

# Mashruuca Awoodsiinta Dijitalka iyo Iskuxirka Haweenka Qaxootiga ah

Hagaha la socda aqoon-isweydaarsiga 5aad



Haweenka, caruurta, rabshadaha ku  
salaysan jinsiga iyo xaq aad u leedahay  
ilaalin

Hagahan waxaa loo sameeyay inuu yahay agab taageeraya haweenka ka qayb qaadanaya siminaarada Xoojinta casriga ah ee haweenka Qaxootiga iyo Mashruuca Connect. Waxaa lagu bartilmaameedsanayaa dumarka haysta sharciga qaxootinimo, ilaalinta bani'aadamnimada ama midawga qoyska qaxootiga iyo ku noolaanshaha UK. Mashruucan waxaa maalgelinaya Taageerada qaxootiga magangalyo doonka ag ee Waaxda Guriga iyo sanduuqa Isku dhafka.

Waxyaabaha soo socda ayaa loo sameeyay iyada oo lagu saleynayo shaqada mashruuca Badbaadada Haweenka ee Socdaalka, oo ah iskaashi ujeedkiisu yahay in la xoojiyo ka hortagga rabshadaha ku saleysan jinsiga ee muhaajiriinta (GBV), qaxootiga iyo haweenka magangalyo-doonka ah ee UK. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan mashruuca Badqabka Haweenka ee Tahriibka ayaa laga heli karaa [halkan](#).

## Tusmada

Hordhac .....	3
Erayada Muhiimka ah.....	3
Waa maxay rabshada ku salaysan jinsiga .....	4
Noocyada Rabshadaha Ku Salaysan Jinsiga.....	5
Waxa loogu yeero rabshada ku salaysan sharafka .....	5
Guurka Qasabka ah.....	6
Guurka Waqtiga hore.....	6
Gudniinka Fircooniga ee Gabdhaha.....	6
Takoovid iyo xadgudub ku salaysan jinsi, galmo ama aqoonsi jinsiyeed .....	7
Waa maxay xadgudubka guriga? .....	7
Kawaran hadii aan la kulmayo xadgudub guri?.....	9
Xadgudubka Galmada.....	10
Xadgudub Dhaqaale .....	12
Dhibaataaynta iyo dabagalka: .....	14
Xaqa aad u leedahay ilaalin .....	14
Helitaanka amar joojin ahaaneed haddii aad dhibbane u tahay xadgudub .....	16
Ka hortagga takoorka iyo dambiga nacaybka.....	19

## Hordhac

Agabkani ma awoodo inuu si buuxda u ogaado una sharaxo dhamaan hanjabaadaha iyo tallaabooyinka ilaalinta ee la heli karo laakiin wuxuu rajaynayaa inuu dareenkaaga u soo jiito qodobu muhiim ah qaarkood iyo halka aad ka heli karto macluumaad dheeraad ah. In kasta oo tilmaamuhu ka kooban yahay macluumaad ku saabsan xuquuqda, maahan dukumiinti sharci ah. Waa sharci darro in qof aan la aqoonsanayn uu bixiyo talo bixin xagga socdaalka ah ama talo sharci ah. Waxaan tixraacaynaa ururo takhasus gaar ah leh oo ku siin kara macluumaad loogu talagalay shaqsiyaadka halka ay suurtagal tahay. Waxaa muhiim ah in la ogaado inaan bixinno macluumaad ku saabsan xuquuqda ilaalinta, laakiin ma ballan qaadi karno in macluumaadka ama koorso ama ficil ay horseedi doonaan badbaado.

Waxaan qiraynaa in ka hadalka Rabshadaha ku salaysan Jinsiga, xadgudubyada ay ka mid yihiin xadgudubka galmada iyo falal dembiyeedka ay noqon karaan kuwo xasaasi ah oo badanaa ceeb ah. Hadafkeena bani'aadamnimada iyo mabda'a ah inaan waxyeello loo geysaneynin micnaheedu waa in naloogu yeeray ficil si aan u samayno waxa awoodeena ah si aan wax uga qabanno rabshadaha ku saleysan jinsiga, oo ay ku jiraan bixinta macluumaadka si aan u taageerno dadka si ay u sameeyaan ikhtiyaaro iyaga awood siinaya iyo go'aamada iyaga difaacaya.

Tilmaamahan oo dhan waxaad ka heli doontaa tixraacyo ku lifaaqan qoraalka, kaas oo haddii aad gujiso ku geynaya websaydhka ku xusan. Tusaale ahaan, hadii aad gujiso [halkan](#) waxaa lagu gayn doonaa websaydhka Laanqayrta Cas ee Ingiriiska. Meesha ay suurtagal tahay, waxaan isku daynay inaan ku darno lifaaqyo macluumaadka la turjumay, laakiin in badan oo ka mid ah lifaaqyada ku yaal hagahan waxaa loogu talagalay macluumaad ku qoran Ingiriis. In kasta oo aan qirayno dhibaatooyinka tarjumaadda otomaatiga ah, waxaan ku siinay macluumaad ku saabsan sida loo adeegsado hawshan hagaha labaad.

Talo guud, oo qarsoodi ah oo ku saabsan dhamaan noocyada rabshadaha ku salaysan jinsiga oo ay ku jiraan xadgudubka guriga ayaa laga heli karaa Refuge [www.refuge.org.uk](http://www.refuge.org.uk) iyo Khadka Caawinta Xadgudubka Guryaha ee Qaranka **0808 2000 247** [www.nationaldahelpline.org.uk](http://www.nationaldahelpline.org.uk). Macluumaad dheeraad ah iyo taageero loogu talagalay dhibanayaasha xadgudubka onleenka ah waxaa laga heli karaa Joojinta Xadgudubka onleenka ah – [www.stoponlineabuse.org.uk](http://www.stoponlineabuse.org.uk). Haddii aad khatar ku jirto ama aad rabto inaad soo sheegto dambi - 999 (gurmada) - 101 (xaalad aan degdeg ahayn).

## Erayada Muhiimka ah

**Xadgudub** - waa ku takrifal awoodeed. Waxay ka koobnaan kartaa xadgudub jireed, shucuur, dhaqaale iyo galmo.

**Ogolaansho** - waa inaad wax ku ogolaato ikhtiyaarkaaga. Looma maleyn karo inaysan isbadalayn waana laga noqon karaa.

**Fal Dambiyeed** - ficil ciqaab lagu mutaysanayo siduu sharciga qabo.

**Ilaalin**- waa talaabo, ay kujirto talaabooyin sharci, oo ilaaliya xorriyadda qofka iyo sinnaanta.

**Rabshad** - waa ficil qasab jir ahaaneed oo sababa ama loogu talo galay inuu waxyeello gaysto. Khasaaraha ka dhasha rabshadaha wuxuu noqon karaa mid jir ahaaneed iyo mid maskaxeed.

## Waa maxay rabshada ku salaysan jinsiga

Rabshadaha ku salaysan jinsiga waa xadgudub ballaaran oo xuquuqda aadanaha ah. Haweenka iyo gabdhaha, gaar ahaan kuwa tahriibka ee guuraya, waxay uga nugul yihiin ka faa'iidsiga galmada, takoorka iyo xadgudubka marka raga loo barbardhigo.

Waxa ka sooca "Rabshada ku salaysan Jinsiga" nooc kasta oo rabshado ah ficil ma ahan laakiin waa mid "jinsi gaar ah". Tusaale ahaan, haddii qof loo weeraro sababta oo ah ma uusan gudanaynin doorkii jinsi ee dhaqameed ee laga filayay, ama sababtoo ah wuxuu yahay qof jinsigiisa badalay ama khaniis, kani waa dambi ku salaysan jinsiga.

**Tilmaamahan waxaan ku baari doonnaa qaar ka mid ah fikradaha aasaasiga ah ee ku saabsan rabshadaha ku salaysan jinsiga, iyadoo diiradda la saarayo haweenka iyo carruurta; noocyada xadgudubku yeelan karo, iyo xuquuqda ilaalinta ee ka jira UK.**

**Daqiiqada qaado si aad uga fikirto su'aalaha soo socda:**

1. Rabshada iyo xadgudubku ma isku midbaa?
2. Maxaad u malaynaysaa inuu yahay xiriirka ka dhaxeeya xadgudub iyo awood?
3. Badbaadaha iyo dhibanuhu ma isku midbaa?
4. Yaa waaye kuwa xadgudubka sameeyaa? Yaa waaye dhibanayaashu/badbaadayaashu?

## Rabshad iyo xadgudub

Rabshadaha iyo xadgudubku isku mid ma aha; labaduba waa erayo loo isticmaalo ficillada waxyeellada leh, laakiin rabshaddu waxay si toos ah ugu xiran tahay waxyeelo jir ahaaneed halka xadgudubku uu yeelan karo qaabab badan.

**Waxaa jira noocya badan oo xadgudub**

- **Xadgudub jir ahaaneed** tusaale, wax ku dhufasho, dharbaaxid, ceejin, jaritaan, gubitaan.
- **Xadgudub shucuur**: tusaale, hanjabaad rabshad jir ahaaneed ama mid galmo, cabsi gelin, bahdilaad, go'doomin qasab ah, ka takoorida bulshada, dabagalka, danayn aan loo baahnayn iyo wixii la mid ah.
- **Xadgudub Dhaqaale**: tusaale, ka ilaalinta helitaanka shaqo, xakamaynta go'aamada dhaqaale.
- **Xadgudub Galmo**: tusaale, isku day kufsi, taabashada xubnaha taranka, dhillanimada qasabka ah iyo wixii la mid ah.

## Xadgudub iyo Awood

**Xadgudubku** waa ku takrifal awoodeed. Xadgudubku wuxuu ka hor istaagayaa qof inuu gaaro go'aanno xor ah wuxuuna ku qasbaa inuu u dhaqmo si ka baxsan rabitaankooda. Carruurta waxay si gaar ah ugu nugul yihiin xadgudub sababtoo ah awooddooda aadka u yar ee xaalad kastoo jirta. Marka la eego rabshadaha iyo xadgudubka, dadka badankood waxay ka fikirnaan awood jir ahaaneed laakiin waxaa jira noocyo badan oo awood ah oo ku habboon macnaha guud ee rabshadaha ku saleysan jinsiga, sida: awoodda dadwaynaha/ bulshada, awoodda dhaqaale, awoodda siyaasadeed, awoodda jinsiga- ku saleysan (bulsho) iyo awood la xiriirta da'da. Awooddu waxay xiriir la leedahay dookha: Dadka aan awood la siinin waxay leeyihiin ikhtiyaaro yar sidaa darteedna waxay u nugul yihiin xadgudub.

## **Dhibane ama Badbaade**

Erayada "dhibbane" iyo "badbaade" inta badan waa la isweydaariyaa. Ma jiro wax sax ah ama khalad ah labada erayba. Tilmaamahan waxaan u adeegsaneynaa ereyga 'badbaade' hase yeeshe muhiimaddu waa sida uu qofka waxyeelladu ka soo gaadhay tacaddiyada uu u doorto inuu ugu yeero naftiisa meel kasta.

## **Yaa waaye Dambiilayaashu & badbaadayaashu?**

Dambiilayaashu waxay haystaan awood dhab ah ama mid loo malaynayo, go'aan qaadasho iyo/ama awood sidaas darteedna waxay ku xakamayn karaan qof. Waa quraafaad in rabshadaha galmada iyo kuwa jinsiga ku saleysan ay inta badan gaystaan dad aan la aqoon. Xaqiiqdii, inta badan falalka rabshadaha galmada iyo kuwa ku saleysan jinsiga waxaa gaysta qof uu yaqaan badbaaduhu, dhacdooyin badan oo rabshado ahna waa la qorsheeyay. Dambiilayaashu waxay noqon karaan qof kasta: Lamaaneyaasha isu-dhow, xubnaha qoyska, qaraabada dhaw iyo asxaabta; xubnaha bulshada saamaynta ku leh; xubno ka tirsan ciidamada amniga iyo askarta; nabad ilaaliyeyaasha; shaqaalaha gargaarka iyo hay'adaha samafalka.

Qof kasta waxaa ku dhici kara xadgudub galmo iyo mid jinsi ku saleysan: Xaalado badan, haweenka iyo carruurta waxay la kulmaan halista sare ee rabshadaha galmada iyo kuwa jinsiga ku saleysan. Dadka qaar waxay aad ugu nugul yihiin rabshadaha galmada iyo kuwa jinsiga ku saleysan sababo isbiirsaday awgood sida barakac qasab ah, ilaalin la'aanta qoyska, naafonimo iyo wixii la mid ah.

## **Noocyada Rabshadaha Ku Salaysan Jinsiga**

Rabshadaha ku saleysan jinsiga waxaa ka mid ah rabshadaha galmada iyo xoog u sheegashada, guurka qasabka ah iyo guurka carruurta, Gudniinka fircooniga ah, waxa loogu yeero rabshad ku salaysan 'sharaf' iyo rabshad sokeeye ama mid guri. Waxay noqon kartaa mid jir ahaaneed, mid maskax ah, mid galmo, mid shucuur ama mid alaab ama mid dhaqaale.

## **Waxa loogu yeero rabshada ku salaysan sharafka:**

Waxa loogu yeero xadgudubka ku salaysan sharafka waxaa lagu qeexay dhacdo ama dambi la galay ama laga yaabo in lagu galay ilaalinta ama difaaca sharafta qoyska iyo bulshada, inta badan halkaasoo qofka ay u ciqaabaan qoyskiisu ama beeshiisu inuu sameeyo waxyaabo aan waafaqsanayn caqiidooyinka soo jireenka ah ee dhaqankooda. Tusaale ahaan, waxaad noqon kartaa dhibane xadgudub ku salaysan sharaf maxaa yeelay: waxaad diiday guur qasab ah; waxaad leedahay lamaane dhaqan ama diin kale ah; waxaad u nooshahay qaab nololeedka reer galbeedka; waxaad rabtaa furiin.

## Guurka Qasabka ah

Guurka qasabka ah waa marka mid ama labada qofba aysan ogolaan guurka, oo cadaadis ama xadgudub loo adeegsado in lagu qasbo laguna cadaadiyo guur. Guurka qasabka ah waa fal dambiyeed. Sidoo kale waa fal dambiyeed in qof uu been kuu sheego si aad dibada u aado oo uu guur kugu qasbo.

### Xaaladani ma guur qasab ah baa?

*“X waxay ahayd gabar 17 jir ah oo ku nool magaalada London. Waalidiinteedu waxay diyaariyeen kulan ay la yeeshaan nin la filayo inuu guursado, Y, oo 18 jir ahaa. X kuma aysan qanacsanayn inay guursato da'deeda oo yar awgeed laakiin sidoo kale waxay u malaynaysaa inay ka hesho dumarka, laakiin waalidkeed ayaa u sheegay inay u baahan tahay inay ixtiraamto magaca qoyska. X waxay dareentay inaysan haysan ikhtihaar kale, sidaa darteed waxay ogolaatay inay guursato Y ayna ka farxiso waalidkeed oo ay jeceshahay.”*

Haa. Kani waa xaalad **guur oo qasab ah** iyo fal dambiyeed: Haweenka iyo gabdhuhu waxay inta badan ku sifeeyaan *'dareen'* ama kaliya *'ogaansho'* inaysan diidi karin guur, oo haddii ay sidaas sameeyaan, waxaa jiri doona nooc cawaaqib ah haddii ay isku dayeen inay diidaan in la guursado tusaale ahaan, in loo sheego inay ceeb u soo jiideen qoyska, iyo xitaa inay jir ahaan waxyeello loogu gaysto. Cadaadiska lagugu saaray inaad guursato adoon rabin waxay u dhici kartaa siyaabo badan.

**Wixii talo ah, caawimaad iyo macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan waxa loogu yeero rabshada sharafta, guurka qasabka ah iyo xadgudubka waxaad la xiriiri kartaa Karma Nirvana, 0800 5999 247, [www.karmanirvana.org.uk](http://www.karmanirvana.org.uk)**

## Guurka Waqtiga hore

Guurka carruurta waa nooc ka mid ah rabshadaha ku saleysan jinsiga ee ay horseedday sinnaan la'aanta jinsiga. England, Wales, iyo Waqooyiga Ireland, da'da ugu yar ee guurka waa 18, laakiin carruurta da'doodu tahay 16 iyo 17 waxay ku guursan karaan ogolaanshaha waalidkood. Scotland, da'da ugu yar ee guurka waa 16, iyada oo aan loo baahnayn ogolaansho waalid.

## Gudniinka Fircooniga ee Gabdhaha

Sida uu qabo sharciga UK, Gudniinka Fircooniga ah ama goynta waa fal dambiyeed. Samaynta ama qabanqaabinta Gudniinka Fircooniga ah waa fal dambiyeed: Tan macnaheedu waa inay fal dambiyeed tahay in la sameeyo Gudniinka Fircooniga ah. Haddii adiga (dhibbanaha) aad ku nooshahay UK, markaa waa fal dambiyeed haddii qaliinka/Gudniinka Fircooniga ah uu ka dhaco Boqortooyada Ingiriiska ama dibedda. Sidoo kale waa fal dambiyeed in lagu caawiyo ama lagu dhiiri geliyo gabadh ama haweeney inay ku kacdo gudniinka nafteeda.

## **Takoorid iyo xadgudub ku salaysan jinsi, galmo ama aqoonsi jinsiyeed**

Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad ka fikirto waxa loo tixgeliyo doorka dhaqameed ee ragga iyo dumarka ee waddanka aad ka timid?

Marar badan, ku habboonaanta doorka jinsiga ee dhaqameed waxay dadka siisaa dareen ilaalin ah. Si kastaba ha noqotee, doorarka dhaqameed ee jinsiga sidoo kale waxay noqon karaan nooc ka mid ah xakamaynta halkaas oo lagugu xukumo, ama xitaa laguugu hanjabo ama lagu ciqaabo inaad kasoo bixin doorka laga filayo. Shuruucda UK waxay dhiirrigelisaa xorriyadda qofka si ay u aqoonsadaan una muujiyaan jinsigooda iyo galmadooda.

Haddii qof si gaar ah loo bartilmaameedsado ama loogu xadgudbo jinsigiisa, jinsigiisa ama u jeedkiisa galmada awgeed waxaa loo tixgaliyaa takoor, dhibaatayn ama xitaa dambi nacayb iyadoo kuxiran nooca takoorka ama xadgudubka.

## **Waa maxay xadgudubka guriga?**

'Xadgudubka guriga' waa eray loo adeegsado in lagu sharaxo rabshad kasta ama ficil loo adeegsado in lagu maamulo ama lagu xakameeyo oo awood loogu sheegto lamaanaha ama xubin qoyska ka tirsan. Waa dambi gudaha UK. Waxay ka koobnaan kartaa xadgudub jir ahaaneed, galmo, dhimir, hadal, shucuur iyo dhaqaale, iyo xakameyn qasab ah. Tusaale ahaan, waa sharci daro inaad garaacdo lamaanahaaga ama caruurtaada, laakiin sidoo kale waa sharci daro inaad xakamayso dhaqdhaqaaqa lamaanahaaga, cidda ay la hadlayaan, helitaanka lacagtooda ama xoriyadooda booqashada asxaabta.

### **Sheekada Kedija**

Kedija waxay timid UK sanadkii 2017 si ay ninkeeda ugu timaado UK. asal ahaan waxay ka timid Eriteriya, Kedija waxay ku noolayd Suudaan iyada iyo labadeeda ilmood halkaas oo ay ka shaqeyn jirtay si ay u taageerto iyaga iyo ehelka kale.

Kedija ma arag ninkeeda mudo 3 sano ah kahor intaysan imaan UK mana aysan aqoon cid aan isaga ahayn. Ma aysan heli karin taleefankeeda ama lacagteeda maadaama wax walba ay ku qornaayeen magaca ninkeeda. Waxay ogaatay in guriga ay daganyihiin inuu yaryahay oo cariiri ku yahay 4-tooda qof. Shaqaale kiis ayaa ka caawiyay diiwaangelinta carruurta dugsiga. Waxay siiyeen Kedija macluumaad ku saabsan koox haween ah waxayna bilawday inay aado toddobaad kasta inta ay carruurta dugsiga ku jiraan. Waxay bilawday inay yeelato saaxiibo isla markaana Ingiriiskeedu fiicnaaday, laakiin ninkeeda ayaa ka cawday inay banaanka guriga ku maqantahay wuxuuna joojiyay inuu siiyo lacag ay ku aado kooxda. Si tartiib ah ayuu uga hor istaagey inay dhigato casharada Ingiriisiga

ama wax badan ay kasoo qabsato banaanka guriga marka laga reebo inay carruurta u kaxeeyso oo ka soo qaado dugsiga. Habeen fiid ah iyadoo la murmayo ayuu garaacay iyada, intaas ka dib wuxuu bilaabay inuu si joogto ah u garaaco, mararka qaar carruurta hortooda.

**Markaad ka fikirto Kedija, xadgudub nooc ee ah ayaad u maleynaysaa inay la kulantay, iyo caqabado nooc ee ah ayay ka dhigantahay inay wajahayso si ay caawimaad u waydiisato?**

- Xadgudub dhaqaale. Tusaale ahaan, Kedija ma heysato lacag. Waxaa sidoo kale laga hor istaagay barashada Ingiriisiga sidaa darteedna ma awoodo inay shaqo hesho.
- Xadgudub shucuureed / maskaxeed iyo xakameyn. Kedija ninkeeda ayaa go'doomiyay wuxuuna dareensiiyay sidii inay dambi tahay inaysan guriga joogin laakiin ay saaxiibo samaysato.
- Xadgudubka Jir ahaaneed – Kedija waxaa laga yaabaa inay ka cabsato su'aalo ku saabsan nabaro ama calaamado sidaa darteed waxaa laga yaabaa inaysan rabin inay ka baxdo guriga ama ay la hadasho dadka.
- Caruurta marwalba waxaa saameeya xadgudubka guriga, iyadoon loo eegin inay markhaati toos ah yihiin iyo inkale.

Habdhaqanka xakamaynta leh ama xakamaynta qasabka ah waa meesha habdhaqanka xadgudbaha saameyn xun ku leedahay adiga iyo noloshaada.

**Tusaalooyinka guud ee xakamaynta qasabka ah:**

- Gooni ka ahaanshaha asxaabtaada iyo qoyskaaga
- Xakamaynta lacagta
- La socoshada hawlaha iyo dhaqdhaqaaqyada
- Si joogta ah hoos u dhigida qofka kale, magacyo ugu yeerista ama dhihitaanka qofkaasi qiimo maleh
- Hanjabaad waxyeelayn ama dil
- Hanjabaada in la daabaco macluumaad ama lagu sheegayo booliska ama maamulka.
- Waxyeelaynta hantida ama alaabada guriga
- Ku qasbida ka qaybqaadashada fal dambiyeed ama xadgudub cunug

**Miyaad ku raacsan tahay ama diidantahay jumladahan soo socda?**

**1. Dhamaan dadka way u simanyihiin inay noqdaan dhibane xadgudub.**

Qof kastaa wuxuu dhibane u noqon karaa xadgudubka guriga. Si kastaba ha noqotee, dadka qaar ayaa uga nugul dadka kale sababo la xiriira arrimo kala duwan oo isbiirsaday sida saboolnimo, muhaajirnimo iyo burburka qoyska.

**2. Kufsiga guurka dhexdiisa ma ahan mid aad u daran sida kufsi qof qalaad uu gaysto.**

Sida ku xusan sharci UK kufsiga waa kufsi, guurka gudihiisa iyo dibadiisa. Xaqiiqdii, kufsiga guurka waa fal dambiyeed gudaha UK.



### 3. Kuwa xadgudubka sameeya waxay ku koraan guryo rabshado leh

Tani waa quraafaad. Carruur badan oo la kulma rabshadaha guriga ma noqdaan dhibaneyaal ama dambiilayaal. Carruur badan ayaa neceb fikrada ah inay rabshado gaystaan maxaa yeelay waxay arkeen dhibaataada ay keenayso. In kasta oo ay run tahay in soo-gaadhista xadgudubka guriga ay waxyeello u leedahay carruurta, haddana run maaha in la dhaho waxay saadaalinaysaa dhaqanka dadka waaweyn. Rabshaduhu waa ikhtiyaarka qofka xadgudubka gaysta.<sup>1</sup>

### 4. Khamriga iyo daroogadu waxay dadka ka dhigaan kuwa rabshad badan

Xiriirka ka dhexeeya isticmaalka khamriga iyo daroogada iyo rabshadaha waa mid adag laakiin midkoodna kan kale ma keeno. Dad badan ayaa rabshad sameeya marka aysan wax khamri ah cabin iyo kuwa badan oo caba khamriga ma lahan rabshad. Eedeynta khamriga ama daroogada waa cudurdaar, hab lagu dafiro mas'uuliyadda. Labaduba waxay kicin karaan weerar gaar ah, laakiin iyagu ma aha sababaha keena.

### 5. Badbaadayaashu way tagi lahaayeen haddii xadgudubku saaid u xunyahay

Tani run maahan. Aad ayay u adkaan kartaa inaad ka tagto lamaanahaaga xadgudubka badan. Badbaaduhu waxaa laga yaabaa inuu ka baqo waxa lamaanhoodu samayn doono haddii ay ka tagaan, gaar ahaan haddii xadgudub sameeyuhu uu ku hanjabay inuu dilayo iyada / isaga ama carruurtooda. Badbaaduhu waxaa laga yaabaa inuu rumeysto in la joogitaanka qofka xadgudubka geysta ay u fiican tahay carruurta iyo sababo kale oo badan sida dhaqaale la'aan ama xaalad muhaajirnimo.

## Kawaran hadii aan la kulmayo xadgudub guri?

Haddii aad kala kulanto **rabshad guri** ama **xadgudub** xiriirkaaga oo aad doonayso inaad ka tagto xiriirkaaga, waxaa jira meelo aad u raadsan karto caawimaad. Waxaad xaq u leedahay ilaalin waxaadna heli kartaa meel amaan ah oo aad ku noolaato - tan waxaa lagu magacaabaa magangalyo.

**Adeegyada Gurmadka** Markasta wac 📞 **999** hadii adiga ama qof kale uu ku suganyahay khatar degdeg ag.

**Khadka Caawinta Qaranka ee Xadgudubka Guriga** [www.nationaldahelpline.org.uk](http://www.nationaldahelpline.org.uk) wuxuu bixiyaa talo iyo caawimaad wakhti kasta, maalin iyo habeen, si qarsoodi ah. Waxay kuu gudbin karaan hoy, magangalyo, iyo adeegyo takhasus leh. **Teleefanka: 0808 2000 247.**

1. Soo sheeg Xadgudubka Guriga oo wac 999 hadii adiga ama carruurtaadu aad hadda khatar ku jirtaan.
2. Ka hel talobixin madaxbanaan oo qarsoodi ah iyo taageero khadka caawinta qaranka ee rabshadaha guriga.
3. **Raadso talo sharci** (sharciga qoyska, sharciga socdaalka, sharciga daryeelka bulshada, sharciga guriyeynta).
4. Samee qorshe badbaado kahor intaadan ka bixin guriga.

---

<sup>1</sup> Buugga Kheyraadka Rabshadaha Qoyska ee loo shaqeeyaha. Daabacaadda labaad. Qaxooti iyo Ixtiraam.

## Xadgudubka Galmada

Xadgudubka galmada wuxuu ka dhici karaa gudaha ama banaanka xiriirka. Sharciga UK wuxuu dhigayaa ogolaanshaha galmada. Ogolaanshuhu waa marka qof uu helo xorriyad iyo kalsooni uu wax ku doorto. Taas macnaheedu waa in labada qofba ay dhahaan haa waan rabaa galmo, mar kasta oo ay galmo samaynayaan. Haddii aad bedesho maskaxdaada oo aad maya dhahdo, lamaanahaagu waa inuu dhageystaa. Xitaa haddii aad is qabtaan, ogolaanshaha weli waa loo baahan yahay mar kasta.

Galmo lala sameeyo naag ama nin, xitaa xaaskaaga / saygaaga, iyadoon lagaa helin ogolaansho waa sharci darro waxaana loo arkaa kufsi gudaha UK. Waa dambi, waxaadna ku wargelin kartaa booliska.

Da'da ogolaanshaha nooc kasta oo fal galmo ah waa 16 raga iyo dumarkaba, iyadoon loo eegin jinsiga ama nooca galmada ee qofka iyo in hawsha galmadu u dhaxayso dad isku jinsi ah ama jinsiyo kala duwan ah.

Waa dambi in qof kasta uu la sameeyo wax galmo ah **qof ka yar 16 sano. Sharciga Dambiyada Galmada 2003** wuxuu siinayaa ilaalin sharci oo gaar ah carruurta da'doodu tahay 12 iyo wixii ka hooseeya oo aan sharci ahaan ogolaan karin nooc kasta oo galmo ah. Waxaa jira ciqaab ugu badnaan ah xabsi daa'in ah oo loogu talagalay kufsi, dhibaataaynta wax gelinta, iyo sababitaanka ama ku kicinta ilmo hawl galmo.

Waa dambi in qof da'diisu tahay 18 ama ka weyn inuu wax galmo ah la sameeyo qof ka yar 18 sano haddii qofka weyn uu hayo jago aamin ah (tusaale ahaan macallin ama shaqaale bulsheed) maadaama hawsha galmada ee noocaas ah ay tahay ku xadgudub booska lagugu aaminay.

## Noocyada Xadgudubka Galmada

Waxaa jira noocyo kala duwan oo fal dambiyeed ah oo dhamaantood ah nooc xadgudub galmo ah.

### Kufsi

Waa fal dambiyeed marka:

- Nin si ula kac ah u galiyo guskiisa xubinta taranka haweenka, futada ama afka qof kale, iyo
- Dhibanuhu ma ogola in wax la galiyo

Ciqaab: ilaa xabsi daain

Scotland gudaheeda, xeerarka sharci ee kufsigu waxaa laga heli karaa Sharciga Dembiyada Galmada (Scotland) ee 2009.

### Dhibaataaynta wax gelinta

Waa fal dambiyeed marka:

- Qof kasta oo si ula kac ah wax u galiya xubinta taranka haweenka ama futada qof kale qayb jirkiisa ka mid ah ama wax kale. Tusaale ahaan, qaybta kale ee jirku waxay noqon kartaa far ama carrab ama shay.
- Wax gelintu waa galmo, iyo
- Qofka kale uusan ogolayn wax gelinta.

Ciqaab: ilaa xabsi daain

### **Dhibaataaynta Galmada**

Waa fal dambiyeed marka:

- Qof kasta si ula kac ah u taabto qof kale,
- Taabashadu waa galmo,
- Qofku uusan ogolayn taabashada, iyo

Ciqaab: xukun kooban, xabsi muddo aan ka badnayn 6 bilood ama ganaax aan ka badnayn ugu badnaan inta ugu badan sharciga ama labadaba.

### **Dhibaataaynta Galmada ah**

Dhibaataaynta galmada ah waa habdhaqan kasta oo aan loo baahnayn oo dabeecad galmo ah taas oo kaa dhigaysa inaad dareento cidhiidhi, cabsi gelin ama bahdilaad. Waxay noqon kartaa qaabab badan oo kala duwan. Waxaa ka mid noqon kara ama loogu yeeri karaa xoog sheegashada galmada. Tusaalooyinka waxaa ka mid noqon kara qof sameeya faallooyin galmo oo sharaf dhac ah ama miidaaritaan, iimeelo aanad rabin ama fariimo qoraal ah oo wata waxyaabaha galmada ku saabsan, horuboodka galmada ee aan la aqbali karin iyo taabashada, qof soo bandhigaya sawirro galmo oo cad oo ka muuqda goobtaada ama meel la wadaago, sida shaqada, ama fursado abaalmarino si uu u helo doorbitaan galmo.

### **Xadgudubka Galmada: run ama been?<sup>2</sup>**

- 1. Kufsiga waxaa gaysan kara dumarka iyo raga sida uu qabo qeexitaanka sharciga UK**  
Maya. Kufsigu waa hal 'nooc' oo ah xadgudubka galmada. Rabshada galmada waa erayga guud ee aan u isticmaalno inaan ku sharaxno nooc kasta oo ficil galmo ama hawl aan loo baahnayn ah. Qeexitaanka sharciga ayaa ah "gelinta guska (keliya raga) xubinta taranka haweenka, futada ama afka qof kale iyagoon raali ka ahayn".
- 2. Qof khamri badan cabay ama daroogo isticmaalay waa inuusan caban hadii la kufsado ama galmo ahaan la dhibaateeyo.**  
Sharci ahaan, ogolaanshaha galmada waa marka qof uu ku ogolaado ikhtiyaarkiisa oo uu haysto xorriyad iyo karti uu ku doorto ikhtiyaarkaas. Haddii qofku miyir daboolmo ama ay ka awood badiyaan khamri ama daroogo, ma awoodaan inay bixiyaan ogolaanshahooda galmada. Galmo lala yeesho qof khamri ama daroogo ka awood badatay waa kufsi. Qofna ma waydiisto mana u qalmo in la kufsado ama la faraxumeeyo; mas'uuliyadda 100% waxay saaran tahay dambiilaha.

<sup>2</sup> <https://rapecrisis.org.uk/get-help/looking-for-information/what-is-sexual-violence/>

**3. Haddii labo qof horay isugu galmooden, markasta waa caadi in mar kale ay isu galmoodaan.**

Haddii qofku xiriir la leeyahay qof kale ama uu horay galmo ula sameeyay, macnaheedu maaha in qofkaas uusan kufsan karin ama galmo ahaan uusan dhibaataayn karin. Ogolaanshaha waa in la bixiyaa lana helaa markasta oo ay laba qof isu galmoonayaan. Waa muhiim inaad iska hubiso lamaanahaaga galmada oo aad hubino wax kasta oo galmo ah oo dhexdeenna ka dhaca inay tahay waxa aan labadeenuba doonayno, waqti kasta.

**4. Haweenka waxay u badan yihiin inuu kufsado xilli mugdi ah qof qalaad, marka haweenku waa inaysan keligood dibadda u bixin habeenkii.**

Kufsiyadu uma badna inay gaystaan 'qof qalaad'. Qiyaastii 90% kufsiga waxaa gaysta rag uu dhibanuhu garanayo, badanaana waxaa sameeya qof ay iyagu markii hore aamineen ama xitaa jeclaayeen. Kufsadayaashu waxay noqon karaan asxaab, dad aad wada shaqaysaan, macaamiil, deris, xubno qoys, lamaane ama qof aad horay ukala tagteen. Khatarta kufsiga waa inaan loo isticmaalin marmarsiinyo lagu xakameeyo dhaqdhaqaaqa haweenka ama lagu xadido xuquuqdooda iyo xoriyadooda.

**5. Dadku badanaa waxay ka been sheegaan in la kufsaday maxaa yeelay waxay ka qoomameeyaan galmo ay la sameeyeen qof ama buunbuunin.**

Warbaahinta aan isku dheelitirnayn ee diiradda saaraysaa eedaymaha kufsiga been abuurka ah waxay muujin kartaa aragti ah inay caadi tahay in dadku ka been sheegaan rabshadaha galmada. Tani run maahan. Eedaymaha beenta ah ee kufsiga ayaa aad u yar. Inta badan dhibanayaasha iyo badbaadayaasha waligood booliska uma dacweeyaan. Mid kamid ah sababaha tani waa cabsida inaan la rumaysanin. Waa muhiim inaan ka hortagno khuraafaadkan si kuwa soo maray rabshad galmo ay u helaan taageerada iyo caddaaladda ay u baahan yihiin ayna u qalmaan.

**Haddii aad wali su'aalo ka qabtid waxa ogolaanshaha galmada uu yahay ama sida aad ugu sharixi karto dadka kale, waxaad u baahantahay inaad daawato fiidiyowgan ku saabsan ogolaanshaha oo ay sameeyeen Booliska Thames Valley**

Shaaha iyo ogolaanshaha - lifaaqa YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=pZwvrXVavnQ&t=39s>

Talo iyo caawimaad ka dib xadgudubka galmada waxaa laga heli karaa halkan:

**Dhibaatooyinka kufsiga (Rape Crisis)** [www.rapecrisis.org.uk](http://www.rapecrisis.org.uk)

## **Xadgudub Dhaqaale<sup>3</sup>**

Xadgudubka dhaqaale ayaa u dhici kara qayb ka mid ah habka xadgudubka guriga iyo xakameynta lamaanaha, ama waxay noqon kartaa xubin qoyska kamid ah, daryeele ama qof kale oo lagu kalsoon yahay.

Xadgudubka dhaqaale wuxuu ka dhigayaa haweenka inay lacag u waayaan waxyaabaha daruuriga ah sida cuntada iyo dharka, iyagoon heli karin koontadooda bangiga, isla

---

<sup>3</sup> <https://www.moneyadviceservice.org.uk/en/articles/protecting-against-financial-abuse>

markaana aan heli karin dakhli madax-bannaan iyo daymo ay soo qaateen lamaanayaal xadgudub badan oo magacyadooda lagu qoray. Xitaa markii badbaade uu ka tago guriga, xakamaynta dhaqaale wali waxaa sameyn kara qofka xadgudka samaynaya ee haysta korinta ilmaha.

Xadgudubka dhaqaale (eray ka ballaaran) sidoo kale waxaa ka mid noqon kara xaddidaadda helitaanka ilaha muhiimka ah sida cuntada, dharka ama gaadiidka, iyo diidmada qaababka lagu hormarinayo xaaladooda dhaqaale (tusaale ahaan, shaqo, waxbarasho ama tababar). Hay'adda samafalka ee Surviving Economic Abuse waxay u qeexdaa sida soo socota:

*“Xadgudubka dhaqaale waxaa loogu talagalay inuu xoojiyo ama abuuro xasillooni darro dhaqaale. Sidan oo kale waxay xadidaysaa ikhtiyaarada haweenka iyo awooda ay u leeyihiin inay helaan ilaalin. Helitaan la'aanta ilaha dhaqaale waxay sababi kartaa in haweenku ay la joogaan raga ku xadgudba muddo dheer ayna la kulmaan waxyeelo intaa ka badan.”<sup>4</sup>*

## **Ku xadgudubka maaliyadeed iyo dhaqaale ee dhibanaha waxaa ka mid noqon kara:**

- In lacag laga qaato
- Inaan loo ogolaan inay helaan lacagta la wadaago
- In la xisaabiyo iyaga waxkasta oo la isticmaalo
- In lagu qasbo inay lacag tuugsadaan
- In laga hor istaago inay shaqo helaan
- In sabab loo noqdo inay khasaaro galaan, ama in lagu qasbo inay niyad jabaan, shaqada
- Ku qaadashada daymo, kaararka bangiga ama daymo ku urursiga magaca dhibanaha
- In lagu qasbo inay dambiyo galaan lacag awgeed
- Inaan loo ogolaan inay u iibsadaan waxyaabaha daruuriga ah, naftooda ama caruurtoodu, oo ay kamid tahay cunto ku filan.
- Xadgudubka maaliyadeed sidoo kale waxay noqon kartaa marka dambiilaha uu isagu isticmaalo lacag loogu talagalay in guriga ku noolaado, ama ku khamaaro hantida qoyska.

## **Waxyaabaha ay tahay inaad ka fikirto haddii aad ka welwelsan tahay xadgudub dhaqaale**

**Lambarada sirta iyo amaanka:** Haddii aad siisay lamabarada sirta lamaanahaaga, xubnaha qoyskaaga, asxaabta iwm. Waxaa muhiim ah inaad si dhakhso ah u badesho si xadgudbaha uusan u helin koontooyinkaaga shaqsiyadeed iyo dhaqaalahaaga.

**Ilaali macluumaadkaaga:** Ka fikir meesha warqadahaagu yaalaan, iyo halka lagusoo bandhigo. Haddii aad ka walwasho inay gacmo qaldan ku dhacaan waxaad weydiisan kartaa adeeg bixiyahaaga maaliyadeed inuu u diro meelo kale. Waxaa muhiim ah inaad ogaato in iswaydaarsi lacageed oo ku qoran bayaannadaada bangiga ay bixin karaan halka aad

---

<sup>4</sup> <https://www.womensaid.org.uk/information-support/what-is-domestic-abuse/financial-abuse/>

joogto (sida mashiinka lacagta ee aad isticmaashay), marka waa muhiim inaad macluumaadkan u ilaaliso sida ugu macquulsan.

**Dib u eeg lacagaha aad bixiso:** Haddii aadan hubin waxa soo galaya ama ka baxaya koontadaada bangiga, la xiriir adeeg bixiyahaaga waxayna kaa caawin karaan inaad ka shaqayso macluumaadkan. Waxay noqon kartaa fikrad wanaagsan inaad buuxiso qorsheeye miisaaniyadeed, kaas oo kaa caawin kara inaad qorshaysato lacagtaada xoogaa yar, si aad u ogaato halka aad joogto dhaqaalahaaga maalinlaha ah. Waxaa laga yaabaa inaad rabto inaad furato koonto cusub maxaa yeelay tani waxay kaa caawin doontaa inaad kala soocdo lacagtaada iyo ku xadgudbaha.

**La tacaalida daymaha:** Qaar ka mid ah kuwa xadgudubka sameeya ayaa magacaaga ku qaadan doona dayn, lacag xad-dhaaf ah ama kaararka deynta, ama waxay u isticmaali doonaan gurigaaga boos reeb dayn, adigoo og ama aan ogayn. Daymaha guud waxaa kamid noqon kara:

- Lacagaha lagaga leeyahay kirada
- Daymaha kaararka bangiga
- Lacagaha lagaga leeyahay canshuurta dowlada hoose
- Biilasha korontada iyo biyaha

Raadi Talo bixin Dayn oo la hadal adeeg bixiyaashaada.

La-taliyayaasha deynta ayaa ku siin kara talo bilaash ah, qarsoodi ah oo ku saabsan maaraynta daynta ku qoran magacaaga. Tusaalooyinka qaarkood waxaa kamid ah:

**Xafiiska Talosiinta Muwaadiniinta**

[www.citizensadvice.org.uk](http://www.citizensadvice.org.uk)

**Khadka Daynta ee Qaranka**

[www.nationaldebtline.org](http://www.nationaldebtline.org)

## Dhibaataaynta iyo dabagalka:

Dhibaataayntu waxay dhacdaa markuu kaa soo gaaro habdhaqan aan loo baahnayn qof kale taas oo ku welwel gelisa ama ku dhibaysa. Tusaalooyinka dhibaataaynta waxaa ka mid ah wicitaano taleefan oo xun, qoraalo hanjabaad ah, hanjabaad iyo luuqad aflagaado iyo waxyeelo hantiyeed.

Dabagalka waa nooc ka mid ah dhibaataaynta waxaana ka mid noqon kara habdhaqan sida raacitaan, xiriir ama isku day inuu kula soo xiriiro, la socodka iimeelkaaga iyo intarneetka, daawashada iyo basaasidaada iyo habdhaqanada kale ee la midka ah. Waa fal dambiyeed iyo dambi madani ah in qof kale ku dhibaateeyo ama ku dabagalo, hadey tani ku dhacdo onleen ahaan ama shakhsi ahaan. Waxaad arinta u sheegi kartaa booliska.

## Xaqa aad u leedahay ilaalin

Ma jiro wax ficil ah oo abid damaanad qaadi kara ilaalin ama badqab, laakiin waxaad xaq u leedahay inaad weydiisato badbaadin haddii aad dareento khatar, ama aad khatar ku jirto. Tani waxay sida caadiga ah waa inaad la hadasho adeega takhasuslaha xadgudubka ama

la xiriir booliska. Haddii aad khatar degdeg ah ku jirto, wac booliska lambarka 999 ama waxaad la xiriiri kartaa adeegyadooda aan degdegga ahayn 101.

Waxaad ka heli kartaa liiska talooyinka iyo ururada taageerada ee kaa caawin kara Xafiiska Talosiinta Muwaadiniinta [halkan](#):

## Maxaa dhacaya haddii aad ku soo wargeliso booliska xadgudub?

Dhamaan dhibanayaasha rabshada galmada iyo dhibanayaasha badankood ee xadgudubka gurigu waxay xaq u lahaan doonaan in loo sheego horumarada waaweyn 24 saac gudahood waxaana lasiin doonaa taageero khabiir ah lataliyaha madax banaan ee rabshadaha galmada (ISVA) ama Lataliyaha Rabshadaha Qoyska ee Madaxa banaan (IDVA) oo ku taageeri kara baaritaanka iyo dacwadaha maxkamada.

Macluumaadka ku saabsan [ku wargelinta dhambi booliska iyo hagitaanka baaritaanada dambi ahaaneed](#) waxaa soo saaray Xuquuqda Haweenka (Rights of Women) [www.rightsofwomen.org.uk](http://www.rightsofwomen.org.uk)

Ku wargalinta kufsi booliska	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Telefoon</li> <li>• Saldhiga booliska</li> </ul>
Baaritaanka booliska	Booliiska ayaa baari doona haddii xadgudbaha uu galay dambi ka dhan ah sharciga UK.
Soo qabashada xadgudbaha:	Booliisku way xiri karaan xadgudbaha oo haddii ay hayaan caddeyn ku filan, waxay ku soo oogi karaan dambi ciqaabeed waxaana loo qaadi karaa maxkamadaha dembiyada.
Raadinta Matalaad sharci ahaaneed	Dhibbanuhu uma baahna inuu la xiriiro qareen, uu siiyo wax khidmad ah maxkamada ama inuu diyaariyo kiiskiisa/keeda inta uu ku xadgudbahu sameynayo.
Dhageysiga maxkamada	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dhageysiyada Maxkamadeed waxaa lagu qabtaa maxkamadaha Dambiyada iyo Maxkamadaha Boqortooyada waana kuwa dadweynaha.</li> <li>• CPS waa qareenka dhibanaha</li> <li>• Heerka tijaabada cadeynta waa "mid ka baxsan shaki macquul ah".</li> <li>• Dhibbanuhu sida caadiga ah waxaa looga baahan yahay oo keliya inuu yimaado maxkamadda markay iyadu/isagu bixiso caddayn.</li> <li>• Xad-gudbaha ayaa dooran kara inuu qirto dambi ama uusan dambiile ahayn</li> </ul>
Xukunka	Haddii xadgudbaha uu qiran waayo wax dambi ah, wuxuu aadayaa maxkamadayn maxkamada ayaa go'aamineysa oo xukun ku ridi doonta.
Magdhawga dhaawaca dembiga	Haddii dhaawac kaa soo gaaro dembiga rabshadaha awgood waxaad xaq u yeelan kartaa magdhow adigoo u maraya Nidaamka Magdhawga Dhaawacyada Dembiyada.



## Qodobada sharciga ee khuseeya

Sharciga Boqortooyada Midowday ee Ingiriisiga wuxuu bixiyaa badbaadin iyo daaweyn iyadoo loo marayo maxkamadaha dembiyada iyo kuwa madaniga ah noocyada kala duwan ee xadgudubka iyo rabshadaha ku saleysan jinsiga. La soco in adeegyada sharciga qaarkood laga yaabo inay la wadaagaan macluumaadka Xafiiska Guryaha haddii qof aan sharciyeysnayn. Raadinta talo sharci kiisaskaas marwalba waa lagugula talinayaa.

**Kaalmo sharci iyo talo:** Haddii aad u baahan tahay caawimaad sharci ah, waa inaad talo ka hesho lataliye madaxbannaan oo rabshad guri ah ama garyaqaan ku xeel-dheer arrimaha sharciga qoyska. Waxaa laga yaabaa inaad awoodo inaad ka hesho caawimaad kharashaadkaaga xagga sharciga. Gargaarka sharciga wuxuu kaa caawinayaa kharashaadkaaga sharci ahaaneed oo ay ku jiraan talobixinta iyo caawimaad haddii ay tahay inaad aado maxkamadda.

**Sharciga Socdaalka ee Rabshada Guriga (U qalmitaanka xaddidan)<sup>5</sup>:** Sharciga rabshadaha guriga waa mid ka mid ah Xeerarka Socdaalka. Sharcigani wuxuu khuseeyaa haddii qof ku nool Boqortooyada Midowday uu yahay xaaska, lammaanaha, ama lammaanaha sokeeye ee qof Ingiriis ah, ama haysta fasax aan loo baahnayn oo ah joogitaan (ILR), ama haysto fiiso isu imaatin qoxooti oo uu la kulmay/la kulmayo xadgudub guri. Dadka codsanaya ILR sida ku xusan Xeerka Rabshadaha Qoyska waa inay raadsadaan talo sharci ah. Waa dambi cigaab ah in la bixiyo talo bixin xagga socdaalka ah iyada oo aan looyaro aqoon u leh ama la aqoonsan yahay la-taliyaha socdaalka ee OISC.

## Helitaanka amar joojin ahaaneed haddii aad dhibbane u tahay xadgudub<sup>6</sup>

**Amarada aan fara xumeynta ahayn:** Amarka aan faraxumaynta ahayn ayaa ka ilaalin karaa adiga iyo cunug kasta oo khuseeya rabshadaha ama dhibaateynta. Waxaad ka heli kartaa amar aan faraxumeyn ka dhan ah qof xoog ku muquuniyay ama qof ku dhibaateynaya, ku cabsi gelinaya ama ku dhibaya. Waad dalban kartaa amar aan faraxumeyn xitaa haddii aad wali rabto inaad (ama ku qasbanaato) inaad la noolaato qofka kugu xadgudba. Tusaalooyinka waxa amarka faraxumeynta ka mid noqon kara:

- Ku xadgudbahaagu waa inuusan noqon mid rabshad badan, ku hanjaba rabshad, ku cabsi gelin, ku xanuujin ama ku dhibaateyn
- Ku xadgudbahaagu waa inuusan kula soo xiriirin taleefan, iimayl, baraha bulshada ama shaqsi ahaan
- Ku xadgudbahaagu waa inuusan imaan ama la soo xiriirin sabab kasta ha noqotee goobtaada shaqada

**Amarada Shaqada:** Amarka shaqada waa nooc ka mid ah joojinta ka hadlaya cidda ku nool guriga qoyska. Amarka la wareegista guri waa:

- Ku amri xadgudbahaaga inuu ka guuro guriga ama uu ka fogaado guriga
- Ku amro qofka kugu xadgudba inuu masaafo ka durugsan ka joogo guriga

<sup>5</sup> <https://www.gov.uk/government/publications/victims-of-domestic-violence>

<sup>6</sup> <https://www.gov.uk/injunction-domestic-violence>



- Ku amro qofka kugu xadgudba inuu joogo qaybo ka mid ah guriga waqtiyada qaarkood (tusaale ahaan waxay ku amri kartaa inuu ku seexo qol jiif kale)
- Amar qofka ku faraxumeeyey inuu kuu oggolaado inaad guriga dib ugu soo noqotid haddii uu guriga kaa xidhay
- Ku amro qofka ku xadgudbay inuu sii wado bixinta amaahda, kirada ama biilasha

## **Qodobada kale iyo qorshooyinka loogu talagalay inay ka caawiyaan ka ilaalinta GBV ama xadgudub**

**Ogeysiisyada Kahortaga Rabshadaha Qoyska (Booliska):** Booliisku way ka mamnuuci karaan xadgudbahaaga inuu ku faraxumeeyo inuu galo ama yimaado meel masaafada u jirta gurigaaga. Waxay socotaa 48 saacadood.

**Amarka Ilaalinta Rabshadaha Qoyska (Maxkamadda Dambiyada):** Amarka Ilaalinta Rabshadaha Qoyska ayaa kaa difaaci kara xadgudub dheeraad ah, oo haddii aad la nooshahay dembiilaha, ka mamnuuc inay ku noqdaan guriga oo ay kula soo xiriiraan. Haddii dambiilaha u hogaansami waayo Amarka, waa la xiri karaa oo la hor keeni karaa maxkamadda. Amarka Ilaalinta Rabshadaha Qoyska wuxuu socdaa illaa 28 maalmood wuxuuna ku siinayaa waqti aad ku sahamiso xulashooyinkaaga oo aad u hesho taageero dheeraad ah.

**Joojinta Dhibaataaynta:** ka badbaadinta qof kuu keena dhibaato ama digniin hal mar in ka badan.

**Amarada ilaalinta Guurka Qasabka ah:** Haddii qof kugu qasbo inaad guursato, wuxuu geli karaa xabsi ilaa toddobo sano ah. Waad codsan kartaa haddii guur lagugu qasbay ama aad aaminsan tahay in guur lagugu qasbay. Guurku uma baahna inuu kugu dhacay si aad u hesho difaac.

**Amarada ilaalinta gudniinka fircooniga ah:** Waad codsan kartaa haddii lagugu sameeyay gudniinka fircooniga ama aad dareento in lagugu cadaadin karo ama lagugu qasbi doono gudniinka fircooniga. Gudniinka fircooniga uma baahnid inay kuu dhacdo si aad u hesho difaac.

Xuquuqda Haweenka waxay ku siisaa macluumaad dheeri ah oo ku saabsan shuruudaha sharci ahaaneed ee xadgudubka iyo qaababka sharci ee ilaalinta halkan: [www.rightsofwomen.org.uk/get-information/violence-against-women-and-international-law](http://www.rightsofwomen.org.uk/get-information/violence-against-women-and-international-law)

## **Ilaalinta carruurta iyo doorka Adeegyada Bulshada**

Adeegyada bulshadu waxay leeyihiin waajibaad sharci ah oo ah ilaalinta iyo kor u qaadista daryeelka carruurta iyo dadka waaweyn ee halista ku jira

**Ka fikir su'aalaha soo socda:**

1. Ma ogtahay waxa ay qabtaan adeegyada bulshada ee carruurta?
2. Ma ogtahay farqiga u dhexeeya “ilmaha baahan” iyo “ilaalinta ilmaha”?
3. Miyaad u maleyneysaa in carruurta adeegga bulshada ay awood u leeyihiin inay carruurta si fudud uga saaraan kiiska waalidkood?

**Adeegga bulshada ee carruurta:** Adeegyada bulshada ayaa leh waajibaad sharci ah oo ah ilaalinta iyo kor u qaadista daryeelka carruurta nugul waxayna siin kartaa adeegyo ballaadhan carruurta iyo waalidkood, badiyaa inta ku dhex jirta deegaanka gurigooda isla markaana ay isku dubbaridaan shaqaale bulsheed. Qoysasku badanaa waxay dareemaan walaac rajada laga qabo ka qeybgalka adeegyada bulshada sababo la xiriira khibradaha laga yaabo inay dadka kale ka maqleen, ama kaliya inay ka baqayaan in shaqaalaha bulshada ay caruurtooda ka saaraan guriga qoyska. Adeegyada carruurta waxay bixiyaan adeegyo daryeel oo ballaadhan oo carruurta iyo qoysaskooda ah, ka dib 'qiimaynta baahida' oo ay waajib ku tahay sharciga si loo hubiyo in carruurta caafimaad qabaan, ammaan yihiin, oo si fiican loo ilaaliyo.

### **Sidee qoysasku ugu lug yeeshaan adeegyada bulshada carruurta**

Waxaa jira siyaabo kala duwan oo qoysasku ugu lug yeeshaan adeegyada carruurta. Habka ugu caansan waa marka qoysku toos u weydiisto adeegyada carruurta caawimaad. Xaaladaha kale, u gudbinta ilmaha waxaa sameyn kara booliska, xirfadle kale sida GP ama macalin, ama xubin ka tirsan dadwaynaha. U gudbinta waxaa loo samayn doonaa sababtoo ah waxaa jira ilaalin ama walaac daryeel oo ku saabsan canugga waxaana loo baahan yahay in adeegyada carruurta ay soo farageliyaan.

### **Masuuliyada adeegyada carruurta ee inay dhawraan iyo inay ilaaliyaan**

Haddii adeegyada bulshada cunugga ay helaan gudbin ilmo, waxay go'aan ka gaarayaan hal maalin shaqo gudahood haddii:

- ilmuhu baahan yahay. tusaale ahaan, waxay u baahan yihiin caawimaad hoy, maaliyad ama taageero kale sida kaararka cuntada, waana in lagu qiimeeyaa sida ku xusan qaybta 17 ee Xeerka Carruurta ee 1989 (oo loo yaqaan "qaybta 17" taageerada).
- ay jirto sabab macquul ah oo looga shakiyo in canugga uu dhibtoonayo, ama ay u badan tahay inuu la kulmo, waxyeelo weyn, iyo in baaritaanno la sameeyo iyo in ilmaha la qiimeeyo sida ku xusan qaybta 47 ee Sharciga Carruurta ee 1989.
- Ilmuhu u baahan yahay badbaadin degdeg ah oo tallaabo degdeg ah ayaa loo baahan yahay.

### **Ilmaha u baahan qiimayn**

Cunugga waxaa loo arkaa inuu "baahan yahay" haddii, isagoon taageero ka helin maamulka degmada:

- Uma badna inay yeeshaan heer caafimaad oo macquul ah ama koritaan ama;
- Caafimadkooda ama koritaankooda ay u badan tahay inay wax yeelaan;
- Haddii aysan jirin qaab aad ku siinayso ilmahaaga cunto iyo hoy ku filan, ilmahaaga waxay u badan tahay in loo arko inuu yahay 'cunug baahan' waana in la sameeyaa qiimeynta qaybta 17.

### **Qorshaha ilaalinta ilmaha**

- Meesha carruurta loo arko inay halis ugu jiraan inay waxyeello soo gaarto, qorshe lagu ilaalinayo ayaa la abuuray iyada oo ay ku lug leeyihiin xirfadlayaal iyo xubno muhiim ah oo ka tirsan qoyska ee ladnaanta ilmaha.
- Qorshuhu wuxuu sheegayaa talaabooyinka loo baahan yahay si loo ilaaliyo cunuga iyo adeegyada ay tahay in laga qayb qaato, tusaale ahaan, booqashooyinka joogtada ah ee

shaqaalaha bulshada ay ku tagayaan guriga qoyska si loo siiyo taageero wax ku ool ah ama shucuureed iyo adeegyo kale, sida meel xanaanada carruurta ama caawimaad guri.

- Waxay sheegi doontaa waxa dhici doona haddii qorshaha aan la raacin, qorshahana dib ayaa loo eegi doonaa si loo hubiyo inuu shaqaynayo.

### **Marka carruurta laga qaadi karo waalidkood**

Xaaladaha badankood, qiimaynta hore waxay keentaa in adeegyada carruurta ay bixiyaan caawimaad si loo helo taageero iyo helitaan adeeg - sida xannaano maalmeed — si carruurta u joogaan guriga. Si kastaba ha noqotee, adeegyada carruurta sidoo kale waxay leeyihiin mas'uuliyadda sharciga ah ee inay ka ilaaliyaan carruurta xadgudubka iyo dayaca. Tan macnaheedu waxaa weeye in laga ilaaliyo ilmaha in laga badbaadiyo waxyeelada ilmaha looga kaxeeyo xaaladda qoyska.

Carruurta waxaa laga qaadi karaa oo keliya waalidiinta:

- Ogolaanshaha waalidka: Marka waalidiinta ama dadka ilmaha masuulka ka ah ilmahu ogolaadaan in isaga ama iyadu lagu daryeelaa meel ka fog guriga qoyska.
- Amarka maxkamadaha: marka maxkamadda qoysku go'aamiso in ilmuhu u baahan yahay in lagu xanaaneeyo guriga dibaddiisa
- Magangalyo siyaasadeed: marka ilmuhu yimaado wadankan isaga oo aan la wehelin oo dalbanaya magangalyo.

Shaqaalaha bulshada awood uma lahan inay ilmahaaga ka qaadaan daryeelkaaga, illaa ay amarka maxkamadda ka bixiso mooyee ama aad ogolaato in ilmahaaga laga qaado.

Haddii adeegyada carruurta ee maamulka degmadaadu tixgeliyaan in ilmahaagu khatar ugu jiro waxyeello ama u baahan yahay caawimaad, waxay ku leeyihiin waajibaad inay baaraan xaaladda iyo inay qiimeeyaan tallaabooyinka la qaadayo si loo ilaaliyo ilmahaaga ama kor loogu qaado daryeelkooda. Sida uu dhigayo Sharciga Carruurta ee 1989 dowlada hoose waxay dalban kartaa amar daryeel haddii ay rumaysan yihiin in ilmuhu dhibaataysan yahay ama uu halis ugu jiro inuu la kulmo waxyeelo weyn. Maxkamaddu waxay go'aamisaa haddii cunugga ay daryeel u qaadi karto golaha deegaanku.

Meel muhiim ah oo tixraac ah waa NSPCC maadaama ay macluumaad ku hayaan halkan:

<https://learning.nspcc.org.uk/child-protection-system/england/>

## **Ka hortagga takoorka iyo dambiga nacaybka**

Waxaa lagaa ilaalinayaa sida ku cad Sharciga Sinnaanta ee UK 2010 noocyadan takoorida:

- Da'
- Naafonnimo: Qofku wuxuu leeyahay naafonimo haddii iyada ama isagu leeyahay naafonimo jir ahaaneed ama maskaxeed oo saamayn xun oo muddo dheer ku yeelan karto awooda qofkaas si uu u qabto hawl maalmeedkiisa caadiga ah.
- Badelitaanka jinsiga: Habka looga guurayo jinsi loona noqonayo mid kale.

- Guurka iyo iskaashiga madaniga ah: Guurku waa midow u dhexeeya laba qof: dhib malahan haddii labada isqaba ay yihiin kuwo kala jinsi ah ama isku jinsi ah. Lamaanayaasha sidoo kale waxay xiriirkooda si sharci ah ugu aqoonsan karaan 'iskaashi madani ah'. Lamaanayaasha madaniga ah waa in aan loola dhaqmin si ka hoosaysa lamaanaha is qaba.
- Uurka iyo Umusha: Uurku waa xaaladda uur qaadida ama filashada cunug. Umusha waxaa loola jeedaa mudada dhalmada kadib waxayna ku xirantahay fasaxa umusha marka laga hadlayo shaqada. Xaaladda aan shaqada ahayn, kahortaga takoorka umusha waa 26 toddobaad kadib markay umusho, tanna waxaa ka mid ah in loola dhaqmo haweeneyda si aan wanaagsaneyn maxaa yeelay way naas-nuujinaysaa.
- Isir: isirkaaga, midabkaaga, iyo dhalashadaada (oo ay kamid tahay dalka aad u dhalatay) qowmiyad ama dalka aad kasoo jeedo.
- Diinta iyo waxaad aaminsantahay: Diinta waxaa loola jeedaa diin kasta, oo ay kujirto diin la'aan. Aaminsanaanta waxaa loola jeedaa caqiido kasta oo diin ama falsafad ah waxaana ka mid ah aaminaad la'aan.
- Jinsiga: haddii aad tahay nin ama naag.
- Nooca galmada: Haddii qofku jecelyahay dadka ay isku jinsiga yihiin, dadka aysan isku jinsiga ahayn ama labada jinsiba.

### **Sharciga Xuquuqda Aadanaha 1998**

Sharciga Xuquuqda Aadanaha ee 1998 wuxuu leeyahay lix iyo toban xuquuq oo aasaasi ah, oo saameeya dhamaan dhinacyada xuquuqda aadanaha, ka xoroobitaanka jirdilka iyo dilka ilaa xuquuqda shaqsiyeed ee nolol maalmeedka. Waxaa kale oo ka mid ah xuquuqda in aan laguula dhaqmin si ka duwan sababtoo ah jinsiyadaada, diintaada, jinsigaaga, aragtidaada siyaasadeed ama xaalad kasta oo kale, in si ula jeed ah loo cadeeyo maahane.

### **Dambiga Nacaybka**

Dembiyada nacaybka ayaa ah danbiyo lagugu bartilmaameedsaday sababtoo ah cuqdad ama cadaawad loo qabo jinsiyadaada, qowmiyadaada, diintaada, qaabkaaga galmada ama aqoonsiga jinsi badelitaan. Waxaa loo gaysan karaa adiga ama hantidaada.

### **Soo sheegida Dambiga Nacaybka**

Waxaad kusoo sheegi kartaa dambiga nacaybka onleen ahaan adigoo u maraya True Vision barta [www.report-it.org.uk](http://www.report-it.org.uk)

Scotland waxaad isticmaali kartaa foomka soo wargelinta onleenka ah ee booliska Scotland.

Caawimaad iyo taageero lagu wargeliyo ayaa sidoo kale laga heli karaa [Stop-Hate UK](http://Stop-Hate-UK)

