Dadka dhibaatadu kasoo gaarto danbiyada

**Ma ogayd fursadaan?**

Adeegga Dhex-dhexaadintu wuxuu baxshaa fursad aad dib ugu hanan karto qaar kamid ah ammaanka wuxuuna kaa caawinayaa inaad iska iloowdo khibrada xanuunka badnayd ee kusoo martay.

Waxaan fududayn karnaa kulannada u dhexeeya dadka u baahan inay isla hadlaan kadib marka fal danbiyeed dhaco.

Tan waxaa ku jiri kara qofka danbiga galay ama dadka kale ee muhiimka kuu ah inaad la kulanto.

## Ma jiraa wax aad u baahan tahay inaad sheegto ama ma qabtaa wax su'aalo ah ood doonayso inaad na waydiiso?

Waxaan ku siin doonaa fursad. Waxaad heli doontaa fursad aad ku qeexdo sidaad u aragto dhacdada kusoo martay, sida ay kuu saamaysay iyo waxa aad u baahan tahay hadda.

Adeegga Dhex-dhexaadintu wuxuu damaanad qaad siinayaa adigga iyo qof kasta oo kale oo ka qaybala kulanadeena.

"Waxaan dareemay soo dhawayn iyo xoriyad aan ku sheego wax kasta oon u baahnaa inaan sheego. Waxaan awooday inaan sheego wax kasta oon u baahnaa waxna ma qarin waxaa ku mahadsan amaanka ay i siiyeen Adeegga Dhex-dhexaadinta."

Adeegga Dhex-dhexaadintu waa mid ikhtiyaari ah oo lacag la'aan ah.

Waad la imaan kartaa qof aad ku kalsoon tahay. Xog badan oo ku saabsan adeegga Dhex-dhexaadinta ee dhibanayaasha danbiga halkaan ka akhri.

**Fadlan nalasoo xariir si aad noola yeelato wada sheekaysi ikhtiyaari ah**

Waxaad ka helaysaa xogta xariirka ee adeegga dhex-dhexaadinta deegaankaaga barta [www.konfliktraadet.no](http://www.konfliktraadet.no)

**Adeegga Dhex-dhexaadintu wuxuu ilaaliyaa sirta.**