyn doonaa jimicsi si uu nooga caawiyo inaan ka fikirno aqoonsiyadayada kala duwan iyo sida ay ula xiriiraan aqoonsiga dadka kale.
Akhri 10 aqoonsi iyo su'aalaha doodda ee xaashida jaantuska rogromada / PowerPoint dersiga xiga 3.

SU'AALAHA DOODDA

- Waa maxay qeybaha aqoonsigaaga ee saamaynta ugu xoogan ku leh sida aad isu aragto?
- Waa maxay qeybaha aqoonsigaaga ee saamaynta ugu weyn ku leh sida dadka kale kuu arkaan?
- Qaybtee ka mid ah aqoonsigaaga ayaad u aragtaa in aad inta badan la kulanto khasaare ama aad hesho mudnaan?

SIDA LOO WADO LAYLIGA 35 DAQIIQO

- **KA FIKIR** (5 DAQIIQO)
Weydii qof kasta inuu 5 daqiiqo si gaar ah uga fikiro aqoonsigiisa iyo sida ay uga jawaabi lahaayeen su'aalaha shaashadda.
- **LABA LABO** (10 DAQIIQO)
Weydii dadka inay ka doodaan su'aalaha laba-labo ilaa 10 daqiiqo. Xooga saar in qofna uusan u baahnayn inuu sheego wax aad u gaar ah – waa inay wadaagaan keliya waxa ay ku qanacsan yihiin wadaagista.
- **LA WADAAG** (20 DAQIIQO)
Ku soo celi qof walba kulanka guud. Weydii dadka in ay fikradahooda la wadaagaan kooxda. Dhammaan wadaagga waa ikhtiyaari! Hubi inaad joogteyso codka dhegeysiga dooddan gaarka ah. In kasta oo ay fiican tahay in dadku ay uga jawaabaan sheekada qof kale iyaga oo la wadaagaya dareenkooda ama waaya-aragnimadooda, ha u oggolaan in dadku naqdiyaan khibradaha dadka kale.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Qof walba uga mahadceli wadaagga oo dheh waxaad rajaynaysaa inay heleen layliga ka caawiyay inay ka fikiraan wajiyo badan oo kala duwan oo aqoonsigooda ah!

6. Gabagabada faallooyinka: Aqoonsiga iyo fikradaha khaldan 8 daqiiqo

SHARAXAAD

Faallooyinka gabagabada ee casharkan ayaa ah qaab soo jeedin yar oo isu soo jiidaysa mawduucyada kala duwan ee barashada layliga kulanka. Soo bangidu waxa ay ka kooban tahay aragti iyo sheeko beddeleyaal.

UJEDDO

Si loo xoojiyo qodobbada muhiimka ah ee kulanka: in qof kastaa uu leeyahay aqoonsiyo badan oo uu la kulmi karo faa'iidooyinka iyo khasaaraha iyada oo loo eegayo aqoonsigaas, iyo in ay muhiim tahay in aan loo arkin 'ka kale' inuu leeyahay aqoonsi keli ah oo qeexaya wax kasta oo iyaga ku saabsan.

AGABYADA

- Qoraalka faallooyinka gunaanadka waxaad ka heli kartaa bogga 75 ee hagahan.
- Qoraalku wuxuu u dhigmaa bogagga 4 ee ka dambeeya kulanka PowerPoint waxaana lagu daraa qoraallada ku hadla ee boggan.
- Nooc Word ah oo la tafatiran karo qoraalka ayaa laga helayaa agabka la socda ee kulanka.

DIYAARGAROW HORE

Akhri oo, haddii la rabo, la qabso qoraalka iyo sawirada PowerPoint (ama samee xaashida jaantuska rogromata ee dhibcaha muhiimka ah ee bogga). Ku tababbarto soo gudbinta bandhigga si wada jir ah xaashida jaantusyada rogromada.

Xigasho

Nasiibka dheriga: Waxa laga soo qaatay layliga Xiddigaha: George Lakey, Waxbarasho Kooxda Fududeynta, P.109.

Hal tallaabo hore loo qaaday: Waxaa laga soo qaatay Buugga Compass ee Komishanka Yurub iyo agabka tababbarka Waxbarashada Nabadda.

<http://www.educationforpeace.com/english/forb.php>

Aqoonsigeenna bulsho: Laga soo qaatay The Social Identity Wheel, Jaamacadda Michigan barnaamij waxbarid la wada leeyahay.

<https://sites.lsa.umich.edu/inclusive-teaching/social-identity-wheel/>



SOO BANDHIGID

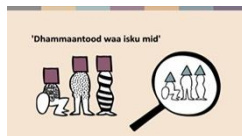
Qoraalka Bandhigga

Aqoonsiga iyo Fikradaha Khaldan

Qoraalkan loogu talagalay faallooyinka gabagabada kulanka 3 waxaa lagu muujiyay bogagga 4-13 ee PowerPoint-ka kulanka.

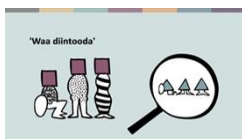


Kulankan, waxaan ku sahminay sida aqoonsigeenna kala duwan uu u saameeyo sida aan isu aragno nafteena iyo kuwa kale, iyo sida aan iskula dhaqanno. Waxaan sidoo kale ka fikirnay aqoonsiyada badan ee midkeed kasta leeyahay iyo sida aqoonsigan badanaa loogu wadaago xuduudaha diimeed. Haweenka Hinduuga, Muslimiinta iyo kuwa aan diinta lahayn waxay wadaagaan faa'iidooyin iyo caqabado isku mid ah oo bulshada dhexdeeda ah, sida Budhiistaha, Masiixiyiinta iyo Yuhuudda naafada ah, ama dadka aaminsan wax kasta oo aan heysan waxbarasho badan. Waxaan leenahay waxyaabo ay wadaagaan iyo sidoo kale kala duwanaansho.

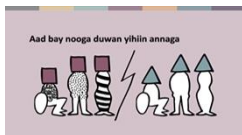


Inta badan, aqoonsiyada diimeed waxaa loo isticmaalaa in lagu abuurto kala qeybsanaan naga dhaxaysa. Tani waxay keeni kartaa in aan eegno dadka ka soo jeeda bulshooyinka kale sidii iyagoo leh hal aqoonsi – Yuhuud, Muslim, Buddhist iwm, iyo sidii qof kasta oo leh aqoonsigaas uu u maleeyay, dareemay oo u dhaqmay si isku mid ah.

Waa wax caadi ah in dadku isku calaamadiyaan fikrado khaldan. Badanaa, si miyir qab ah ama miyir la'aan ah ayaan u qaadannaa in dadka leh aqoonsi diimeed ama caqiido gaar ah ay asal ahaan isku mid yihiin, iyadoon loo eegin da'da, jinsiga, fasalka, dhalashada ama aragtida siyaasadeed iyo haddii ay fiiro gaar ah u leeyihiin caqiidooyinkooda iyo dhaqankooda.



Sidoo kale waa wax caadi ah in aan aragno dad kale oo lagu qeexay diintooda – iyadoo la malaynayo in wax kasta oo kale oo iyaga ku saabsan ay ku saleysan yihiin taas. Markaa, haddii qof ka tirsan kooxda uu sameeyo wax khaldan, waa inay noqotaa sababtoo ah diintoodu waxay u dooddaa waxyaabo xun ama waa akhlaaq darro.



Marka dadka ka soo jeeda bulshooyin kala duwan aysan xiriir la lahayn, waxaa sidoo kale fudud in la qiyaaso in 'kan kale' uu gebi ahaanba ka duwan yahay 'annaga' – in 'ay' leeyihiin dano, baahiyo, qiyam iyo dareeno kala duwan marka loo eego 'annaga'. Taas awgeed waxaan u maleyn karnaa in aysan laheyn aragtiyo ama xikmad aan ka baran karno, ama xitaa aan u aragno in ay yihiin kuwo dhaqan ahaan ama akhlaaq ahaan ka hooseeya.



Haddii taa beddelkeeda, aan aragno dad ka tirsan kooxaha kale ee bulshada oo ah dad dhan – oo leh aqoonsiyo badan iyo waayo-aragnimo nololeed (kuwa badan oo aan wadaagno) – markaa waxaa laga yaabaa inaan qaddarin karno, is-dareensiin karno oo aan isku aqoonsan karno siyaabo cusub oo aan u heli karno siyaabo aan uga gudubno xuduudaha oo aan ku dhisno xiriirro.

Aqoonsiga qaar ayaa keena khasaaroyin bulshada dhexdeeda ah, kuwa kalena waxay na siiyaan mudnaan. Aqoonsashada mudnaantayada waxay naga caawin kartaa inaan aqoonsanno marka aan qeyb ka nahay dhibaato dadka kale u horseedda khasaaro. Aqoonsiga aqoonsiyadayada badan waxay naga caawin kartaa inaan aragno fursadaha iyo mudnaanta aan uga hortagi karno khasaaraha iyo takoorka aan la kulanno iyo inaan si wadajir ah ula istaagno kuwa kale ee wajahaya takoorka.

SHEEKADA ISBEDDEL-SAMEEYAHA



Sameh, oo ah nin dhallinyaro ah oo Masiixi ah, iyo Hanaa, oo ah gabar dhallinyaro ah oo Muslim ah, waxay ka soo jeedaan tuulada Hijaza ee gobolka Qana ee Masar. Waxay si wada jir ah uga shaqeeyaan sidii ay u jebin lahaayeen caqabadaha u dhexeeya bulshooyinka Muslimiinta iyo Masiixiyiinta ee tuulada.

Hanaa ayaa tiri,

"Waxaan arkay carruur diiday in ay wada fariistaan ama ay wada falgalaan, sababtoo ah waxay ka soo kala jeedaan diimo kala duwan."

Sameh wuxuu yiri,

"Waxaan dareemay in ay fududahay in arrintan si wadajir ah wax looga qabto oo la isku dayo in aragtidooda si wadajir ah loo beddelo. Waxaan rabnay in carruurta aaggan ay noqdaan abuurkii isbeddelka."



Waxay ogaadeen in carruurta ay rabaan in ay ciyaaraan kubadda cagta, laakiin meesha keliya ee wanaagsan ee lagu ciyaari karo kubadda cagta waxay aheyd fagaaraha ka baxsan kaniisadda Katooliga. Labada nin waxay la xiriireen wadaadkii deegaanka, Aabbe Francis, kaasoo aad u taageeray oo ka caawiyay in ay abaabulaan hawlaha.

Wuxuu yiri,

"Xaqiiqdii waxaan u baahan nahay waxa Sameh iyo Hanaa ay ka wadaan tuuladan, waxaana rajeyneynaa in ay ku faafto dhammaan tuulooyinka."



Carruurta Muslimiinta ah markii hore ma aysan rabin in ay halkaas tagaan, laakiin ugu dambeyntii dhammaantood waxay raaceen hogaamintii Hannah.

"Si tartiib-tartiib ah laakiin hubaal ah, waxaan isku dayay in aan carruurta isku dhex daro," ayey tiri. "Falcelintoodii ugu horreysay waxay aheyd diidmo, laakiin tallaabo-tallaabo, iyaga laftoodu waxay sameeyeen kooxo isku dhafan oo cusub."

Hanaa iyo Sameh waxay waalidiinta carruurta ku martiqaadeen inay yimaadaan oo ay daawadaan hawlaha kooxda. Hooyooyinku waxay badanaa ahaayeen kuwii ugu horreeyay ee si wanaagsan uga jawaaba marka ay arkaan sida carruurta isu falgalayaan.

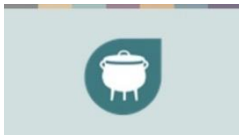
Sameh wuxuu yiri,

"Waxaan u baahan nahay in aan isbeddelno, isbeddelkuna wuxuu ku bilaabmaa iimaanka fikrad,"

Hannana waxay ku dartay,

"Labadeennu waxaan nahay tusaalaha nool. Waan wada shaqeynaa inkastoo aan ka soo jeedno diimo kala duwan. Waan is kaabnaa oo waxaan wadaagna hal ujeedo. Hadafkeenu waa carruurta."

GABAGABO



Dhammaandka maalinta, dhammaanteen waxaan rabnaa in maraqa noloshu uu noqdo mid hodan ah oo dhadhan fiican leh! Waxaan ka tirsan nahay qoys isku mid ah oo aan wadaagno baahiyaha iyo xuquuqaha aasaasiga ah.

Marka aan isu nimaadno si aan u shaqeyno xuquuqda qof walba, waxaan noqon doonnaa kuwo aad waxtar u leh.

Labadeena kulan ee soo socda, waxaan wax badan ka baran doonnaa xadgudubyada xorriyadda diinta ama caqiidadda waxaanan isku dayi doonnaa in aan khariideyno sida xadgudubyadani u egyihiin bulshadeenna. Waxaan rajeyneynaa, aqoontaasi waxay naga caawin kartaa in aan qaadno tallaabooyinka xiga ee aan ku noqoneyno isbeddel-sameeyayaal deegaan ah.

Xigasho

Taadudiya, www.taadudiya.com

Waxaad ka heli kartaa filim YouTube-ka oo ka hadlaya Hanaa iyo Sameh oo sheekadooda ku hadlaayo af Carabi iyo cinwaan hoosaad Ingiriis ah halkan: Waa maxay sheekadaadu? Masar.

Nasiib darro, Hanaa waxay ku geeriyootay shil gaari sanadkii 2019.

KULANKA 4

Xadgudubyada Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Kulankani waxa uu ka qeybgalayaasha soo bandhigayaa noocyada kala duwan ee xadgudubyada FORB iyo sida dadka diimaha oo dhan iyo midnaba, meelo kala duwan oo adduunka ah loo saameeyo. Waxa kale oo ay xoojisaa awoodda ka qeybgalayaasha si ay u aqoonsadaan xadgudubyada FORB ee caadiga ah ee ay la kulmi karaan.

Kulankanu wuxuu ku bilaabmayaa soo jeedin 20 daqiiqo ah oo ku saabsan xadgudubyada. Qeybo ka mid ah bandhigga waxa laga yaabaa inay dood ka keenaan macnaha guud. Waxaad u baahan doontaa inaad la qabsato bandhigga iyadoo ku saleysan qiimeyntaada waxa badbaado leh oo suurtagal ah si aad si wax ku ool ah ugala hadasho ka qeybgalayaasha.

Soo jeedinta ka dib, kulanku waxa uu noqonayaa mid is dhexgal ah, oo leh 75 daqiiqo layli riwaayad ah oo ay ka qeyb qaadanayaan dhammaan ka qeybgalayaasha. Waxay ku soo gabagabaynaysaa sheeko ku saabsan laba isbeddel-sameeye oo Nigeria.



Ujeedooyinka waxbarashada

Kulankan waxa uu diiradda saarayaa dhisidda aqoonta ku saabsan noocyada kala duwan ee xadgudubyada FORB iyo xaaladda FORB ee caalamiga ah, iyo xoojinta xirfadaha aqoonsiga xadgudubyada.

Dhammaadka kulanka, ka qeybgalayaashu waxay awoodi doonaan inay:

- In uu qeexo noocyada kala duwan ee xadgudubka FORB
- In uu aqoonso xadgudubyada caadiga ah ee FORB ee xaaladaha la taaban karo
- In ay qiraan in dadka diimaha kala duwan iyo midna aysan saameyn ku yeelan xadgudubyada FORB ayna ka damqadaan dhibaata dooda.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Soo dhaweyn iyo hordhac

Wuxuu dadka xasuusiyaa waxa ay FORB tahay ku soo bandhigeysa kulanka.

5 daqiiqo

Soo bandhigid : Fahamka xadgudubyada FORB

Hadal bixinaya aqoon ku saabsan noocyada kala duwan ee xadgudubyada, oo wata tusaalooyin ka yimid adduunka oo dhan.

20 daqiiqo

Dood guud

Fursad aad ku milicsato oo aad kaga doodo bandhigga.

10 daqiiqo

Layli riwaayadeed: Riwaayado yar-yar oo FORB ah oo laba daqiiqo ah

Siinaya ka qeybgalayaasha fursad ay ku bartaan aqoonsashada xadgudubyada FORB si xiiso leh, hab is dhexgal ah.

80 daqiiqo

Gabagabada faallooyinka iyo sheekada isbeddel sameeyayaasha

Isku xirka kulanka si wada jir ah.

5 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

2 saacadood

Isu diyaari

U diyaari kulanka si waafaqsan tilmaanta bogga 15, 'Sida loo diyaargaroobo kulan kasta'. Xusuusnow – waad garanaysaa kooxdaada! Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho wax kasta oo ka mid ah casharrada, adoo ku habeynaya baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee fadhi kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabyada soo socda si aad u socodsiiiso casharkan:

- Nuqullo ku filan dhacdooyinka riwaayadaha-yar koox kasta oo ka kooban lix ka qaybgalayaal si ay u haystaan laba nuqul oo ah xaaladdooda gaarka ah.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).



IKHTIYAAR DHEERAAD AH: DHIS KALSOONIDAADA!

Iyada oo qeyb ka ah diyaarintaada, maxaad u daawan weyday [filimkan gaaban](#) si aad wax badan uga ogaato xad-gudubyada xorriyadda diinta ama caqiidadda?

DIYAARI QOLKA

Kulankan, way fiican tahay in lagu bilaabo kuraas u yaal wareeg-nus ah oo u jeeda dhinaca hore. Waxa kale oo wanaagsan in la haysto qol weyn (ama qolal dheeraad ah) si ay kooxuhu ugu dhaqmaan riwaayadahooda si ka duwan midba midka kale.



FILIMO



'Bandhigid'

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Soo dhaweyn iyo hordhac 5 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Hordhacan kooban waxa uu caawiyaa ka qeybgalayaasha in ay ku jihaysan yihiin habka koorsada. Waxay xasuusinaysaa waxay ka barten FORB Kulanka 2 waxayna soo bandhigaysaa diirada kulannada 4 iyo 5 – xadgudubyada xuquuqda.



AGABYADA

- Xeerarka aasaasiga ah waxay shaxada xaashida rorogmata ee kulanka 1.
- Casharka 4 PowerPoint, dersiga xiga 3 ama shaxda xaashida rorogmata ee ereyadan leh '**KA FIKIR – RUMAYSAD – LAHAANSHO – KU CELCELIN – SU'AAL – BEDEL – DIIDMADA**' oo ku dul qoran.

MAXAA LA DHAHAA

Qof walba ku soo dhawey kulanka oo soo jeediya qodobadan soo socda, iyaga oo la qabsanaya si ay ugu habboonaadaan kooxdaada.

- Kulanka 2, waxaanu ku eegnay micnaha xorriyadda diinta ama caqiidadda. Ma xasuusataa ereyadii muhiimka ahaa ee aan ku qeexnay FORB? (Eeg haddii ay kooxdu la iman karto ereyada muhiimka ah: *KA FIKIR – RUMAYSAD – LAHAANSHO – KU CELCELIN – SU'AAL – BEDEL – DIIDMO* ka dibna tusi bogga 3 oo akhri erayada dusheeda.)
- Waxaan sidoo kale baranay goorta FORB la xaddidi karo. Waxaan barannay in xorriyadda gudaha – in aad ka fikirto, rumaysato oo aad bedesho maskaxdaada ku saabsan waxa aad aaminsan tahay in aanay noqon karin mid xaddidan laakiin waxa aan SAMEYNNO – dhaqamadayada diineed iyo caqiidadda, laga yaabo in ay xaddidan yihiin HADDII ay dadka kale u geystaan siyaabo gaar ah. Waxa kale oo aanu ogaanay in aan la ogolayn takoor, jujuub iyo hurin colaadeed.
- Labada kulan ee soo socda waxa ay diiradda saarayaan ku xad-gudubka xorriyadda diinta ama caqiidadda. Kulankan, waxaanu ku eegi doonaa noocyada xadgudubyada, iyo tusaalooyinka aduunka oo dhan. Tani waxay naga caawin kartaa in aan fahamno sida dadka diimaha oo dhan iyo caqiidooyinka ay u saameeyaan dhammaan noocyada kala duwan ee meelaha. Casharka soo socda, waxaanu isku dayi doonaa inaanu khariidad ku sameyn o xadgudubyada ka jira bulshadeena.
- Kulamadaani waxay noqon karaan kuwo adag – labadaba sababtoo ah sheekooyinka aan maqalno waxay ina xusuusin karaan waayo-aragnimada shakhsi ahaaneed ee adag iyo sababtoo ah qaar ka mid ah arrimaha la soo qaaday ayaa laga yaabaa inay caqabad ku noqdaan fikradaheena ku saabsan waxa ay tahay iyo waa inaan loo ogolaan bulshada dhexdeeda. Waxaa laga yaabaa inay jiraan waxyaabo aynaan ku heshiin kooxda dhexdeeda. Haddaba, kulankan aynu is ilaalino oo aynu is dhegaysanno, inagoo xasuusanna xeerarkeenna! (*Isticmaal xeerarka aasaasiga ah xaashida jaantuska rorogmata si aad u xasuusid ka qeybgalayaasha waxay kuwani yihiin.*)
- Dhageysiga sheekooyinka xadgudubyada waxay naga dhigi karaan niyad jab ama xitaa rajo la'aan. Laakiin waxaan u baahanahay

2. Soo bandhigid: Fahamka xadgudubyada FORB 20 daqiiqo

SHARAXAADA IYO UJEEDADA

Bandhigan wuxuu ujeedadiisu tahay in la kordhiyo aqoonta ka qeybgalayaasha ee noocyada kala duwan ee xadgudubyada FORB iyo xaaladda FORB ee adduunka oo dhan. Aqoontaasi waxay sal u tahay inta ka hartay kulankan iyo casharka soo socda oo ay ka qeybgalayaashu ku horumariyaan xirfado ku saabsan falanqaynta macnaha guud ee FORB.



SOO BANDHIGID

AGABYADA

- Qoraalka bandhigga waxa laga heli karaa bogga 85 ee hagahan.
- Qoraalku wuxuu u dhigmaa bogga 4-39 ee PowerPoint ee kalfadhiga waxaana lagu daraa qoraallada ku hadla ee bogaggan.
- Nooc Word ah oo qoraal ah oo la tafatiran karo waxaa laga heli karaa agabyada la socda ee kulanka.

DIYAARGAROW HORE

U diyaari si waafaqsan tilmaanta lagu bixiyay bogga 15, 'Sida loo diyaargarobo fadhi kasta'. Akhri oo la qabso qoraalka iyo sawirada PowerPoint (ama samee jaantuska xaashida rogrogmata ee dhibcaha muhiimka ah ee bogga) oo ku celceli inaad soo bandhigto bandhigga si wadajir ah jaantuska xaashida rogrogmata.

TALO! Weydii dadka inay kaydiyaan su'aalaha/falooiyinka ilaa dhamaadka bandhigaaga.

FIIRO GAAR AH

Bandhigani waa mid dheer waxaana ku jira tusaalooyin badan. Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad gooyso tusaalooyinka u muuqda inay ugu yar yihiin kooxdaada. Waxa kale oo laga yaabaa inaad rabto inaad ku beddesho tusaalooyin ku saabsan sheekooyinka adiga kuu gaar ah. Farriimaha muhiimka ah ee qoraalka ku jira ayaa si weyn u iftiimiyay si geesinimo leh. Fadlan ku dar qodobadan hadalkaaga!

3. Dood guud 10 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDADA

Dood ku saabsan soo jeedintii hore oo u sahlaya ka qeybgalayaasha inay ka baaraan degaan barashada.

SIDA LOO WADO DOODDA

Ku martiqaad faallooyinka guud iyo su'aalaha ku saabsan ku biirinta ka dibna su'aalo ku weydii sadarradan soo socda:

- Ma jiraan wax aadan ogeyn mise taas ayaa kaa yaabisay waxaan maqalnay?
- Sheekooyinka bandhiga ku jira midee ayaa kula hadshay inta badan?
- Waa maxay noocyada xadgudubyada aad u malaynayso inay ugu dhibka badan yihiin macnaha guud?

15 daqiiqo ka bacdi, soo afjar dooda guud. Sharax in kooxdu ay hadda sii wadi doonto ka doodista iyo sahaminta arrimaha iyada oo la adeegsanayo layli.

FIIRO GAAR AH

Ka jooji qof kasta oo bilaaba in uu "muxaadaro" ama "kor u qaado heerkulka" si aan waxtar laheyn. Uga mahadceli faallooyinkooda oo u xaqiiji waxa ay dareemayaan, gaar ahaan marka tani ay ka timaaddo waayo-aragnimada dhaawacyada iyo nuglaanta. Xusuusi dadka xeerarka aasaasiga ah haddii loo baahdo. Isku day in aad wadhadalka dib ugu soo celiso meel ay dadku dareemaan ammaan - tusaale ahaan adiga oo weydiinaaya su'aal diiradda saareysa waxyaabaha muhiimka ah ee dadku ku heshiin karaan.



DOOD GUUD

4. Layli riwaayadeed: Riwaayado yar-yar oo FORB ah oo laba daqiiq ah 80 daqiiq ah

SHARAXAAD

Layligan, kooxuhu waxay abuuraan oo ku celceliyaan riwaayado 2-daqiiq ah oo ku salaysan duruufo fudud oo lagu bixiyo. Xaaladaha ayaa muujinaya xaaladaha ay xadgudubyada FORB uga dhacayaan siyaabo kala duwan. Riwaayadaha ayaa markaa la soo bandhigaa lagana wada hadlaa si guud iyadoo ka qeybgalayaashu ay aqoonsanayaan xadgudubyada FORB ee dhacdada.

UJEDDO

Layliga waxa uu ujeedadiisu tahay in uu u beddelo barashada aragtida soo jeedinta oo loo beddelo xirfado wax ku ool ah oo lagu aqoonsanayo xadgudubyada FORB iyo in la awoodo in laga fikiro xadgudubyada ka jira macnaha guud ee ka qeybgalayaasha.

AGABYADA IYO DIYAARGAROW HORE

- Go'aanso inta kooxood ee aad yeelan doonto: 2-3 kooxood oo ka kooban 6-10 qof ayaa ku habboon, maadaama inta badan xaaladaha ay u baahan yihiin ugu yaraan lix xaraf. Waqtiga layliga oo ku salaysan ugu badnaan saddex kooxood (oo ka kooban ugu badnaan 30 ka qeybgalayaal). Ha ku darin kooxo dheeraad ah ilaa aad ka dhigi karto kulan dheer!
- Dooro mid ka mid ah shanta dhacdo ee riwaayadaha aad isticmaalayso, iyadoo lagu salaynayo khuseeya xaaladaha iyo tirada kooxaha aad yeelan doonto. Koox kastaa waa inay lahaataa xaalad ka duwan. Waxaad ka heli kartaa xaaladaha boggaga 92-94 ee hagahan iyo isku xirka agabyada kulanka.
- Daabac laba nuqul oo ah xaalad kasta oo aad dooratay, si aad ugu dhiibto kooxda ay khusayso.
- Islaaydh 40 ee kulanka PowerPoint ama jaantuska rogromada oo ay ku qoran yihiin ereyada takoorka, xaddidaadda dawladda, guul-darrooyinka dawladda iyo rabshadaha.



LAYLI KOOXEED

Soo hel
**MUUQAAL
RIWAAYAD**
waraaqda [halkan](#)
ku qoran.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 5 DAQIIQO

Sharax waxyaabaha soo socda:

- Waxaan sameyn doonaa layli ku saleysan riwaayad si uu nooga caawiyo in aan ogaano xadgudubyada FORB ee laga yaabo in aan la kulanno.
- Waxaan u qaybinaynaa kooxo. Koox kastaa waxay heli doontaa dhacdo – taxane fudud oo dhacdooyin ah oo ka dhacaya inta u dhaxaysa dhowr jilayaal. Hawshaadu waa inaad wax ka qabato wax aan ka badnayn 2 daqiiqo!
- Waxaad heli doontaa 15 daqiiqo si aad u abuurto oo aad uguna dhaqanto riwaayadaada. Taasi wakhti badan maaha, markaa doorarka si dhakhso leh u qeybi ka dibna hagaaji!
- 15 daqiiqo ka dib, waxaad riwaayadaada ku tusi doontaa kooxda inteeda kale.
- Haddii aad jeclaan lahayd inaad faahfaahin ku darto sheekada, fadlan samee – laakiin riwaayaddu waa in aanay socon wax ka badan 2 daqiiqo.
- Ha ka welwelin! Waxaan raadineynaa bandhigyo kedis ah – jilitaan aan turxaan lahayn. Ilaa iyo inta ay sheekadu soo gaadhayso waxqabadkaagu waa guul!

U qeybi kooxo una gudbi xaaladaha.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 75 DAQIIQO

- **KU TABABAR QAADASHADA RIWAAYADAH** (15 DAQIIQO)

U sheeg kooxaha inay bilaabaan tababarka! U dhex dhaqaaq kooxaha ka caawinaya inay bilaabaan.

FIIRO GAAR AH

Ilaalinta waqtiga ayaa aad muhiim ugu tahay layligan! Ha u ogolaanin waqtiga tababarku in ka badan 15 daqiiqo maadaama ay tani wakhti ka goyso qeybta waxqabadka/ doodaha muhiimka ah ee layliga. Waxa kale oo muhiim ah in la maareeyo waqtiga inta lagu jiro qeybta wax-qabadka/wada-hadalka, si aanay kooxaha ugu horreeya wax-qabadku u dhammaanin isticmaalka waqtiga kooxaha dambe.

- **WAXQABADKA IYO DOODAHA** (50 DAQIIQO)

Waqtiga: 15 daqiiqo koox kasta oo soo jeedin ah iyo 5 daqiiqo dabacsanaan.

Koox kastaa waxay soo bandhigtaa riwaayadooda laba daqiiqo ah laba jeer. Marka ugu horeysa ee ay soo bandhigaan iyada oo aan la joojin. Marka labaad, dhagaystayaashu waa inay ku dhawaaqaan 'Jooji!' mar kasta oo ay arkaan xadgudub FORB ah oo dhacaya. Dabadeed riwaayaddu waa in ay hakad ku jirtaa (jilayaashu waa in ay meesha joogaan). Muuji islaaydhka 40 ee PowerPoint oo weydii qofka/dadka yiri 'Jooji!' inay si kooban uga jawaabaan Su'aal soo socota:

- Xadgudub nooc ee ah ayay tani tusaale u tahay iyo cidda gef gashay, (tusaale colaadaha bulshada ee ah takoorka ama rabshadaha, xannibaadaha dawladda ama ku guul-daraysiga dawladdu inay dadka ilaaliso)?

Riwaayadda sii wad ilaa qofka ku xiga soo wacayo joogsiga oo ku celi su'aalaha kore. Riwaayadiiba waxaa jira saddex xadgudub. Waxaad ka arki kartaa waxay kuwani yihiin nooca fududeeyaha ee muuqaallada riwaayadaha bogga 92-94.

Haddii ay jirto wakhti ka dib marka kooxdu soo bandhigto laba jeer, billow dood ballaadhan adigoo isticmaalaya su'aalahaan soo socda:

- Maxaa ka duwanaa doona dhacdadan? Waa kuwee hay'adaha ama shakhsiyadka ay tahay inay u dhaqmaan si ka duwan ama sharciyada ama xeerarka ay tahay inay ka duwanaadaan?
- Yaa soo faragelin kara habka wanaagsan si uu wax u beddelo? Xubin ka mid ah bulshada, dhaqdhaqaaqayaasha, ururka ama go'aamiye ma sameyn karaa isbeddel?

U ogolow 15 daqiiqo koox kasta hawsha waxqabadka/wada hadalka, adigoo aad u adag ilaalinta waqtiga! (Haddii aad leedahay laba kooxood oo keliya, waad ku kordhin kartaa tan.) Raaligelin ka bixi kooxaha ka gooyay socodka dhexe laakiin sharax in qof kastaa uu u baahan yahay fursad uu ku qabto. Xusuusnow in aad koox kasta siiso sacab marka ay dhammaato 15-ka daqiiqo!

- **WAQTIGA WADAAGGA GUUD** (10 DAQIIQO)

Markay dhamaan kooxuhu soo bandhigeen kana doodeen xaaladahooda, ugu hambalyee qof walba mar labaad wax qabadkooda. Kadib bilow wada hadal ka balaaran, kuna saleysan su'aalaha soo socda:

- Ma xadgudubyo la mid ah kuwii aan ku aragnay riwaayadaha ayaa mararka qaarkood ka dhaca bulshadeena?
- Saamayn nooc ee ah ayay tani ku leedahay dadka iyo guud ahaan bulshada?

Ku dhiiri geli dadka inay wadaagaan sheekooyin ama waayo-aragnimo haddii ay ku qanacsan yihiin inay sidaas sameeyaan. Marka ay ka qeybgalayaashu wadaagaan sheekooyin shakhsi ah, isku day in aad weydiiso su'aalo guud – maxay khibradaha noocan oo kale ah uga dhigan yihiin bulshada guud ahaan? Isku day inaad soo saarto qodobka ah in xadgudubyadu ay waxyeelleeyaan qof kasta ugu dambeyntii sababtoo ah waxay abuuraa xiisado iyo khataro bulshada oo dhan ah.

5. Gabagabada faallooyinka iyo sheekada isbeddel sameeyayaasha 5 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Faallada gabagabada waxay ujeedadeedu tahay inay dadka ku dhiirigeliso inay rumaystaan in isbeddelku suurto gal yahay.

AGABYADA

Casharka 4-aad PowerPoint, bogagga 41-44 ama daabacaadda islaaydhka 41.

MAXAA LA DHAHAA

- Marka aan wadaagno sheekooyin ku saabsan dhibaatooyinka ay dadku kala kulmaan bulshadeena, way sahlanaan kartaa in aan qalbi jabno. Si kastaba ha ahaatee, isbeddelku waa suurto gal – xitaa xaaladaha ay jiraan nacayb iyo rabshado xad dhaaf ah! Aan ku soo gabagabeyno hal sheeko oo rajada ugu dambaysa ah.
- Akhri sheekada Wadaadka James iyo Imam Ashafa bogga 95, (sidoo kale waxaa laga heli karaa agabka la soo dejisan karo ee kulanka).
- Sameynta isbeddelku waa hab gaabis ah laakiin waa hab muhiim ah oo cajiib ah. Waxay bilaabataa markaan ogaano xaaladda xorriyadda diinta ama caqiidadda ma aha nafteena oo keliya, laakiin sidoo kale qof kasta oo ku nool waddankeenna iyo bulshadeena.



HADAL GAABAN

Qoraalka Bandhigga

Fahamka xadgudubyada Xorriyadda Diinta ama Caqiidadda

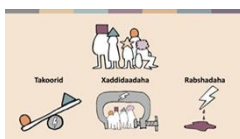
Qoraalkan loogu talagalay bandhigga kulanka 4 waxaa lagu muujiyay bogagga 4-39 ee PowerPoint-ka kulanka.

FIIRO GAAR AH: Bandhigani waa dheer yahay (wax ka yar 20 daqiiqo) waxaana ku jira tusaalooyin badan. Waxaa laga yaabaa in aad rabto in aad soo saarto tusaalooyinka u muuqda kuwa aan khuseyn kooxdaada. Waxa kale oo laga yaabaa in aad rabto in aad ku beddesho tusaalooyin sheekooyin ka yimid macnaha guud. Farriimaha muhiimka ah ee ku jira qeybaha 'Sheekooyinka...' waxaa lagu iftiimiyay qoraal madow. Fadlan ku dar qodobbadan khudbaddaada! Isticmaal PowerPoint, daabacadaha bogagga muhiimka ah ee PowerPoint ama sawirrada jaantuska rogrogmada ee la midka ah si aad uga caawiso ka qeybgalayaashaada in ay habeeyaan waxa ku jira.

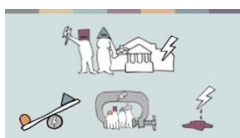
HORDHAC



Dhammaan noocyada kala duwan ee dadka ku nool waddamada kala duwan waxay la kulmaan dhibaatooyin sababtoo ah la'aanta xorriyadda diinta ama caqiidadda. Waxa kala duwan waa cidda ay saameysay, darnaanta xadgudubyada iyo cidda geysata.



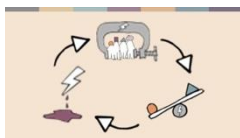
Bandhiggan, waxaan ku maqli doonnaa sheekooyin dhab ah oo ku saabsan takoorka, xaddidaadda xuquuqda iyo rabshadaha.



Xadgudubyadan waxaa geysta dowladda iyo dadka bulshada dhexdeeda. Badanaa waxaan tan ugu yeernaa xadgudubyo dowladeed iyo colaado bulsho. Laakiin xadgudubyadu waxay sidoo kale ka dhici karaan qoyska dhexdiisa iyo bulshooyinka diinta dhexdooda.



Waxaa sidoo kale jira nooc afraad oo xadgudub ah: ku guul dareysiga dowladda ee ah in ay dadka ka ilaaliso xadgudubyada bulshada dhexdeeda. Dowladdu waxay waajib ku tahay inay ka ilaaliso qof kasta oo bini'aadam ah dhulkeeda takoorka, xayiraadaha aan loo baahnayn ee xuquuqdooda iyo rabshadaha. Dowlado badan ayaa ku guul dareysta in ay sidaas sameeyaan.



Takoorka, xayiraadaha xuquuqda iyo rabshadaha caadi ahaan waa isku xiran yihiin oo is dulsaaran yihiin. Xaddidaada waxa ay noqon kartaa mid takoor ah waxa ayna gacan ka geysan kartaa rabshadaha, tusaale ahaan. Badanaana xadgudubyada dowladda iyo colaadaha bulshada ayaa is biirsada, taasoo abuurta wareeg xun.

Sharciyada dowladda ee takoorada dadka laga tirada badan yahay waxa ay sharciyeeyaan dulqaad la'aanta bulshada, taasoo keenta takoor, dhibaateyn iyo rabshado bulshada dhexdeeda ah. Haddii mas'uuliyiintu ay indhaha ka qarsadaan xadgudubyada bulshada dhexdeeda ah, dadku waxay u maleynayaan in ay ka baxsan karaan takooridda, dhibaateynta iyo rabshaduhuna way ka sii daraan.

Aan eegno sida takooridda, xayiraadaha iyo rabshaduhu u ekaan karaan qeybaha kala duwan ee adduunka iyada oo la adeegsanayo sheekooyin dhab ah. Malaha qaar ka mid ah waxay la xiriiraan waxyaabo aad la kulantay.

SHEEKOYINKA TAKOORKA



Takoorku aad buu caadi u yahay wuxuuna saameeyaa dhinac kasta oo nolosha ah.

Wadaad Kumar waa wadaad ku nool miyiga Sri Lanka. Qoyskiisa ayaa la kulmay takoor kaga yimid bulshada ugu badan ee Buddhist-ka ee tuuladiisa. Macallimiinta iyo ardayda fasalka ayaa carruurtiisa ku dhibaateeyay, korontada iyo biyaha qoyskana waa la damiyay sababtoo ah gurigooda wuxuu ahaa meel sharci darro ah oo lagu cibaadeysto.¹



Dowladaha qaar ayaa ku takoora u qoondaynta dhaqaalaha dadweynaha –

tusaale ahaan, maalgashi aad u yar oo ku saabsan kaabayaasha dhaqaalaha, caafimaadka ama waxbarashada meelaha dadka laga tirada badan yahay. Tani waxay abuuri kartaa khataro muddo dheer ah oo ku timaada xiisadda bulshada iyo xasillooni darrada siyaasadeed.

Takoorku wuxuu sidoo kale ka dhici karaa habka ay hay'aduhu u shaqeeyaan.

Tusaale ahaan, carruurta dhigata dugsiga waxay la kulmi karaan takoor, ka qeyb gal qasab ah oo ku saabsan hawlaha diinta ee qirashada, ama buugaagta wax ka qora bulshadooda. Dhacdooyin dhif ah, kooxo ayaa loo diidaa waxbarashada – Baha'is looma ogola inay jaamacad ka dhigtaan liraan.²

SHEEKOYINKA XADDIDAADDA IYO TAKOORKA



Noocyo badan oo sharci ah ayaa sameeya xadidaad si toos ah ama si dadban u keena takoor. Xeerarka qorsheynta, oo u muuqda kuwo dhexdhexaad ah, waa caqabad caadi ah oo ka hor istaagta dadka laga tirada badan yahay in ay dhistaan goobo lagu cibaadeysto.

Ruushka, tiro badan oo ka mid ah dadka laga tirada badan yahay ayaa la kulmay dhibaatooyin – tusaale ahaan, ogolaansho la'aan, kirooyinka dowladda hoose oo la joojiyo ka dib marka dhismaha la bilaabo, ama duminta.³



Sharciyada maamula diiwaan gelinta bulshooyinka diimeed waxay noqon

karaan kuwo xaddidan oo takoor ah sidoo kale. Dowladda Aljeeriya waxay ka dalbanaysaa dhammaan kooxaha, ha ahaadaan kuwa diimeed ama kuwa kale, inay iska diiwaan galiyaan urur ahaan ka hor inta aysan qaban hawlo. Bulshada yar ee Ahmadi looma ogolaanin diiwaan gelin. Dhammaadkii 2020, waxaa jiray 220 kiis oo sharci ah oo ka dhan ah xubnaha bulshada oo lagu soo oogay dambiyada sida in ay ku tukadaan goobo aan la ogolayn.⁴



Dowladaha qaar ayaa sidoo kale xaddida dhaqamo diimeedka xitaa bulshooyinka aqlabiyadda leh.

Sannadkii 2020, mas'uuliyiinta gobolka Lebap ee Turkmenistan ayaa ku amray shaqaalaha dawladda sida macallimiinta iyo kalkaaliyayaasha caafimaadka in aysan ka soo qeyb gelin salaadda Jimcaha, waxayna ku hanjabeen in ay shaqada ka eryi doonaan haddii lagu arko masaajidda.⁵

¹ Xigasho deegaanka

² The Guardian, <https://www.theguardian.com/world/2013/feb/27/bahai-student-expelled-iranian-university>

³ Forum 18, https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2508

⁴ US State Dept., <https://www.state.gov/reports/2020-report-on-international-religious-freedom/algeria/>

⁵ Forum 18, https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2555



Aan ka fikirno 2 nooc oo sharci oo kale oo abuurka kara xayiraado: Sharciga qoyska iyo sharciyada cayda iyo riddada.

SHARCIGA QOYSKA

Shuruucda cilmaaniga ah iyo kuwa diimeedba ee xukuma guurka, furriinka, dhaxalka iyo daryeelka carruurta ayaa xaddidi kara xuquuqda iyo takoorka.



Hindiya, Sharciga Guurka Gaarka ah ee Cilmaaniga ah wuxuu farayaa lamaanayaasha diimaha kala duwan in ay ku wargeliyaan qaali garsoore 30 maalmood ka hor arooska. Qaaliga garsooruhu wuxuu baarayaa codsiga wuxuuna u dirayaa ogeysiis qoysaska lamaanaha. Tani waxay halis gelinaysaa lamaanayaal badan oo ku lug leh rabshado sharaf ku saleysan.⁶



Revathi Massosai waa Malaysiyaan. Waxay ka dhalatay waalid Muslim ah laakiin waxay ku soo kortay Hinduuga oo ayeeyadeed ayaa Hinduu ah. Maxkamad diimeed ayaa Revathi u dirtay xarun dib-u-waxbarasho oo Islaami ah muddo lix bilood ah ka dib markii ay guursatay Hinduuga oo ay diiday in ay ku soo laabato Islaamka.⁷



Mararka qaar sharciga qoyska ee diinta iyo sharciyada riddada ayaa ka dhigaya dadka laga tirada badan yahay kuwo u nugul weerar dembiyeed.

Sannad kasta, boqolaal gabdhood oo Hindu iyo Masiixi ah oo ku nool Pakistan ayaa la kulma afduub, qasab ku beddelasho iyo guur. Tani waxay ku dhacday Maira Shahbaz markay ahayd 14 jir. Waalidkeed waxay maxkamad aadi jireen si ay dib ugu helaan, laakiin ka tagista Islaamka waxay mamnuuc ka tahay Pakistan, waalidiinta Masiixiyiinta ahna ma haysan karaan mas'uuliyadda carruurta Muslimiinta ah, sidaa darteed Maxkamadda Sare waxay xukuntay in loo celiyo afduubihii. Laba toddobaad ka dib Maira way baxsatay. Waxay ku nooshahay dhuumasho waxayna u dagaallamaysaa in guurkeeda la baabi'yo oo xaaladdeeda sharciga ah loo beddelo Masiixi.⁸



SHARCIYADA AFLAGAADADA IYO RIDDADA

Sharciyada ku saabsan aflagaadada iyo riddada (ka tagista diintaada) badanaa waa kuwo la caddeeyo iyadoo la tixraacayo ilaalinta wada noolaanshaha. Si kastaba ha ahaatee, sharciyadani waxay yeelan karaan saameyn liddi ku ah. Dalalka qaar, sharciyada si khaldan ayaa loo adeegsadaa, iyadoo eedeymo been abuur ah loo isticmaalo aargoosiga shaqsiyeed. Laakiin sharciyada laftoodu waxay inta badan xaddidaan hadalka iyo dhaqanka siyaabo wax u dhimaya xorriyadda diinta ama caqiidadda – gaar ahaan dadka aysan aaminsanayn dawladda ama bulshada aqlabiyadda leh.

Axmadiya, oo aaminsan nebi ka dib Muxamed, kuwa aan diin laheyn iyo dadka dhaleeceeya dowladda ama kuwa awoodda diimeed leh ayaa badanaa halis ku jira, laakiin qof kastaa wuu noqon karaa dhibbane.

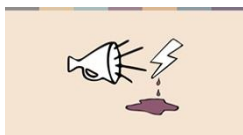
⁶ The Leaflet, <https://www.theleaflet.in/india-needs-to-overhaul-laws-on-interfaith-marriage-and-religious-conversion/>

⁷ Forum Asia, <https://www.forum-asia.org/?p=7086>

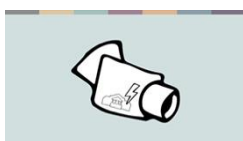
⁸ UK Parliament, <https://edm.parliament.uk/early-day-motion/57474/maira-shahbaz-and-child-abduction-forced-conversion-and-marriage-in-pakistan>



Sannadkii 2020, maxkamad diimeed oo ku taal Waqooyiga Nayjeeriya ayaa wiil Muslim ah oo 12 sanno jir ah ku xukuntay 10 sanno oo xarig ah ka dib markii lagu eedeeyay inuu aflagaadeeyay Nabiga. Xukunkiisii waxaa laalay maxkamad racfaan oo cilmaani ah sannadkii 2021, laakiin khatarta weerarrada aargoosiga ah ayaa ka dhigaysa mid aan ammaan ahayn in qoyskiisa ay ku noolaadaan aaggaas.⁹



Sida ku cad sharciga caalamiga ah, hadalka la mamnuucayo waa kicinta rabshadaha. Halkii laga joojin lahaa rabshadaha, sharciyada aflagaadada iyo riddada ayaa u janjeera inay dhiirgeliyaan iyagoo taageeraya fikradda ah in dadka si nabad ah u muujiya aaminsanaanta aysan dadka badankoodu jeclayn la ciqaabo.



KORMEERKA IYO XAKAMEYNTA GOBOLKA

Qeyb kale oo ka mid ah dhaqdhaqaaqa dawladda ee abuura xayiraado waa la socodka dawladda, la socodka iyo xakameynta hawlaha iyo dhaqaalaha bulshooyinka diimaha. Tusaale ahaan, qaar ka mid ah kaniisadaha Sri Lanka ayaa ku soo war bixiyay in mas'uuliyiinta dawladdu ay la socdaan.¹⁰ **Tani waa qeyb ka mid ah isbeddel ballaaran oo ku yimid booska bulshada rayidka ah oo yaraanaya.**

Meelna kama jirto dabagal aad uga daran Galbeedka Shiinaha halkaas oo tiknoolajiyada aqoonsiga wejiga laga sameeyay si kamaradaha amniga loogu suurtageliyo in ay aqoonsadaan xubnaha qowmiyadda Uighur ee laga tirada badan yahay isla markaana booliiska lagu wargeliyo goobta ay joogaan.¹¹



XADDIDAADAHA BULSHADA

Xuquuqda waxaa sidoo kale lagu xaddidi karaa qoysaska, kooxaha diinta ama bulshada ballaaran. Tani waxay inta badan si kala duwan u saamaysaa ragga iyo dumarka. Haweenka badanaa waxaa loo diidaa fursadaha – tusaale ahaan inay bartaan cilmiga diinta, dhaqanka dumarka iyo u hoggaansanaanta diintana waxay noqon kartaa mawduuca xakameynta qoyska ama bulshada iyadoo loo eegayo diinta.

Bulshooyinka badankood badanaa waxay xaddidaan muujinta diinta ee haweenka laga tirada badan yahay sidoo kale, tusaale ahaan iyagoo ku cadaadinaya haweenka in ay qariyaan aqoonsigooda diimeed si ay shaqo u helaan.



Maria waa gabar dhallinyaro ah oo Masiixi ah oo ku nool Masar. Markii ay ka qalin jabisay jaamacadda, Maria waxaa loo soo bandhigay shaqo bangi laakiin waxaa loo sheegay haddii ay qaadatao in ay xijaab xiran doonin. Maria uma malaynayn in ay cadaalad tahay in la iska dhigo in ay leedahay aqoonsi diimeed oo ka duwan, sidaas darteed way diiday shaqada.¹²

⁹ BBC news, <https://www.bbc.com/news/world-africa-55756834>

¹⁰ Xigasho deegaanka

¹¹ New York Times, <https://www.nytimes.com/2019/04/14/technology/china-surveillance-artificial-intelligence-racial-profiling.html>

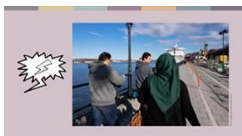
¹² Xigasho: Maria, oo magaceeda la beddelay sababo amni awgood.

SHEEKOOYINKA RABSHADAHA



Aan u gudubno si aan uga fikirno rabshadaha. **Hadalka nacaybka iyo dambiyada nacaybka ayaa ka mid ah noocyada ugu badan ee rabshadaha. Goobaha cibaadada iyo dadka ka qeyb gala ayaa si gaar ah ugu nugul dambiyada nacaybka.**

Dalka Brazil, taageerayaasha diimaha dhaqanka Afro-Brazil ayaa wajahaya weeraro rabshado wata oo ka imanaya deriska Masiixiyiinta neo-Pentecostal kuwaas oo diintooda u arka inay tahay jinni. Aabbe Marcio, oo ah wadaad diinta Candomblé ah, ayaa soo weriyay in ka badan 20 weerar oo lagu qaaday macbadkiisa. Booliisku wax tallaabo ah ma aysan qaadin.¹³



Mar labaad, dumarka iyo ragga waxay u muuqdaan in ay si kala duwan u saameeyaan.

Haweenka Muslimiinta ah ee Sweden, gaar ahaan kuwa xirta dhar diimeedka sida xijaabka, waxay u badan tahay in ay la kulmaan dambiyada nacaybka ah ee ay dadka aan la aqoon ku galaan goobaha dadweynaha, halka ragga Muslimiinta ah ay u badan tahay in ay la kulmaan dambiyada nacaybka ah ee ka yimaada deriska ama asxaabta shaqada.¹⁴



Meelo badan, cudurka faafa ee korona wuxuu xoojiyay qaababka jira ee takoorka iyo nacaybka. Muslimiinta Hindiya ayaa lagu eedeeyay inay sameeyeen jihaad korona

ka dib markii uu fayrasku faafay ka dib xafad diimeed oo Muslimiintu lahaayeen. Axmed Shaikh waa ganacsade Muslim ah oo ku dhibtoonaya inuu nolol helo. Bishii Abriil 2020, koox xagjiriin Hindu ah ayaa u sheegay inuu xiro bakhaarkiisa oo uu baxo sababtoo ah Muslimiintu waxay shirqool u maleegayeen faafinta fayraska korona. Axmed ayaa qirtay, laakiin si xun ayaa loogu garaacay ul. Wuxuu isku dayay inuu dacwad u gudbiyo booliiska, kuwaas oo diiday in ay diiwaan geliyaan kiiska, isagoo sheegay in iibinta waddooyinka ay sharci darro tahay.¹⁵



Noocyada ugu daran ee xadgudubyada bulshada dhexdeeda waa rabshadaha bulsho iyo weerarrada argagixisada.

Wadaad Samuel wuxuu ka soo jeedaa waqooyiga Burkina Faso. Dalku wuxuu leeyahay dhaqan dulqaad diimeed oo kooxaha argagixisadu ay wiiqayaan. Sannadkii 2019, weerarrada kaniisadaha ayaa qeyb ka noqday istaraatiijiyaddooda. Wadaad Samuel hadda wuxuu ku nool yahay xero loogu talagalay dadka gudaha ku barakacay.

"Weeraradani waxay burburiyeen nolosha dadkeenna. Waxaa naga buuxa xanuun," ayuu yiri.

Weerarada argagixisadu way kordheen tan iyo 2019, taasoo saameysay qof walba, iyadoo in ka badan 1 milyan oo qof ay barakaceen.¹⁶

¹³ RioOnWatch, <https://rioonwatch.org/?p=40117>

¹⁴ The Swedish National Council for Crime Prevention, <https://www.bra.se/om-bra/nytt-fran-bra/arkiv/press/2021-03-31-islamofobiska-hatbrott-yttar-sig-i-manga-olika-former.html>

¹⁵ Sabrang India, <https://sabrangindia.in/article/stop-targeting-discriminating-against-and-attacking-vendors-and-hawkers-national-hawker>

¹⁶ Open Doors UK, <https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list/burkina-faso>



In kasta oo kooxaha argagixisada ee la xiriira Islaamka ay ku badan yihiin tirakoobka caalamiga ah, haddana waxaa jira xaalado badan oo qaran oo ay kooxo kale khatar weyn ku hayaan. Hay'adaha amniga ee qaar ka mid ah wadamada reer galbeedka waxay u arkaan dadka caddaanka ah ee xagjirka ah iyo kuwa xagjirka ah ee midigta fog in ay yihiin khatarta ugu weyn ee argagixisada gudaha. Kooxahani waxay bartilmaameedsadaan dadka laga tirada badan yahay. Sannadkii 2018, kow iyo toban qof ayaa lagu dilay masaajid ku yaal Pittsburgh, USA, 51 qofna waxaa lagu dilay masaajid ku yaal Christchurch, New Zealand sannadkii 2019.



Rabshadaha ay geystaan booliiska, hay'adaha amniga ama militariga, ama kooxaha kacdoonka ee ay dowladdu maalgeliso, waxay beegsan karaan shaqsiyaad ama bulshooyinka oo dhan. Xaaladda dadka Uighur ee galbeedka Shiinaha waxay muujinaysaa sida ay u daran tahay caburinta dowladda. Haweenka Uighur waxay wajahayaan ilmo soo ridid qasab ah iyo xakameynta dhalmada, taasoo horseeday hoos u dhac weyn oo ku yimid heerka dhalashada, waxaana lagu qiyaasay 1.8 milyan oo Uighur ah in loo diray xeryo dib-u-waxbarasho ah sababo la xiriira xirashada xijaabka ama garka. Jir dil iyo kufsi ayaa laga soo sheegayaa xeryaha, halkaas oo maxaabiista loogu diido luqadooda iyo diintooda laguna beero fikirka dowladda. Dowladda Shiinaha waxay sheegtay in xerooyinku ay yihiin xarumo waxbarasho oo iskaa wax u qabso ah.¹⁷

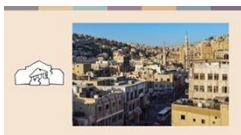
MAS'UULIYADAH DAWLADDA IYO GUUL DARRIDA



Aan ugu dambeyn eegno ku guul darreysiga dowladda ee ilaalinta dadka. **Dowladuhu waxay mas'uul ka yihiin ilaalinta xuquuqda aadanaha. Marka ay sidaasi ku guul dareystaan, takoorka iyo rabshaduhu waxay u muuqdaan in ay kordhaan, laakiin ficillada booliiska ee wax ku oolka ah ee kiisaska shaqsiga ah ayaa gacan ka geysan kara joojinta xadgudubyada.**



Sannadkii 2017, haweeney da' ah oo ka baxday diinta Islaamka una guurtay diinta Masiixiga ayaa ku dhimatay koonfurta Kyrgyzstan. Markii gabadheeda ay isku dayday inay ku aasto xabaalo dawladeed, koox uu hoggaaminayay imaam deegaan ah ayaa si xooggan u mudaaharaaday. Meydka ayaa si isdaba joog ah loogu qoday ilaa qeylo dhaan dadweyne ay ku qasabtay mas'uuliyiinta inay tallaabo qaadaan. Dembiilayaasha ayaa la horkeenay caddaaladda. Tan iyo markaas, codadka xagjirka ah ee ka dhanka ah kuwa diinta qaatay ayaa noqday kuwo aan badnaa dhicin.¹⁸



Mas'uuliyiintu inta badan way ku guul dareystaan in ay farageliyaan xadgudubyada ka dhaca qoysaska ama bulshooyinka diinta. Nadia, oo ah 22 sanno jir ardayad jaamacadeed oo Masiixi ah oo ku nool Jordan, ayaa jacayl u qaaday arday ay isla dhiganayeen – oo Muslim ah. Markii qoyskeedu ogaadeen, way diideen in ay guriga ka baxdo oo jir dil ayay u geysteen. Nadia waxay ku guuleysatay in ay ka baxsato, laakiin laba bilood ka dib, aabbaheed ayaa helay oo dilay. Maxkamaddu waxay u aragtay ujeedooyinkiisa ku salaysan 'sharafta' in ay yihiin xaalad yar oo aan loo dirin xabsiga.¹⁹

¹⁷ The Guardian, <https://www.theguardian.com/world/2020/sep/04/muslim-minority-teacher-50-tells-of-forced-sterilisation-in-xinjiang-china>

¹⁸ Forum 18, https://www.forum18.org/archive.php?article_id=2248

¹⁹ Xigasho deegaanka

GABAGABO



Bandhiggan, waxaan ku eegnay takoorka, xayiraadaha iyo rabshadaha ay u geystaan dowladaha iyo dadka bulshada dhexdeeda. Waxaan sidoo kale eegnay ku guul dareysiga dowladda ee ilaalinta dadka.

Sheekooyinka aan maqalnay, waxaan ka soo qaadan karnaa dhowr gunaanad:



- Xadgudubyadu waxay ka dhacaan dhammaan noocyada dalalka waxayna saameeyaan dadka leh diimo iyo caqiidooyin kala duwan. Waxa xaalad walba ku kala duwan tahay waa cidda ay saameysay, sida ay u baahsan yihiin, sida ay u soo noqnoqdaan, iyo sida ay dawladdu ugu lug leedahay falalkan.



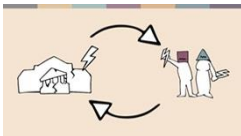
- Noocyo badan oo kala duwan oo sharciiyo iyo siyaasado dowladeed ah ayaa gacan ka geysan kara jebinta sharciga.



- Badanaa, dadka laga tirada badan yahay waxaa saameeya saameyn xun, iyo kuwa si ka duwan u fikira dadka ugu badan. Si kastaba ha ahaatee, bulshooyinka badankood waxaa sidoo kale saameyn kara xadgudubyo – gaar ahaan rabshadaha argagixisada.



- Sheekooyinka aan maqalnay waxay muujinayaan sida xadgudubyada xorriyadda diinta ama caqiidadda ay inta badan isugu xiran yihiin xadgudubyada xuquuqaha kale – tusaale ahaan, xuquuqda waxbarashada ama guurka ama xuquuqda nololaha. Sheekooyin badan ayaa muujinaya sida ragga iyo dumarka si kala duwan loogu saameyn karo – laga bilaabo dambiyada nacaybka, guurka qasabka ah, ilaa sharafta dilalka, ilaa mamnuucidda qasabka ah.



- Dhowr ka mid ah sheekooyinka aan maqalnay waxay muujinayaan sida xadgudubyada bulshada, guul darrooyinka dowladda, iyo xadgudubyada dawladdu ay isu xoojiyaan, taasoo abuurta meerto xun.



Xadgudubyada xorriyadda diinta ama caqiidadda waxay dadka caadiga ah u geystaan dhibaato shaqsiyeed oo aad u weyn. Waxay sidoo kale carqaladeeyaan bulshada. Ugu dambeyntii, qof kastaa wuxuu la ildaran yahay amni darro iyo cawaaqib xumo dhaqaale iyo bulsho.

Iyadoo aan loo eegin cidda aan nahay ama bulshada diimeed ee aan ka tirsan nahay, waxaan si weyn uga faa'iideysan karnaa xorriyadda diinta ama caqiidadda oo ay ixtiraamaan dhammaan dadka ku nool waddankeenna. Intaa waxaa dheer, dhammaanteen waxaan leenahay walaalo oo ku nool waddamo kale oo si quus ah u doonaya inay halkaas ka helaan xuquuq siman. Xuquuqda siman ee qof walba, meel walba waxay abuurin doontaa adduun farxad iyo ammaan u leh dhammaanteen.

Laba daqiiqo xaaladaha riwaayadaha yar-yar

Nooca la sharraxay ee fududeeyayaasha

Bogaggaan waxaad ka heli kartaa xaaladaha loo soo jeediyay kulanka 4 'Riwaayado yar-yar oo FORB ah oo laba daqiiqo ah'. Xaalad kasta waxaa ku jira saddex xadgudub oo FORB ah waxaana jira shan xaaladood oo laga dooran karo.

Xaaladaha: Waddada iyo shaqada

Haweeney ayaa u socotay shaqadeeda. Waxay xiraneysd dhar muujinaya diinteeda dadka laga tirada badan yahay. Qof jidka mara ayaa bilaabay in uu dhibo sababtoo ah waxa ay xiran tahay. Cidna ma caawin. Waxay aragtay sarkaalka booliis ah waxayna ka codsatay caawimo – qofkii dhibaayay ayaa cararay, laakiin sarkaalka booliiska sinaba uma caawin. Waxay timid xafiiskeeda waxayna la kulantay saaxiibkeed kaga hooseeyay shaqada oo u dabaaldegayada dallacsiintiisa. Mar labaad, looma tixgelin dallacsiin.

JILAYAASHA

Jilayaasha muhiimka ah: haweeney, dhibaateeye, sarkaalka booliis ah, qof jidka maraaya, saaxiib

Jilayaal dheeraad ah: asxaab dheeraad ah iyo dad jidka maraayay

XADGUDUBYADA XAALADAAN

Kiiskan waxa uu diiradda saarayaa dhibaataaynta iyo takoorka ku salaysan aqoonsiga diineed ee qofka iyo ku guul-daraysiga maamulku in ay wax ka qabtaan.

- Colaadhaha bulshada: dhibaataayn/ nacayb dembi.
- Dawladda oo ku fashilantay inay ilaaliso: sarkaalka booliisku ma caawiyo.
- Colaadhaha bulshada: takoorid – saqafka muraayadda ee dadka laga tirada badan yahay ee shaqada.

Xaaladaha: Goobaha cibaadada

Koox diimeed oo laga tirada badan yahay ayaa iibsatay gabal dhul waxayna ka heshay ogolaansho maamulka si ay u dhistaan goob cibaado. Waxay bilaabaan dhismihii, laakiin goobta dhismaha si joogto ah ayaa loo burburinaayay. Waxay la xiriiraan booliiska iyo maamulka deegaanka, kuwaas oo sheeganaya in aysan waxba ka qaban karin. Ugu dambeyntii waxay dhisaan goobta, laakiin mar kasta oo dadku ay halkaas u tagaan in ay cibaadaystaan, waxay la kulmaan dhibaateyn iyo dhaleecayn kaga timaada xubnaha kooxda aqlabiyadda leh.

JILAYAASHA

Jilayaasha muhiimka ah: laba xubnood oo ka tirsan kooxda laga tirada badan yahay, sarkaalka booliis ah, wakiil ka tirsan maamulka deegaanka, laba xubnood oo ka tirsan kooxda aqlabiyadda leh.

Jilayaal dheeraad ah: xubno dheeraad ah oo ka tirsan kooxda tirada yar iyo aqlabiyadda leh.

XADGUDUBYADA XAALADAAN

Kiiskan ayaa diiradda saaraya colaadaha bulshada ee salka ku haya diinta iyo ku guul-darraysiga mas'uuliyiinta inay wax ka qabtaan.

- Colaadaha bulshada: burburinta goobta dhismaha.
- Dawladda oo ku guul-darraysatay ilaalinta: mas'uuliyiintu wax tallaabo ah ma qaadaan.
- Colaadaha bulshada: dhibaataaynta ka baxsan goobta cibaadada.

Xaaladaha: Xorriyadda diinta ama caqiidadda dugsiga dhexdiisa

Wiil 12 sanno jir ah oo ka soo jeeda bulshada laga tirada badan yahay ayaa dhigtaa dugsiga hoose ee dawladda, maantana waa maalin dugsiiyeed caadi ah. Maalintu waxay ku bilaabataa ducooyin ku saleysan dhaqanka diinta ee ugu badan, kaas oo looga baahan yahay inuu ka qeyb qaato. Kadib salaadda, wuxuu aadaa cashar taariikheed kaas oo macallinka ka akhrinaayo buug waxbarasho oo ka hadlaya diinta bulshada ee wiilka laga tirada badan yahay si sharaf dhac ah. Nasashada casharka ka dib, ardayda isku fasalka dhigtaan waxay ku caayaan aqoonsigiisa diimeed awgeed waxayna ka saaraan ciyaarhooda.

JILAYAASHA

Jilayaasha muhiimka ah: wiil, macallin si uu u qabto duco/casharka taariikhda, laba arday oo fasalka wada dhigta

Jilayaal dheeraad ah: macallimiin dheeraad ah iyo arday fasal wada dhigta

XADGUDUBYADA XAALADAAN

Kiiskan ayaa diiradda saaraya xadgudubyada hay'adaha ee FORB ee ay fuliyaan jilayaasha dawladu (hay'adda waxbarashada ee ogolaata buugaagta, dugsiga, macallinka) iyo sida ay tani gacan uga geysato colaadaha bulshada.

- Xadgudubyada dawladda: ka qaybgalka khasabka ah ee salaadda diinta aqlabiyadda.
- Xadgudubyada dawladda: qoraallada takoorka ee buugaagta dugsiga.
- Colaadaha bulshada: cagajuglaynta ardayda fasalka.

Xaaladaha: Xorriyadda diinta ama caqiidadda qoyska dhexdiisa

Gabar 17 sanno jir ah ayaa doonaysay in ay jaamacad aado si ay u barato si ay u noqoto macallin. Waalidkeed way diidayaan in ay tan oggolaadaan. Taa beddelkeeda, waxay rabaan in ay guursato si ay u ilaaliso sharafta qoyska. Waxay ku doodayaan in diintoodu aysan kor u qaadin waxbarashada gabdhaha, maadaama doorka xaasaku uu yahay in ay guriga joogaan. Gabartu kuma raacsana caqiidooyinkan waxayna rabtaa in ay qaadata go'aannadeeda. Iyada oo ka baqaysa in si qasab ah loo guuriyo waxay u carartay si ay ula joogto saaxiibad ka da' weyn oo magaalo kale ku nool. Qoyskeedu waxay booliiska u wargeliyeen maqnaanshaha. Markay iyada heleen, booliisku wuxuu u celiyaan waalidkeed iyadoon raalli ka aheyn. Maalintii xigtay waxay guursatay nin aysan weligeed la kulmin oo looma ogoleyn in ay ka baxdo gurigeeda.

JILAYAASHA

Jilayaasha muhiimka ah: gabarta, hooyadeed iyo aabaheed, saaxiib, sarkaal booliis ah, gabartaa ninkeeda

Jilayaal dheeraad ah: xubno qoyska oo dheeraad ah, dadka ka qeybgalaya arooska, saraakiil booliis ah oo dheeraad ah

XADGUDUBYADA XAALADAAN

Kiiskan ayaa muujinaya isgoysyada u dhexeeya xuquuqda haweenka iyo FORB.

- Colaadhaha bulsheed (xadgudubyada qoyska): diidmada ogolaanshaha waxbarashada gabadha.
Tani waxay xadgudub ku tahay xaqa waxbarashada inanta. Sidoo kale waa xadgudub xaqeeda ah in ay nafteeda go'aansato waxa ay aaminsantahay (tusaale ahaan, ra'yiga Ilaah ee ku saabsan waxbarashada gabdhaha) iyo in ay u dhaqmaan si waafaqsan. Sidaas darteed, waxay xad-gudub ku tahay xuquuqdeeda waxbarasho iyo xuquuqdeeda FORB.
- Dawladda oo ku guul-darraysatay inay ilaaliso: booliisku waxay dib ugu celiyaan waalidkeed iyada oo aanay raalli ka ahayn iyo in kasta oo ay u nugushahay guurka khasabka ah.
- Colaadhaha bulshada (xadgudubyada qoyska): guur khasab ah iyo xorriyadda dhaqdhaqaaqa xaddidan.

FIIRO GAAR AH

Sida uu dhigayo sharciga caalamiga ah, waalidiintu waxay xaq u leeyihiin inay caruurtooda ku barbaariyaan si waafaqsan caqiidaddooda, laakiin waalidku waa inay sidoo kale ixtiraamaan awoodda sii kordheysa ee ubadku si ay u qaataan go'aannada ku saabsan diinta ama caqiidadda (iyo qeybaha kale ee nololaha).

Xaaladaha: Ka hadlida – musuqmaasuqa iyo rabshadaha

Ardayad jaamacadeed oo gabar ah oo ku sugan jaamacad ay dawladdu maamusho ayaa warbixin ka soo saartay faraxumayn galmo oo uu sameeyay barfasoor u gudbisay wargeyska ardayda. Arday wariye ah ayaa wareysi la yeeshay maamulaha jaamacadda oo ku saabsan kiiska. Jaamacaddu waxay rabtaa in ay qariso sheekada, sidaas darteed waxay ku faafiyeen warar xan ah baraha bulshada iyaga oo sheegaya in ardayga suxufiga ah uu dhaleeceeyay caqiidooyinka diimeed iyo hoggaamiyeyaasha diinta. Dad rabshado wata ayaa isugu soo ururay in ay ku mudaaharaadaan jaamacadda, iyaga oo ku eedeeyay weriyaha ardayga iyo wargeyska aflagaado. Jaamacaddu waxay tan u adeegsatay cudur daar si ay u xirto wargeyska ardayda. Booliisku waxay xireen weriyaha iyaga oo looga shakisan yahay aflagaado.

JILAYAASHA

Jilayaasha muhiimka ah: arday, suxifi, maamule jaamacadeed, laba xubnood oo ka tirsan dadka rabshadaha wada, sarkaal booliis ah

Jilayaal dheeraad ah: xubnaha dadka rabshadaha wada

XADGUDUBYADA XAALADAAN

Tusaalahani wuxuu muujinayaa isgoysyada u dhexeeya xorriyadda hadalka, ururrada iyo FORB iyo xiriirka ka dhexeeya xad-gudubyada xuquuqda aadanaha iyo musuqmaasuqa.

- Xadgudubyada dawladda: adeegsiga eedeymaha diinta ee jaamacadda (dawladdu leedahay) si loo qariyo dembi.
- Colaadhaha bulshada: mooryaan rabshado wata.
- Xadgudubyada dawladda: Booliiska ayaa xiray weriyaha ardayga.

Intaa waxaa dheer, xiritaanka wargeyska ardaydu waa xad-gudub ku ah xuquuqda ururka iyo tacabirka.

Sheekada isbeddel sameeyayaasha

Sheekada soo socota ayaa loo akhriyay iyada oo qeyb ka ah faallooyink gunaanadka kulanka 4. Waxa lagu muujiyay boggaga 41-44 ee PowerPoint-ka casharka.

Wadaad James iyo sheekadii Imaam Ashafa

Kani waa Wadaad James iyo Imaam Ashafa. 1992-kii, waxay ahaayeen niman dhallinyaro ah oo hoggaaminayay kooxo maleeshiyoyin iska soo horjeeda oo si xun ula dagaallamay dagaal diimeed oo ka dhacay waqooyiga Nigeria. Wadaadka James ayaa gacantiisa ku waayay iska hor imaadka gacan ka hadalka ah halka Imaam Ashafa uu waayay lataliyihisii ruuxiga ahaa iyo laba qof oo qaraabo dhow ahaa. Labaduba waxay noqdeen cadaw isu dhaartay oo waxay ku dhaarteen inay ka aargoosanayaan.

Dhowr sanno ka dib, kulan fursad ayaa wax walba beddelay. Intii uu socday shir ay lahaayeen hogaamiyayaasha bulshada oo ku saabsanaa tallaalka carruurta ee cudurka dabeysha, ayaa labada hoggaamiye diimeed waxaa isu keenay saaxiibo ay wadaagaan. Saaxiibkii ayaa gacmaha iskula tagay oo ku yidhi "Waan ogahay in aad awood u leedihiin in aad nabad gelisaan dawladdnimada, waxaan rabaa in aad wada hadashaan".

In kasta oo midkoodna aanu ku talo jirin in uu la hadlo kan kale, haddana waxay ka heleen meel ay wadaagaan jacaylka ay u qabaan Nigeria iyo u heellanaanta horumarka dalkooda.

"Naceybka aan u qabo Muslimiinta waagaas xad ma lahayn," ayuu yiri Wadaad James. "Waxaan u mahadcelineynaa Ilaahay in aan baranay awooddan in aan is maqalno oo aan abuurno meel ammaan ah oo wadahal ah, taas oo la'aanteed aan mar walba wax ka qaadaneyno meelo fog," ayuu sii raaciyay. "Waxaan barannay cashar qaraar."

Imaam Ashafa wuxuu xusuustaa in rabshadihii Kaduna ka dhacay 1992 ka dib, isaga iyo kooxdii ay qorsheeyeen aargoosi. Si kastaba ha ahaatee, maalin maalmaha ka mid ah, markii uu ku tukanayay masjidka, ayuu ogaaday, "Qur'anku wuxuu ina barayaa inay wanaagsan tahay in la isticmaalo waxa wanaagsan si loo beddelo xumaanta. Haddaba, haddii aad Muslim tahay oo aad diido inaad cafiso kuwa ku dhaawacay, sidee baad u noqon kartaa muuqaal dhab ah oo Muxamed?"

Labada hoggaamiye diineed waxay la halgamayeen rabitaankooda aarsi iyo aargoosiga. Si kastaba ha ahaatee, waxay sidoo kale garteen inaysan noqon karin hoggaamiyayaal run ah haddii ay nacayb ku jiraan qalbiyadooda.

Kalsooni gaabis ah balse jooqta ah ayaa ka dhex kortay Imaam Ashafa iyo Wadaad James. Xiriirkoodu waxa uu noqday mid saaxiibtinimo, taas oo keentay in la aasaaso Xarunta Dhexdhexaadinta Diimaha Masiixiga ee Muslimiinta.

Xaruntu waxa ay u dooda nabad ku wada noolaanshaha waxayna ujeedadeedu tahay in ay ka hortagto soo noqoshada colaadaha diimeed ee rabshadaha wata ee gobolka. Waxay gacan ka gaysatay in ay keento heshiisyo nabadeed ka dib rabshado ka dhacay Nigeria iyo wixii ka baxsan waxayna lataliye u tahay ururrada caqiidadda Deegaanka ah si ay ugu doodaan nabad ku wada noolaanshaha dadka diimaha oo dhan.

Xigasho

Tanenbaum. <https://tanenbaum.org/peacemakers-in-action-network/meet-the-peacemakers/imam-muhammad-ashafa-pastor-james-wuye/>



SHEEKO

KULANKA 5

Xorriyadda diinta ama caqiidadda bulshadeenna

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Saddexdii kulan ee hore waxa lagu qaatay barashada xuquuqda aadanaha ee xorriyadda diinta ama caqiidadda (FORB) iyo xad-gudubyada xuquuqda, oo ka tarjumaysa hab-dhaqankeena saxda ah iyo sahaminta arrimaha aqoonsiga, mudnaanta, iyo khasaaraha. Iyada oo casharradaas laga baranayo saldhig ahaan, kulanka 5 wuxuu ka qeybgalayaasha ku qaadaa hab is-dhexgal ah oo lagu horumarinayo falanqaynta macnaha guud ee FORB ee deegaankooda ama waddankooda. Kani waa kulankii ugu dambeeyay ee Qeybta 1 ee koorsada. Falanqaynta macnaha guud ee la sameeyay ayaa loo adeegsaday meel tixraac ahaan inta lagu jiro Qeybta 2 ee koorsada.



Ujeedooyinka waxbarashada

Casharkani wuxuu diiradda saarayaa dhisidda xirfadaha falanqaynta macnaha guud. Dhammaadka casharka, ka qeybgalayaashu waxay awoodi doonaan in ay:

- sharaxaan dhibaatooyinka/xadgudubyada la xiriira FORB ee ay la kulmaan dadka iyo kooxaha kala duwan ee bulshadooda
- cadeeyaan sida xadgudubyada FORB u saameeyaan haweenka iyo gabdhaha bulshada dhexdeeda si ka duwan ragga iyo wiilasha
- damqasho u muujiyaan dadka ka soo jeeda beelaha kale ee ay saameeyeen xadgudubyada FORB.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Soo dhaweyn iyo hordhac	3 daqiiqo
Layliga furitaanka: Shabakadda wanaagsan Ka qeybgalayaashu waxay aqoonsadaan waxyaalaha wanaagsan ee ku saabsan bulshadeenna.	12 daqiiqo
Soo bandhigid: Sida ay arrimuhu uga sii daraan (iyo ugu ficnaadaan) Soo bandhiga qalab lagu falanqaynayo macnaha guud ee loo yaqaan saddexda weji ee cadaadis.	10 daqiiqo
Layliga khariidaynta: Khariidadda FORB ee magaaladeena, qeybta 1 Ka-qeybgalayaashu waxay horumariyaan saldhigga falanqaynta macnaha guud ee FORB iyada oo loo marayo layli is-dhexgal ah.	60 daqiiqo
Tamariyaha: Soco oo joogso Madadaalo, jimicsi jireed oo ay dadku sameeyaan lid ku ah waxa loo sheego.	5 daqiiqo
Dood guud: Khariidadda FORB ee magaaladeena, qeybta 2 Ka qeybgalayaashu waxay falanqeyaan waxa ay sameeyeen qeybta hore ee layliga.	25 daqiiqo
Gabagabada faallooyinka iyo sheekada isbeddel sameeyayaasha Wuxuu soo afjaraa kulan diiradda lagu saaray dhibaatooyinka ku saabsan qoraal rajo leh.	5 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

2 saacadood

HADDII AAD SOO GABAGABEYNAYSO KOORSADA KA DIB KULANKA 5

Haddii aadan ku talo jirin inaad socodsii 'Qeybta 2: Safarka isbeddelka', ama haddii ka qeybgalayaasha qaarkood aysan ku biiri doonin qeybta 2, waxaad u baahan kartaa inaad ku darto hawlaha soo socda dhammaadka casharkan. Ama waqti u yeelo tan adiga oo gooynaaya layliga Shabakadda wanaagsan' oo soo gaabin layliga khariidadda 10 daqiiqo ama socodsii kulan dheer.

Layliga qiimeynta: Madaxa, wadnaha, gacmaha

Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay ka fikiraan waxa ay la qaadanayaan koorsada.

15 daqiiqo

Mahad celin iyo nabad gelyo

Ha iloobin in aad dabaaldegto!

5 daqiiqo

Isu diyaari

U diyaari kulanka si waafaqsan hagista bogga 15, 'Sida loo diyaargaroo kulan kasta'. Xusuusnow – waad taqaan kooxdaada! Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho wax kasta oo ka mid ah casharrada, adoo ku habaynaya baahiyaha kooxdaada.



WAX YAR AKHRIN DHEERAAD AH

Marka laga soo tago akhrinta agabka kulanka, aad bay faa'iido u leedahay inaad isu diyaariso adiga oo akhriyaha xaaladda xorriyadda diinta ama caqiidda (dadka diimaha oo dhan iyo midna) ee dalkaaga. Inta badan, waxaan ognahay oo keliya dhibaatooyinka ay la kulmaan kooxdayada, ama kooxaha ugu waaweyn ee bulshada. Akhris yar oo aad samayso waxa ay awood kuu siinaysaa in aad caawiso ka qeybgalayaashaada.

Waxaad ka heli kartaa tilmaamo ku saabsan halka aad macluumaadkan ka heli karto bogagga 153-154.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabyada soo socda si aad u socodsii casharkan:

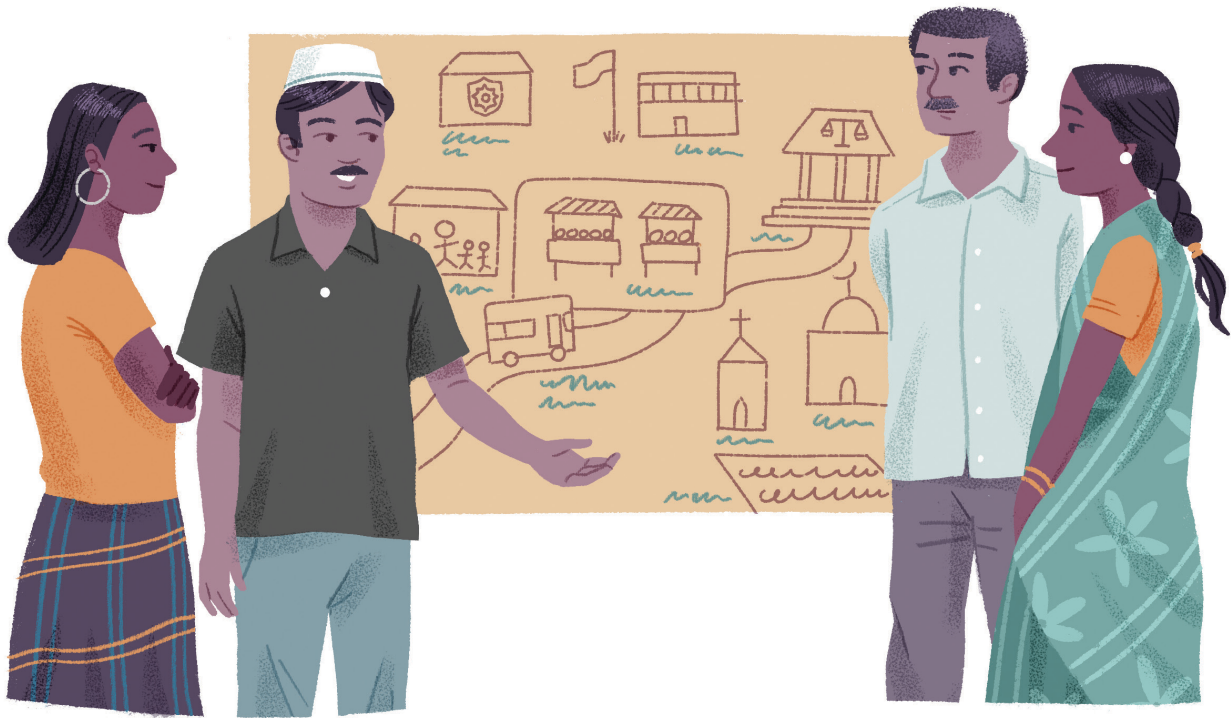
- Kubad jilicsan oo dhogor ama xarig ah oo loogu talagalay layliga 'Shabakadda wanaagsan.
- 'Khariidad' jaantus rogromada ah oo horay loo sii diyaariyay oo loogu talagalay 'Khariidadda FORB ee layliga magaaladeena'.
- Haddii aad wado layliga qiimaynta 'Madaxa, wadnaha, gacmaha', waxaad u baahan tahay hal nuqul qoraaleed oo ka mid ah ka-qeybgale kasta.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).

DIYAARI QOLKA

Kulankani, waxa fiican in lagu bilaabo kuraas u yaal goobo nus-wareeg ah oo xagga hore u jeeda, oo meel bannaan oo dhexda ku leh. Kooxdu waxay u baahan doontaa in ay awood u yeelato in ay si xor ah ugu wareegaan. Qol weyn oo aan lahayn miisas ayaa fiican!



'Khariidadda FORB ee magaaladeena'

"Ka qeybgalayaashu waxay ku riyaaqeen FORB ee layliga magaalada – waxay u shaqeysay si fiican. Waxay siisay fursad ay ku fekeraan xadgudubyada ay la kulmaan nolol maalmeedka waxayna kiciyeen wada-hadallo qoto dheer. Way ku fiican tahay horumarinta hal-abuurka, falanqaynta, fekerka muhiimka ah iyo xirfadaha wada shaqaynta."

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Soo dhaweyn 3 daqiiqo

MAXAA LA DHAHAA

Qof walba ku soo dhawey kulanka. Ku bilow casharka adiga oo sharaxaya waxyaabaha soo socda:

- Saddexdii kulan ee u dambeeyay, waxaanu eegnay xuquuqda aadanaha ee xorriyadda diinta ama caqiidadda. Waxaan baranay xuquuqda aan leenahay iyo noocyada xadgudubyada kala duwan ee dhici kara. Waxa kale oo aanu dib u milicsanay micnaha uu xaqani inagu leeyahay waxaanu baarnay arrimaha aqoonsiga, mudnaanta iyo khasaaraha.
- Kulankani, waxaanu diirada saari doonaa falanqaynta xaaladdeena si aan u ogaano dhibaatooyinka ay kala kulmi karaan dadka ama kooxaha kala duwan. Waxaan sameyneynaa taas anagoo abuurayna xoriyad muuqaal ah oo diin ah ama aaminsan 'map' aaggeena si wadajir ah. Laakiin ka hor intaan bilaabin inaan eegno dhibaatooyinka, aan ka fikirno waxyaabaha wanaagsan!



HADAL GAABAN

2. Layliga furitaanka: Shabakadda wanaagsan 12 daqiiqo

FIIRO GAAR AH

Layligani waa mid xiiso leh oo wax ka dhigaya qodob, laakiin muhiim maaha habka casharka. Waxa laga yaabaa inaad door bidayso inaad jarto layligan si aad wakhti dheeraad ah ugu hesho 'FORB khariidadda ee magaaladeena' dood guud, kaas oo wakhtigu aad u adag yahay.



LAYLI GUUD

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Layligani waa hab madadaalo leh oo lagu abuurayo matalaad muuqata oo ah waxyaalaha wanaagsan ee aan uga mahad celineyno bulshadeena, ka hor intaan loo gudbin dhibaatooyinka.

AGABYADA

- Kubad dhogor ah (ama xarig).

SIDA LOO BARO LAYLIGA

(Giraantu waa in la cabbiraa si ay ka qeybgalayaashu si fudud isugu tuuraan kubbadda dhogorta.)

Sharax waxyaabaha soo socda

- Waxaan isku tuuri doonaa kubad dhogor ah oo giraanta ka gudubta midba midka kale.
- Ka hor intaan kubada tuurin, qof kastaa waa inuu dhamaystiraa jumlada soo socota, "Wax wanaagsan oo ku saabsan ku noolaanshaha magaaladayda waa.." Tusaale ahaan, "Wax wanaagsan oo ku saabsan ku noolaanshaha magaaladayda waa inaan u dhawaado qoyskayga", ama kooxda kubbadda cagta ama dugsiga deegaanka. Laguuma ogola inaad sheegto wax qof kale hore u yiri markaa way adkaan doontaa intaan ku socono!
- Markaad kubbadda tuurto, hal gacan ku qabo dunta dhogorta ah oo kubbadda inteeda kale u tuur dhinaca kale. Tani waxay abuuri doontaa xarig kugu soo biira qofka kaa horreeya iyo qofka kaa dambeeya. Ku hay xarigga layliga oo dhan.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Laftaada ku billow jimicsiga adiga oo dhamaystiraya bayaanka oo ku tuuraya kubbadda dhogorta qof jooga dhinaca kale ee giraanta. Xusuusnow inaad xajiso dhammaadka dhogorta! Si tartiib tartiib ah ayaa loo abuuri doonaa 'shabakad' u dhaxaysa ka qeybgalayaasha.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA

Marka qof kastaa hal mar qabsado dhogorta, jooji layliga laakiin weydii dadka inay xajiyaan xargaha.

Ku soo gabagabeey fikradaha soo socda:

- Sidee buu hadda u eg yahay booska bannaan ee noo dhexeeya? Shabagga caarada ama shabagga laga yaabaa?
- Xataa haddii kalfadhigan diiradda lagu saarayo dhibaatooyinka ka jira dalkeena ama bulshadeena, waxaa jira dad wanaagsan iyo waxyaabo wanaagsan oo sidoo kale dhacaya. Waxaa jira waxyaabo shaqeyaa!
- Waxaa muhiim ah in aan xasuusanno waxyaabahan markaan ka shaqeyneyno inaan beddelno dhibaatooyinka. Qeyb ahaan sababtoo ah waxay na siinayaan xoog iyo rajo. Intaa waxaa dheer, qeyb ahaan sababtoo ah shabakadaha dadka wanaagsan iyo waxyaabaha wanaagsan waxay noqon karaan illo naga caawiya wax ka qabashada dhibaatooyinka.

3. Soo bandhigid: Sida ay arrimuhu uga sii daraan (iyo ugu fiicnaadaan) 10 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Fikraddan gaaban waxay xoojisaa aqoonta ka qeybgalayaasha ee hababka ay xadgudubyadu uga sii daraan bulshada. Waxa kale oo ay ku siinaysaa qalab lagu falanqeeyo macnaha guud kaas oo lagu isticmaalo 'khariidadda FORB ee layliga magaaladaada' ee soo socota.

AGABYADA

- Qoraalka bandhigga waxaa laga heli karaa bogga 107 ee hagahan.
- Qoraalku waxa uu u dhigmaa bogga 3-13 ee kulanka PowerPoint waxaana lagu daraa qoraallada ku hadla ee bogaggan.
- Nooca qoraalka ee Word oo la tafatiran karo ayaa laga helayaa agabka la socda ee casharka.

DIYAARGAROW HORE

U diyaari si waafaqsan tilmaanta lagu bixiyay bogga 15, 'Sida loo diyaargarobo kulan kasta'. Akhri oo la qabso qoraalka iyo sawirada PowerPoint (ama samee jaantuska xaashida rogrogmata leh ee dhibcaha muhiimka ah ee bogga) oo ku celceli inaad soo bandhigto bandhigga si wadajir ah islaaydka/ jaantusyada xaashida rogrogmata.



SOO BANDHIGID

TALO! Weydii dadka inay kaydiyaan su'aalaha/falooyinka ilaa dhamaadka bandhigaag.

4. Layliga khariidaynta: Khariidadda FORB ee magaaladeena, qeybta 1 60 daqiiqo

SHARAXAAD

Layligani waxa uu isticmaalayaa khariidad rogaal celis ah oo magaalada ah iyo jilayaal si ay uga caawiyaan ka qeybgalayaasha in ay khariidadeeyaan oo ay falanqeyyaan xadgudubyada la xiriira FORB macnaha guud. Waayo-aragnimada ka-qeybgalayaasha iyo aqoonta loo isticmaalo oo ay la socoto aqoon kasta oo dheeraad ah oo aad keento fududeeye ahaan. Layligani waxa uu leeyahay laba qeybood oo tamariye uu dhexda kaga jiro.

UJEEDDO

Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha si ay u horumariyaan aqoonta iyo fahamka sida arrimaha FORB u saameeyaan dad kala duwan oo ku saabsan xaaladdooda iyo in ay bartaan xirfadaha khariideynta xad-gudubyada xuquuqda aadanaha isticmaalaya qaab fudud, muuqaal.

AGABYADA

- 'Khariidadda' jaantuska rogrogmada oo horay loo sii diyaariyay (eeg tilmaamaha hoose)
- Qalimaanta jaantuska rogrogmada



DIYAARGAROW HORE

Waxaad awood u yeelan doontaa inaad si buuxda uga qeyb qaadato layligan haddii aad wax ka akhrido xaaladda FORB ee dalkaga ee u diyaargarowga kulankan. Ka hel xiriirinta agabyada aad ku akhrido boggaga 153-154.

Samee diyaarinta wax ku oolka ah ee soo socota ka hor kulanka:

• SAMEE KHARIIDADDA FORB EE MAGAALADAADA

Isku dheji afar xaashida jaantuska ee rogrogmata oo xirmo isku. Ku sawir khariidad tuulo/magaalo xaashida. Ku dar sawirro qallafsan ama magacyada 10 meelood oo kala duwan oo dadku kala kulmi karaan dhibaatooyin la xiriira diinta ama caqiidadda. (Fiiri sawirka bogga 98)

Hoos waxaa ku yaal liiska meelaha la soo jeediyay ee lagu daro khariidadaada'. Ka tag wax kasta oo aan khusayn macnaha guud, ku beddel kuwa kale oo ku habboon. Hubi inaad ku darto guryaha, meelaha cibaadada, meelaha caamka ah sida dukaamada iyo meelaha 'rasmiga ah' sida saldhiga booliiska.

Markaad sawirto khariidadda, ka tag meel bannaan oo badan inta u dhaxaysa meelaha, laakiin isku ururi meelaha aad isku dhow yihiin tusaale ahaan, xafiisyada dawladda ee kala duwan.

Ha isku dayin inaad isku daydo oo aad wax walba ku rakibto hal jaantus xaashi rogrogmata – waxaad u baahan doontaa meel bannaan oo aad ku qorto sawirada inta lagu jiro jimicsiga.

Meelaha lagu taliyay in lagu daro khariidadaada: Guryaha, dugsiyada, Cisbitaalka, Goobaha Cibaadada, Suuqyada, Warshada, Beerta, Baska, Saldhigga Booliiska iyo Maxkamada, Xafiiska Dawladda ee ogolaanshaha qorsheynta, Xafiiska dawladda ee arrimaha diinta, iyo xafiiska dawladda ee diiwaangelinta dhalashada, dhimashada, iyo guurka.

(Nooca kale: U qeybi kooxo oo weydii koox kasta inay samaysato khariidad u gaar ah. Ku dhammaata jawaab celin guud. Waxaad ku daraysaa 20 daqiiqo.)

• U DIYAARI JAANTUS XAASHIDA ROGROGMATA OO JILAYAAL LEH

U diyaari 1-2 warqado rogaal celis ah oo ay ku qoran yihiin xarfaha soo socda, adigoo ku beddelaya erayada hoosta ku xarriiqan magacyada diimaha khuseeya xaaladda dalkaaga. Tusaale ahaan, intii aad qori lahayd 'naag yar oo laga tirada



LAYLI GUUD

badan yahay' waxaad qori kartaa tusaale ahaan. naag Baha'i. Qoraalku waa inuu ahaadaa mid weyn oo cad oo qof walba ku filan inuu wax ka akhriyo meel fog.

JILAYAASHA

- **Aqlabiyadda** wiil/nin
- **Aqlabiyadda** gabar/naag
- **Aqlabiyadda** hoggaamiyaha diinta
- **Tirada ugu badan** wiil/nin
- **Tirada ugu badan** gabar/naag
- **Tirada ugu badan** hoggaamiyaha diinta
- **Dadka laga tirada badan yahay** wiil/nin
- **Dadka laga tirada badan yahay** gabar/naag
- **Dadka laga tirada badan yahay** hoggaamiyaha diin
- Naag ka soo baxday **diinta aqlabiyadda** illaa **diinta laga tirada badan yahay**
- Nin ka soo baxday **diinta aqlabiyadda** illaa **diinta laga tirada badan yahay**
- Lab cawaan ah oo aragtidiisu ay ka soo muuqatay baraha bulshada
- Lamaanayaasha diimaha ka dhexeeya (cadee diinta ay haystaan ninka iyo naagtu)
- Loolame: haweeney **aqlabiyadda ah** oo dhaqankeeda/fikradaheeda ay ka soo horjeedaan caadooyinka dhaqanka **aqlabiyadda**
- Dhaleeceyn: qof dhaleeceeya fikradaha diinta ama dabecadaha, ama dhaqanka jilaa diineed, ama sida dowladdu ulla dhaqanto diinta

Horey u dhig khariidadda jaantuska rogromata iyo jilaa xaashida jaantuska rogromata ku dheji gidaarka ka hor kulanka.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 10 DAQIIQO

• SOO BANDHIG JAANTUSKA ROGROGMADA 'KHARIIDAD'

Weydii kooxda inay istaagaan wareega barkii ee ku wareegsan khariidadda jaantuska rogromata. Sharax waxa soo socda:

- Dadku waxay la kulmaan dhibaatooyin xagga xorriyadda diinta ama waxay aaminsan yihiin xaalado iyo goobo la taaban karo. Waxa laga yaabaa inay la kulmaan hadalo nacayb ah baska dhexdiisa ama baraha bulshada, takoorida shaqada ama dhibaatooyinka la kulankooda gobolka – siyaasadaha iyo sharciyada, saraakiisha Deegaanka ah ama ciidanka booliiska.
- Meelahaas ama xaaladahan qaarkood ayaa lagu arki karaa 'khariidadan'. (Tax meelaha aad ku sawirtay/ ku qortay khariidada).
- Khariidaddani waxay matalaysaa magaaladeena ama aaggeena, laakiin waxaan sidoo kale si ballaaran uga fikiri karnaa waddankeenna. Waxaan khariidada ku sawiri doonaa mashaakilaadka la xiriira xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda.

• SOO BANDHIG JILAYAASHA

Sharax in khariidadeynteenu ay ka qaadan doonto barta ay ka bilaabato dhowr jilayaal kuwaas oo laga yaabo in ay la kulmaan dhibaatooyin la xiriira xorriyadda diinta ama aaminsanaanta hal ama in ka badan oo ka mid ah meelaha khariidaddeena.

Hoos ka akhri liiska jilayaasha jaantuska xaashida rogromata. Weydii haddii jilayaasha la kulmi kara dhibaatooyinka ay maqan yihiin kuna dar jilayaal sida ay kooxdu u aragto inay ku habboon tahay.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 50 DAQIIQO

• KA FIKIR (5 DAQIIQO)

Weydii qof kasta inuu aamuso, soo xullo jilaa uu u malaynayo inuu la kulmi doono dhibaatooyin la xiriirta xorriyadda fikirka, damiirka, diinta iyo caqiidadda waddankooda/bulshadooda.

Weydii inay eegaan khariidada, oo ku bixi 3 daqiiqo inaad ka fikirto Su'aalaha soo socota: Meelaha ee 'khariidada' ku taal ayaa dabeecadaada ay la kulmi doontaa dhibaatooyin sababtoo ah fikradahooda ama aqoonsigooda diineed, dhaqankooda ama waxay aaminsan yihiin? Dhibaato noocee ah ayay la kulmi doonaan?

Hubi in ay caddaato in hawshu tahay in la khariidadeeyo khibradaha dhibanayaasha xadgudubyada halkii diiradda la saari lahaa dembiilayaasha.

• **LA WADAAG OO DUKUMEENTI** (45 DAQIIQO)

1. Weydii hal qof inuu sheego jilaaga ay doorteen iyo, si kooban, meelaha khariidada ku yaal ee jiladiisu ay la kulmi karto dhibaatooyin iyo nooca dhibaatooyinka ay yihiin.

Xaashiyaha jaantuska rogrogmata, si kooban u ogow jilidda iyo nooca dhibaatooyinka ay ku sheegaan meel kasta oo dhibaato la soo gudboonaato. Tusaale ahaan, waxaad baska agtiisa ku qori kartaa 'Lamaane-diimeed ka dhexeeya – dhibaatayn'.

Jooji qofka wax la wadaagaya 2 daqiiqo ka dib, xitaa haddii ay keliya sheegeen meelo/dhibaatooyin ay ka fikireen. Tani waa si loo hubiyo in dadka kale ay helaan waqti ay wax ku biiriyaan!

2. Weydii haddii qof kale uu doortay isla jilaa iyo haddii ay hayaan dhibco dheeraad ah oo ay ka sameeyaan jilaagan. Ku dhiiri geli doodaha iyo sheeko-sheekaynta waqtigan.
3. Weydii haddii mid ka mid ah jilayaasha kale ay la kulmi doonaan dhibaatooyin isku mid ah isla meelo isku mid ah. U fiirso jilayaashan ku xiga dhibaatooyinka ay khusayso.

Ku soo celi qodobbada 1-3 xagga sare weydiinaya qof kale jilaa ay doorteen. Sii wad inaad dhex marto jilayaasha ilaa 10 daqiiqo ay ka harsan tahay 45 daqiiqo ee loo qoondeeyay. Halkaa marka ay marayso, weydiiso qof kasta oo dhibaato haysato oo aan weli laga hadlin, inuu yimaado oo ku qoro dhibka meesha ku habboon ee khariidadda, adoo tilmaamaya jilidda ay khusayso. Qaado daqiiqadaha ugu dambeeya akhrinta midba midka kale wax ku kordhinta.

Layligani wuxuu ku sii socdaa dood guud kadib tamar-geliyaha.

5. Tamariyaha: Soco oo joogso 5 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka qeybgalayaashu waxay raacaan tilmaamaha, sameynta lid ku ah wixii la yiri.

UJEEDDO

Si kor loogu qaado heerarka tamarta loona iftiimiyo niyadda kulanka diiradda saaraya dhibaataada.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Mar talaabooyinkan soo socda:

- Weydii kooxda in ay ku kala fidaan hareeraha qolka.
- Ku amar ka qeybgalayaasha inay socdaan marka aad tiraahdo "SOCODA" iyo in ay joojiyaan socodka markaad tiraahdo "JOOGSADA". Soo saar amarradan taxane ah, si kastaba ha ahaatee, 20 ilaa 30 ilbiriqsi.
- Ku dhawaaq in micnaha amarrada lakala bedelo, "SOCODA" macnaheedu waa joogsi iyo "JOOGSADA" waa socoda, soo saar amarro taxane ah 30 ilbiriqsi oo kale.
- Ku dhawaaq laba amar oo cusub: Marka ay maqlaan "MAGAC" qof kastaa waa inuu magaciisa kor ugu sheegaa; oo marka ay maqlaan "SACAB", qof walba hal mar ha u sacabiyo. Waa inay sii wadaan inay joogsadaan ama socdaan inta ay tan sameyn ayaan.



LAYLI GUUD

Ka hl
**CASHAR
FIIDIYOOW**
ah layligan
[halkan.](#)

- Ku celceli labadan amar ee cusub si wada jir ah "SOCODA" iyo "JOOGSADA" (kuwaasi oo weli macnahooda la rogay).
- Ugu dambeyntii, ku dhawaaq in macnaha labadii amar ee ugu dambeeyay lakala – markaad wacdo "MAGACA" qof kastaa waa inuu sacbiyaa oo ka soo horjeeda.
- Sii wad ciyaarta ilaa shan daqiiqo ay ka dhammaato.

6. Layliga falanqaynta: Khariidadda FORB ee magaaladeena, qeybta 2 25 daqiiqo

SHARAXAAD

Tani waa sii wadida layliga ka horeeyay tamariyaha. Qeybtan ka mid ah layliga ka qeybgalayaashu waxay ku falanqeynayaan indha-indhayntii ay ku sameeyeen layliga khariidaynta, iyagoo isticmaalaya qaabka saddexda weji ee lagu soo gudbiyay bandhigga.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 5 DAQIIQO

Weydii qof kasta inuu ku fariisto wareeg-goobo horteeda khariidadda jaantuska

- U sheeg kooxda inay falanqeynayaan natiijooyinka khariidaddooda iyagoo isticmaalaya qaabka ay ku barteen hadalka.
- Weydii haddii qof uu xasuusan karo saddexda weji. Markay ka jawaabaan tus PPT islaaydh 13 mar kale ama jaantuska rogrogmada oo isku mid ah oo erayo isku mid ah ay ku qoran yihiin.
- Weydii haddii ay xusuustaan macluumaad qaldan oo xusuusi haddii loo baahdo.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 20 DAQIIQO

Weydii su'aalahan soo socda oo ku qor qodobbada muhiimka ah ee dooda xaashida jaantuska rogrogmata ee bannaan. Haddii mashaakil dheeri ah ama jilayaal ay ka soo baxaan dooda, ku qor kuwan khariidada sidoo kale.

- Ma jiraan tusaalayaal macluumaad qaldan, takoorid iyo rabshado ku jira khariidadeena?
- Yaa ku dareen geliyay dhibaatooyinka aan aqoonsannay?
 - Yaa si gaar ah ugu nugul bulshadeena?
 - Dumarka iyo gabdhuhu ma la kulmaan dhibaatooyin iyo nuglaansho ka duwan kan ragga iyo wiilasha?
- Intee in le'eg ayay dhibabku u yihiin soo noqnoqoshada, cabbirka iyo saamaynta?
 - Soo noqnoqoshada: Dhibaatooyinka aan aqoonsannay miyay dhacaan mar mar ama marar badan? Midkood miyay nidaamsan yihiin – oo lagu dhisay habka ay bulshadu u shaqeyso?
 - Miisaanka: Ma dad yar ama dad badan ayay dhibaatadu saamaysay? Waa kuwee dhibaatooyinka saameeya dadka intiisa badan?
 - Saamaynta: Dhibaatooyinke ayaa saamaynta ugu daran ku leh kuwa ay saameeyeen? Xusuusi kooxda in xitaa haddii dhowr qof ay saameeyso, haddii xadgudubku uu saameyn xun ku yeesho dadkaas, runtii waa dhibaatada halista ah.
- Yaa ka qeyb qaadanaya dhibaatooyinka?
 - Dawladdu si firfircoon ma u geysataa xad-gudubyo, ma ka fogaatay dhibaatooyinka ay dadka kale abuureen, mise si firfircoon u dhiirrigelinta FORB?
 - Miyaynu weligay qeyb ka nahay dhibaatada, ogaal ama ogaal la'aan?



DOOD GUUD

- Ma jiraan jilayaal – shakhsiyaad ama bulsho diimeed – dhibaatooyinkooda aynaan runtii ka warqabin ama si sax ah u fahmin? Ma ogaan karnaa waaya-aragnimadooda oo ma ku dari karnaa khariidadeena iyo falanqaynteena?
- Sidee loo aqoonsanayaa dhibaatooyinkan oo ay ku dareensiinaya?

Inta dooda socoto, isku day in aad muujiso sida tusaalooyinka ay soo bandhigeen ka qeybgalayaashu ay muujinayaan sida xadgudubyada FORB ay inta badan u lug leeyihiin ku xadgudubka xuquuqaha kale, tusaale ahaan, xuquuqda haweenka, iyo xuquuqda waxbarashada ama shaqada. Ka dhig qodobka in xuquuqdeena aadamaha ay dhammaan isku xiran yihiin. Waan u baahanahay dhamaantood!

TALO! Keydso khariidadda FORB ee xaashida jaantuska ee magaaladeena, adigoo ku dhaafaya gidaarka haddii ay suurtagal tahay. Waxaad u baahan tahay dhammaan kulammada mustaqbalka.

FIIRO GAAR AH

Waxaad si sahlan u isticmaali kartaa in ka badan 20 daqiiqo tan. Ha ku daalin inaad ka hadasho hal su'aal si aad u dabooosho su'aalaha ugu badan ee suurtagalka ah. Waxa aad qorshayn kartaa wakhti dheeraad ah doodan, adiga oo jaraya layliga 'Shabakadda wanaagsan'.

7. Gabagabada faallooyinka iyo sheekada isbeddel sameeyayaasha 5 daqiiqo

SHARAXAAD

Hadalkan yar waxa uu soo xiraa kulanka, waxa uu isku xiraa isbeddel sameynta isaga oo isticmaalaya sheekadii qof caadi ah oo u istaagay xaqa uu u leeyahay FORB, waxa aanu u sheegayaa ka qeybgalayaasha waxa laga filayo kulanada soo socda.

MAXAA LA DHAHAA

Samee qodobbada soo socda. Isticmaal bogagga 14-19 ee kulanka PowerPoint si aad u muujiso sheekada Emina haddii ay suurtagal tahay (ama daabac boggan si aad kor ugu qaaddo).

- Hadda waxaan joognaa gabagabada shanta kulan ee ka kooban qeybtii 1 Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka.
- Kulamadaan, waxaan ku eegnay xuquuqda aadanaha, xorriyadda diinta ama caqiidadda, aqoonsiga, mudnaanta, iyo khasaaraha iyo xaaladda xorriyadda diinta ama caqiidadda dalkeenna iyo bulshadeena. Ugu yaraan kulanka maanta, waxaan diirada saarnay dhibaatooyinka ay dadku la kulmaan.
- Waxa laga yaabaa in aynaan had iyo jeer ku heshiin waxa dhibku yahay ama waxa u baahan in la beddelo. Laakiin, waxaa jira waxyaabo aan ku heshiin karno iyo isbeddellada aan dhammaanteen dooneyno in aan aragno.
- Marka la eego dhammaan dhibaatooyinka aan aqoonsannay, waxaan heysanaa laba ikhtiyaar: in aan dareemno niyad-jab iyo awood la'aan ama in aan aqoonsanno wax la taaban karo, haba yaraatee, in aan isku dayno inaan isbeddelno. Si aan u noqono kuwa wax ka bedela bulshooyinkeena.
- Ka akhri sheekada Emina bogga 109 oo tus islaaydhada PowerPoint 14-19 (ama daabacaadaha boggan).
- Aan siino Emina sacab weyn shaqadeeda iyo nafteena sacab weyn oo aan ku buuxinay qeybta 1 ee koorsadan! Qeybta, 2 ee koorsada, waxaan diiradda saari doonaa sida aan isbeddel u sameyn karno – hababka aan isticmaali karno iyo isku dhafka qorshayaasha waxqabadka.



Waxyaalaha dheeraadka ah ee kooxuhu waxay sameyn ayaan keliya kulamada 1-5 ee koorsada

Haddii aad keliya socoto Qeybta 1 ama koorsada, fadlan ku dar walxahan soo socda dhamaadka casharka 5. Midkoodna qorshee kulanka in uu dheeraado 20 daqiiqo AMA gooya Layliga 1: Shabakadda wanaagsan oo gooya 5 daqiiqo layliga khariidaynta.



LAYLI
SHAQSIYEED

8. Layliga qiimeynta: Madaxa, wadnaha, gacmaha 15 daqiiqo

Layligan fudud ee qiimeynta shakhsi ahaaneed waxa uu caawiyaa ka qeybgalayaasha in ay ka fikirkaan waxa ay la qaadanayaan koorsada.

AGABYADA

- Mid ka mid ah 'Madaxa, wadnaha, acmaha' warqad-warbixineed ka qeybgale kasta.
- Hal qalin ka qeybale kasta.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Sii ka-qeybgale kasta qoraal-gacmeed.

U sharax in ay sameyn ayaan layli qiimeynta ah si ay uga fikirkaan waxa iyaga, shakhsi ahaan, ay guriga kula qaadanayaan koorsada. Si cad u sheeg in xaashiyada la soo ururin doono si ay kaaga caawiyaan qiimeynta koorsada ama inay xaashida u qaadan karaan guriga iyaga oo xasuusin ahaan ah. Waa muhiim inaad iska ilaaliso dadka qora milicsiga gaarka ah haddii aad ururinayso xaashida!

SIDA LOO WADO LAYLIGA 13 DAQIIQO

Weydii ka qeybgalayaasha si ay u milicsadaan arrimaha soo socda:

- Ka fikir waxa aad ka faa'iidayatay xagga aqoonta iyo fikradaha, ka qor fikirkaaga madaxa.
- Ka fikir dareenkaaga, waxyaabaha aad naftaada ka heshay ama dabecadaha cusub ee aad leedahay oo tan qalbiga ku qor.
- Iyo, ka fikir fikradaha aad hayso si aad tallaabo u qaaddo ama aad si ka duwan u sameyso. Gacanta ku qor tan.
- Isku day inaad si gaar ah u noqoto intii suurtoagal ah. Sii 5 daqiiqo si ay tan u sameeyaan.

Iyada oo ku xidhan tirada kooxdaada, ama ku wareeg giraanta adoo qof walba weydiisanaya inuu la wadaago hal shay ama weydii ka qeybgalayaasha inay lammaane isu noqdaan si ay u wadaagaan oo u milicsadaan. (8 daqiiqo)

(Nooca kale: Ku sawir madaxa, wadnaha iyo gacanta saddex xaashiyo jaantus rogrogmata oo kala duwan. Weydii ka qeybgalayaasha inay ka jawaabaan su'aalaha sare ee qoraallada ka dambeeya oo ku dheji xaashida jaantuska rogrogmata. Ka wada hadal natiijooyinka guud ahaan.)

9. Mahad celin iyo nabad gelyo 5 daqiiqo

Inta koorsadu socoto, ka qeybgalayaashu si fiican ayay isu barteen oo wakhtigooda iyo tamartooda ayay ku bixiyeen geeddi-socodka. Waa markii la dhihi lahaa mahadsanidiin oo aan u dabaaldegn fikradaha cusub, fahanka, xirfadaha iyo xiriirka ay horumariyeen inta lagu jiro koorsada! Qorshee xaflad aad u gaaban oo aad ku tiraahdo si fiican ayaa loo qabtay mahadsanidiin. Waxaa laga yaabaa inaad jeceshahay inaad heesto, ereyo kooban tiraahdo, tukato, dheesho iwm. Shahaado ayaa diyaar u ah inaad daabacdo oo siiso ka qeybgalayaasha haddii aad rabto.

Xigasho

Soco oo joogso: Mark Collard, Playmeo. www.playmeo.com/activities/energizer-warm-up-games/walk-stop/

Qoraalka Bandhigga

Sida ay arrimuhu uga sii daraan (iyo ugu fiicnaadaan)

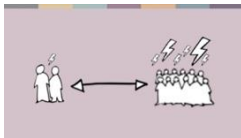
Qoraalkan bandhigga kulanka 5 waxaa lagu muujiyay bogagga 3-13 ee PowerPoint-ka kulanka.

HORDHAC



Kulankii ugu dambeeyay:

- waxaan diiradda saarnay sida xadgudubyada xorriyadda diinta ama caqiidadda u egyihiin iyo sida ay u saameeyaan nolosha dadka,
- waxaan ka fikirnay cidda geysanaysa xadgudubyada – dawladda, iyada oo loo marayo sharciga iyo ficillada ama ficil la'aanta mas'uuliyiinta, ama dadka bulshada ku jira,
- waxaan u adeegsannay riwaayad sidii qalab aan ku bilaabayno sahaminta waxa xadgudubyadani u ekaan karaan iyo in aan ku dhaqanno aqoonsashada.



Hadda waxaan ka fikiri doonnaa sida xadgudubyadu uga gudbaan dhexdhexaad xumaan ilaa ka sii xun – laga bilaabo dhacdooyin marmar ah oo saameeya shakhsiyaadka ilaa weeraro nidaamsan, baahsan oo daran oo lagu qaado xuquuqda dadka. Hal dariiqo oo looga fikiro sida ay wax u sii xumaanayaan waa in laga fikiro saddex marxaladood – Macluumaad khaldan, Takoor iyo Rabshado.

SADDEX MARXALADOOD OO CADDIBAAD AH

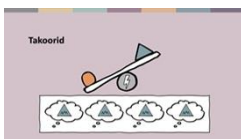


Marxaladda koowaad waa macluumaad khaldan. Marxaladdan, nacayb, fikrado khaldan, iyo been ayaa laga faafiyaa shaqsiyaad ama kooxo dad ah – sida kuwa laga tirada badan yahay ee diinta. Nacaybkani wuxuu ku faafaa siyaabo badan – waxa waalidiinta, macallimiinta, iyo buugaagta dugsiga ay carruurta baraan, raadiyaha ama baraha bulshada, ama khudbadaha siyaasiyiinta iyo wacdiga hoggaamiyeyaasha diinta.



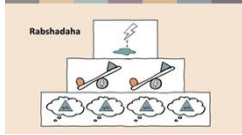
Bulsho ma jirto oo ka xor ah eex, laakiin marka aan la iska indho tirin eexda iyo fikradaha khaldan, gaar ahaan marka ay dhiirrigeliyaan hoggaamiyeyaasha siyaasadda iyo diinta, way koraan si ay u abuuraan dhaqan dulqaad la'aan ah oo ay u huriyaan xiisadaha u dhexeeya kooxaha.

Marka ay taasi dhacdo, waxay noqotaa mid fudud ama xitaa caadi u ah dadka caadiga ah, maamullada deegaanka iyo xitaa dowladda in ay bilaabaan in ay ka fikirkaan oo ay hadlaan oo keliya, laakiin sidoo kale ay u dhaqmaan siyaabo takoora dadka kale. Macluumaad khaldan ayaa ka dhigaya takooridda mid la aqbali karo. Qaabkeeda ugu daran, macluumaad khaldan ayaa loo adeegsadaa in lagu dhiirrigeliyo dadka in ay rumaystaan in aan takoorka oo keliya aheyn laakiin sidoo kale rabshaduhu ay yihiin kuwo la aqbali karo ama xitaa sax ah.



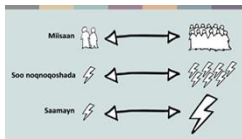
Takoorku wuxuu saameeyaa dadka dhinac kasta ee nolosha. Kulankii ugu dambeeyay, waxaan eegnay tusaalooyin ku saabsan takooridda dowladda – tusaale ahaan, sharciyada qoyska iyo aqoonsiga shaqsigaa ee takoorka leh, takooridda habka booliiska iyo maxkamadaha ay u dhaqan geliyaan sharciga, iyo takooridda bixinta adeegyada sida waxbarashada. Waxaan sidoo kale aragnay tusaalooyin ku saabsan takooridda ka jirta waaxaha sida gaarka loo leeyahay oo saameysa helitaanka dadka shaqada.

Bulsho ka xor ah takoorka, laakiin takoorka baahsan ee nidaamsan wuxuu sii jiri karaa oo keliya marka lagu dhiso dhaqan jaahilnimo iyo dulqaad la'aan ah. Takoorku ma sii socon doono ilaa dadka intiisa badan ay aqbalaan.



Intaa waxaa dheer, sida macluumaadka khaldan uu u abuurto aasaaska takoorka, macluumaadka khaldan iyo takoorka oo wadajira ayaa ah aasaaska rabshadaha. Rabshadaha bulshadu waxay qaadan karaan qaabab badan – laga bilaabo burburinta ilaa dhibaataaynta ilaa hanjabaadaha ilaa gacan ka hadal. Intaa waxaa dheer, rabshadaha dawladdu waxay ku lug yeelan karaan xarig aan kala sooc lahayn, jir dil, iyo rabshado ku salaysan jinsiga.

MIISAANKA, SOO NOQOSHADA IYO SAAMEYNTA



Saddexda nooc ee dhibaatooyinka – macluumaad khaldan, takoorka iyo rabshadaha – waxay ku dhici karaan heerar kala duwan oo baaxad iyo soo noqnoqosho ah, iyo heerar kala duwan oo saameyn ah. Xadgudubku wuxuu saameyn karaa dhowr shakhsiyaad ama kooxo waaweyn. Waxay noqon kartaa mid aan joogto ahayn, joogto ah ama nidaamsan – taasoo la macno ah in ay ku dhex jirto nidaamyada iyo qaab-dhismeedka bulshada. Intaa waxaa dheer, waxay yeelan kartaa saameyn xaddidan ama daran dadka ay saameysay.



Waayo-aragnimada dalal badan ayaa noo sheegaysa in marka nacaybka iyo macluumaadka khaldan ay sii bataan, takoorku uu sii bato. Marka labada arrimoodba ay sii bataan, fursadda rabshado baahsan oo halis ah ayaa kordha. Hal shay ayaa horseedda mid kale. Tani waxay u ekaan kartaa mid niyad jab leh, laakiin fahamka sida ay wax u sii xumaanayaan waxay naga caawin kartaa in aan ka fikirno sida ay wax u fiicnaan karaan.

GABAGABO

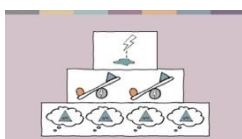


Dhammaantood waxay ka bilaabmaan sida aan u fikirno, u wada hadalno oo aan u dhaqanno midba midka kale. Taasina waa wax midkeen kasta uu wax ka qaban karo – qoysaskeena iyo shabakadaha shaqsiyeed. Waxa kale oo suurtoagal ah in aan wax ka qaban karno heer bulsho – tusaale ahaan bulshooyinkeena diimeed, dugsiyada iyo goobaha shaqada.

Dabcan, tani kuma filna. Waxaan sidoo kale u baahan nahay in aan beddelno nidaamyada rasmiga ah ee takoora oo waxyeleeya dadka – laga bilaabo sharciiyo xun ilaa dhaqanka mas'uuliyiinta sida macallimiinta dugsiga ama saraakiisha booliiska.



Si loo suurto geliyo isbeddelka noocaas ah, waxaan u baahan nahay dadka laga tirada badan yahay ee yaqaan xuquuqdooda oo diyaar u ah in ay u istaagaan, aqlabiyadda diyaar u ah in ay la istaagaan, iyo hoggaamiyeyaasha siyaasadda iyo diinta oo fahma mas'uuliyadda ay ka saaran yihiin in ay ixtiraamaan, ilaaliyaan, iyo kor u qaadaan xuquuqda aadanaha.



Ka dhigista arrintan mid dhab ah waa geedi socod gaabis ah oo adag. Geedi socodkaasi wuxuu bilaabmaa marka aan falanqeyno duruufaha jira oo aan aqoonsanno dhibaatooyinka jira. Ma isticmaali karnaa qaabkan saddex-geesoodka ah ee macluumaadka khaldan – takoorka – rabshadaha si uu nooga caawiyo inaan taas sameyno?

Mahad celin

Qoraalkan wuxuu ku salaysan yahay qaabka 'Saddexda Marxaladood ee Caddibaada' oo uu sameeyay Johan Candelin.

Sheekada isbeddel sameeyayaasha

Sheekada soo socota ayaa loo akhriyay iyada oo qeyb ka ah faallooyinka gunaanadka kulanka 5. Waxa lagu muujiyay boggaga 14-19 ee PowerPoint.

Sheekada Emina, Bosnia Herzegovina

Dhamaadkii dagaalkii Bosnia ee 1995, muuqaalka diinta ee Bosnia Herzegovina ayaa si weyn isu beddelay. Meelo ay muslimiintu u badnaayeen waxay noqdeen masiixiyiin aqlabiyad iyo lid ku ah. Xiisadda qowmiyadeed iyo tan diinta ayaa maanta taagan, dadka ku noqda deegaannadii ay markii hore ka yimaadeen ayaa si gaar ah u nugul.

Tani waa Emina. Emina waxa ay rabtay in ay gacan ka geysato isbeddel togan, sidaa awgeed waxa ay qaadatay koorso gaaban oo ku saabsan xuquuqda aadanaha oo ay maamusho NGO Bosnia ah oo la yiraahdo Nahla.

"Wax badan ayaan ka helay koorstada, waan fahmay waxa ay ka dhigan tahay xorriyadda diinta ama caqiidadda, waxaana bilaabay in aan garto xadgudubyada aniga ahaan. Waxaan bilaabay in aan ka warbixiyo hadallada nacaybka baraha bulshada."

Koorstada ka dib, Nahla waxay Emina u soo bandhigtay koox dhalinyaro ah oo iskaa wax u qabso ah oo adeegsada warbixinnada warbaahinta maxaliga ah iyo kuwa qaranka ee la ixtiraamo si ay u diiwaan geliyaan xadgudubyada ka dhanka ah xorriyadda diinta ama caqiidadda dalka, iyaga oo ururinaya liis dhammaan dhacdooyinka dhaca sannad kasta.

Emina waxay tiri, "Waxaan haynaa su'aalo aan u isticmaalno si aan u kala saarno dhacdooyinka – tusaale ahaan bulshada ay saameeyeen iyo nooca xadgudubyada – hanjabaadaha, weerarrada hantida ama weerarrada dadka iyo wixii la mid ah."

Kooxdu waxay warbixinteeda u dirtaa maamulka iyo warbaahinta Bosnia iyo hay'adaha caalamiga ah sida Ururka Amniga iyo Iskaashiga Yurub (OSCE), oo inta badan ku jira macluumaadka tabaruceyaasha warbixintooda sannadlaha ah.

Emina ayaa tiri, "Waxaan u maleynayaa in dhammaan ficilladeenu ay isbeddel sameeyaan, si kasta oo ay u yar yihiin. Diiwaangelinta iyo keenista dareenka caalamiga ah ee xadgudubyada waxay gacan ka geysan kartaa ka dhaadhicinta mas'uuliyiinta inay arrimaha si dhab ah u qaataan. Kor u qaadista wacyiga ku saabsan xad-gudubyada xuquuqul aadanaha waxay naga caawinaysaa inaan fahanno eexdayada gaarka ah."

Xigasho

Emina Frljak, PRVI iyo Xarunta Nahla ee Waxbarashada iyo Cilmi-baarista



SHEEKO

Kulamada 6-9



Qeybta 2: Safarrada ku wajahan isbeddel

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka ahi waxay higsanaysaa inay u diyaariso ka qeybgalayaasha inay noqdaan Xorriyadda Diinta ama Caqiidda (FORB) beddelka bulshooyinkooda. Habka isbeddelku waa safar dheer oo mararka qaarkood adag. Sida safar kasta, waxay kaa caawinaysaa inaad haysato khariidad iyo inaad ogaato sida aad uga safri doonto A ilaa B!

Qeybta 2 ee koorsadu waxay caawisaa ka qeybgalayaasha inay qorsheeyaan 'safarkooda isbeddelka'. Ka-qeybgalayaashu waxay bartaan tabo (ama habab) kala duwan oo loo isticmaali karo in lagu hormariyo FORB iyo xuquuqaha kale, waxaana lagu hagayaa habka qorshe-hawleed ee dhibaataada FORB ee ay aqoonsadaan. Casharradu waxay diiradda saaraan xirfadaha iyo waxqabadka – diyaarinta ka qeybgalayaasha si ay ugu socdaan hadalka!

Qeybta 2 waxa ku jira afar kulan, oo loo qeybiyay laba lammaane. Lammaane kastaa waxa uu wadaagay ujeeddooyin waxbarasho iyo hal hab oo wax barasho oo ku fidsan labada kulan.

- Kulamada 6 iyo 7 waxay diiradda saarayaan barashada tabaha, sahaminta sida ka qeybgalayaashu ay u isticmaali karaan si ay u horumariyaan xuquuqda aadanaha iyo in lagu dhiirgeliyo sheekooyinka dadka isticmaalaya xeeladahaas si ay isbeddel u sameeyaan.
- Kulamada 8 iyo 9 waxay diiradda saarayaan qorshaynta hawl-qabadka – horumarinta fikrado la taaban karo si isbeddel looga sameeyo bulshada dhexdeeda. Ka qeybqaatayaashu waxay horumariyaan xirfadaha qorshaynta waxqabad waxayna ku celceliyaan iyagoo isticmaalaya qalabka qorshaynta. Iyada oo ku xiran nooca kooxdaada, qorshayaasha hawl-qabadku waxa ay noqon karaan qorshayaal dhab ah oo la hirgeliyo ka dib koorsada ama qorshayaasha 'Ku celceli'.

KULANKA 6

Waxaa dhiirigeliyay sheekooyin – Waxaa awood siiyay xeelado

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Kulamada 6 iyo 7 waa 'Iammaane' – oo leh ujeedooyin waxbarasho oo la wadaago iyo hal hab oo waxbarasho.

Waxaa jira siyaabo badan oo looga shaqeeyo horumarinta xuquuqda aadanaha, kuwaas oo lagu soo koobi karo 15 xeeladood. Kulamada 6 iyo 7 waxay soo bandhigayaan tabahan heer aasaasi ah. Inkasta oo kulanka 6 ay ku jiraan bandhigga, diiradda ayaa ah barashada iyo kasbashada dhiirigelinta sheekooyinka iyo milicsiga labada dhinac, halkii ay ka ahaan lahayd aragti.

Halkii laga siin lahaa aqoon qoto dheer oo hal ama laba xeeladood ah, kulamadani waxay indhaha u furaan dadka siyaabo badan oo kala duwan oo ay isbeddel ku sameyn karaan. Bogagga 155-158, waxaad ka heli kartaa tilmaamo agabyo dheeraad ah oo bixiya waxbarasho qoto dheer oo ku saabsan xeeladahan qaarkood.

DULMARKA 15-KA XEELADOOD

XEELADAHA GURMADKA DEGDEGGA AH: Ka hortag; Jooji oo badbaadi; Caawimo waco oo ka dig.

XEELADAHA ISBEDDELKA: Ololaha; U doodista; Dhiirigelinta; Iska caabinta.

XEELADAHA DHISMAHA: Dhisid wacyigelin; Dhisidda ka-qeybgalka; Dhis xirfadaha; Dhisidda cilaqaadka iyo shabakadaha.

XEELADAHA BOGSASHADA: Taageerada agabka iyo mid nafyeed ah; Xadgudubyada dukumentiga; Iftiimin oo xus; Raadi caddaalad iyo magdhow.

FIIRO GAAR AH

Nuxurka kulamada 6-7 waxa ay adeegsadaan qaab la isku habeeyey oo ah qaab dihis-meedka xeeladaha av soo saartay Xeeladaha Cusub ee Mashruuca Xuquuqda Aadanaha, oo ay maamusho Zarunta Dhibanayaasha Jirdilka. www.newtactics.org Mareegtan waxay ku siin kartaa dhiirigelin badan!

Ujeedooyinka waxbarashada

Kulamada 6 iyo 7 waxay diiradda saarayaan horumarinta aqoonta la xiriirta xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha.

Dhammaadka kulanadan, ka qeybgalayaashu waxay noqon doonaan:

- awood u leh in uu sharaxaad fudud ka bixiyo afarta qaybood ee xeeladaha kala duwan ee loo isticmaali karo horumarinta xuquuqda aadanaha oo ay bixiyaan tusaalayaal ficillada nooc kasta
- muujiyaan rabitaan ah inay kor u qaadaan xuquuqda aadanaha ee bulshadooda
- waxay si wadajir ah u cadeeyeen ugu yaraan shan fal oo ay qaadi karaan shakhsi ahaan, iyo shan tallaabo oo kooxaha/ururada ay ku lug leeyihiin ay qaadi karaan, si kor loogu qaado FORB bulshadooda.

FIIRO GAAR AH

Xusuusnow in xaqiiqada ahdaaftan waxbarasho ay ku xirnaan doonto meesha ay ka soo bilowdaan kooxdaada. Ujeedada ujeeddooyinka waxbarashadu waa in la tilmaamo meelaha ay fududeeyayaashu ka raadin karaan horumarka xagga aqoonta, dabecadaha iyo xirfadaha ka qeybgalayaasha. Horumark wuxuu u dhici karaa si tartiib tartiib ah inta lagu jiro koorsada, halkii lagu gaari lahaa ha kulan.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Layliga furitaanka: Isbeddel sameeyayaasha kooxaha guuxa sheekada

Casharka waxa uu ku bilaabmayaa dhiirigelin kuwo kale.

20 daqiiqo

Milicsiga layliga: Daawadayaasha iyo daaweeyayaasha

Waxay suurtagelisaa ka fiirsashada sababta aan mararka qaarkood u dhaqanno si aan u joojinno caddaalad-darrada iyo mararka qaarkoodna u diidno.

25 daqiiqo

Layli shaqsiyeed: Yaan ahay aniga?

Layliga sawir-qaadista oo awood u siinaya in dib loo milicsado xaaladaha kala duwan ee aan ku sameyn karno isbeddel.

15 daqiiqo

Soo bandhigid: Xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha'

Soo jeedin muhiim ah oo la isticmaalayo sawirka dabka si loo soo bandhigo afar nooc oo xeelado ah oo kor loogu qaadayo xuquuqda (Xeeladaha gurmada degdegga ah, Isbeddelka, Dhismahaida iyo bogsashada).

10 daqiiqo

Layli kooxeed leh jawaab celin guud: Ka hadalka ku saabsan xeeladaha gurmada degdegga ah

Ka qeybgalayaashu waxay ka wada hadlayaan xeeladaha 'xaalad degdegga ah' waxayna maskaxda ku hayaan siyaabaha loo isticmaalo.

45 daqiiqo

Gabagabada faallooyinka

Isku xireysa dhibcaha inta u dhaxaysa qaybaha kala duwan ee kulanka.

5 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

2 saacadood

Isu diyaari

U diyaari kulanka si waafaqsan tilmaanta bogga 15, 'Sida loo diyaargarooobo kulan kasta'. Xusuusnow – waad garanaysaa kooxdaada! Waxaa lagugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho wax kasta oo ka mid ah casharrada si aad ugu habayso baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabyada soo socda si aad u maamusho kulankan:

- Xaashida jaantuska rogrogmata oo ku filan iyo qalinka midabaynta ee ka qeybgale kasta si uu mid u haysto.
- 'Khariidadda FORB ee magaaladeena' xaashida jaantuska rogrogmata ee lagu sameeyay chasarkii hore.
- Xaashida jaantuska rogrogmata oo cinwaankeedu yahay 'Fikirka ficil: Xeeladaha gurmada degdegga ah' iyo qoraallo bada oo la dhajiyay.
- Daabacaadda boorka kooban ee Xeeladaha iyo dhammaan boorka xeeladaha gurmada degdegga ah.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).

- (Ikhtiyaar ah) Haddii aadan isticmaalin PowerPoint waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad daabacdo sawirada sheeko-is-bedel sameeyaha ee laga soo qaaday bogagga PowerPoint 3-10.

DIYAARI QOLKA

Kulankan, waa fikrad wanaagsan in lagu bilaabo in kuraasta ay u yaalaan goob-nuskeed oo xagga hore u jeedda. Ku dheji 'khariidada FORB' iyo 'Fikirka ficil: Xeeladaha gurmadka degdegga ah' xaashida jaantuska ku dheji gidaarka ka hor inta uusan casharku bilaaban.



'Yaan ahay aniga?'

“Daawadayaasha-Daaweeyayaasha iyo layliga ‘Yaan ahay aniga’ waxay abuureen dareeno isku dhafan. Waxaa jiray murugo markii aan ogaanay inta jeer ee aan nahay dad goob-joojo ah, oo ay ku jiraan baraha bulshada. Laakiin barashada dhammaan xeeladaha la taaban karo ee aan adeegsan karno waxay na siisay rajo badan sida aan u beddeli karno oo aan u noqon karno isbeddel-sameeyayaal firfircoon. Waxaa jiray dareen xooggan oo ka go'an adeegsiga xeeladaha kooxda.”

UKOHA NGWOBIA, FUDUDEEYE, NIGERIA

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Layliga furitaanka: Isbeddel sameeyayaasha kooxaha guuxa sheekada 20 daqiiqo

SHARAXAAD

Saddex sheeko ayaa la akhriyaa ka dibna looga doodayaa koox guux yar.

UJEEDDO

Si loo soo bandhigo nidaamka Qeybta 2 ee koorsada oo aan u bixiyo bilow wanaagsan casharka, anagoo ka qaadanayna wax-ka-beddelka ficillada ay qaadeen kuwa kale

AGABYADA

- Bogga PowerPoint 1-10 ama daabacaadaha Bogga.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Ku soo dhaweeey qof walba kulanka oo sharax waxa soo socda::

- Kulamada ilaa hadda, waxaan ku baranay xuquuqul aadanaha, xaqa uu u leeyahay xorriyadda diinta ama caqiidadda iyo ku xadgudubka xuquuqda. Waxaan sidoo kale khariidadeynay xadgudubyada FORB ee bulshadeena.
- Hadda wixii ka dambeeya, waxaan diiradda saari doonaa ficilka! Kulankan iyo kan xigaba, waxa aynu ku ogaan doonaa habab ama farsamooyin kala duwan oo loo adeegsan karo horumarinta xuquuqul aadanaha oo aan ka fikirno sidii aan u isticmaali lahayn xeeladahaass. Labada kulan ee ugu dambeeya, waxaan diiradda saari doonaa sameynta qorshayaal hawleed.
- Waxaan ku bilaabaynaa inaan maqalno saddex sheeko oo ku saabsan dadka sameyn aya isbeddelka xorriyadda diinta ama caqiidadda bulshadooda.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 16 DAQIIQO

- Akhri saddexda sheeko ee 'isbeddel sameeyayaasha' bogga 124 125, addoo isticmaalaya bogag 3-10 ee casharka PowerPoint ama daabacaadaha boggan.
- Weydii ka qeybgalayaasha in ay saddex u kala qeybiyaan dadka ag fadhiga oo ay ka wada hadlaan: Sheekadee ayaa kugula hadashay ama kugu dhiirigelisay maxaase sababay?

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Ku soo gunaanad adiga oo leh in xitaa haddii xaaladaha sheekadu ay aad uga duwanaa karaan kuwayada, iyo xitaa haddii ficillada ay dadku qaadeen aysan ahayn waxyaabo nagu habboon in aan sameyno, waxaan rajeyneynaa in kuwan hal-abuurka iyo geesiyaasha ah ee isbeddel sameeyayaasha ahi ay nagu dhiirigelin karaan in aan rumaysno in isbeddelku suurtoagal yahay oo mudan in loo halgamo. Si loo rumaysto in qof kastaa uu wax sameyn karo, haba yaraatee, si uu isbeddel u sameeyo.

2. Layliga milicsiga: Daawadayaasha iyo daaweeyayaasha 25 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka-qeybgalayaashu waxay ka fiirsadaan waqtiyada ay soo farageliyeen si ay u joojiyaan caddaalad-darrada (si kasta oo ay u yar yihiin) iyo waqtiyo aanay waxba sameyn, iyaga oo ka hadlaya arrimaha naga dhigaya inay aad ugu eg tahay in aan ku dhaqaaqno.



LAYLI KOOXAHA
GUUXA



LAYLI GUUD

UJEEDDO

Layliga ayaa ujeedadiisu tahay:

- Ka caawiya ka qeybgalayaasha inay gartaan in mid kasta oo inaga mid ah uu leeyahay, mar uun, labaduba waxay u dhaqmeen sidii 'goob-jooge' (iyagoo iska aamusa markaan aragno caddaalad darro), iyo 'daaweeya (anaga oo u taagan xuquuqdeena ama qof kale), si kastaba ha ahaatee jid yar.
- Ka caawiya ka qeybgalayaasha inay aqoonsadaan doorashooyinka ula kac ah iyo tillaabooyinka ay qaadi karaan si ay u noqdaan kuwo firfircoon, 'daaweeyayaal' marka la eego xadgudubyada xuquuqda.

AGABYADA

- Hal xaashi A4 ka qaybgale kasta.
- Qalimaan ama qalin qori caadi ah oo ku filan ka qeybgale kasta si uu u haysto hal ama laba.
- Jaantuska rogrogma / sabuurad cad iyo qalimaan calaamadeeye.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Sii qof kasta warqad A4 oo maran ka codso inuu laabi kala bar oo ku qor kelmadda 'daawade' barkeed sare, kelmadda 'bogsiiye'na qeybta sare ee kale.

Sharaxa waxa soo socda:

- Waxaan sameyn doonaa layli naga caawiya in aan ka fikirno waaya aragnimadeena isbeddel sameynta.
- Goobo-joogaha waa qof iska aamusa oo aan waxba sameyn marka uu arko caddaalad darro dhacaysa – tusaale ahaan cagajugleyn ama takoorid.
- Daaweeye waa qof ka hadla ama sameeya wax u hiiliya qofka ama dadka ay saameysay cadaalad darada.
- Xooga saar inaan dhammaanteen ciyaarnay labadan door waqtiyo kala duwan.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 20 DAQIIQO

• QOR OO SAWIR (5 DAQIIQO)

Weydii ka qeybgale kasta inuu qoro ama sawiro tusaale wakhti markii ay doorarkan ku ciyaareen qoraalkooda. Tani waxay noqon kartaa xaalad maalinle ah, tusaale ahaan markii ay dalbadeen caawimaad markii ay arkeen arday ay isku fasalka yihiin oo loo cagajugleeyo, ama marka ay hadlaan marka xubin qoyska ka mid ah ama saaxiibkiis si xun loola dhaqmo. Ama xilli ay ahaayeen dad goob-jooge ah oo aan gargaar u yeerin ama aan ka hadlin xaaladahan oo kale sabab kasta ha ahaatee.

• DOOD GUUD (15 DAQIIQO)

Ku billow adigoo xoogga saaraya in qof walba uu ciyaaro labada door hal mar ama mid kale, ka dib weydii laba ama saddex mutadawiciin tusaale ahaan wakhti ay ahaayeen goob jooge ama bogsiiye. Ha ka hadlin dhacdooyinka gaarka ah, maadaama aysan taasi ahayn ujeeddada layliga. Si fudud u xaqiiji khibradaha dadka.

Kadib kooxda weydii su'aalaha soo socda:

- Sidee sameynta layligan ku darensiiyay?
- Maxaad marna tallaabo u qaadi jirtay marna u yeeli wayday? Maxaa keenay faraqa?
- Maxaa kaa caawin kara inaad ka guurto goob-jooge oo aad u gudubto qof u taagan xuquuqdaada iyo xuquuqda dadka kale?

Jawaabahooda ku qor xaashida jaantuska rogrogmata/boorka cad.



DOOD GUUD

Isku day inaad qodobadan soo socda ka soo saarto jawaabaha dadka ee Su'aasha u dambaysa, ama aad dadka ku dhiirigeliso inay jawaabahaas ka bixiyaan, adoo isticmaalaya su'aalaha la xiriira qodobadan:

- Waxaan aad u jecelnahay inaan wax ka qabanno marka aan xiriir la leenahay ama aan dareenno dhibbanaha.
- Waxaan u janjeernaa in aan aad ugu kalsoonaano oo aan tallaabo qaadno marka aynaan keligood ahayn, gaar ahaan sida qeyb ka mid ah koox abaabulan.
- Waxaan u muuqannaa inaan kalsooni badan ku qabno haddii aan aqoon u leenahay Dulucda iyo 'nidaamka' – maxay yihiin sharciyadu iyo cidda aan u dacwooneyno ama ka codsaneyno caawimaad.
- Waxaan u badan nahay inaan kalsooni badan yeelano haddii aan diyaargarowno – haddii aan ka fikirnay xaaladda oo aan qorsheyntay sida aan rabno in aan horay ugu dhaqaaqno ama haddii aan horay u sameynay. Doorka-ciyaartu waxay noqon kartaa hab fiican oo lagu tababarto!

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 3 DAQIIQO

Ku soo gunaad dooda adiga oo iftiiminaya kuwan soo socda, adigoo tusinaya bogga 11 ee PowerPoint:

- Waxaan qaadan karnaa go'aanno miyir-qab ah si aan u noqonno daaweeyayaal halkii aan ka ahaan lahayn kuwa daawadayaal, tusaale ahaan in aan dhisno xiriirka dadka ay saameeyeen xadgudubyada xuquuqda, isu abaabulida kooxo, raadinta macluumaadka aan u baahanahay iyo qorsheynta sida aan rabno inaan u wada dhaqno.
- Mar walba ma awoodno in aan wax ka qabanno – had iyo jeer ma noqon doonto ammaan ama wax dhisid in sidaas la sameeyo! Laakiin waxay u badan tahay in aynu wax ka qabano oo aad waxtar u yeelano haddii aynu dhisno xiriir, wada shaqayno iwm.
- Tilmaan xaashida jaantuska rogrogmata khariidadda FORB ee magaaladeena. Weydii dadka in ay si aamusnaan ah uga fikiraan dhibaatooyinka liiska ku jira ee ay jeclaan lahaayeen in ay daaweeyayaal u noqdaan. (U ogolow daqiiqad dadka in ay fikiraan, laakiin ha ku casuumin jawaabaha.)
- Kulamada haray, waxaynu ka fikiri doonaa SIDII aynu uga gudbi lahayn dad daawadayaal ah oo aynu uga gudubno daaweeyayaal la xiriira dhibaatooyinkan.

3. Sawirka layliga: Yaan ahay aniga? 15 daqiiqo

FIIRO GAAR AH

Layligani waa mid madadaalo leh oo qodob ka dhigaya, laakiin muhiim uma aha habka kulanka. Waxa laga yaabaa inaad door bidayso inaad jarto layligan oo aad wakhti badan siiso layliyada kale.



**LAYLI
SHAQSIYEED**

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Ka qeybgalayaashu waxay aqoonsadaan 'meesha' ay isbeddel ku sameyn karaan iyagoo sawiraya shabakadooda shakhsi ahaaneed iyo kuwa xirfadeed.

AGABYADA

- Xaashida jaantuska rogrogmata iyo qalimaan.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Qof walba sii xaashida jaantuska rogrogmata iyo jaantuska rogrogmada/qalinka midabeynta.

Sharax waxa soo socda:

Dhammaanteen waxaan nahay qeyb ka mid ah bulshada aan ku leenahay xiriirro badan oo aan ku ciyaarno doorar kala duwan – qoysaskeena, goobaha shaqada ama bulshooyinka iimaanka, iyo shabakadaha asxaabta iyo kuwa aan naqaanno.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 10 DAQIIQO

Sharax waxa soo socda:

Waxaan hadda isku dayi doonaa inaan sawirno shabkadayada gaarka ah. Naftaada ku sawir xarunta dhexe ee warqadda ka dibna ku sawir shabakadahaaga qaybaha kala duwan ee warqadda.

Taasi waxay noqon kartaa:

- Qoyska iyo asxaabta.
- Goobtaada shaqada iyo asxaabtaada/dugsiga iyo saaxiibada dugsiga.
- Beesha caqiidaddooda, iyo kooxaha kale ee bulshada ee aad ka tirsan tahay – laga yaabee iyada oo loo marayo hiwaayad sida koox ciyaartooy, ama kooxda haweenka. Waxay noqon karaan kooxo rasmi ah ama shabakado aan rasmi ahayn.
- Shabakaddaada warbaahinta bulshada.

Mid kasta oo ka mid ah kooxaha ama shabakadaha aad aqoonsanayso, ka fikir nooca doorka aad ka ciyaari karto si aad u horumariso xorriyadda diinta ama caqiidadda ama iyada oo loo marayo goobtaas. Waxaad haysataa 10 daqiiqo.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 4 DAQIIQO

Weydii qof walba inuu dhex istaago goobo oo uu kor u qaado sawirradiisa. Ka faallooda sida ay hodanka iyo xiisaha u leeyihiin sawiradu iyo sida ay u muujinayaan doorarka badan ee kala duwan, ee aan ka ciyaarno nolosha.

Samee qodobbada soo socda:

- Mid kasta oo ka mid ah goobaha kala duwan ee aan aqoonsannay, waxaan ciyaari karnaa doorka ah inaan noqono daawade ama daaweeye firfircoon. Waxaan noqon karnaa illo kor u qaada xorriyadda diinta ama caqiidadda iyo shabakadahan iyo kooxahan.
- Wax kasta oo aad maqashid oo aad qabato inta ka harsan koorsada fadlan ka fikir saddex su'aalood. (tus bogga PowerPoint 12 ama jaantuska rogrogmada oo leh su'aalo isku mid ah.)
 - Maxaan sameyn karaa?
Ma ku shaqeyn karaa doorkayga waalid ahaan, ilmo, saaxiib ama deris ahaan? Maxaan ku sameyn karaa doorka aan ku leeyahay shaqada ama doorarka aan ku leeyahay noloshayda gaarka ah – tusaale ahaan bulshada caqiidaddeeda?
 - Maxaan sameyn karnaa haddaan is abaabulno oo la wada shaqeeyo?
Bulshada caqiidaddeeda, kooxda dhalinyarada ama goobta shaqada ma qaadi karaan hindise tusaale ahaan?
 - Maxaan ku dhiirigelin karnaa dadka/ururada kale inay sameeyaan?
Waxa jira waxyaabo aynaan sameyn karin oo ay kuwa kale sameyn karaan. Malaha bulsho oo caqiido kale ah, ama maamulaha dugsiga deegaanka ayaa tallaabo qaadi kara. Yaan ku dhiirigelin karnaa inuu ficil sameeyo?

4. Soo bandhigid: Xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha 10 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Bandhigan waxay ujeedadiisu tahay in la abuurto wacyigelin ku saabsan habab wax ku ool ah oo ka qeybgalayaashu ay kor u qaadi karaan xuquuqda aadanaha, bandhig a afar nooc oo xeelado oo ay dadku isticmaali karaan si kor loogu qaado xuquuqda aadanaha.



SOO BANDHIGID

AGABYADA

- Qoraalka soo jeedinta waxaa laga heli karaa bogga 121 ee hagahan.
- Qoraalku wuxuu u dhigmaa bogagga 13-24 ee casharka PowerPoint oo lagu daray kuwa ku hadlaa waxay ku qoraan boggan.
- Nooca qoraalka ee Word oo la tafatiran karo ayaa laga helayaa agabka la socda ee casharka.

DIYAARGAROW HORE

U diyaari si waafaqsan tilmaanta lagu bixiyay bogga 15, 'Sida loo diyaar garoobo kulan kasta'. Akhri oo la qabso qoraalka iyo sawirada PowerPoint (ama samee xaashida jaantuska rogrogmata ee qodobada muhiimka ah ee bogga) oo ku celceli inaad soo bandhigto bandhigga si wadajir ah xaashida jaantusyada.

TALO! Weydii dadka inay kaydiyaan su'aalaha /falooyinka ilaa dhamaadka bandhigaaga.

5. Layliga dooda: Ka hadalka ku saabsan xeeladaha gurmada degdegga ah 45 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Layli wada hadal kooxeed kaas oo ka qeybgalayaashu ay ku bartaan xeeladaha gurmada degdegga ah iyagoo eegaya tusaalooyin wax ku ool ah oo ku saabsan sida dadku u isticmaalaan si ay wax uga qabtaan dhibaatooyinka la xiriira FORB. Ka-qeybgalayaashu waxay dib u milicsadaan xeeladaha iyo fikrado maskaxeed si ay ugu adeegsadaan horumarinta FORB ee bulshadooda, horumarinta aqoonta iyo xirfadaha waxqabadka marka ay sidaas sameyn ayaan.



LAYLI KOOXEED

AGABYADA

- Daabacaadda dhammaan boorarka 'xeeladaha gurmada degdegga ah.
- Ku dheji qoraalo iyo qalimaan.
- Xaashida jaantuska rogrogmata kor kaga qoran 'Fikrado ficil: Xeeladaha gurmada degdegga ah'.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 4 DAQIIQO

Samee qodobbada soo socda:

- Inta ka hartay kulankan, waxaanu diiradda saari doonaa xeeladaha gurmada degdegga ah oo aan ka fikiri karno haddii aan u adeegsan karno wax ka qabashada dhibaatooyinka la xiriira FORB ee bulshadeena. Xeeladaha kale ayaynu ku eegi doonaa casharka xiga.

- Layligan, waxaanu labadeenaba ku baran doonaa xeeladaha gurmada degdegga ah oo aan maskaxdeena ku soo bandhigno inta ugu badan ee suurtoalka ah ee waxqabad ee bulshadeena. Fikirka – maxaan sameyn karaa, maxaan sameyn karnaa, maxaan ku dhiirigelin karnaa kuwa kale inay sameeyaan?
- Laakiin ka hor intaan bilaabin, aan is xasuusino waxa ka dhigan FORB 'xaalad degdegga ah'. Xeeladaha gurmada degdegga ah ayaa la adeegsadaa marka xad-gudub xuquuqul insaan oo gaar ah uu dhaco ama uu ku dhaco qof gaar ah meel gaar ah. Haddaba, noocee ah xadgudubyada FORB ayaan isku dayaynaa in aan wax kaga qabano xeeladahaan?
Tus bogga PowerPoint 24 oo akhri tusaalahaan:
 - Dhibaataaynta, tusaale ahaan kadeedka waddooyinka ee haweenka laga tirada badan yahay
 - Hadalka nacaybka (khadka furan ama qof ahaan)
 - Dambiyada nacaybka sida kharribaadda ama weerarka
 - Weerarada lagu qaado goobaha cibaadada
 - Colaad beeleed
 - Xarigga aan sharciga ahayn

SIDA LOO WADO LAYLIGA 40 DAQIIQO

- **DOODA KOOXAHA** (20 DAQIIQO)
 - U qeybi ka qeybgalayaasha saddex kooxood.
Waxaa jira saddex xeeladaha gurmada degdegga ah: Ka hortagga – Jooji oo badbaadi – iyo Caawimo waco oo ka dig. Sharax in koox walba ay diiradda saari doonto mid ka mid ah xeeladaha.
 - Sii koox kasta qoraalka iyo qalimaan, boorka xeeladaha ku habboon iyo boorarka sheekada la socda, iyo qoraalka su'aalaha doolda ee xeeladahooda gaarka ah.
 - Sii kooxaha tilmaamaha soo socda: Akhri qoraalka ku yaal boorarka. Ka dib kala hadal su'aalaha qoraalka daabacan. Iyada oo qeyb ka ah tan waxaad noqon doontaa fikrado maskaxeed si aad u isticmaasho farsamadan – ku qor fikradahaaga ficil qoraallada ka dambeeya. Waxaad haysataa 20 daqiiqo oo dood ah.
- **JAWAAB CELIN GUUD** (20 DAQIIQO)

Sii koox kasta ilaa 5 daqiiqo si ay u soo bandhigaan xeeladda ay eegen iyo fikradahooda waxqabad. Ku dheji fikradahooda ficil ka dib marka ay ku qoran tahay warqadda jaantuska 'Fikirka Ficil: Ficolada Degdegga ah'.
Bandhigyada ka dib, fur doodaha su'aalaha soo socda:

 - Markaad dhagaysato kooxaha kale, ma jiraa qof haysta fikrado kale oo ku saabsan siyaabaha loo maareeyo xaaladaha degdegga ah?
 - Ma adkeyd in laga fikiro fikradaha?
 - Fikradahee ayaad sida ugu fiican u jeceshay?

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Dhiirri geli kooxda, adoo ammaanaya fikrado kasta oo ay la yimaadeen oo garanaya in aanay sahlanaayn in laga fikiro fikradaha – gaar ahaan marka la eego xeeladaha gurmada degdegga ah kii, halkaas oo tallaabo qaadis ay noqon halis ama xitaa khatar ah.

6. Gabagabada faallooyinka 5 daqiiqo

Ku dhammee casharka adiga oo la wadaaga faallooyinka soo socda, oo tusinaya Pagega 26-28:

- Horaantii kulanka, waxa aanu uga hadalnay siyaabaha looga gudbi karo in aan lajoogo oo loo noqdo daaweeyayaal. Waxaan ka hadalnay dhisidda xiriirka, wada shaqeynta, raadinta macluumaadka iyo qorsheynta iyo diyaarinta.
- Marka la eego xeeladaha gurmada degdegga ah, tani waxay ku lug leedahay weydiinta noocyada su'aalaha aan hadda ka hadalnay. Tusaale ahaan:
 - Aqoonsiga cidda ay saameyn karto xaaladaha degdegga ah ee FORB, meesha iyo goorta.
 - Ka fikirka sida aan uga jawaabi karno xaaladaha degdegga ah ka hor inta aysan dhicin. Tusaale ahaan: Sideen shakhsi ahaan rabaa inaan u dhaqmo markaan ku arko hadallada nacaybka ah ee baraha bulshada ama kadeedka waddada? Mise waxaan rabaa in aan sameeyo jawaab celin habaysan oo firfircoon oo qeyb ka ah koox qorshaysa, diyaarisa oo wax wada?
 - Hubinta haddii aan hayno dhammaan macluumaadka iyo xiriirada aan u baahanahay inaan awoodno inaan ka jawaabno.
 - Dabcan, qiimaynta khataraha si aan u hubinno inaan ilaalinayno oo aynaan wax ka sii xumaan.
- Dabcan, waxaa laga yaabaa in xeeladaha gurmada degdegga ah aysan ahayn xeeladaha aan rabno inaan isticmaalno. Tusaale ahaan, waxaa laga yaabaa in si fiican loo meeleeyo si aan uga shaqeyno dhisidda wacyiga ama ololaha isbeddelka. Qofna ma awoodo ama isku dayi karo inuu sameeyo wax walba!
- Casharka soo socda, waxaanu ku baran doonaa oo aanu ka fikiri doonaa fikradaha waxqabadka ee xeeladaha isbeddelka, xeeladaha dhismaha iyo xeeladaha bogsashada. Waxaan hiigsaneynaa inaan aruurino fikrado waxqabad intii suurtagal ah!
- Ka dib, labada kulan ee ugu dambeeya ee koorsada, waxaan bilaabi doonaa inaan wax yar soo koobno – ka fikirida dhibaatooyinka aan dhab ahaantii dooneyno inaan wax ka qabanno, iyo fikradaheena ficilka ah ee noo noqon doona kuwa ugu waxtarka badan oo macquul ah si aan u isticmaalno.
- Soo gunaanado kulanka adiga oo qof walba uga mahad celinaya ka qeybgalkiisa firfircoon.

Xigasho

Daawadayaasha iyo daaweeyayaasha: Waxaa laga soo qaatay Buug-gacmeedka Waxbarashada Xuquuqda Aadanaha, Kristi Rudelius-Palmer, Xarunta Kheyraadka Xuquuqda Aadanaha ee Jaamacadda Minnesota. https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Human_rights_education_handbook.pdf

Xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha/ Ka hadalka ku saabsan xeeladaha gurmada degdegga ah: Bandhig a asalka ah iyo layliga ku salaysan la qabsiga qaabka tabaha ee Mashruuca Cusub ee Xuquuqda Aadanaha. www.newtactics.org



HADAL GAABAN

Qoraalka Bandhigga

Xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha

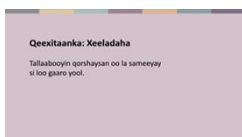
Qoraalkan loogu talagalay bandhigga kulanka 6 waxaa lagu muujiyay bogagga 13-24 ee PowerPoint-ka kulanka.

HORUDHAC



Kulankan iyo kuwii hore, waxaan maqalnay sheekooyin ku saabsan dad kala duwan oo sameeya waxyaabo kala duwan si ay isugu dayaan in ay xaaladda xorriyadda diinta ama caqiidadda ka dhigaan mid ku wanaagsan bulshadooda. Waxaan sidoo kale is xasuusinay dhibaatooyinka FORB ee bulshadeena. *(Tilmaan FORB-ka ku jira xaashida jaantuska rogrogmata ee magaaladeena).*

Hadda waxaan baran doonaa xeelado kala duwan oo loo isticmaali karo kor u qaadista iyo ilaalinta xuquuqda aadanaha heer bulsho. Intaa waxaa dheer, waxaan ka fikiri doonaa sida aan u isticmaali karno xeeladahan si aan wax uga qabanno dhibaatooyinka aan ku aqoonsannay bulshadeenna dhexdeeda.



Sidaa darteed, maxaan ugala jeednaa xeeladaha? Xeeladaha waxaa lagu qeexaa 'qorshe hawlo ah oo la sameeyo si loo gaaro yool'.



Waxaa jira afar nooc oo xeelado kala duwan ah oo loogu talagalay shaqada xuquuqda aadanaha. Si aan u sharaxno afartan nooc ee xeeladaha waxaan u maleyn karnaa dabka in uu yahay tusaale u taagan xadgudubyada xuquuqda aadanaha. Ma aha dab fiican oo aan ku fadhino si aan u kululaano, laakiin waa dab khatar ah, oo aan la xakameyn karin. Sida xadgudubyada xuquuqda aadanaha oo kale, dabku wuxuu waxyeelleeyaa dadka – wuu jiraaxeeeyaa, dhaawacaa oo dilaa dadka, wuxuuna burburiyaa hantida iyo dhulka.

Haddaba sideen u joojinnaa dabka? Waxaan sameynaa afar nooc oo shay ah:

1. XEELADAHA GURMADKA DEGDEGGA AH

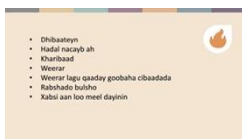


Xeeladaha Gurmada Degdegga ah waxay ku saabsan yihiin joojinta dabka ka hor inta uusan bilaaban, daminta dabka iyo badbaadinta dadka.

Maxaad sameyn lahayd haddii aad aragto ilmo ku ciyaaraya taraq? Waxaad qararin lahayd taraq oo aad ka qaadi laheyd taraqyada! Waxaad isku dayi laheyd in aad ka hortagto dabka intuu bilaabmin.

Haddii aad aad u daahday oo dab yar uu durba bilaabmay, waxaa laga yaabaa in aad isku daydo in aad adigu damiso, adigoo isticmaalaya dab-damiye ama baaldi biyo ah. Waxaad isku dayi laheyd in aad ilaaliso dadka iyo hantida khatarta ku jirta adigoo joojinaya dabka. Haddii dabku aad u weyn yahay taas, waxaad caawimo ka codsan laheyd ciidanka dab-damiska oo aad dadka uga digi laheyd in ay baxaan.

Xeeladaha gurmada degdegga ah ee xuquuqda aadanaha waa sidan oo kale! Waxaan u adeegsannaa xeelado degdeg ah xadgudubyada xuquuqda aadanaha ee ku soo fool leh ama hadda ku dhacaya dad gaar ah, meelo gaar ah. Taasi waxay macnaheedu noqon kartaa faragelin toos ah si looga hortago ama loo joojiyo xadgudubka loona badbaadiyo dadka ama waxay macnaheedu noqon kartaa wicitaan caawimo iyo digniin dadka khatarta ku jira.



Haddaba, noocee ah xadgudubyada FORB ayaan u isticmaali karnaa xeeladaha 'degdegga ah'? Dhibaateynta, hadalka nacaybka, weerarrada, burburinta hantida, weerarrada goobaha cibaadada, rabshadaha bulshada iyo xarigga aan loo meel dayin dhammaantood waa tusaalooyin xadgudubyo ku dhaca dad ama kooxo gaar ah, meelo gaar ah, waqtiyo gaar ah.

In kasta oo xeeladaha gurmadka degdegga ah ay ka jawaabaan dhacdooyinka gurmadka degdegga ah sida kuwaan oo kale, haddana waxay naga rabaan in aan diyaar garowno – si aan u ogaano waxa la qabanayo. Sida dadku u bartaan lambarka taleefanka ee ciidanka dab-damiska ama ay u bartaan sida loo isticmaalo qalabka dab-damiska, waxaan ka baran karnaa qaababka looga hortago, loo joojiyo loona waco caawimaad marka xadgudubyada xuquuqda aadanaha dhacaan.

2. XEELADHA ISBEDDELKA



Dabku wuxuu dhacaa oo ku faafaa asababo – tusaale ahaan fiilooyinka korontada ee khatarta ah. Xeeladaha isbeddelka waxay ku saabsan yihiin beddelidda xaaladaha u horseeda dabka dhaca – tusaale ahaan hubinta in ay jiraan xeerar dhisme oo hubiya in fiilooyinku ay ammaan yihiin.

Xadgudubyada xuquuqda aadanaha waxay sidoo kale u dhacaan asababo – tusaale ahaan sababtoo ah bulshadu ma haysato xeerarka loo baahan yahay si loo ilaaliyo dadka ama sababtoo ah dadka loogu talagalay in ay hubiyaan in xeerarkaas la raaco ma sameeyaan. Sababtoo ah bulshadu si khaldan ayay u 'xirtaa'.



Xadgudubyo badan oo xuquuqda aadanaha ah waxaa lagu xallin karaa oo keliya iyadoo dadka lagu qanciyo in ay beddelaan xeerarka ama sida wax loo qabto. Waxaan taas ku samayn karnaa 4 qaabood oo kala duwan:

- olole iyo mudaaharaad si loo muujiyo dhibaataada,
- iyadoo la qancinayo dadka awoodda u leh inay wax ka beddelaan inay wax ka qabtaan dhibaataada – aan ugu yeerno u doodistan,
- iyadoo la siinayo dhiirrigelin dadka si ay si ka duwan u dhaqmaan,
- ama iyadoo si nabad ah looga hor imaanayo sharciyada xun ama caadooyinka bulshada si loo muujiyo inaan aqbalin.

Kuwani waa xeelado isbeddel. Waxay u janjeeraan in ay diiradda saaraan dhibaatooyinka muddada dheer, ee nidaamsan ee bulshada – dhibaatooyinka saameeya dad badan meelo badan.

3. XEELADHA DHISMAHA



Qaab kale oo aan uga shaqeyn karno joojinta dabka waa iyadoo la dhiso wacyigelinta dadweynaha iyo in la beddelo dabeecadaha, tusaale ahaan kor u qaadista wacyiga ku saabsan khataraha ka dhalan kara tuurista sigaarka dhulka qalalan. Waxaan sidoo kale dhisi karnaa ka qeybgalka dadweynaha – in dad badan ay ku lug lahaadaan dagaalka dab-damiska si mutadacwacnimo ah. Intaa waxaa dheer, waxaan dhisi karnaa xirfado – tusaale ahaan hubinta in dadkaasi ay yaqaanaan sida loo isticmaalo dab damiyaha.

Marka laga hadlayo xuquuqda aadanaha, xeeladaha dhismaha waxay ku saabsan yihiin shaqada muddada dheer ee lagu dhiso dhaqanka xuquuqda aadanaha. Taas macnaheedu waa in loo shaqeeyo bulsho qof walba uu fahmo xuquuqdiisa iyo xuquuqda dadka kale, u arko ixtiraamka xuquuqda aadanaha.



Dhismaha noocan bulshada ah wuxuu ku lug leedahay sameynta 4 shay.

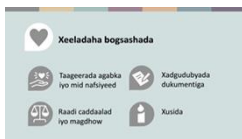
- Dhisidda wacyigelinta muhiimadda xuquuqda aadanaha, iyo wacyigelinta xadgudubyada dhacaya iyo waxyeelada ay geystaan.
- Dhisidda ka-qeyb galka – helitaanka dad badan oo ka go'an in ay qaadaan tallaabo lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha.
- Dhisidda xirfadaha – si dadku u bartaan sida loo horumariyo xuquuqda aadanaha.
- Iyo dhisidda shabakadaha dadka iyo ururada, kuwaas oo waxyaabo kala duwan ka sameeya meelo kala duwan, laakiin u shaqeeya yoolalka guud si habeysan iskugu xiran.

Xeeladahan muddada dheer waxay abuuraan shuruudo horudhac ah oo isbeddel ah. Waxay dhisaan aasaas aan ku istaagno marka aan isticmaalno dhammaan xeeladaha kale.

4. XEELADAHA BOGSASHADA



Ugu dambeyntii, waxaan leenahay xeeladaha bogsashada. Sida dabka oo kale, xadgudubyada xuquuqda aadanaha waxay waxyeeleeyaan dadka, hantida iyo bulshooyinka. Xeeladaha bogsashada waxay ku saabsan yihiin waxa aan sameyno si aan u daryeelno dadka ka dib marka xadgudubyada xuquuqda aadanaha ay dhacaan.



Qeyb ahaan, tani waxay ku saabsan tahay xaqiijinta in dadku helaan taageerada caafimaad, agab iyo midda nafsaaniga ah ee ay u baahan yihiin si ay u soo kabtaan. Laakiin sidoo kale waxay ku saabsan tahay sharafta iyo caddaaladda:

- ku saabsan diiwaan gelinta wixii dhacay si loo xaqiijiyo in aan la qarin karin,
- ku saabsan siinta dadka fursad ay kaga hadlaan oo ay ku xusaan wixii dhacay,
- iyo xaqiijinta in dadku helaan caddaalad iyo magdhow.

GABAGABO



Dhammaan hababka kala duwan ayaa muhiim u ah horumarinta xuquuqda aadanaha. Waa kuwo is-dhammaystiran, is-xoojinaya waxaana loo isticmaali karaa si is barbar socda.

Qof ama urur keli ah ma isticmaali karo dhammaan xeeladaha – waxaan leenahay doorar kala duwan, xirfado iyo fursado oo si toosa ah u saameeya doorashadeena xeeladaha aan isticmaalno. Waxa muhiimka ah ayaa ah in qof kastaa uu wax qaban karo, annaga oo u marayna shabakadaha dadka iyo ururada isku jihada ah, wax waan ka beddeli karnaa.

Dhammaanteen waxaan gacan ka geysan karnaa joojinta dabka xadgudubyada xuquuqda aadanaha iyo dhisidda bulsho halkaas oo xuquuqda aadanaha lagu ixtiraamo guryaheenna iyo bulshooyinkeenna iyo dowladaheenna.

Mahad celin

Bandhigan waxaa dhiirrigeliyey oo adeegsanaya nooc la waafajiyay oo ka mid ah qaab-dhismeedka xeeladaha ee ay soo saartay Mashruuca Xeeladaha Cusub ee Xuquuqda Aadanaha, oo ay maamusho Xarunta Dhibanayaasha Jir dilka. www.newtactics.org

Sheekooyinka kuwa isbeddel sameeyaasha

Sheekooyinka soo socda ayaa la akhriyaa iyadoo lagu soo bandhigayo layliga 'Isbeddel sameeyayaasha kooxaha guuxa sheekada kulanka 6aad. Waxaa lagu muujiyay bogagga 3-10 ee PowerPoint-ga kulanka.

Sheekada Rahul, Hindiya

Rahul wuxuu ku nool yahay Bhagalpur oo ku taal bariga Hindiya. Qiyaastii 80% dadka magaalada ku nool waa Hinduu halka 18% ay yihiin Muslimiin, magaaladuna waxay leedahay taariikh rabshado ah. Sannadkii 1989, in ka badan 1000 Muslimiin ah ayaa la soo sheegay inay dhinteen ka dib rabshado barakiciyay 50,000 oo qof.

Rahul, oo ah Hindu, ayaa ku lug leh xarunta nabadda ee diimaha kala duwan ee magaalada. Waxay ka shaqeeyaan dhisidda xiriiro iyo kalsooni ka dhan ah kala qaybsanaanta, tusaale ahaan iyada oo loo marayo guddiyada nabadda, iyadoo qabanqaabinaya xaflad dhaqameed oo sannadle ah iyo isku xirka hoggaamiyayaasha diinta. Shaqadan nabadda ee muddada dheer waxay samaysaa aasaas lagu qaadi karo tallaabo degdegga ah marka dhacdooyinku bilaabaan inay ka baxaan xakamaynta. Tan waa waxaa badanaa loo baahan yahay.

Rabshadaha ayaa si gaar ah ugu badan ololaha doorashada. Sannadkii 2019, musharrax u tartamaya xisbiga Hinduuga ayaa hoggaamiyay dibadbax ka dhacay meel Muslimiintu ku badan yihiin, wuxuuna adeegsaday hadallo nacayb ah si uu isugu dayo inuu rabshado abuur. Markii dhallinyaro Muslimiin ah ay si caro leh u qayliyeen, musharraxu wuxuu bilaabay rabshadaha, taasoo keentay in dukaamada iyo guryaha ay burburaan. Waxaa jirtay khatar weyn oo ah in rabshaduhu ay ku faafaan meelo kale oo ay noqdaan kuwo rabshado badan. Rahul iyo asxaabtiisu waxay ogaayeen sida ay khatar u noqon karto arrintan.

Maalmihii xigay, Rahul iyo asxaabtiisa waxay shirar bulsho ku yeeshen xaafadaha Muslimiinta iyo Hinduuga kuwaas oo ugu badan khatarta rabshadaha. Kulamadaas, waxaa sameeyay kooxo iskaa wax u qabso ah oo nabadeed, kuwaas oo albaab illaa albaab uga gudbay xaafadahooda.

Rahul wuxuu yiri, "Waxay ahayd muhiim in ragga iyo dumarku ay laba-labo isu tagaan, si uu u jiro qof si xor ah ula hadli kara qofkii albaabka fura."

Mutadawiciinta ayaa qaybiyay waraaqo, la hadlay, oo dhegeystay deriskooda, iyadoo xoogga saaraya sida rabshaduhu uga sii dari doonaan qof walba, iyadoon loo eegin diinta. Nasiib wanaag, shirarka xaafadda iyo mutadawiciinta ayaa gacan ka geystay dejinta xaaladda magaalada.

Xigasho

Xarunta Daraasaadka Bulshada iyo Calmaaniyadda, Hindiya



SHEEKO

Ha ku qiimayn buug jaldigiisa – Maktabadda Aadanaha™, Denmark

Bartamihii 1990-meeyadii, afar saaxiib ayaa bilaabay urur dhalinyaro ah si ay uga ololeeyaan rabshadaha magaalooyinka. Xubinnimadoodu way korodhay, qabanqaabiyaha xaflad muusig oo Denmark ah ayaa weydiistay inay la yimaadaan fikrad munaasabad lagu kobcinayo wadahalal dhexmara booqdayaasha xafladaha. Waxay la yimaadeen fikradda maktabadda aadanaha oo ay booqdayaashu ka amaahan karaan 'buugaag' aadanaha – dadka diyaar u ah inay ka qeyb qaataan wadahalallo ixtiraam leh oo ku saabsan aqoonsigooda iyo waaya-aragnimadooda nololeed.

Badanaa, buugaagta aadanuhu waa dad ka soo jeeda bulshada deegaanka kuwaas oo iskaa wax u qabso ugu shaqeeya inay 'sheekadooda' u noqoto waayo-aragnimo waxbarasho oo loogu talagalay dadka kale. Mutadawiciinta badanaa waa dad ay dhinac ka mid ah aqoonsigooda la xiriirto nacayb ama ceebayn – tusaale ahaan diintooda, caqiidaddooda, qowmiyadooda, jinsigooda, naafanimadooda ama xaaladdooda HIV. Tani waxay gacan ka geysaneysaa yareynta fikradaha khaldan ee aan la aqoon. Ururka Maktabadda Aadanaha™ hadda wuxuu hawlo ka qabtaa in ka badan 85 waddan.

Xigasho

Ururka Maktabadda Aadanaha www.humanlibrary.org



SHEEKO

Ku qancinta awoodda inay wax qabato, Kyrgyzstan

Ka dib kacaankii 2010, koox yar oo burcad ah oo aan dulqaad lahayn ayaa bilaabay inay dhacaan goobaha cibaadada ee ay leeyihiin mad-habta Masiixiga ee Protestant-ka iyo Orthodox-ka. Weerarradu waxay socdeen ilaa lix bilood. Iyadoo ay jiraan cabashooyin badan, ma jirin wax jawaab celin ah oo ka timid Xafiiska Xeer Ilaaliyaha, Guddiga Arrimaha Diinta ee Gobolka ama Wasaaradda Arrimaha Gudaha. Mas'uuliyiintu xitaa waxay kula taliyeen bulshooyinka inay iyagu wax ka qabtaan arrinta.

Hoggaamiyayaasha diinta oo niyad jabsan ayaa isugu yimid si ay ula xiriiraan wargeys qaran si ay u iftiimiyaan dhacdooyinka iyo wax ka qabashada mas'uuliyiinta. Macluumaad ayaa gaaray Madaxweynaha oo kiiska si toos ah u maamulay. Dhammaan xubnaha burcadda ah ayaa la qabtay afar maalmood gudahood.

Xigasho

Nellya Shakirova, Wadaad, Kaniisadda United Methodist ee Bishkek.



SHEEKO

KULANKA 7

Ka hadalka ku saabsan xeeladaha

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Sahaminta xeeladaha horumarinta xuquuqda aadanaha ee ka bilaabmay kulanka 6 waxay sii socotaa illaa kulanka 7aad. Kulamada 6 iyo 7 waa la 'isku daray' – iyadoo la raacayo ujeedooyin waxbarasho ee wadajir ah iyo hal geeddi-socod waxbarasho. Fadlan eeg qorshaha kulanka 6 ee ujeedooyinka waxbarasho ee kulankan. Iyadoo ku xiran sida kooxdaadu u hadasho, kulankani wuxuu qaadan karaa wax ka yar labada saacadood ee la qorsheeyay.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Soo dhaweyn iyo hordhac

Waxay dadka xasuusinaysaa afarta nooc ee xeeladaha lagu soo bandhigay kulankii hore.

5 daqiiqo

Dood-kooxeed: Ka hadalka ku saabsan xeeladaha, qeybta 1

Ka qeybgalayaashu waxay ka wada hadlaan isbeddelka, dhismaha iyo xeeladaha bogsashada waxayna ka fikiraan siyaabaha loogu isticmaalo xaaladdooda.

50-65 daqiiqo

Tamariyaha: Madax ilaa ciribta

Layli jireed oo ka qeybgalayaashu ay ku daydaan dhaqdhaqaaqa fududeeyaha.

5 daqiiqo

Dood guud: Ka hadalka ku saabsan xeeladaha, qeybta 2

Dood guud oo ku saabsan fikradaha ficilka ee ka soo baxaya shaqada kooxda.

20-40 daqiiqo

Xiritaanka layliga: Shucuur

Ka qeybgalayaashu waxay wadaagayaan sida ay u dareemayaan waxa ay bardeen iyagoo adeegsanaya farshaxanka aadanaha.

5 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

Ilaa 2 saacadood

Isu diyaari

Isu diyaari kulanka si waafaqsan tilmaamaha ku yaal bogga 15, 'Sida loo diyaariyo kulan kasta'. Xusuusnow – waad taqaanaa kooxdaada! Waxaa laguugu soo dhaweynayaa inaad la qabsato oo aad beddesho qeyb kasta oo ka mid ah kulanka si aad ugu habboonaato baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Intaa waxaa dheer, Xigasho caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabka soo socda si aad u maamusho kulankan:

- Daabacaadyada 'xeeladaha isbeddelka', 'xeeladaha Dhismaha' iyo 'xeeladaha Bogsashada' xeeladaha/boorarka sheekada.
- Saddex xaashi oo jaantuska rogrogmada ah oo hore loo diyaariyey ayaa cinwaan looga dhigay 'Fikradaha ficilka: nooca xeeladda' – mid ka mid ah noocyada xeeladaha soo socda: Xeeladaha isbeddelka; Xeeladaha dhismaha; Xeeladaha bogsashada.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).

- 'Fikradaha Ficillada: Xeeladaha gurmada degdegga ah' xaashida jaantuska rogromata ee kulanka 6aad.
- 'Khariidadda FORB ee magaaladeena' xaashiyo jaantus rogromada oo laga soo qaatay kulankii 5aad.
- Qoraallo badan oo lagu dhejiyo iyo qalimaan.

DIYAARI QOLKA

Ka hor kulanka, kuraasta u diyaari goobaabin nus-goob ah oo u jeedda dhinaca hore.

Dhig xeeladaha isbeddelka, dhismaha iyo bogsashada iyo boorarka sheekada saddex miis oo kala duwan oo ka qeybgalayaashu ay ku fadhiisan karaan, (hal nooc oo boorarka ah miiskiiba). Dhig xaashida jaantuska ee 'fikradaha ficilka' ee isku midka ah miiska oo ay weheliyaan boorarka, oo ay weheliyaan qoraallada iyo qalimaannada lagu dhejiyay.

Ku dheji derbiyada xaashida jaantuska rogromata ee 'khariidadda FORB' (laga bilaabo kulanka 5) iyo boorarka xeeladaha gurmada degdegga ah (laga bilaabo kulanka 6).



'Ka hadalka ku saabsan xeeladaha'

"Wuxuu ahaa kulan cajiib ah. Hawlaha waxay ka caawiyeen ka qeybgalayaashu inay ogaadaan siyaabo badan oo ay wax uga qabtaan xadgudubyada xuquuqda aadanaha. Boorarku waxay ka caawiyeen dadka inay fahmaan fikradda xeeladaha oo ay ka fikiraan doorka ay ka ciyaari karaan kor u qaadista xuquuqda aadanaha ee bulshada. Ka qeybgalayaashu waxay isku arki kareen iyagoo adeegsanaya xeelado kala duwan."

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Soo dhaweyn iyo hordhac 5 daqiiqo

UJEEDDO

Si dadka loogu xasuusiyo afarta nooc ee xeeladaha shaqada xuquuqda aadanaha ee lagu soo bandhigay kulankii hore.

AGABYADA

Boorarka kooban ee PowerPoint-ka kulanka ama xeeladaha, (laga helay Bogga 2 ee Xeelada dukumentiga boorka).

MAXAA LA DHAHAA

Ku soo dhaweyy qof walba kulanka. Qodobbada soo socda samee, adoo tixraacaya Bogga PowerPoint 3 ama qoraalka kooban ee xeeladaha.

Kulankii ugu dambeeyay, waxaan ku barannay xeelado loo isticmaali karo wax ka qabashada xadgudubyada xuquuqda aadanaha. Ma xasuusataa inaan u adeegsannay sawirka dab si aan u matalno xadgudubyada xuquuqda aadanaha oo aan ka hadalnay siyaabaha aan wax uga qabanno dabka?

- Waxaan ka hortagnaa faafitaanka dabka, waxaan daminnaa dabka, waxaan ku baaqnaa caawimo, waxaana u digaynaa dadka. Kuwani waa xeelado gurmada degdegga ah.
- Waxaan u ololaynaa in la helo qawaaniin ka wanaagsan badbaadada dabka iyo mamnuucidda alaabada khatarta ah iyada oo loo marayo olole iyo u doodid. Kuwani waa xeelado isbeddel ah.
- Waxaan dhisnaa wacyigelin dadweyne, ka-qeybgal iyo xirfado si dadku u bartaan sida looga hortago loona damiyo dabka. Kuwani waa xeeladaha dhismaha.
- Waxaan daryeelnaa dadka uu dabku dhaawacay, waxaan xusnaa kuwii dhintay waxaan raadinaa caddaalad iyo magdhow dhibbanayaasha iyo qoysaskooda. Kuwani waa xeelado bogsiiin ah.

Xeeladaha gurmada degdegga ah, isbeddelka, dhismaha iyo bogsashada ayaa ah afarta nooc ee xeeladaha loo isticmaali karo in wax looga qabto xadgudubyada xuquuqda aadanaha.

Kulankii ugu dambeeyay, waxaan ka wada hadalnay xeeladaha gurmada degdegga ah waxaana ka fikirnay fikradaha ficilka ee loo adeegsado xeeladaha gurmada degdegga ah si wax looga qabto dhibaatooyinka sida hadallada nacaybka ama dhibaataaynta bulshadeenna.

Kulankani, waxaan sii wadi doonnaa fikirkaas ku saabsan saddexda nooc ee xeeladaha kale: xeeladaha isbeddelka, xeeladaha dhismaha iyo xeeladaha bogsashada.



HADAL GAABAN

2. Dood kooxeed: Ka hadalka ku saabsan xeeladaha 50-65 daqiiqo

SHARAXAAD

Kooxuhu waxay ku wareegaan miisaska dhexdooda, iyadoo eegaya mid kasta oo ka mid ah 3da nooc ee xeeladaha. Waxay akhriyaan sheekooyin ku saabsan dadka isticmaalaya xeeladahaas waxayna maskaxdooda ku dhisaan fikradaha ficilka.

UJEEDDO

Si loo xoojiyo loona qoto dheereeyo barashada ku saabsan xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha si loo dabaqo waxbarashadan macnaha guud, iyadoo laga fekerayo fikradaha ficil ee la taaban karo.

AGABYADA

- PowerPoint bogga 4 (tilmaamaha dood kooxeed) ama xaashida jaantuska rogromata oo tilmaamaha ku qoran yihiin.
- Daabacaad ka kooban dhammaan Isbeddelka, Xeeladaha Dhismaha iyo Bogsinta/boorarka sheekada.
- Saddex xaashi oo jaantuska rogromada ah oo leh cinwaan 'Fikradaha Ficilka: Nooca xeeladda' (mid loogu talagalay mid kasta oo ka mid ah saddexda nooc ee xeeladaha).
- Qoraallada boorka lagu dhejiyo iyo qalimaan.

DIYAARGAROW HORE

Ku dheji boorarka xeeladaha/sheekada iyo fikradaha ficilka xaashida jaantuska rogromata saddex miis (hal nooc oo xeelado ah miiskiiba tusaale ahaan xeeladaha dhismaha), habka lagu sharaxay 'diyaarso qolka' ee kor ku xusan.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 5 DAQIIQO

Muuji bogga 4aad (ama xaashida jaantuska rogromata oo leh tilmaamaha) inta lagu jiro layliga.

Sharax waxyaabaha soo socda:

- Waxaan yeelan doonaa xeelado oo maskaxda lagu qabanayo. Waxaan ka wada hadli doonaa saddex nooc oo xeelado ah – xeeladaha isbeddelka, xeeladaha dhismaha iyo xeeladaha bogsashada – saddex kooxood. Koox kastaa waxay ku qaadan doontaa 20 daqiiqo akhrinta boodhradhrka iyo fikirka fikradaha hal nooc oo xeelad ah. Intaa ka dib, kooxuhu way isbeddeli doonaan oo waxay ku qaadan doonaan 20 daqiiqo inay ka wada hadlaan qeybta xigta, ka hor intaysan dib u rogrogin oo ay ka wada hadlaan.
- Akhri oo ka fikir: Markaad gaarto boodhadhkaaga, marka hore ku bixi dhowr daqiiqo akhrinta iyo ka fikirka iyaga iyo fikrad kasta oo ficil ah oo ay ka tageen kooxihii hore.
- Fikrad-kicin: Adigoo ka fikiraya dhibaatooyinka aan ku aqoonsannay khariidadda FORB ee magaaladeena (tilmaan jaantusyada rogromada khariidadda FORB ee magaaladeena), ka fikir fikrado badan intii aad awooddo si aad u hesho siyaabo xeeladahaan loogu isticmaali karo wax ka qabashada dhibaatooyinkaas.
- Fikradahaaga oo ku qoran qoraallada ka dib oo ku dheji warqadda 'fikradaha ficilka' ee ku xigta boorrarka. Fadlan si cad ugu qor qoraallada boostada ka dib, si dadka kale ay u akhriyaan! Marxaladdan, muhiim ma aha haddii aad u malaynayso in fikraduhu yihiin kuwo macquul ah – noqo mid hal-abuur leh intii suurtagal ah!



LAYLI KOOXEED

- Xasuuso inaad ka fikirto ficillada aan qaadi karno annagoo ah shakhsiyaad nolol maalmeedkeenna iyo ficillada aan ku qaadi karno kooxo ama ururo – laga yaabee iyada oo loo marayo bulshooyinkeenna diimeed, goobaha shaqada, ama kooxaha dhallinyarada ama iyada oo la isu keenayo koox dad ah oo cusub.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 45-60 DAQIIQO

Ka qeybgalayaasha u qeybi saddex kooxood. U sheeg kooxaha boorarka ay tahay inay ku bilaabaan oo ay u diraan si ay u bilaabaan shaqada. U sheeg kooxaha marka ay tahay waqtigii loo gudbi lahaa qeybta xigta ee boorarka – 20kii daqiiqoba mar. Inta lagu jiro shaqada kooxdu, u kala gudub kooxaha si aad u hubiso sida ay wax u socdaan.

(Layligani wuxuu sii wadaa dood dhammaystiran ka dib tamar-siiyaha.)

3. Tamariyaha: Madax ilaa ciribta 5 daqiiqo

SHARAXAAD

Dhaqdhaqaaqa jirka oo ka qeybgalayaashu ay nuqul ka sameeyaan waxa fududeeyaha uu yiraahdo iyo waxa uu sameeyo. Waxaa loo habeyn karaa siyaabo badan.

UJEEDDO

Si kor loogu qaado heerarka tamarta.

SIDA LOO BARO LAYLIGA

U sheeg ka qeybgalayaasha in la joogo waqtigii aan kor u qaadi lahayn heerarka tamarta si aan u sii wadno hal-abuurka! Weydii qof walba inuu istaago isagoo haysta meel bannaan oo u dhaxaysa isaga iyo qofka xiga. U sheeg in daqiiqadaha soo socda ay u baahan yihiin inay nuqul ka sameeyaan dhaqdhaqaaqaaga iyo ereyadaada – Ku celceli waxaad tiraahdo iyo sameynta waxaad sameyso.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Ku dheh ereyada soo socda, adigoo labada gacmood saaraya qeybta jirka ee loo yaqaan: Madaxa, afka, garbaha, xusullada, sinta, jilbaha, suulasha.

Marka hore si tartiib ah u dheh ereyada, ka dibna ku celi ereyada, adigoo dhaqso iyo firfircooni badan ku qaadanaya dhaqdhaqaaqyadaada mar kasta.



LAYLI GUUD

4. Jawaab celin guud: Ka hadalka ku saabsan xeeladaha

20-40 daqiiqo

Kani waa sii socoshada layliga dood-kooxeedka 'Ka hadalka ku saabsan xeeladaha'.

SIDEE LOO SII SOCODSIYAA LAYLIGA

Saddexda warqadood ee "fikradaha ficilka" ee xaashida jaantuska rogrogmata ka soo qaado miisaska, iyo sidoo kale warqadda "fikradaha ficilka degdegga ah" ee ka soo baxday kulankii hore. Afarta warqadood kor ku dhig, adigoo ku kala fogeynaya darbiga.

Weydii ka qeybgalayaasha inay isugu yimaadaan xaashida oo ay akhriyaan fikradaha ficilka. Daqiiqado ka dib, weydii ka qeybgalayaasha inay doortaan fikrad ficil ah oo ay u maleynayaan inay tahay fikrad wanaagsan oo 'shaqayn doonta' macnaha guud. Waa inay qoraalkan ka qaataan xaashida jaantuska rogrogmata oo ay dib u fadhiistaan (guddiga guud).

Weydii qof kasta inuu la wadaago fikradda ficilka uu doortay, isagoo sheegaya sababta uu u doortay. Weydii qof kasta oo kale oo u maleynaya inay fikrad wanaagsan tahay inuu gacantiisa kor u qaado. Weydii mid ama laba ka mid ah dadkan inay weydiiyaan mid ama laba ka mid ah dadkan inay faallo ka bixiyaan sababta ay u maleynayaan inay fikrad wanaagsan tahay.



DOOD GUUD

Haddii ay jirto waqti ka dib marka qof walba fursad u helo inuu la wadaago, weydii ka qeybgalayaasha haddii ay jiraan fikrado kale oo ficil ah oo ay runtii jeclaayeen oo aan cidina soo xulin.

Soo ururi dhammaan qoraallada post-it ee ka qeybgalayaashu ay soo xusheen oo ku rid warqad cusub oo jaantus ah, adigoo ku calaamadeynaya 'Fikradaha ficil ee aan ugu jecelnahay'.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA

U hambalyeey ka qeybgalayaasha fikradahooda oo uga mahadceli ka qeybgalkooda firfircoon. Ku soo gabagabeey in aad tiraahdo waxaan qaadan doonnaa waxa aan ka barannay xeeladaha iyo fikradaha ficilkeenna labadii kulan ee ugu dambeeyay, marka aan diyaarinayno qorshayaal waxqabad.

5. Xiritaanka layliga: Shucuur 5 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Ka qeybgalayaashu waxay abuuraan shucuur/sawirro wejigooda iyo jirkooda si ay u matalaan sida ay u dareemayaan waxa ay ku barten kulmada xeeladaha. Layligan waa laga boodi karaa haddii aadan waqti haysan.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Weydii qof walba inuu istaago. Weydii inay ka fikiraan hal eray oo qeexaya sida ay u dareemayaan waxa ay ku barten kulmada ku saabsan xeeladaha. U sheeg inay wejigooda iyo jirkooda ka dhigaan shucuur ama farshaxan matalaya dareenkaas.

Marka qof kastaa uu sameeyo shucuurtiisa, ku wareeg goobada oo weydii dadka in ay yiraahdaan ereyga ay ka fikirayeen.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYAA LAYLIGA IYO KULANKA

Marka qof walba hadlo, xaqiiji dareenka wanaagsan iyo kan xun labadaba, tusaale ahaan dareenka ah in aad ka baqeyso macluumaad cusub ama aad ka baqeyso hawsha kor u qaadista FORB.

Qira in kulanka uu ka koobnaa macluumaad badan iyo inaan eegeynay xeelado badan. Tilmaan in aysan ahayn mid istaraatiijiyad ah ama mid macquul ah in qof ama urur uu wax walba sameeyo. Waxa loo baahan yahay waa jilayaal kala duwan oo sameeya waxyaabo is-dhammaystiran.

Ujeeddada laga leeyahay dhammaan xeeladahaan waa in la helo waxyaabaha suurtagalka ah iyo kuwa istaraatiijiga ah ee AAN sameyn karno, iyadoo lagu saleynayo CIDDAA AAN NAHAY iyo waxa uu yahay macnaha guud. Labada kulan ee ugu dambeeya waxaan dooran doonnaa dhibaatooyinka iyo fikradaha ficilka ee aan isticmaalno marka aan horumarinno qorshayaasha ficilka.

Cidna wax walba ma qaban karto – laakiin dhammaanteen wax baan qaban karnaa, waxyaabaheena yaryarna si wadajir ah ayay wax u beddelaan.

Xigasho

Ka hadalka ku saabsan xeeladaha: Layli asal ah oo ku salaysan la qabsiga qaabka xeeladaha ee uu sameeyay Mashruuca Xeeladaha Cusub ee Xuquuqda Aadanaha. www.newtactics.org



LAYLI GUUD

Safarkeenna isbeddelka

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Kulamada 8-9 waa 'la isku daray' – iyadoo la adeegsanayo ujeedooyin waxbarasho oo wadajir ah iyo hal geeddi-socod waxbarasho. Kulamadaan, ka qeybgalayaashu waxay adeegsadaan aqoonta iyo fikradaha ficilka ee ay ku soo saareen labadii kulan ee hore si ay u horumariyaan qorshe ficil oo qaab safar muuqaal ah oo ku wajahan isbeddel.

Ka qeybgalayaashu waxay aqoonsadaan dhibaatooyinka ay rabaan inay la shaqeeyaan waxaana lagu haggaa habka looga dhigayo dhibaataadaas mid la taaban karo – horumarinta yoolalka, aqoonsashada jilayaasha kale ee ku lug leh iyo sida loola xiriiro, doorashada xeeladaha iyo ficillada, horumarinta farriimaha iyo qiimeynta halista.

Marka la eego waqtiga la heli karo, ujeedadu ma aha in la soo saaro qorshe hawleed oo dhammaystiran laakiin waa in la barto oo lagu dhaqmo iyadoo la adeegsanayo xirfadaha qorsheynta ficilka. Qorshayaasha ficilka ee la sameeyay waxay noqon karaan qorshayaal dhab ah oo ka qeybgalayaashu ay damacsan yihiin inay adeegsadaan, ama qorshayaal 'ku dhaqan' oo buuxiya shaqada bixinta xirfadaha ay ku dabaqi karaan geeddi-socod kasta oo isbeddel ah oo ay ku lug leeyihiin.

Ujeedooyinka waxbarashada

Kulankan wuxuu diiradda saarayaa horumarinta xirfadaha qorsheynta ficilka.

Dhammaadka kulankaa 8 iyo 9 ka qeybgalayaashu waxay awood u yeelan doonaan:

- In ay sameeyaan qorshayaal ficil oo fudud oo lagu horumarinayo FORB bulshada dhexdeeda
- In ay magacaabaan tallaabooyin la taaban karo oo ay shaqsi ahaan qaadi karaan si ay u horumariyaan FORB iyo xuquuqaha kale
- In ay muujiyaan ballan qaadka ah in ay qaadaan tallaabo lagu horumarinayo FORB iyo xuquuqaha kale.

Halka ka qeybgalayaasha khuseeya ay:

- hirgeliyaan qorshayaashooda waxqabad ka dib tababarka.

FIIRO GAAR AH

Xuquuqdeenna aadanaha dhammaantood waa isku xiran yihiin. Badanaa, xadgudubyada FORB waxaa ka mid ah xadgudubyada xuquuqaha kale sidoo kale – tusaale ahaan, xuquuqda haweenka, iyo xuquuqda waxbarashada, shaqada ama xorriyadda hadalka. Taas macnaheedu waa si aan u horumarinno FORB waxaa laga yaabaa inaan u baahanno inaan diiradda saarno xuquuq kale (sidoo kale).

Isku day inaad tan iftiimiso marka ka qeybgalayaashu ay doortaan dhibaatooyinka oo ay sameeyaan qorshayaal waxqabad inta lagu jiro kulankan iyo kan xiga.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga



Layliga furitaanka: I ammaana

Waxay xasuusinaysaa ka qeybgalayaasha muhiimadda ay leedahay ka qeyb qaadashada dheeraadka ah ee qof walba uu ku leeyahay kooxda iyo sameynta isbeddel.

5 daqiiqo

Layli guud: Waa maxay dhibaataada?

Ka qeybgalayaashu waxay aqoonsadaan tiro yar oo dhibaatooyin ah si ay u horumariyaan qorshayaasha waxqabadka.

52 daqiiqo

Tamariyaha: Samee isbeddel

Dhaqso, madadaalo iyo jir ahaanba – ka qeybgalayaashu waxay ka bilaabmaan foorarsiga iyo hoos u dhigista ilaa bood-boodka iyo ku qeylinta ereyada 'isbeddel samee'.

5 daqiiqo

Soo bandhigid: Safarkeenna isbeddelka

Fikrad muhiim ah oo sharraxaysa habka loo sameeyo qorshe hawleed iyadoo la adeegsanayo sawirka safar.

10 daqiiqo

Layli kooxeed: Safarkeenna isbeddelka

Ka qeybgalayaashu waxay sameeyaan qorshe ficil oo muuqaal ah iyagoo adeegsanaya habka ay barteen.

45 daqiiqo

Concluding comments

3 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

2 saacadood

Isu diyaari

Isu diyaari kulanka si waafaqsan tilmaamaha ku yaal bogga 15, 'Sida loogu diyaar garoobo kulani kasta'. Xusuusnow – waad taqaanaa kooxdaada! Waxaa lagu soo dhaweynayaa in aad la qabsato oo aad beddesho qeyb kasta oo ka mid ah kulanka si aad ugu habboonaato baahiyaha kooxdaada.

AGABYADA KULANKAN

Marka lagu daro agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabka soo socda si aad u socodsiiso kulankan:

- Hal qoraalo-kooban oo 'Safarkeenna isbeddelka' ah oo ka qeybgale kasta la siiyay.
- Xaashiyaha jaantuska rogrogmada ee 'Khariidadda FORB ee magaaladeena' ayaa lagu sameeyay kalfadhiga 5aad.
- Shanta warqadood ee xaashiyaha jaantuska rogrogmada ee 'Fikradaha Ficilka' ee laga soo qaatay kulamada 6-7.
- Dhammaan boorarka xeeladaha.

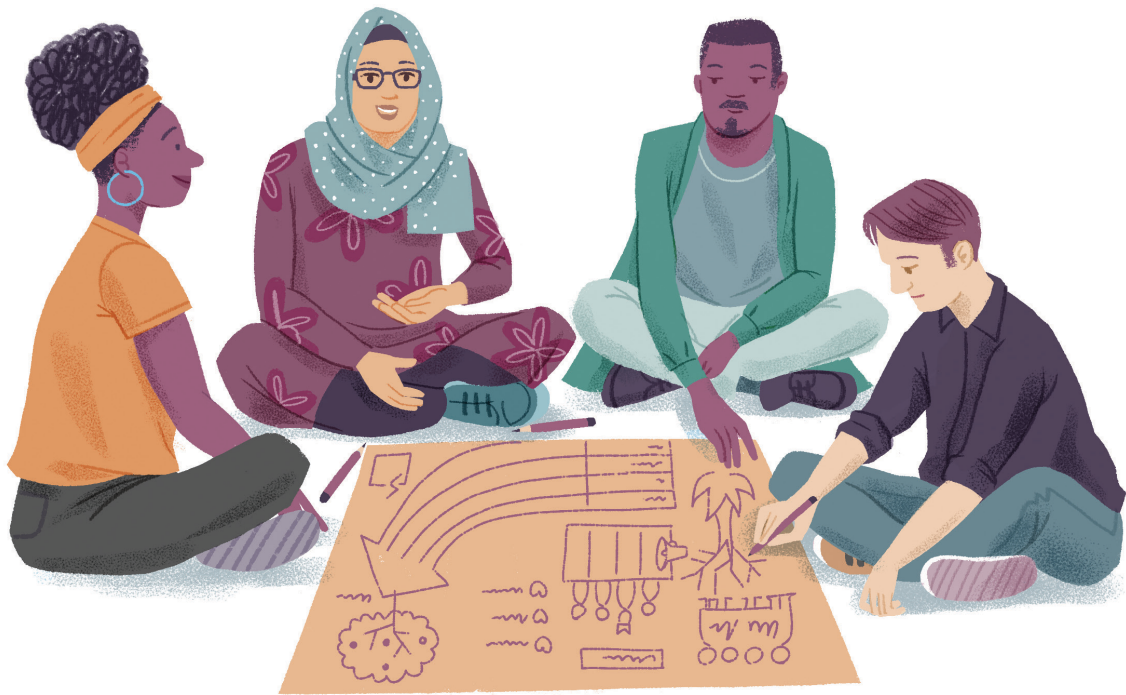
LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).

DIYAARI QOLKA

Kulankan, waa fikrad wanaagsan inaad ku bilowdo kuraasta goobo ku jirta. Layliga shaqada kooxeed ee 'Safarkeenna isbeddelka', waa wanaagsan tahay in loo sameeyo miis iyo kuraas weyn koox kasta. Ku dheji miisaska xaashiyo maran oo jaantus rogrogmada ah, qalimaan iyo qoraallada 'Safarkeenna isbeddelka' ka hor kulanka.

Ku dheji 'khariidadda FORB' iyo dhammaan xaashida jaantuska rogrogmata ee 'fikradaha ficilka', iyo sidoo kale boorarka xeeladaha, derbiyada korkooda si ay u noqdaan agab tixraac ah.



'Safarkeenna isbeddelka'

"Kulan xiiso leh! Ka qeybgalayaashu waxay ku raaxaysteen horumarinta khariidadaha safarka isbeddelka. Dhammaantood waxay lahaayeen fikrado la taaban karo oo ku saabsan waxa ay rabaan in ay sameeyaan si ay isbeddel u sameeyaan ka dib marka koorsadu dhammaato."

HIDAYA DUDE, FUDUDEEYE, TANZANIA

"Hawlaha ku jira kalfadhiyada qorsheynta ficilku waxay ka caawiyaan ka qeybgalayaasha in ay xoojiyaan xirfadahooda – waxay noqon doonaan kuwo waxtar badan leh iyagoo ah kuwa isbeddel sameeya natijjo ahaan."

HAMMAM HADDAD, FUDUDEEYE, JORDAN

"Ka qeybgalayaashu waxay go'aansadeen inay sameeyaan koox sii wadi doonta in ay si wada jir ah uga wada shaqeeyaan sidii kor loogu qaadi lahaa FORB magaalada iyada oo loo marayo u doodid, wacyigelin iyo abaabul."

UKOHA NGWOBIA, FUDUDEEYE, NIGERIA

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

1. Layliga furitaanka: I ammaana 5 daqiiqo

SHARAXAAD

Ka qeybgalayaashu waxay wareegaan iyagoo siinaya qofka bidixda u jeeda u hambalyeynaayo.

UJEEDDO

Si loo muujiyo sifooyinka iyo xirfadaha gaarka ah ee qof kastaa uu kooxda u keeno iyo in la xoojiyo in wax-soo-saarka qof walba uu muhiim u noqon doono geeddi-socodka horumarinta qorshayaasha waxqabadka.

SIDA LOO BARO LAYLIGA

U fariiso si goobo ah. Ku soo dhaweey qof walba kulanka oo u sheeg kooxda inaan bilaabi doono kulanka iyagoo isu hambalyeynaayo!

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Qof kastaa waa inuu eegaa qofka bidixda ka jira oo uu ka fikiraa hal shay oo wanaagsan oo qofkaasi uu kooxda u keeno – tusaale ahaan fikrado wanaagsan, waayo-aragnimo ama dareen kaftan ah.

Ku wareeg goobada, iyadoo qof kastaa u jeesanayo qofka bidixda ku jira oo uu leeyahay hal ama laba eray oo qeexaya waxa qofkani kooxda u keenayo.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA

U sheeg kooxda in ay sacab isu tumaan in ay aad u fiican yihiin! Samee qodobbada soo socda:

- Midkeen kasta waxaan leenahay sifooyin gaar ah – waan isu hambalyeyneynaa, wax qabadka qof walbana waa muhiim.
- Dhisidda bulshooyinka ay xuquuqda aadanaha la ixtiraamo waa isku mid – waxaan ugu waxtarka badan nahay marka aan wada shaqeyno. Kaalinta qof walba, si kastaba ha ahaatee yar, waa muhiim sababtoo ah dhammaan tabarucaadkayaga yar yar waxay dhisaan dardar ku wajahan isbeddelka.
- Kulankan iyo Kan xiga, waxaan ku horumarin doonaa qorshayaal waxqabad – aan hubinno in qof walba uu awoodo inuu la wadaago tabarucaaddiisa gaarka ah!

2. Layliga dooda: Waa maxay dhibaata? 52 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Layligan, ka qeybgalayaashu waxay doortaan dhibaatooyin la taaban karo oo ay rabaan inay u sameeyaan qorshayaal waxqabad. Habka loo adeegsaday wuxuu hubinayaa in qof walba uu gacan ka geysto geeddi-socodka.

AGABYADA

- Shanta xaashiyood ee jaantuska rogrogmada ee 'Fikradaha Ficilka' ee kulankii hore.
- Khariidadda FORB ee xaashida jaantuska rogrogmata ee magaaladeena.
- Jaantuska rogrogmada iyo qalimaanta.



LAYLI GUUD



LAYLI GUUD

DIYAARGAROW HORE

Go'aanso inta kooxood ee qorsheynta ficilka ah ee aad ku yeelan doonto layliga 'Safarkeenna isbeddelka' (fiiri bogga 137). Waxaad u baahan tahay 4-8 ka qeybgalayaasha koox kasta. Marka la eego waqtiga xaddidan ee loo heli karo warbixinta dib (kulanka xiga), isku day inaad tirada kooxaha ku xaddiddo wax aan ka badnayn saddex.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Weydii qof walba in ay isugu yimaado khariidadda/fikradaha ficilka ee FORB oo uu sharaxo kuwa soo socda:

Ujeeddada koorsadan waxay ahayd in naga caawiso inaan noqono dad isbeddel sameeya oo ka shaqeeya bulshooyinkeenna deegaanka. Labadii kulan ee ugu dambeeyay, waxaan diyaarin doonnaa qorshayaal waxqabad oo ay kooxuhu u isticmaali karaan inay wax ka qabtaan dhibaato ka jirta bulshadeenna. Su'aashu waxay tahay dhibaatooyinkee?

Waxaan ku aqoonsannay dhibaatooyinka xorriyadda diinta ama caqiidadda layliga 'khariidadda FORB ee magaaladeenna'. Iyada oo taas laga duulayo, waxaan ka fikirnay fikradaha ficilka oo waxaan doorannay fikradaha ficilka ee aan ugu jecelnahay. Mid kasta oo ka mid ah fikradahan waxay la xiriiraan wax aan u aragno inay dhibaato yihiin.

Layligan, waxaan ku dooran doonnaa dhibaatooyinka FORB si aan u aburno qorshayaal ficil ah, annagoo ka dooranayna dhibaatooyinka aan aqoonsannay. Dabcan, dhibaatooyin kale oo badan oo xuquuqda aadanaha ah ayaa muhiim ah in wax laga qabto. Waxaan diiradda saareynaa xorriyadda diinta ama caqiidadda maanta, laakiin xirfadaha aad barato waxaa loo isticmaali karaa in lagu sameeyo qorshe ficil ah oo loogu talagalay nooc kasta oo dhibaato ah oo ka jirta bulshada.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 50 DAQIIQO

• KA FIKIR (5 DAQIIQO)

Weydii ka qeybgalayaasha inay eegaan xaashida jaantuska rogrogmada ee 'fikradaha ficilka', gaar ahaan 'fikradaha ficilka ee aan ugu jecelnahay', oo si aamusnaan ah uga fikir su'aalaha soo socda:

- Maxay yihiin dhibaatooyinka ay fikradaha ficilkeenu isku dayaan inay wax ka qabtaan?
- Maxay yihiin dhibaatooyinkan ugu muhiimsan ee wax laga qaban karo?
- Dhibaatooyinkee ayaan wax ka beddeli karnaa?

• LABA LABO (10 DAQIIQO)

Weydii ka qeybgalayaasha inay laba-labo iskula jira oo ay sharxaan hawsha soo socota:

Laba-labadiina, doorta hal dhibaato oo aad u malaynayso inaan maanta u sameyn o qorshe hawleed, iyadoo lagu salaynayo fikradahaaga ku saabsan waxa muhiimka ah iyo waxa aan wax ka beddeli karno. Noqo mid la taaban karo oo gaar ah intii suurtagal ah marka aad qeexayso dhibaataada. Tusaale ahaan, halkii aad ka odhan lahayd dhibaataadu waa 'dulqaad la'aan' waxaad odhan kartaa:

- Carruurta laga tirada badan yahay ayaa lagu dhibaateynayaa dugsiga Deegaanka ah, ama
 - Hoggaamiyeyaasha diinta ama siyaasadda ee Deegaanka ah ama warbaahinta Deegaanka ah ayaa adeegsanaya hadallo nacayb ah.
- Halkii aad ka dhihi lahayd haweenka laga tirada badan yahay (ama dhammaan) waa kuwo nugul, waxaad dhihi kartaa:
- Heerka sare ee ka bixitaanka dugsiga ee gabdhaha (dadka laga tirada badan yahay),
 - Dhibaataaynta waddooyinka, gaar ahaan haweenka laga tirada badan yahay, ama

- Guur hore iyo guur qasab ah.
- Iyo, halkii aad ka dhihi lahayd takoorka dawladda, waxaad dhihi kartaa:
- Booliiska deegaanku si sax ah uma baaraan dambiyada ka dhanka ah dadka ka soo jeeda dadka laga tirada badan yahay, ama
- Bulshada X ma heli karto ogolaansho ay ku dhiso goob cibaado.

TALO! Tusaalooyinkan u habbee si ay ula xiriiraan macnaha guud!

• **LA WADAAG** (10 DAQIIQO)

Weydii laba-labo kasta in ay kuu sheegaab dhibaataada ay ku *hal jumlad*. Dhibaatooyinka ku qor liis ku yaal dhinaca bidix ee xaashida jaantuska rogrogmata ama sabuurad cad. U dhaaf meel bannaan ee dhinaca midig ah si dadku ay iskutallaab ugu dhigaan dhibaatooyinka ay rabaan inay u codeeyaan.

• **CODEEY OO DOORO** (20 DAQIIQO)

Weydii qof walba inuu iskutallaab ku dhejiyo jaantuska rogrogmada ee ku xiga LABA dhibaato oo ay iyagu, shaqsi ahaan u maleynayaan in kooxdu ay u baahan tahay inay u diyaariso qorshayaal ficil. Ka wada hadla natiijooyinka kooxda oo wadajir u go'aamiya ugu badnaan saddex dhibaato si loo qoro qorshayaasha ficilka, (wax ka yar saddex haddii kooxdaadu ka yar tahay 12 maadaama aad u baahan tahay ugu yaraan afar ka qeybgalayaasha dhibaato kasta).

Xooji in xitaa haddii dhibaataada aad iskutallaab ku dhejiso aan la dooran, waxaad isticmaali kartaa xirfadaha qorsheynta ficilka ee aan maanta baranno si aad uga shaqeyso dhibaataada aad dooratay hadhow.

• **U QEYBI KOOXO** (5 DAQIIQO)

Weydii kooxda inay ku istaagaan goobo. Ku wareeg lambarrada goobaaabinta ka qeybgalayaasha hal ilaa tirada kooxaha qorsheynta ficilka ee aad yeelan doonto, (tusaale ahaan, laga bilaabo 1 ilaa 3 haddii aad yeelan doonto saddex kooxood).

U qoondee dhibaato koox kasta oo u sheeg ka qeybgalayaasha in kooxdoodu ay diyaarin doonto qorshe ficil oo ku saabsan dhibaataadaas dambe kulanka.

Haddii ka qeybgale kasta uu si xooggan u doonayo inuu ku jiro koox ka duwan tii loo qoondeeyay (malaha sababtoo ah waxay aqoon u leeyihiin dhibaato gaar ah), fiiri haddii qof uu diyaar u yahay in ay kala beddeshaan.

3. Tamariyaha: Samee isbeddel 5 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Layli jireed si kor loogu qaado heerarka tamarta.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Weydii kooxda in ay si goobo ah u istaagaan oo ay hoos u foorarsadaan intii karaankooda ah (iyadoo la raacayo awoodaha shaqsiyeed). Weydiiso qof walba inuu si hoose u hadlo ereyada "Samee isbeddel: I-S-B-E-D-D-E-L!" waqti isku mid ah. Weydiiso inay ku celceliyaan ereyadan marar badan, mar kasta oo ay xoogaa yar kor u kacaan oo ay xoogaa kor u kacaan. Mugga ayaa si tartiib tartiib ah u kordha, kooxduna si tartiib tartiib ah ayay u istaagtaa ilaa, ugu dambeyntii, qof walba uu kor u boodayo intii karaankiisa ah oo uu ku qeylinayo: "Samee isbeddel: I-S-B-E-D-D-E-L!"



LAYLI GUUD

TALO! Tusaale ahaan u horseed – noqo mid aad u qeylo badan oo buuq badan inta ay ciyaartu socoto!

4. Soo bandhigid: Safarkeenna Isbeddelka 10 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Bandhigani wuxuu higsanayaa inuu dhiso xirfado ku saabsan qorshaynta ficilka. Wuxuu adeegsanaysaa sawirka qorshaynta safar si ay u soo bandhigto habka qorshaynta ficilka iyo qalabka qorshaynta ficilka ee ka qeybgalayaashu u isticmaali doonaan layliga soo socda.



SOO BANDHIGID

AGABYADA

- Qoraalka bandhigga waxaa laga heli karaa bogga 140 ee hagahan.
- Qoraalkani wuxuu u dhigmaa bogagga 3-24 ee PowerPoint-ka kalfadhiga waxaana lagu daray qoraallada ku hadla ee bogaggan.
- Nooca Word ee qoraalka la tafatiri karo ayaa laga heli karaa agabyada la socda casharkan.

DIYAARGAROW HORE

Isu diyaari si waafaqsan tilmaamaha ku qoran bogga 15, 'Sida loo diyaariyo kalfadhi kasta'. Akhri oo la qabso qoraalka iyo bogagga PowerPoint (ama samee xaashiyada jaantus oo loogu talagalay qodobbada muhiimka ah ee bogagga) oo ku celceli bixinta bandhigga iyadoo lala kaashanayo xaashiyada jaantuska/rogrogidda.

TALO! Weydii dadka in ay keydiyaan su'aalaha/faallooyinka ilaa dhammaadka bandhiggaaga.

5. Shaqada Kooxda: Safarkeenna Isbeddelka 45 daqiiqo

SHARAXAAD IYO UJEEDDADA

Layligani wuxuu sii soconaa inta ka hartay kulankan iyo bilowga kan xiga. Kooxuhu waxay ku sameeyaan qorshayaal ficil iyadoo adeegsanaya qalabka qorsheynta ficilka ee lagu qeexay bandhigga hore. Iyada oo ku xiran nooca kooxdaada, qorshayaashan ficilku waxay noqon karaan qorshayaal dhab ah oo kooxdu rabto inay hirgeliso, ama tusaale u ah qorshayaasha ay horumariyaan si ay u bartaan xirfadaha qorsheynta ficilka.

Kooxuhu waxay sawirayaan oo ay qorayaan qorshayaashooda ficil ahaan iyadoo ah 'safar' muuqaal ah oo ku qoran xaashida jaantuska rogrogmata.



LAYLI KOOXEED

AGABYADA

- Hal buug-yare oo ah 'Safarkeenna isbeddelka' ee ka qeybgale kasta.
- Jaantuska rogrogmada, qalimaanta jaantuska, qalimaan caadi ah.

DIYAARGAROW HORE

Ku dheji labada dhinac ee gaaban ee laba xaashi oo jaantuska ah, adigoo sameyn aya warqad dheer. Mid ka mid ah kuwan u diyaari koox kasta.

SIDA LOO BARO LAYLIGA 5 DAQIIQO

Mar kale tusi bogga 24 oo sharax waxyaabaha soo socda:

Horraantii kulanka, waxaan doorannay dhibaatooyin waxaana u qeybinay kooxo. Hadda koox kastaa waxay isku dayi doontaa in ay samayso qorshe hawleed si ay wax uga qabato dhibaataadooda, iyadoo adeegsanaya qaabka 'Safarkeenna isbeddelka' ee aan ka maqalnay kulanka.

Qorshayaashan hawleed waxay noqon karaan qorshayaal dhab ah, oo aan rabno inaan hirgelinno ka dib tababarka, ama ku dhaqanka qorshayaasha hawleed ee naga caawiya inaan horumarinno xirfadaha qorshaynta hawleed ee aan isticmaali karno hadhow.

Miisaska kooxda, waxaad ka heli doontaa warqad jaantus dheer oo rogrogmi kara oo aad ku sawiri karto oo aad ku qori karto safarkaaga isbeddelka. Waxa kale oo aad ka heli doontaa nuqullo ka mid ah qaabka 'Safarkeenna isbeddelka' si uu kaaga caawiyo iyo qoraal ahaan oo aad guriga u qaadan karto.

Hawlgalkaagu waa inaad abuurto qorshe hawleed si aad wax uga qabato dhibaataada kooxdaada ee ku yaal xaashidaada jaantuska rogrogmi karta, adoo adeegsanaya qeybaha kala duwan ee qaabka safarka isbeddelka. Waxaad heli doontaa inta ka hartay kulankan iyo qeybta ugu horreysa ee kulanka xiga si aad tan u sameyso – taasi waa wadarta guud ee saacad.

Tusi bogga 25 adigoo sharraxaya waxyaabaha soo socda:

Tallaabooyinka la qaadayo si aad u sameyso qorshahaaga waa sidan soo socota:

- Go'aanso cidda ay yihiin kuwa wax beddelaya: waa kuma kooxda dadka ama ururka ee fulin doona qorshaha?
- Qor dhibaata ugu weyn ee kooxdaadu siisay shaqada.
- Aqoonso dabeecadaha, dhaqamada ama xeerarka la taaban karo ee aad rabto inaad beddesho.
- Abuur yool aad ku milicsato dhibaataada.
- Aqoonso dabeecadaha, dhaqamada iyo xeerarka la rabo.
- Ku dar 'dadka' kale ee ku lug leh – dadka ay saameysay, dadka, ururada ama mas'uuliyiinta qeyb ka ah dhibaataada ama awoodda ay wax ku beddeli karaan.
- Dooroo oo ku dar xeeladahaaga iyo hawlaha ugu muhiimsan ee loo baahan yahay si loo gaaro yoolka.
- Aqoonso dhowr tallaabo oo muhiim ah oo wax ku ool ah oo loo baahan yahay si loo hirgeliyo hawlaha.
- Oo aqoonso waxa ay yihiin fariimahaaga dadka kala duwan ee ku lug leh. Doodo nooc ee ah ayaa qancin doona?
- Ugu dambayntiina ka fikir khataraha aad la kulmi karto inta aad jidka ku jirto.

Uma baahnid inaad wax ku sameyso sidan, laakiin waxay u badan tahay inay waxtar leedahay!

Xooga saar waxyaabaha soo socda:

Way suurto gal noqon lahayd in waqti dheer lagu qaato ka fikirka su'aal kasta, laakiin ujeeddada layligani waa in la abuur 'lafaha' qorshaha – sawirka weyn, kaas oo aan ka fikiri karno oo aan horumarin karno waqti dambe haddii aan go'aansanno inaan hirgelinno.

Ujeeddadaadu waa inaad ku qaadata qiyaastii 8 daqiiqo qeyb kasta! Xusuusnow tani waa fikrad maskaxeed oo ku saabsan qorshe qallafsan! Qor fikradahaaga iyo fikradahaaga iskiis ah oo ha ku bixin waqti aad si taxaddar leh u sameyso waxyaabaha – jumlad keliya oo si qumman loo qaabeeyey ama dhowr dhibcood ayaa ku filan. Ha iloobin fikradaha ficilka ee aan ku hayno jaantusyada rogrogmada! Malaha waxaad u isticmaali kartaa mid ama laba ka mid ah qorshahaaga.

SIDA LOO WADO LAYLIGA 40 DAQIIQO

Qof walba u dir kooxahooda si ay u bilaabaan shaqada. Kooxba koox u gudub, adigoo hubinaya inay fahmeen waxay u baahan yihiin inay sameeyaan.

Waqti ilaali! Xusuusi dadka inay u gudbaan Su'aasha xigta 10 daqiiqo ka dib iyo mar kale si joogto ah ka dib.

La soco kooxaha, hubi inay ku sii jiraan mowduuca oo ay ku socdaan wadada saxda ah, dhiirigeli oo sii talooyinkaas sida ugu fiican ee aad awooddo. Haddii koox ay ku dhegagan tahay su'aal aadan ka caawin karin, soo jeedi inay u gudbaan tallaabada xigta ee geeddi-socodka qorsheynta ficilka oo ay dib ugu soo noqdaan arrintaas.

6. Faallo gabagabo ah 3 daqiiqo

Marka aad soo gaarto dhammaadka waqtiga kulanka, u hambalyeey dhammaan kooxaha shaqadooda adag oo u sheeg inay sii wadi doonaan ka shaqeynta qorshahooda hawleed ee safarka isbeddelka kulanka xiga. Ku dhiirigeli inay sii wadaan ka fikirka qorshahooda hawleed inta u dhaxaysa hadda iyo kulanka xiga, iyadoo qoraya fikrad kasta oo ay u baahan yihiin inay keenaan kulanka xiga.



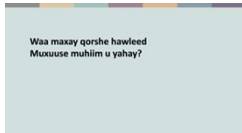
HADAL GAABAN

Qoraalka Bandhigga

Safarkeenna Isbeddelka – qalab muuqaal ah oo loogu talagalay qorsheynta ficilka

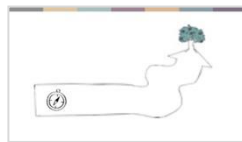
Qoraalkan loogu talagalay bandhigga kulanka 8 waxaa lagu muujiyay bogagga 3-24 ee PowerPoint-ka kulanka.

WAA MAXAY QORSHE HAWLEED, MUXUUSE MUHIIM U YAHAY?



Haddaba, waa maxay qorshe hawleed, muxuuse muhiim u yahay? Qorshe hawleedku waa qorshe loogu talagalay SIDA aan rabno in aan ka gaarno meesha aan joogno, meesha aan rabno in aan gaarno.

Haddii aan safar dheer ku jirno, waa fikrad wanaagsan in aan yeelanno khariidad iyo qorshe ku saabsan sida aan u safri doonno. Waxaa laga yaabaa in aan u lugeyno boosteejada baska, aan raacno bas ka dibna tareen, ka dibna aan kireysanno gaari si aan ugu wadno meesha aan u soconno! Haddii aan lahayn khariidad iyo qorshe, waxaa laga yaabaa in aan gaarin meesha aan u soconno, ama waxay nagu qaadan kartaa waqti dheer in aan halkaas ku gaarno.



Qorshe hawleedku wuxuu la mid yahay khariidad iyo qorshe safar – wuxuu khariideeyaa tallaabooyinka aan qorsheyneyno in aan qaadno si aan u gaarno yoolkeenna, wuxuuna naga caawiyaa in aan noqonno kuwo istaraatiiji ah oo ula kac ah.

Dhammaanteen waxaan sameynaa qorshayaal hawleed. Mararka qaarkood aad bay u fudud yihiin, waxay ku dhow yihiin kuwo dabiici ah, waxaana ku xasuusannaa madaxeena. Laakiin dhibaatooyinka adag, sida waxyaabaha aan hore u sameynin iyo waxyaabaha aan koox ahaan u sameyno, waxaan u baahan nahay in aan si taxaddar leh u qorsheyno oo aan qorno qorshayaasheenna si qof walba uu u xasuusto.



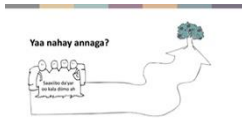
Inta ka hartay bandhiggan, waxaan ku baran doonaa sida loo isticmaalo qalab muuqaal ah oo fudud oo loo yaqaan 'Safarkeenna Isbeddelka' si loo sameeyo qorshe hawleed.

DADKA SAFARKA AH



Marka aan sameyno qorshe hawleed oo loogu tala galay safar si aan isbeddel u sameyno, su'aasha ugu horreysa waa 'yaanu nahay annagu?'

Waa kuma socotada, safar u socda si ay isbeddel u sameeyaan? Sida dadka qaar ay u socdaan halka kuwa kalena ay wadi karaan ama ay raaci karaan diyaarad, annaga oo ah shakhsiyad, kooxo ama ururo waxaan leenahay fursado, awoodo iyo daciifnimo kala duwan waxaana wajaheynaa khataro kala duwan. Bilowgii weydiinta 'yaanu nahay annagu?' waxay naga caawineysaa in aan maskaxda ku hayno kuwan.

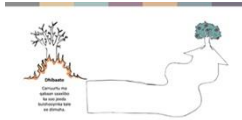


Aan sameeyno safar isbeddel male-awaal ah oo aan niraahno waxaan nahay saaxiibo dhalinyaro ah oo ka kala yimid bulshooyin diimeed oo kala duwan oo ku nool magaaladeenna.

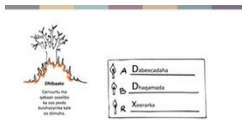
BARTA AYNU KA BILAABEYNO



Marka aan qorsheyneyno safar, waxa ugu horreeya ee aan u baahan nahay in aan ogaano waa meesha aan ka bilaabayno. Safarka isbeddelku wuxuu ku bilaabmaa dhibaato, waxaana ku bilownaa qeexitaankeeda. Inta aan si gaar ah u qeexayno dhibaateenna, ayay u fududahay in la aqoonsado sida loo sameeyo isbeddel.



Markaa halkii aan ka dhihi laheyn dhibaataadu waa 'dulqaad la'aan', waxaa laga yaabaa in aan dhahno 'Carruurta ma qabaan saaxiibo ka socda bulshooyinka kale ee diimaha'. Tani waa natiijo iyo waxa sababta u ah dulqaad la'aanta joogtada ah.



Dhibaatooyinka noocan oo kale ah waxay leeyihiin arrimo kala duwan oo salka ku haya oo gacan ka geysta. Arrimahan hoose waxaa ka mid noqon kara:

- dabeecadaha dhibaata leh ee dadku leeyihiin,
- dhaqamada dhibaata leh – waxyaabaha dadku sameeyaan
- ama sharciyada, xeerarka, ama siyaasadaha dhibaata leh.

Isku jirka, dabeecadahan, dhaqamadan iyo xeerarkan ayaa dhibaata abuura. Haddaba, marka la eego dhibaataada aan aqoonsannay, waa maxay dabeecadaha, dhaqamada ama xeerarka gaarka ah ee aan rabno in aan beddelno?

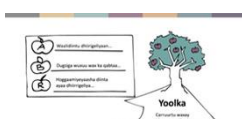


Marka laga hadlayo tusaalaheena, waxaa laga yaabaa in aan dhahno 'Waalidiintu waxay leeyihiin aragtiyo taban oo ku saabsan carruurta oo saaxiibo ka ah bulshooyin kale', ama 'Dugsiga wuxuu u dulqaadanayaa cagajugleynta carruurta ka soo jeeda bulshooyinka diimaha kala duwan' ama 'Hoggaamiye diimeed oo maxalli ah ayaa leh saaxiibtinimada carruurta ka soo jeeda bulshooyinka kala duwan waa in aan la oggolaan'. Kuwani waa dabeecado, dhaqamo iyo xeerar gacan ka geysta dhibaata deenna.

MEESHEENA UGU DAMBEYSA



Marka aan safar u galno in aan isbeddel sameyno, waa muhiim in la ogaado meesha aan rabno in aan gaarno! Qeexidda meesha aan u soconno waa mid adag. Dhammaanteen waxaan rabnaa in aan ku gaarno nabad, caddaalad iyo takoor la'aan! Laakiin waxaan u baahan nahay in aan si cad oo macquul ah u eegno waxa aan ku gaari karno waqti gaar ah.



Tusaale ahaan, yoolkeena wuxuu noqon karaa in 'Carruurta ay saaxiibo ka sameystaan bulshooyinka kale ee diimaha'. Hadafkaas awgeed, waxaan ka fikiri karnaa dabeecadaha, dhaqamada ama qawaaniinta gaarka ah ee aan rabno in aan aragno halkii ay ka ahaan lahaayeen kuwii hore iyo kuwa xun.

Tusaale ahaan: 'Waalidiintu waxay dhiirrigeliyaan carruurta in ay saaxiibo ka sameystaan bulshooyinka kale ee diimaha', ama 'Dugsiyada si firfircoon ayay wax uga qabtaa cagajuglaynta', ama 'Hoggaamiyayaasha diimaha waxay dhiirrigeliyaan saaxiibtinimada bulshooyinka dhexdooda'.



Sida aad arki karto, dhibaata deenna iyo yoolalkeenu waxa ay la mid yihiin muuqaalo muraayad ah oo midba midka kale ka muuqdo. Dhibaata iyo yoolku waxa ay qeexayaan qaab-dhismeedka safarkeenna isbeddelka. Xaggee ka bilaabmaa geeddi-socodka isbeddelku xaggeese ayaan rabnaa in uu hoggaamiyo?

DADKA AAN KULA KULANNO JIDKA



Safar dheer, waxaa laga yaabaa in aan la kulanno dad badan – asxaabteena safarka ah oo isku jiho u socda, saraakiisha tigidhada ee na baaraya, ama dad sameeya jidgooyooyin naga joojiya ama naga leexiya waddada. Haddaba, yaa la kulmi doonaa safarkeenna?



Waxaa jiri doona:

- dadka ay dhibaataadu saameysey (carruurta kiiskeenna)
- dadka awoodda u leh inay wax ka qabtaan dhibaataada (guddiga dugsiga iyo shaqaalaha, waalidiinta iyo hoggaamiyeyaasha diinta, tusaale ahaan).



Waxaa sidoo kale jiri kara:

- dadka safarka ah, dadka nala wadaaga yoolkeenna oo naga caawin kara waddada. Tusaalaheena, xulafadeennu waxay noqon karaan gole diimeed oo maxalli ah.
- ama dad ka soo horjeeda yoolkeenna oo isku daya in ay naga hor istaagaan. Waxaa laga yaabaa in ay tahay saameyn aan dulqaad laheyn oo baraha bulshada ah oo ku dhex jira bulshadeenna.



Marka aan qoreyno qorshe hawleed, waxaa wanaagsan in la fikiro cidda ay yihiin dadkan, ururada iyo hay'adahan, si aan maskaxda ugu hayno markaan dooranno xeeladaheena oo aan qorsheyno ficilladeenna.

Yaa naga caawin kara in aan isbeddel sameyno? Yaa u baahan in aan ka dhaadhicino – maxaase? Intaa waxaa dheer, yaa isku daya kara in uu hor istaago isbeddelka?

DOORASHADA WADADA



Badanaa waxaa jira qaabab badan oo kala duwan oo looga gudbi karo A ilaa B – waddooyin iyo qaabab gaadiid oo kala duwan. Haddaba, waddo noocee ah ayaan mari doonnaa?

Waddadeenna waxaa go'aamiya xeeladaha aan isticmaalno. Xusuusnow, waxaa jira 15 xeeladood oo kala duwan oo laga dooran karo – laga bilaabo dhisidda wacyigelinta, ilaa u doodista, ilaa diiwaangelinta xadgudubyada. Waxaan horey u soo saarnay fikrado badan oo ficil ah oo loogu talagalay isticmaalka xeeladahaan! Halkan ayaad ka isticmaali kartaa kuwan!



Tusaale ahaan, miyaan diiradda saari doonnaa beddelka carruurta annagoo sameyneyna koox kubadda cagta oo diimaha kala duwan oo ka kooban ama diiwaangelin ku sameynayna dhacdooyinka cagajuglaynta iyo tan u isticmaalno si aan ugu doodno in guddiga dugsigu uu tallaabo u qaado? Mise abuurista dhiirigelin macallimiinta si ay u horumariyaan xiriir wanaagsan iyaga oo abaalmarin u sameynaya macallinka ugu fiican ee dhiirrigeliya kala duwanaanshaha oo xaqiijiya ixtiraamka fasalka dhexdiisa? Mise ku qancinta hoggaamiyeyaasha diinta in ay dhiirrigeliyaan saaxiibtinimada diimaha kala duwan? Ama isku darka kuwan?

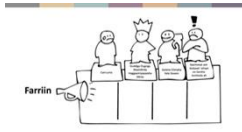
Waxaa jira waxyaabo badan oo kala duwan oo aan sameyn karno. Dhammaantood ma wada qaban karno, laakiin waxaa laga yaabaa in aan u baahanno in aan sameyno wax ka badan hal shay haddii aan guuleysan doonno. Tusaale ahaan, ma jiri doonto wax faa'iido ah oo ku saabsan bilaabista koox kubadda cagta ah haddii hoggaamiyeyaasha diinta ee muhiimka ah ay cambaareeyaan oo aysan cidna ku dhiiran in ay timaaddo. Qorshayaasha waxqabadka ee guuleysta badanaa waxay ka kooban yihiin dhowr xeeladood oo kala duwan laakiin is-waafaqsan.

TALLAABOYINKA SAFARKA



Mar haddii aan go'aansanno xeeladaha aan isticmaalno, waxaan ka fikirnaa SIDA loo isticmaalo. Tallaabooyinkee la taaban karo ayaan u baahanahay in aan qaadno sideen u kala horreysiin karnaa? Yaa sameyn doona maxay iyo goorma xeelad kasta oo aan doorannay? Sideen ugu dhaqaaqi doonnaa abaabulka iyo xayeysiinta kooxda kubadda cagta ama aan u sameyn doonnaa sahanka? Yaa la hadli doona hoggaamiyeyaasha diinta?

FARRIINTA



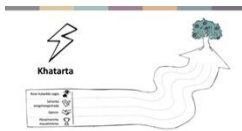
Intaa waxaa dheer, marka aan la hadalno dadka, waxaan u baahanahay in aan ka fikirno waxa aan dhihi doonno. Nooc ee macluumaad ama dood ah ayaa ku qancin kara xulafada suurtagalka ah in ay nagu soo biiraan ama ay dadka ku qanciyaan in ay beddelaan dabeecadahooda ama dhaqankooda? Maxaa ku qancin doona dadka awoodda leh in ay wax qabtaan? Ma jiraan qaabab lagu qaabeeyo fariinteena si aan uga fogaano mucaaradka?

Tusaale ahaan, waalidiintu waxay u baahan karaan in ay maqlaan faa'iidooyinka dhisidda xiriirka bulshooyinka mustaqbalka carruurtooda, iyo sidoo kale macluumaad wax ku ool ah oo u xaqiijinaya in carruurtoodu ay ammaan ahaan doonaan oo si fiican loo daryeeli doono kooxda kubadda cagta.

Golaha diimaha ee maxalliga ah ayaa laga yaabaa in ay xiiseynayaan in ay maqlaan sida aan uga qeyb qaadan doonno dadka waaweyn ee ka kala socda bulshooyinka kala duwan in ay hoggaamiyaan kooxda kubadda cagta.

Guddiga dugsigana waxaa laga yaabaa in lagu dhiirrigeliyo in ay maqlaan sida loo isticmaali karo siyaasad ka-hortagga u xoogsheegashada si loo xoojiyo sumcadda dugsiga.

CAQABADAHA IYO KHATARAHA



Safar dheer oo adag, dadka safarka ah waxay la kulmi karaan caqabado, khataro iyo duufaanno ay u baahan yihiin in ay ka fogaadaan ama ay ka gudbaan si ay u gaaraan meesha ay u socdaan. Dhammaan hababka isbeddelka waxaa ku jira caqabado iyo khataro. Waxay kaa caawinaysaa haddii aan hore u fikirno, aan dooranno waddo ammaan ah intii suurtagal ah oo aan qorsheynta sida aan wax uga qabanno xaalado kala duwan oo soo bixi kara.

Markaa, waa maxay caqabadaha iyo khataraha aan la kulmi karno haddii aan qaadno tallaabooyinka aan saadaalinay? Ma jiraan wax ka mid ah tallaabooyinka aad khatar u ah oo ma jiraan siyaabo aan ku yareyn karno khataraha?

Tusaale ahaan: Xaaladaha qaarkood, kor u qaadista kooxda kubadda cagta ee diimaha kala duwan ee idaacadda maxalliga ah waxay soo jiidan kartaa dareen aan loo baahneyn oo ka imanaya kooxo aan dulqaad laheyn oo laga yaabo in ay abaabulaan mucaarad. Waxaa laga yaabaa in aan rabno in aan si aamusnaan ah u bilowno oo aan dhisno taageero bulsho.

GABAGABO



Hadda waxaan ka shaqeynay geeddi-socodka sameynta qorshe hawleed. Safarkeenna isbeddelka waxaan u aqoonsannay sidaan:

- Meesha aan ka bilaabayno – dhibaataada
- Meesha aan u soconno – yoolka
- Dadka aan la kulmi doono inta aan jidka ku jirno – asxaabta, kuwa ka soo horjeeda iyo dadka aan rabno in aan saameyn ku yeelanno si uun.
- Waddada – xeeladaha aan isticmaali doonno iyo tallaabooyinka la taaban karo ee aan u baahan nahay in aan qaadno si aan hore ugu soconno.
- Waxaan sidoo kale ka fikirnay fariinteenna iyo khataraha aan la kulmi karno inta aan jidka ku jirno.

Habkan waxaa loo isticmaali karaa in lagu abuurto qorshe hawleed fudud ama qoto dheer oo loogu talagalay nooc kasta oo xeelad ah oo aad rabto in aad isticmaasho.

Haddaba, hadda waa waqtigii aad adigu isku dayi lahayd – sameynta qorshe hawleed oo aad ku fulin karto dhibaataada aad rabto in aad wax ka qabato!

KULANKA 9

Safarkeenna isbeddelka ah (waa socdaa)

Dulmarka guud oo ku saabsan kulanka

Geedi socodka horumarinta qorshaha waxqabadka ayaa ka bilaabmay kulanka 8aad wuxuu sii socdaa kulanka 9aad. Kani waa kalfadhiga ugu dambeeya ee koorsada wuxuuna ku soo gabagaboobayaa layli qiimayn iyo dabaaldeg.

Kalfadhiyada 8aad iyo 9aad waa la 'isku daray' – iyadoo la raacayo ujeedooyin waxbarasho oo wadajir ah iyo hal geeddi-socod waxbarasho. Fadlan eeg qorshaha kulanka 8aad ee ujeedooyinka waxbarasho ee kulankan.

Waxyaabaha ku jira kulanka iyo waqtiga

Kulanka 9aad wuxuu u qorshaysan yahay cashar dheer oo qiyaastii ah 2 saacadood iyo 30 daqiiqo. Si kastaba ha ahaatee, dhererka casharka iyo waqtiga loo heli karo qeybaha kala duwan waxay ku xiran tahay tirada kooxaha u baahan inay warbixin ka keenaan guud ahaan. Haddii aad haysato in ka badan saddex kooxood, waxaad u baahan doontaa cashar dheer. Haddii aad haysato wax ka yar saddex kooxood, waxaad isticmaali kartaa wax ka yar 2 saacadood iyo 30 daqiiqo.

30-ka daqiiqo ee ugu dambeeya waxaa laga sameeyay layli qiimeyn iyo dabaaldeg.

**Layli kooxeed: Safarkeenna isbeddelka ah (waa socdaa)**

Ka qeybgalayaashu waxay sii wadaan horumarinta qorshayaasha waxqabadka ee ka bilaabmay kulanka 8aad.

30 daqiiqo ugu yaraan

Dood guud: Safarkeenna isbeddelka – bandhigyo iyo jawaab celin

Kooxuhu waxay soo bandhigaan oo ka wada hadlaan qorshayaashooda waxqabad.

10-20 daqiiqo koox kasta

Tamariyaha: Isbeddel sameeye farshaxanno

Kooxuhu waxay adeegsadaan jirkooda si ay u abuuraan farshaxan bini'aadam oo wada jir ah oo matalaya qorshahooda ficil.

5 daqiiqo

Dood guud: Xaggee ayaan ka aadeynaa halkan?

Ka qeybgalayaashu waxay ka wada hadlayaan tallaabada ay rabaan inay qaadaan shaqsi ahaan iyo si wadajir ah ka dib koorsada.

25 daqiiqo ugu yaraan

Layliga qiimeynta: Madaxa, wadnaha, gacmaha

Ka qeybgalayaashu waxay milicsanaayaan waxa ay ka faa'ideen koorsada.

20 daqiiqo

Dabaaldegga

U dabaaldeg aqoonta, dabeecadaha, xirfadaha, iyo xiriirka la sameeyay intii koorsada lagu jiray.

10 daqiiqo

WADARTA WAQTIGA

**2 saacadood
30 daqiiqo**

Isu diyaari

Isu diyaari kalfadhiga si waafaqsan tilmaamaha ku yaal bogga 15, 'Sida loogu diyaar garoobo kulan kasta'. Xusuusnow – waad taqaanaa kooxdaada! Waxaa lagu soo dhaweynayaa in aad la qabsato oo aad beddesho qeyb kasta oo ka mid ah kulanka si aad ugu habboonaato baahiyaha kooxdaada.

GO'AANSO WAQTIGA KULANKA

Kulankan, waxaad u baahan tahay inaad go'aansato waqtiyada aad rabto inaad u qoondayso shaqada kooxda iyo doodka guud. Waqtiga loo heli karo kuwan wuxuu ku xiran yahay inta kooxood ee u baahan inay soo bandhigaan qorshayaashooda waxqabad.

AGABYADA KULANKAN

Marka laga soo tago agabka caadiga ah ee kulan kasta oo ku taxan bogga 16, waxaad u baahan doontaa agabka soo socda si aad kulanka u socodsiiyo si waafaqsan qorshaha casharka:

- Xaashiyaha jaantuska rogrogmada ee 'Safarkeenna isbeddelka' ee koox kasta laga soo qaatay kulanka 8.
- Xaashiyaha jaantuska rogrogmada ee 'Khariidadda FORB ee magaaladeena' waxaa lagu sameeyay kulankaa 5.
- Shanta xaashi ee jaantuska rogrogmada ee 'Fikradaha Ficilka' ee kulamada 6-7.
- Dhammaan boorarka xeeladaha.

LA SOCDA AGABKAN

waayo kulankan waxaa laga heli karaa [halkan](#).

DIYAARI QOLKA

Kulankani wuxuu ka bilaabmaa isla kooxaha shaqada ee kulanka 8 ku dhammaaday. Miisaska iyo kuraasta si waafaqsan u diyaari.

Warqadda jaantuska rogrogmada ee koox kasta oo ka timid layliga 'Safarkeenna isbeddelka' ee kulankii hore saar miiskooda, oo ay weheliyaan qalimaan oo ku dheji qoraallo.

Ku dheji 'Khariidadda FORB', xaashiyaha jaantuska rogrogmada 'Fikradaha Ficilka' iyo boorarka xeeladaha ee derbiyada ku yaal si ay u noqdaan agab tixraac ah.



'Madaxa, wadnaha, gacmaha'

Qorshaha kulanka oo faahfaahsan

XUSUUSNOW:

Waa inaad go'aansataa muddada shaqada kooxeed iyo doodda guud!

1. Shaqada kooxeed: Safarkeenna isbeddelka ah (waa socdaa) minimum 30 daqiiqo

AGABYADA

Xaashiyaha jaantuska rogrogmada ee 'Safarkeenna isbeddelka' oo ay sameeyeen kooxihii kulankii hore, qalimaan jaantus rogrogmada iyo qalimaan caadi ah iyo qoraallo ka dambeeya.



LAYLI KOOXEED

SIDA LOO BARO LAYLIGA

Ku soo dhaweey qof walba kulankii ugu dambeeyay ee koorsada. Ku dhiirrigeli adigoo sheegaya shaqada wanaagsan ee ay qabanayaan.

Ku martiqaad ka qeybgalayaasha inay dib ugu laabtaan kooxahooda qorsheynta ficilka ee kulankii hore si ay u sii wadaan ka shaqaynta 'safarkooda isbeddelka'. Ku dhiirrigeli kooxaha inay diiradda saaraan xeeladaha iyo tallaabooyinka ficilka hadda haddii aysan hore u sameyn. U sheeg kooxaha inta waqti ee ay haystaan.

2. Dood guud: Safarkeenna isbeddelka – bandhigyo iyo jawaab celin 15 – 20 daqiiqo / Koox

SHARAXAAD

Tani waa marxaladdii ugu dambeysay ee layliga 'Safarkeenna isbeddelka', kaas oo kooxuhu ay ku soo bandhigayaan qorshayaashooda ficilka ah isla markaana ay helaan jawaab celin.

FIIRO GAAR AH

Haddii aad koox aad u yar leedahay oo qof walba uu ka wada shaqeeyay hal qorshe, ka bood marxaladda bandhig da oo yeelo dood gabagabo ah adoo adeegsanaya su'aalaha ku qoran 'Sida loo maamulo layliga'

SIDA LOO BARO LAYLIGA 1 DAQIIQO

Sharax in koox kastaa ay heli doonto 5 daqiiqo si ay ugu soo bandhigto 'safarkooda isbeddelka' kulanka guud, ka dibna ay uga wada hadlaan qorshahooda.

Caddee in ujeeddada dooddani ay tahay in la taageero, la dhiirrigeliyo oo la is caawiyo, iyadoo la wada horumarinayo fikradaheena. Ma aha tartan in la arko cidda leh qorshaha waxqabadka ugu fiican – midkeenba waqti uma helin inuu la yimaado qorshaha ugu habboon!

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Ku martiqaad koox kasta inay soo bandhigaan (5 daqiiqo) oo ay helaan jawaab celin (ugu badnaan 15 daqiiqo). Isticmaal su'aalaha soo socda si aad u hoggaamiso doodda jawaab celinta:

- Maxaad ka jeceshahay qorshahan waxqabadka?
- Ma haysaa talo ku saabsan sida qorshaha looga dhigi karo mid ka sii wanaagsan? Tusaale ahaan, dad dheeraad ah oo aan la shaqayn karno ama xeelado kale oo la isticmaali karo.



DOOD GUUD

- Ma mid ka mid ah xeeladaha/ficillada ma noqon doonaan kuwo aan waxtar lahayn, aan macquul ahayn, ama kuwo aad khatar u ah?
- Ma u malaynaysaa in xeeladaha/ficillada la qorsheeyay ay keeni doonaan in la gaaro yoolalka dabeecadaha, dhaqamada iyo xeerarka isbeddelay ama kuwa socda ee ku wajahan yoolkaas?

Ku dadaal inaad waqtiga ilaaliso, adigoo hubinaya in koox kastaa ay hesho fursad cadaalad ah oo ay ku soo bandhigto oo ay jawaab celin ku hesho.

SIDA LOO SOO GABAGABEEYO LAYLIGA 2 DAQIIQO

U hambalyeey ka qeybgalayaasha shaqadooda wanaagsan iyo ka qeyb qaadashadooda. Ku adkee in, iyadoon loo eegin inay damacsan yihiin inay isticmaalaan qorshahooda waxqabad iyo in kale, ay barten xirfado badan oo qorsheynta waxqabadka ah oo ay u isticmaali karaan dhammaan noocyada kala duwan ee hababka isbeddelka ee ay ku lug leeyihiin mustaqbalka.

3. Tamariyaha: Isbeddel – sameeye farshaxanno 5 daqiiqo

UJEDDO

Si kor loogu qaado heerarka tamarta xilliga kulanka aadka u daran.

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Tilmaamahan sii ka qeybgalayaasha oo mari habka soo socda:

Kooxdaada qorsheynta ficilka, samee farshaxan bini'aadam oo wadajir ah oo aad la sameyso jirkaaga si uu u matalo qorshahaaga ficilka. Waxaad haysataa 4 daqiiqo. Marka waqtigu dhammaado, waan sacab tumayaa – qof walbana waa inuu ku qaboojiyaa booskiisa. Kadib waxaan eegi doonnaa farshaxannada midba midka kale oo sacab tumaya!

TALO! Haddii kooxduu muuqato inay daalan tahay inta lagu jiro layligii hore, samee firfircooni-bixiyahaan hore – inta u dhaxaysa bandhigvada kooxda.

4. Dood guud: Xaggee ayaan ka aadeynaa halkan? minimum 25 daqiiqo

SHARAXAAD

Dooddan guud waxay soo gabagabeeynaysaa koorsada. Waxay diiradda saareysaa waxa ka qeybgalayaashu rabaan inay sameeyaan si ay u horumariyaan xorriyadda diinta ama caqiidadda ka dib marka koorsadu dhammaato.

SIDA LOO BARO LAYLIGA

Sharax waxyaabaha soo socda:

Waxaan wada joognaa dhammaadka koorsadayada. Koorsadu waxay diiradda saareysay xuquuqda aadanaha ee xorriyadda diinta ama caqiidadda.

Waxaan ka fikirnay aqoonsigeenna, mudnaanta iyo khasaaraha. Waxaan ka barannay xuquuqda aadanaha, xorriyadda diinta ama caqiidadda iyo ku xadgudubka xuquuqda. Waxaan barannay xeelado badan oo kala duwan oo loo isticmaali karo horumarinta xuquuqda aadanaha waxaan ku dhaqay abuurista 'safarro isbeddel' – qorshayaasheenna ficilka.

Haddaba xaggee ayaan ka rabnaa inaan ka tagno halkan – shakhsi ahaan iyo koox ahaan? Sideen u rabnaa inaan hore u soconno si aan u noqonno kuwa isbeddel sameeya?

SIDA LOO WADO LAYLIGA

Ku martiqaad ka qeybgalayaasha inay ka fikiraan su'aalaha soo socda waqti furan oo wadaag iyo dood ah.

- Ma jiraan waxyaabo aan, shaqsi ahaan, rabno inaan si ka duwan u sameyno nolol maalmeedkeena iyadoo lagu saleynayo waxa aan barannay?



DOOD GUUD

- Ma koox ahaan waxaan rabnaa inaan sii wadno ka shaqeynta mid ka mid ah fikradaha/qorshayaashayada ficilka ah oo aan si wadajir ah u fulinno? Qorshayaasha/fikradaha kee baa? Yaa jeclaan lahaa inuu ku jiro? Haddii ay sidaas tahay, maxay noqon doontaa tallaabada xigta?
- Ma u gudbin karnaa fikradaha ficilka mid ka mid ah waddooyinka kale ee aan si toos ah ugu lug leenahay – sida bulshooyinka diinta, goobaha shaqada, ama kooxda haweenka?
- Ma jiraan ururo ama kooxo aan ku lug lahayn, laakiin aan la hadli karno oo aan ku dhiirigelin karno inay tallaabo qaadaan? Yaa iyo maxaa?

Diiwaangeli doodda su'aal kasta adigoo ku qoraya qoraallo afar jaantus oo rogrogmi kara, oo cinwaankoodu yahay sidan soo socota:

- Waxyaabaha aan rabo in aan sameeyo.
- Waxyaabaha aan rabno in aan ku sameyno kooxdan.
- Waxyaabaha aan rabno in aan sameyno iyadoo qeyb ka ah kooxaha/ururada kale.
- Waxyaabaha aan rabno in aan ku dhiirigelino kuwa kale in ay sameeyaan.

Ha welwelin haddii ay jiraan is-dhexgal u dhexeeya jaantusyada rogrogmada – ujeedadu ma aha in waxyaabaha loo kala saaro qeybo, laakiin waa in laga fikiro siyaabo kala duwan oo aan ku qaadi karno tallaabooyinka xiga.

Doodda, ku xus in cilmi-baaristu ay muujinayso in isbeddelku si fudud ugu dhaco shabakado ballaaran oo shaqsiyaad, kooxo iyo ururo ah oo ku dadaalaya in ay gaaraan yool isku mid ah, iyagoo qaadanaya noocyo kala duwan oo ficil ah oo isku dhafan si isku xiran.

5. Layliga qiimeynta: Madaxa, wadnaha, gacmaha 20 daqiiqo

Layligan qiimeynta shaqsiyeed ee fudud wuxuu ka caawiyaa ka qeybgalayaasha inay ka fikiraan waxa ay la qaadanayaan koorsada.

AGABYADA

- Daabacaad hal warqad oo ah 'Madax-qalbi-gacmo' qoraal macluumaad ka qeybgale kasta.
- Hal qalin ka qeybgale kasta.



LAYLI
SHAQSIYEED

SIDA LOO BARO LAYLIGA 2 DAQIIQO

Sii ka qeybgale kasta qoraal macluumaad ah.

Sharax inay sameyn doonaan layli qiimeyn ah si ay uga fikiraan waxa ay, shaqsi ahaan, ula socdaan koorsada. Si cad u sheeg in waraaqaha la ururin doono si ay kaaga caawiyaaan qiimeynta koorsada ama inay warqadda guriga u qaadan karaan si ay xasuusin ahaan u qaataan. Waa muhiim inaad ka fogaato dadka qoraya milicsiga gaarka ah haddii aad ururinayso waraaqaha!

SIDA LOO WADO LAYLIGA 18 DAQIIQO

Weydii ka qeybgalayaasha inay si aamusnaan ah uga fikiraan kuwa soo socda:

- Ka fikir waxaad kasbatay aqoon iyo fikrado. Fikradahaaga ku qor madaxa.
- Ka fikir dareenkaaga, waxyaabaha aad ogaatay ee ku saabsan naftaada ama dabeecadaha cusub ee aad leedahay. Tan ku qor qalbiga.
- Oo ka fikir fikradaha aad haysato si aad tallaabo u qaaddo ama aad wax si ka duwan u sameyso. Tan ku qor gacanta.
- Isku day inaad si gaar ah u sheegto intii suurtagal ah. Sii 8 daqiiqo si ay tan u sameeyaan.

Iyada oo ku xiran cabbirka kooxdaada, midkood ku wareeg wareegga adigoo qof walba weydii naya inuu hal shay wadaago ama weydii ka qeybgalayaasha inay laba-labo isu beddelaan si ay u wadaagaan oo ay uga fikiraan. (10 daqiiqo)

(Nooca kale: Sawir madax, wadne iyo gacan saddex xaashi oo kala duwan oo jaantuska rogrogmada. Weydiiso ka qeybgalayaasha in ay ka jawaabaan su'aalaha kor ku xusan ee ku qoran qoraallada oo ay ku dhejiyaan xaashida jaantuska rogrogmada. Ka wada hadla natiijooyinka si guud.)

6. Dabaaldeg! 10 daqiiqo

Inta koorsada lagu jiro, ka qeybgalayaashu si fiican ayay isu barten waxayna waqtigooda iyo tamartooda ku bixiyeen hawsha. Waa waqtigii la dhihi lahaa mahadsanid iyo in la xuso fikradaha cusub, aragtida, xirfadaha, iyo xiriirka ay sameeyeen inta lagu guda jiray koorsada!

Qorshee xaflad gaaban si aad u tiraahdo si wanaagsan loo qabtay oo aad u mahadsan tahay. Waxaa laga yaabaa in aad jeceshahay inaad heesto, aad tiraahdo dhowr eray, aad tukato, aad cunto fudud wada cunto ama aad qoob ka ciyaarto.

Shahaado ayaa diyaar ah si aad u daabacdo oo aad u siiso ka qeybgalayaasha haddii aad rabto.



'Is-beddel Saameeyayaasha Deegaanka'

"Noqoshada isbeddel sameeye waa safar uu qof walba u baahan yahay in uu galo."

KA QEYBGALE, NIGERIA

QEYBTA C



Agabka Tixraaca

Ballanqaadyada muhiimka ah ee xuquuqda aadanaha ee la xiriira FORB

Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha (UDHR), Qodobka 18

Qof kastaa wuxuu xaq u leeyahay xorriyadda fikirka, damiirka iyo diinta; xuquuqdan waxaa ka mid ah xorriyadda uu ku beddeli karo diintiisa ama caqiidaddiisa, iyo xorriyadda, keligiis ama bulsho ahaan dadka kale iyo dadweynaha ama gaar ahaan, inuu diintiisa ama caqiidaddiisa ku muujiyo waxbarid, ku dhaqan, cibaado iyo u hoggaansanaan.

Heshiiska Caalamiga ah ee Xuquuqda Madaniga iyo Siyaasadda (ICCPR), Qodobka 18

1. Qof kastaa wuxuu xaq u leeyahay xorriyadda fikirka, damiirka iyo diinta. Xuquuqdan waxaa ka mid noqon doona xorriyadda uu ku yeelan karo ama uu ku qaadan karo diin ama caqiido uu doortay, iyo xorriyadda, si gaar ah ama bulsho ahaan ula jirta dadka kale iyo si dadweyne ama si gaar ah, inuu diintiisa ama caqiidooyinkiisa ku muujiyo cibaado, u hoggaansanaan, ku dhaqan iyo waxbarid.
2. Qofna laguma qasbi karo taas oo wiiqaysa xorriyaddiisa ah inuu yeesho ama uu qaato diin ama caqiido uu isagu doortay.
3. Xorriyadda qofku ku muujin karo diintiisa ama caqiidaddiisa waxay ku xirnaan kartaa oo keliya xaddidaadaha sharcigu farayo oo lagama maarmaan u ah ilaalinta badbaadada dadweynaha, nidaamka, caafimaadka, ama akhlaaqda ama xuquuqda aasaasiga ah iyo xorriyadaha dadka kale.
4. Dowladaha ku jira Axdigan waxay ballanqaadayaan inay ixtiraamaan xorriyadda waalidiinta, marka ay khuseyso, mas'uuliyiinta sharciga ah si ay u hubiyaan waxbarashada diimeed iyo tan akhlaaqda ee carruurtooda iyadoo la raacayo caqiidooyinkooda.

Heshiiska Xuquuqda Carruurta (CRC), Qodobka 14

1. Qeybaha Dowladaha waa inay ixtiraamaan xuquuqda uu ilmuhu u leeyahay xorriyadda fikirka, damiirka iyo diinta.
2. Qeybaha Dowladaha waa inay ixtiraamaan xuquuqda iyo waajibaadka waalidiinta, marka ay khuseyso, mas'uuliyiinta sharciga ah, si ay u siiyaan ilmaha tilmaamo ku saabsan sida uu u adeegsanayo xuquuqdiisa si waafaqsan awoodaha sii kordhaya ee ilmaha.
3. Xorriyadda qofku ku muujin karo diintiisa ama caqiidaddiisa waxay ku xirnaan kartaa oo keliya xaddidaadaha sharcigu farayo oo lagama maarmaan u ah ilaalinta badbaadada dadweynaha, nidaamka, caafimaadka ama akhlaaqda, ama xuquuqda aasaasiga ah iyo xorriyadaha dadka kale.

FIIRO GAAR AH

Ku dhawaaqida xuquuqda aadanaha waa ballanqaadyo caalami ah oo siyaasad ahaan waajib ah halka axdiyada, heshiisyada ay yihiin ballanqaadyo sharci ahaan waajib ah oo hoos yimaada sharciga caalamiga ah. Si kastaba ha ahaatee, Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha si ballaaran ayaa loo aqbalay oo hadda loo arkaa sharci caalami ah oo caado ah.

Eeg sidoo kale

Faallo Guud 22 ee Guddiga Xuquuqda Aadanaha kaas oo bixiya hagitaan khabiir ah oo ku saabsan fasiraadda Qodobka 18aad ee ICCPR.

<https://www.equalrightstrust.org/ertdocumentbank/general%20comment%202022.pdf>

Baaqa Qaramada Midoobay ee ku saabsan Ciribtirka dhammaan noocyada dulqaad la'aanta iyo takoorka ku salaysan Diinta ama Caqiiddada.

<https://www.ohchr.org/en/professionalinterest/pages/religionorbelief.aspx>

Qorshaha Rabat ee ku saabsan mamnuucidda u doodidda nacaybka qaran, jinsiyadeed ama diimeed ee kicinaya takoorka, cadaawadda ama rabshadaha.

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomOpinion/Articles19-20/Pages/Index.aspx>

Waxaad ka heli kartaa warbixin dhammaystiran oo ku saabsan heerarka caalamiga ah ee xuquuqda aadanaha ee la xiriira xorriyadda diinta ama caqiiddada xiriirka soo socda ee Xafiiska Wakiilka Sare ee Qaramada Midoobay ee Xuquuqda Aadanaha:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/Standards.aspx>

Waxaad ka heli kartaa macluumaad ku saabsan shaqada Ergeyga Gaarka ah ee Qaramada Midoobay ee ku saabsan xorriyadda diinta ama caqiiddada halkan:

<https://www.ohchr.org/EN/Issues/FreedomReligion/Pages/FreedomReligionIndex.aspx>

Wax badan ka baro

Daawo Madasha Waxbarashada ee FORB siddeed filim oo gaagaaban oo ku saabsan xorriyadda diinta ama caqiiddada iyo goorta la xaddidi karo.

<https://www.forb-learning.org/films>



FILIMO

Raadi macluumaad ku saabsan FORB ee dalkaaga

Talo guud oo ku saabsan doorashada xigashooyin macluumaad

Waxaa lagugula talinayaa inaad si ballaaran u akhrido xaaladda FORB iyo xuquuqda aadanaha ee dalkaaga ka hor intaadan hoggaamin Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka. Tani waxay kaa caawin doontaa inaad hubiso in arrimaha sharciga ee heer qaran iyo waayo-aragnimada kooxo kala duwan oo dalkaaga ah lagu daro waxbarashada iyo doodaha.

Isku day inaad hesho ilo macluumaad oo heer qaran ah, tusaale ahaan, hay'adaha aan dawliga ahayn ee madaxa-bannaan oo aad ku dhammaystirto macluumaad ka yimid ilo caalami ah oo la isku halleyn karo. Markaad raadiso macluumaad, xusuusnow inaysan macquul ahayn in la fahmo xaaladda hal koox iyada oo aan la fahmin macnaha guud ee ay leeyihiin, oo ay ku jiraan sida kooxaha kale ee aaminsanaanta loo saameeyo. Ma jiraan waddamo lagu xadgudbo xuquuqda hal koox oo keliya. Dhammaan kiisaska, kooxo badan ayaa saameeya, siyaabo kala duwan iyo heerar kala duwan. Tani macnaheedu maaha inaad iska indho tirto ilo la isku halleyn karo oo diiradda saaraya hal koox – laakiin waa inaad akhridaa in ka badan hal xigasho oo ku saabsan in ka badan hal koox.

SI FIICAN U FIKIR!

Markaad akhridayso macluumaadka, ka digtoonow khatarta dacaayadda iyo eexda. Dowladaha qaar ayaa carqaladeeya la socodka iyo warbixinta xuquuqda aadanaha, iyagoo adeegsanaya macluumaad been abuur ah, cabsi gelin iyo qasab. Sidaa darteed, macluumaadka ka imanaya dowladaha qaranka ee ku saabsan xaaladda dalkooda ayaa laga yaabaa inuu noqdo mid aan la isku halleyn karin.

Mararka qaar macluumaadka ay bixiyaan dowladaha shisheeye ama kuwa diimaha iyo bulshada rayidka ah wuxuu noqon karaa mid eex leh ama marin habaabin ah. Mararka qaar waxaa jira eex siyaasadeed oo ula kac ah. Badanaa aragti marin habaabin ah oo ku saabsan xaaladda guud ahaan waa natiijo aan ula kac ahayn oo diiradda la saarayo hal koox oo keliya. Isticmaal ilo kala duwan, iska hubi xaqiiqooyinkaaga oo si qoto dheer uga fikir!

Xigasho caalami ah oo macluumaad

Waa kuwan ilo macluumaad oo qiimo leh. Ka dhex baaro si aad u hesho qeybo la xiriira waddankaaga.

Waxda Arrimaha Dibadda ee Mareykanka – Warbixin sannadeed oo ku saabsan xaaladda xorriyadda diinta ama caqiiddada ee ku dhawaad waddan kasta oo adduunka ah.

www.state.gov/international-religious-freedom-reports

Guddiga Mareykanka ee Xorriyadda Diinta Caalamiga ah (USCIRF) – Warbixin sannadeed oo ku saabsan FORB dalalka ay ka jiraan xadgudubyo halis ah oo xuquuqda ah.

www.uscifr.gov/annual-reports

Xarunta Cilmi-baarista Pew – Xogta ku saabsan xayiraadaha dowladda iyo colaadaha bulshada ee la xiriira diinta adduunka oo dhan.

<https://www.pewresearch.org/topic/religion/religious-freedom-restrictions>

Kooxda Xuquuqda Dadka laga tirada badan yahay ee Caalamiga ah – Buugga macluumaadka waddanka ee ku saabsan bulshooyinka laga tirada badan yahay iyo kuwa asaliga ah

<https://minorityrights.org/directory>

Warbixinnada booqashada mawduucyada iyo kuwa dalka ee Ergeyga Gaarka ah ee Qaramada Midoobay u qaabilsan xorriyadda diinta ama caqiiddada.

<https://www.ohchr.org/en/issues/freedomreligion/pages/freedomreligionindex.aspx>

Madasha 18 – La socodka iyo falanqaynta xadgudubyada FORB ee Bartamaha Aasiya, Koonfurta Caucasus, Ruushka, Belarus, Crimea iyo Turkiga.

www.forum18.org

Warbixinno ku saabsan dambiyada nacaybka, oo ay ku jiraan kuwa ku salaysan aqoonsiga diimeed ee gobolka OSCE (Yurub, Caucasus, Aasiyada Dhexe, Waqooyiga Ameerika)

[OSCE – ODIHR | Hate Crime Reporting](#)

WARBIXINNADA DIIRADDA SAARAYA KOOXAHA CAQIIDADDA GAARKA AH

Nacaybka Yuhuudda Adduunka oo dhan – Warbixinnada sanadlaha ah ee Xarunta Kantor.

<https://cst.tau.ac.il/annual-reports-on-worldwide-antisemitism>

Ka Hortagga Islaam nacaybka/Nacaybka Ka-soo-horjeeda Muslimiinta si Looga Baabi'iyoo Takoorka iyo Dulqaadka Ku Salaysan Diinta ama Caqiiddada: Warbixinta Ergeyga Gaarka ah ee Qaramada Midoobay ee Xorriyadda Diinta ama Caqiiddada, 2021.

<https://www.ohchr.org/en/documents/ahrc4630-countering-islamophobiaanti-muslim-hatred-eliminate-discrimination-and>

Warbixinta Xorriyadda Fikirka – Warbixin sannadeed oo ka socota Humanists International.

<https://fot.humanists.international>

Cadaadiska lagu hayo Muslimiinta Ahmadiyada Caalamka – Warbixin Qaramada Midoobay ka soo baxday Guddiga Xuquuqda Aadanaha ee Caalamiga ah, oo ah hay'ad aan dawli ahayn oo u shaqeysa xuquuqda Muslimiinta Ahmadiyada.

<https://ihs.smc.global/wp-content/uploads/documents/Report-Persecution-of-Ahmadis-Worldwide.pdf>

Cadaadiska Caalamiga ah ee Markhaatiyaasha Yehowah – Warbixin ay soo saartay USCIRF.

<https://www.uscirf.gov/publication/issue-update-global-persecution-jehovahs-witnesses>

World Watch List – Warbixin sannadeed ku saabsan cadaadiska lagu hayo Masiixiyiinta ka imanaya Open Doors.

<https://www.opendoorsuk.org/persecution/world-watch-list>

XIGASHO KU SAABSAN DIMUQRAADIYADDA IYO XUQUUQDA AADANAHA OO SI BALLAARAN LOO HELI KARO, OO AY KU JIRAAN HEERAR KALA DUWAN

IDEA International waxay la socotaa xaaladda dimuqraadiyadda, oo ay ku jirto xorriyadda diinta ama caqiiddada, dhammaan waddamada adduunka. Guji waddankaaga khariidadda is-dhexgalka oo isticmaal liiska bixidda si aad u sahamiso xogta.

<https://www.idea.int/democracytracker>

CIVICUS waxay la socotaa xayiraadaha 'meel bannaan' ee loogu talagalay ficillada bulshada rayidka ah, oo ay ku jiraan xorriyadaha hadalka, isu imaatinka iyo isu imaatinka – kuwaas oo dhammaantood si dhow ula xiriira xorriyadda diinta ama caqiiddada.

<https://monitor.civicus.org>

Freedom House – Qiimaynta iyo warbixinnada ku saabsan helitaanka dadka ee xuquuqda siyaasadeed iyo xorriyadaha madaniga ah ee 210 waddan iyo dhulal. Guji waddankaaga si aad u hesho xog.

<https://freedomhouse.org/explore-the-map>

Human Rights Watch waxay soo saartaa warbixin sannadeed ku saabsan xaaladda xuquuqda aadanaha ee in ka badan 100 waddan.

<https://www.hrw.org/previous-world-reports>

Astaamaha dalalka ee Amnesty International waxaa ka mid ah xorriyadda diinta ama caqiiddada ilaa xad kala duwan.

www.amnesty.org/en/countries

Sii wad barashada: Agabyo dheeraad ah iyo koorsooyin online ah

Wax ka baro FORB

Madasha Waxbarashada ee FORB iyo xubnaha NORFORB waxay bixiyaan agab iyo koorsooyin kala duwan si ay kaaga caawiyaan inaad sii qoto dheereyso waxbarashadaada. forb-learning.org

Agabyada waxaa ka mid ah:

- [filimaan kala duwan](#) oo soo bandhigaya FORB, helitaanka caddaaladda, aqoonta diinta iyo qalabka falanqaynta macnaha guud.
- koorso online ah oo ku saabsan n [FORB](#).
- koorso online ah oo ku saabsan [FORB iyo jinsiga](#).
- koorso online ah oo ku saabsan [Wax ka qabashada hadallada nacaybka](#).
- iyo warbixinno ku saabsan [arrimaha mowduuca](#) sida FORB iyo jinsiga, iyo FORB iyo booska bulshada oo sii yaraanaya.

Horumari xirfadahaaga fududaynta FORB

Marka laga soo tago Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka, Madasha Waxbarashada ee FORB wuxuu sidoo kale bixiyaa:

- [Qalabka Fududeeyayaasha](#) FORB – Qalab layli oo loogu talagalay qof kasta oo ku hawlan bixinta waxbarashada xuquuqda aadanaha ee FORB.
- Koorso 10-toddobaad ah oo online ah oo loogu talagalay [ababarayaasha/fududeeyayaasha](#) FORB, oo u baahan qiyaastii 6 saacadood oo shaqo ah usbuucii, (meeluhu way xaddidan yihiin).
- Fursadaha isku xirka – ku biir [shabakadeena fududeeyayaasha iyo tababarayaasha](#) FORB si aad u hesho macluumaadka ugu dambeeyay ee ku saabsan kheyraadka iyo koorsooyinka cusub iyo inaad ka qaybgasho dhacdooyinka isku xirka.

Baro wax badan oo ku saabsan xeeladaha iyo sida loo isticmaalo

Halkan waxaad ka heli kartaa xiriiriyeyaal ku saabsan agab waxbarasho oo bilaash ah iyo koorsooyin online ah oo ka socda bixiyayaasha kale.

XEELADHA GURMADKA DEGDEGGA AH:UJEEDDOKA HORTAG; JOOJI OO BADBAADI; CAAWIMO WACO OO KA DIG

Xeeladaha gurmada degdegga ah waxaa loo isticmaalaa in lagu xalliyo khataraha degdegga ah ee ka dhanka ah xuquuqda aadanaha. Agabyada soo socda ayaa kaa caawin kara inaad isticmaasho xeeladahan.

••• KOORSOOYINKA ONLINE-KA AH •••

FAHAMKA IYO KA HORTAGGA HADAL NACAYBKA EE ONLINE-KA

Koorso ku saabsan baahida oo ka socota FacingFacts, oo ah hindise waxbarasho oo ujeedadeedu tahay in wax laga qabto dembiyada nacaybka iyo hadallada nacaybka ee Yurub. Inta badan waxbarashadu waxay khuseysaa xaalado kala duwan. Sidoo kale eeg koorsooyinka kale ee la bixiyo, tusaale ahaan, 'Fahmidda iyo aqoonsashada dembiyada nacaybka ee ka dhanka ah Yuhuudda'.

TAAGEERADA HABKA NABADDA IYO KA HORTAGGA RABSHADA DOORASHADA

Koorasyada khadka tooska ah ee Machadka Nabadda ee Mareykanka.

MADASHA
WAXBARASHO
EE FORB
forb-learning.org

FORB Learning
Platform

AGABYADA

DHIBAATEYNTA WADOOTINKA

Dhibaataynta waddooyinka ayaa saameysa dhammaan dumarka. Haweenka laga tirada badan yahay waxay si gaar ah ugu nugul yihiin dhibaataynta nacaybka iyo/ama dhibaataynta galmada. Halkan ka hel fikrado iyo xeelado ku saabsan sida looga jawaabo dhibbane ahaan ama qof daawanaya.

XEELADAHA ISBEDDELKA: OLOLAHA, U DOODISTA, DHIIRIGELINTA, ISKA CAABINTA

U doodista iyo ololayntu waa xeelado muhiim ah oo lagu sameeyo isbeddel. Raadi hagitaan ku saabsan isticmaalka xeeladahan iyada oo loo marayo agabyada iyo koorsooyinka soo socda.

KOORSOYINKA ONLINE-KA AH

MUHIIMADDA U DOODISTA

Koorsada online-ka ee ku saabsan baahida oo ay bixiso Tearfund. Ka samee bog xiriirka soo socda oo ka hel 'Aqoonsiga Muhiimka ah' daliil-haayaha koorsada.

AKADEEMİYADA U DOODISTA SHARCIGA

Koorsada online-ka ee ku saabsan baahida oo ay bixiso ACT Alliance. Ka samee bog online Fabo.org si aad u gasho koorsada.

FICIL AAN RABSHADO LAHAYN, IYO ISKA CAABINTA RAYIDKA

Koorsayada khadka tooska ah ee Machadka Nabadda ee Mareykanka.

AGABYADA

QALABKA U DOODISTA – NOQO ISBEDDELKA AAD RABTO INAAD ARAGTO

Waxaa soo saaray MadashaAfrika u Qaabilsan Ilaalinta Bulshada iyo Hay'adda Barwaaqo Sooranka.

QALABKA U DOODISTA – HAGAHA ASALKA

Waxaa soo saaray Tearfund.

U DOODID: HAGE LOOGU TALAGALAY URURADA YARYAR IYO KUWA QURBAHA

Waxaa soo saaray INTRAC.

CIYAARTU WAY SOCOTAA – HAGE WAX KU OOLAH OO KU SAABSAN OLOLAHA

Waxaa soo saaray Wigwam and finep.

XEELADAHA DHISMAHA: WACYIGELINTA, KA-QEYBGALKA, XIRFADAHA, SHABAKADAHA

Xeeladaha dhismaha waxaa loo isticmaalaa in lagu abuurro aasaas muddo dheer ah oo isbeddel ah, qaab wacyigelin dadweyne iyo shabakado dad ku hawlan kuwaas oo awood u leh xirfadaha loo baahan yahay si loo isticmaalo dhammaan noocyada xeeladaha.

KOORSOYINKA ONLINE-KA AH

ADEEGSIGA FAYLKA EE DHIJITAALKA, FIIDIYOWGA IYO ILAALINTA AMNIGA ONLINE-KA

Booqo bogga internetka ee Golaha Udoodida si aad u hesho koorsooyin gaagaaban oo bilaash ah oo khadka tooska ah si ay kaaga caawiyaan inaad horumariso xirfado wax ku ool ah oo kala duwan.

WADAHADALKA DIIMAHA KALA DUWAN

KAICIID waxay bixisaa koorsooyin badan oo online ah oo ku saabsan hababka wadhadalka diimaha kala duwan.

DHISMAHA NABADDA IYO WAXYAABO KALE

Koorasyo online ah oo kala duwan oo ay martigeliso Machadka Nabadda ee Mareykanka.

<https://www.usip.org/academy/catalog/religious-engagement-peacebuilding-common-ground-approach>

<https://www.usip.org/academy/catalog/introduction-religion-and-peacebuilding>

KU NOOLOW WAXAAD AAMINSAN TAHAY

Aqoon-is-weydaarsi loogu talagalay hoggaamiyayaasha iyo dadka saamaynta ku leh ee doonaya inay bartaan sida loo horumariyo ka-mid-noqoshada, kala duwanaanshaha, iyo xorriyadda caqiidadda goobta shaqada iyo bulshooyinkooda.

AGABYADA

QALABKA TODDOBAADKA DIIMAHA KALA DUWAN

Tilmaame wax ku ool ah oo ku saabsan abaabulka hawlaha diimaha ee ku salaysan bulshada, oo ay daabacday Shabakadda Diimaha ee UK.

QALABKA IIMAANKA XUQUUQDA

Qeyb ka mid ah qeybaha waxbarashada xuquuqda aadanaha oo sahaminaya xiriirka ka dhexeeya diimaha, caqiidooyinka iyo xuquuqda aadanaha ee la xiriira 18 ballanqaad ee qaab-dhismeedka Diinta ee Xuquuqda.

QALABKA HADALKA NACAYBKA EE ONLINE-KA EE LOOGU

TALAGALAY MACALLIMIINTA IYO SHAQAALAHA DHALINYARADA

Qalabka Selma ee online-ka wuxuu bixiyaa agab la habeyn karo oo loogu talagalay macallimiinta iyo kuwa kale ee la shaqeeya carruurta iyo dhallinyarada arrimaha ku saabsan hadalka nacaybka online-ka.

KOORSO TABABAR MACALLIMIIN OO ONLINE-KA AH KU SAABSAN

OO KU SAABSAN KOR U QAADISTA KALA DUWANAANSHAHA

Kooras waxbarasho oo isku dhafan oo tababar siinaya macallimiinta si kor loogu qaado bulshooyinka kala duwan iyo kuwa loo dhan yahay ee fasalka dhexdiisa. Waxaa bixiyay Hardwired Global oo ku qoran Ingiriis iyo Carabi.

XIGASHO FIIQIGA EE LAGA HELO DIIMAHA SI LOOGU HELO NABADDA

limaanka Ibraahim ee Yuhuudda, Masiixiga iyo Islaamka ee Taageeraya Muwaadinnimada; Xorriyadda Fikirka, Damiirka iyo Diinta ama Caqiidadda; Iyo Ilaalinta Bulshooyinka nugul.

XEELADHA BOGSASHADA: UJEEDDO XADGUDUBYADA DUKUMENTIGA, XUSIDDA, RAADI CADDAALAD IYO MAGDHOW, TAAGEERO AGAB IYO MID NAFSIYEED

Xeeladaha bogsashada waxaa loo isticmaalaa in lagu daryeelo laguna raadiyo caddaalad dadka iyo bulshooyinka ay saameeyeen xadgudubyadu.

KOORSOYINKA ONLINE-KA AH

DIIWAANGELINTA XADGUDUBYADA XUQUUQDA AADANAHA

Booqo bogga internetka ee Golaha Udoodida si aad u hesho koorsooyin gaagaaban oo bilaash ah oo kaa caawinaya inaad horumariso xirfadahaaga dukumentiyada. Koorsooyinka waxaa ka mid ah:

- Diiwaangelinta iyo soo sheegidda xadgudubyada xuquuqda aadanaha iyadoo la adeegsanayo markhaatifur.
- Qabashada, kaydinta iyo la wadaagista caddaymaha fiidiyowga.

TAAGEERADA NAFSI-BULSHADA EE KU SALAYSAN BULSHADA (CBPS)

Koorso saddex qaybood ah oo online ah oo ku saabsan baahida loo qabo oo ku taal CBPS ayaa kaa caawin doonta inaad barato aasaaska. Waxaa soo saartay Kaniisadda Sweden (oo loogu talagalay Act Alliance).

Tusmada layliyada

Layliyada guud

Layli	Ujeedo	Bogga
Dhammeystir jumlada	Hordhaca ka qeybgalayaasha – waxay iftiiminayaan ka qeybgalayaasha dhiirigelinta ka qeybgalayaasha	35
Sarif fikradahaaga	Hordhac ka-qeybgalayaasha – waxay iftiiminaysaa waxa ay wadaagaan ka-qeybgalayaasha	36
Gudbi dambiisha	Layliga xeerarka aasaasiga ah	36
I ammaana	Muuji waxyaabaha ay ka qeybgalayaashu ku biiriyeen kooxda	135
Dhammaan u sheeg!	layliga furitaanka ee xasuusinaya ka qeybgalayaasha wax ka barashada casharradii hore	49
Shabakadda wanaagsan	Waxay iftiimisa waxyaabaha wanaagsan ee ku saabsan bulshooyinkeena	99
Qof walba wuxuu beddelaa kuraasta	Tamarta ayaa iftiiminaysa waxyaabaha ay wadaagaan	71
Soco oo joogso	Tamariyaha	103
Madax ilaa ciribta	Tamariyaha	130
Samee isbeddel	Tamariyaha	137
Isbeddel sameeye farshaxanno	Tamariyaha	147
Shucuur	Layliga xidhitaanka wuxuu diiradda saarayaa dareenka ka qeybgalayaasha ku saabsan waxa ay barten	131
Madaxa, wadnaha, gacmaha	Qiimeynta layliga	148

Layliyada si ballaaran loogu sahaminayo xuquuqda aadanaha, takoorka iyo aqoonsiga bulshada

Layli	Ujeedo	Bogga
Maraqa nolosha, iyo rugta bandhigga xuquuqda aadanaha	Layli laba labo ah oo si wada jir ah uga caawiya ka qeybgalayaasha inay ku xiraan baahiyahooda waayo-aragnimadooda Baaqa Caalamiga ah ee Xuquuqda Aadanaha	37, 38
Nasiibka dheriga	Waxay iftiiminaysaa mudnaanta iyo khasaaraha, Iyo faa'iidooyinka wadajirka	68
Hal tallaabo hore loo qaaday	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay aqoonsadaan khasaaraha dhaqaale-bulsho iyo takoorka isgoysyada ah ee ku jira xaaladdooda	69
Aqoonsigeenna bulsho	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha in ay arkaan waxyaabaha ay wadaagaan dadka leh aqoonsiyo diimeed/caqiido kale	72

Layliyada si gaar ah u sahaminaya FORB

Layli	Ujeedo	Bogga
Mar waqti hore	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay ka fikiraa In ay qiimeeyaan waxyaalaha FORB ay ilaaliso iyo in kale	50
FORB ee maalinteyda	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay ka fikiraa sida ay u isticmaalaan xuquuqdooda FORB nolol maalmeedkooda	52
Riwaayado yar-yar oo FORB ah oo laba daqiiqo ah	Waxay horumarisaa xirfadaha lagu aqoonsanayo jebinta FORB	82
Khariidadda FORB ee magaaladeena	Layli laba qaybood ah oo ka caawiya ka qeybgalayaasha inay abuuraan falanqayn ku saabsan macnaha guud ee FORB	101, 104

Layliyada diiradda lagu saarayay hababka lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha iyo qorsheynta ficilka

Layli	Ujeedo	Bogga
Isbeddel sameeyayaasha kooxaha guuxa sheekada	Waxay dhiirigelisaa oo dejisaa goobta doodaha ficilka	114
Daawadayaasha iyo daaweeyayaasha	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay aqoonsadaan arrimaha u sahlaya inay wax qabtaan, halkii ay ka noqon lahaayeen dad aan firfircoonayn	114
Yaan ahay aniga?	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha in ay aqoonsadaan goobaha ay tallaabo ka qaadi karaan	116
Ka hadalka ku saabsan xeeladaha gurmada degdegga ah	Layli dood kooxeed oo la xiriira soo kulanka xeeladaha Ujeeddokalfadhiga Gaad	118
Ka hadalka ku saabsan xeeladaha	Fikradaha ficilka ee ku salaysan xeeladaha lagu horumarinayo xuquuqda aadanaha	129
Waa maxay dhibaataada?	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay doortaan dhibaatooyinka si ay u horumariyaan qorshayaal waxqabad	135
Safarkeenna isbeddelka	Layliga qorshaynta ficilka muuqaalka ah	138, 146
Xaggee ayaan ka aadeynaa halkan?	Waxay ka caawisaa ka qeybgalayaasha inay aqoonsadaan tallaabooyinka xiga	147

Dad badan ayaa ka walaacsan xadgudubyada xuquuqda xorriyadda diinta ama caqiidadda ee dalkooda iyo xiisadaha diimaha kala duwan ee ka jira bulshadooda laakiin ma hubaan sida ay wax u beddeli karaan.

Koorsada Isbeddel Sameeyayaasha Deegaanka waa taxane sagaal aqoon-is-weydaarsi oo laba saacadood ah oo loogu talagalay in lagu xoojiyo kooxaha heerka hoose ee dadka waaweyn iyo dhalinyarada si ay wax uga bartaan oo ay u noqdaan kuwo firfircoon kor u qaadaya xorriyadda diinta ama caqiidadda dhammaan bulshadooda.

Hagaha fududeeyayaasha iyo agabka la socda, waxaad ka heli kartaa qorshayaasha kulanka, qoraallada bandhigga, PowerPoint-yada, sheekooyinka, boorarka iyo kaararka ciyaarta – wax kasta oo aad u baahan tahay si aad u socodsiiiso koorsada. Waxaan rajeyneynaa in agabkani ay kaa caawin doonaan inaad bilowdo hababka isbeddelka meesha aad joogto.

forb-learning.org



THE LOCAL
CHANGEMAKERS
COURSE

Nordic Ecumenical Network on
Freedom of Religion or Belief
NORFORB

FORB Learning
Platform

Waxaa soo saaray Xorriyadda Diinta ama Madasha Waxbarasho ee Caqiidadda, oo ah mashruuc NORFORB ah.
© SMC Faith in Development 2025, www.smc.global, oo ku hadlaya magaca shabakadda NORFORB.
Qoraa: Katherine Cash | Naqshadeynta iyo astaamaha: KSB Design/Kristina Schollin-Borg & Eva-Marie Wadman
Sawirro: Toby Newsome | Sawirro Powerpoint ah: Gry Zierau | Turjumaad Soomaali ah: SIL
ISBN: 978-91-85141-45-6 | Contact: info@forb-learning.org | Website: www.forb-learning.org