

Ma laguu xoogsheegtay?

Xoogsheegashadu waa markii uu qof si ula kac ah uga caraysiiyo ama uu waxyeelo qof kale in ka badan hal mar.

Mar kasta waxaad xaq u leedahay inaad ammaan ku dareento dugsiiga.

Waxaa adag in la joojiyo xoogsheegashada ayadoon la helin caawimaad.



Waxyaalaha aad samayn karto

- U sheeg inaad jeclayn sida ay kuula dhaqmayaan, waxaadna ka codsataa inay sidaas joojiyaan
- Hore uga dhaqaaq qofkaas doonaya inuu wax ku yeelo
- Kala hadal baraha aad ku kalsoon tahay. – Wuxuu awoodaa inuu ku caawiyo
- Kala hadal xubin qoyskaaga ama saaxiib aad isku dhowdhiin

Adeegyada turjumidda ayaa la heli karaa ayagoo lacag la'aan ah. Wixii caawimaad ah ka wac **TIS** (Adeegga Turjumaanka Taleefoonka ah) 131 450 waxaadna weydiisataa inay kaaga wacaan **Kids Help Line** 1800 551 800.

Waxaad kaloo ka eegi kartaa www.kidshelp.com.au

Somali
Knowledge&Skills
Building a Future

Victoria
The Place To Be