Sawir: Conny Fridh, Johnér

8. In waayeel lagu noqdo dalka Iswiidan

Tusmada

Waayeel noqoshada

Hoowlo iyo dheef loogu tala galay waayeelada

Lacagta hawlgabka

Daryeelka waayeelka

Markii qof u geeriyoodo

Xeerka dhaxalka

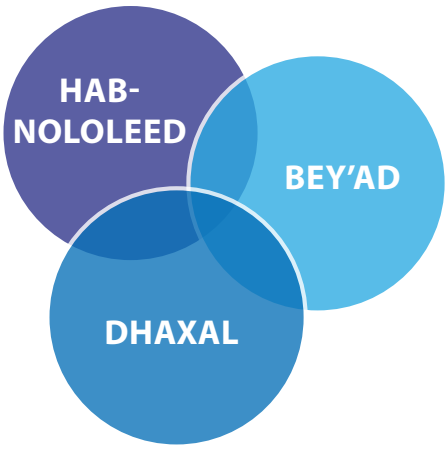
© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Waayeel noqoshada

Dadka ku nool Iswiidan waxay gaaraan cimri dheer. Cimriga dhexdhexaadka ah ee dadweynaha waa 82 sano. Dumarku waxay gaaraan 84 sano, ragguna 80 sano.

Cimriga dhexdhexaadka oo kor u sii kaco waxuu keenaa in waayelka sii kordhaan. Tobonkii sanoba cimriga dhexdhexaadka waxaa ku darsanto hal sano. Wakhtiga hada la joogo ma jiran wax muujinaayo in kor u kaca cimriga dhexdhaaxdka istaagi doono. Dadka Iswiidhan ee gaaraayo 10 malyan boqolkiiba 18 waa dad dhaafay da'da hoowlgabka ee 65 sano. Sanadka 2030 dadka Iswiidhan ku nool boqolkiiba 30 waxeey ka weeynaan doonaan 65 sano.

Cimriga aad gaareeyso waxyaalo badan ayuu ku xiran yahay. Dhaxalka jinsiga aad ka qaadatay waalidkaada iyo qaraabadaada waxuu saameeynaa cimriga aad gaareeysid. Sido kalena waxaad cimriga saameeyn ku leh habka aad uu nooshay iyo bey'adda. Waayel-noqoshada waxaa la socdo isbadlo badan oo dhanka jirka ah, maskaxda iyo la xariirka bulshada. Qofka waxba kama qaban karo dhaxalka jinsiyeed laakin waxuu qofka saameeyn karaa sida uu ugaboobi lahaa asagoo iska fiirinaayo habka uu unoolayahay.



Hey'adda caafimaadka dadweeynaha waxeey kor usoo qaaday afar qeeyb oo mecno ugu fadhiyo waayel-noqosha caafimaad leh:

- Hoowlo dhaqdhaqaaq jireed
- Cunto fiican
- Wadajir bulsho
- Hoowl qabasho mecno leh/qofka in uu dareemo in loo baahanyahay

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Qofka xataa dhalinyarnimada ayuu ku saameeyaa caafimadkiisa sida uu noqon doono marka uu waayeel noqdo. Sigaar cabid, cunto xumi, kadeed, in uu san qofka dhaqdhaqaaqin, maandooriye iyo khamri dadka dhan ee uu xuntahay. Cuntada fiican iyo toobarka waxeey keenaan in qofka caafimaad qabo marka uu waayel noqdo. Waxeey uu gacan geeysan karaan cimri dheerid.

Isbadal jireed

Isbadalada jireed iyo da'da waa yaryihiin ilaa uu qofka ka gaarayo 40 sano. Kadib ayee isbadalaas bataan. Hidde-sidaha (DNA) ee ku jiro unugyada waxeey hagaan weeynaanshaha jinsiyeed oo ka socoto qeeybo kala duwan oo jirka ka mid ah. Waxeey dadka ku kala duwan yihiin hab socodka waayeel-noqoshada, goorta iyo habka loo gaboobaayo. Dadka qaarkood laalab waji iyo timo cad ayee yeeshaan goor hore, dadka qaarkoodna weey ka danbeeyan.

Marka la isku wada daro isbadalada jirka waxeey noqdaan in uu qofka gaabto, khafiifo iyo si qalalo. Gubidda maaddooyinka nafaqada jirku qaato oo yaraato waxeey keeneeysaa in khatarta qaleelka jirka kor usii kacdo. Waa muhiim in qofka uu biyo cabo.

Gubidda maaddooyinka nafaqada jirku qaato oo yaraato iyo waayelka oo dhaqdhaqaaqa yareeyo, waxeey keenayaan in ee san uu baahneen cunto badan. Sidaas darteed ayee muhiim usii tahay in cuntada la cunaayo lee dahay tayo fiican iyo in ee si wadajir ah uga kooban tahay maadooyinka nafaqada iyo fitamiinka.

Sawir: Johnér

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Markii dhalinyarada loo bardhigo, dadka waayeelada waxeey u baahan yihiin iftiin badan si eey si fiican wax ugu arkaan. Sidaas darteed ayee muhiim uu tahay in guriga uu lee yahay iftiin fiican. Sido kale da'da waxeey keeneysaa in qofka ku adkaato fahmida codadka dheer iyo kala saarida hadalka markii la joogo meel buuq leh.

Markii dhalinarada loo bardhigo, dadka waayeelka waxaa ku adag dheeli tirida, si sahalana waa duu dhacaan. Waxaa jiro waxyaalo badan oo laga qaban karo guriga si loo yareeyo khatar shil. Tusaale ahaan waxaa dhulka lagaa qaadi karaa rooga iyo wax jidka yaalo oo si sahlan loogu dhici karo.

Dadka waayeelka daawada xasaasi ayee ku sii yihiin markii loo bardhigo dadka ka dhalin yar. Dadka waayeelka waxaa ku yar dareeraha jirka, waxaana ku badan baruurta. Mecnaheed waa in dawooyinka duffanka leh ugu haraayaan jirka wakhti ka sii dheer intii loogu tala galay.

Isbadalada maskaxda

Da'dana weey sameeysaa maskaxda. Unugyada-maskaxda waa sii yaraadaan isla markaasna maskaxdana waa sii yaraataa laakin hoowl-qabadaka maskaxda badanaa ma is badalaan. Qeeybo badan oo xasuusta khuseeyo mudo dheer waxeey ahaadaan kuwo aan saameeyn gaarin. Inta badanaana, aqoonta kalimadaha iyo aqoonta guud waa mid laga dareemi kari qofka ilaa da' sare.

Qofka markii usii gaboobabo waxaa sii kor usii kaco kharta cudurka iloowshaha (demens). Laakin in xasuusta si xumaato ma lagu mecneey karo lee cudurka iloowshaha. Uloowshaha caadiga, waa sida qofka marka u iloobo meesha uu dhigay ookiyaalihiisa ama furayaashiis. Marka uu qofka iloobo in uu heeysto ookiyaale ama furo ama meel uu yaqaan ku dhumo, waxeey calaamad u tahay iloowsho uu cudur sababay.

Waa fiican tahay in qofka ku sii firforconaadio maskax ahaan iyo jir ahaanba. Maskaxda waxeey markasto dooneeyso in kalimado cusub ku barato masawiro, heeso, ciyaar, qosol, xayawaano, dabiicad iyo la xarirka bulshada. Maskaxda waligeed kama duqoowdo in ee barato waxyaalo ku cusub laakin marka uu qofka waayel noqdo wakhti sii dheer ayee ku qaadataa.

Maskaxadana waxeey xasaasi ku sii noqotaa dawooyinka qaarkood, gaar ahaan dawooyinka loo isticmaalo cudurada

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

maskaxda, sida daawada dajinta iyo jiifka laakin sido kalena daawooyinka xanuun baabi'yaha oo u dhow morfiinka.

Isbedala la xariira bulshada

Qofka markuu gaaro da'da hoowlgabka waxaa laga yaabaa in ee markii ugu horeeysay uu sameeyn karo waxuu doono goorta uu doono. Dad badan ayee sii shaqeeyso xataa marka ee gaaran 65 sano kadib. Dad badana waxeey uu shaqeeyaan si khayri ah oo ee san mushaar ku qaadan.

Tayada nolasha iyo in nolol fiican la helo markii waayel la noqdo waxeey si xoog leh ugu xiran tahay habka uu qofka uu arko iyo habka uu ula dhaqmo xaaladiisa nololeed si ee noqoto mid uu la qabsan karo, maareyn karo isla markaana mecno ugu fadhiso. Aqoon yahanada waxeey ka waramaan in wadajir bulshadeed ee muhiim uu tahay tayada nolasha - in qofka uu firforcoonaado, in uu dareemo in loo baahan yahay iyo in xariir fiican la yeesha dadka.

Hoowlo iyo dheef loogu tala galay waayeelada

Waxaa jiro hoowlo iyo dheef badan loogu tala galay waayeelada.

Waxaa jiro ururo badan oo qorsheeyo hoowlo loogu tala galay dadka hoowlgabka ah. Urur ka mid ah ururyadaas, waa ururka howlgabka qarameed, PRO.

Waxaa xiliyada qarkood, waayeelka gaadiidka-dadweeynaha ee degmooyinka qaarkood, ku raacaan lacag la'aan ama ayadoo kharashka laga dhimo.

Haddii aad da' weeyntahay hadana howl-qabadka jirkaada keenaayo in raacida gaadiidka dadweeynaha kuugu adag yahay, waxaad isticmaali karta adeega raacida (färdtjänst). Waxaa markaas kharash yar kuu raaceeysaa taksi badalka bas iyo tareen. Si aad uu hesho adeega raacida waa in aad ka codsataa degmada aad ka diiwan gashantahay. Sido kalena waa in aad codsiga ku soo dartaa waraaqada cadeeynta adeega raacida u soo qoray dhakhtar ka waramaayo in aadan raaci karin gaadiidka-dadweeynaha.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Sawir: Matilda Karlsson, Magaalada Göteborg

Safarada degmada gudaheed ah waxaa inta badanaa raaci kartaa waxa loo yaqaan flexlinjer. Waa basas yar oo dhulkoodu ku aadan yahay dhulka-jidka, si dadka ku socdo kursiga loogu sahlo soo fuulida baska. Baskaan waxuu ku soo dhaweeynaa gurigaada halka uu baska dadweeynaha kuu soo dhaweeyneeyn. Baska waxuu ku geeynaa lee meelaha uu qofka balansada in uu ka soo koro ama ku daga, sidaas darteed ayee xiliyada baska uu socdo ku kala duwnaan karaan.

Lacagta hawlgabka

Lacagta hawlgabku waa lacag aad qaadaneyso marka aad waayel noqoto oo shaqada ka fadhiisato. Inta lacag hawlgab aad qaadaneyso waa kala duwan tahay. Waxayna si la mid ah ku xiran tahay mushaharkii aad soo qaadan jirtay, waqtiga aad soo shaqaysey iyo inta lacag aad si gaar ah uu kaydsatay.

Lacagta hawlgabka waxeey ka imaan kartaa meelo kala duwan. Hey'adda arrimaha hawlgabka waxaa ka imaato lacagta hawlgabka guud. Shaqo dhibahadii waxaa ka imaado lacagta hawlgabka ku salaysan shaqada. Waxaad kale oo lahaan kartaa lacag hawlgab oo gaar aad uu kaydsatay. Lacagaha hawlgabka midba mida kale ma sameeyso ee waa la isku daraa si ee uu noqoto lacagta howlgabka aad lee dahay.

Adiga ayaa go'aansanaya marka aad noqoneyso hawlgab. Haddii aad daahiso qaadashada lacagta hawlgabka, waxaa badaneeyso lacagta aad qaadaneyso bil walba. Da'da ugu horreysa oo la qaadan karo lacagta hawlgabka guud waa 61

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Masawirqaade: Magnus Glans

sano laakin waxaad xaq uu lee dahay in aad shaqeeyso ilaa aad 67 sano ka gaareeyso. Waxaad shaqo dhiibahaada kala heshiin kartaa in aad wakhti ka sii dheer shaqeeyso.

Adiga ayaa dooraneeysid inta aad kala soo baxeeysid lacagta hawlgabka. Waxaad bil kasto qaadan kartaa in uu dhaxeeyso boqolkiiba 25 ilaa 100. Waxaad tusaale ahaan dooran kartaa in aad lacagta hawlgabka bar ka mid ah qaadatid isla markaana shaqeeysato barka kale.

Hawlgabka guud

Hawlgabka guud waa lacagta hawlgabka ee dadka dhan xaq uu lee yihiin haddii ee Iswiidhan degnaadeen oo ka shaqeeyeen. Lacagta hawlgabka waa lacag doowladeed oo eey bixisi Hey'adda arrimaha Hawlgabka. Waxaad warbixin dheeraad ah ka heleeysaa bogga internetka **www.pensionsmyndigheten.se**.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Haddii aad dooneeyso in aad wax ka sii ogaato lacagta hawlgabka guud ee aad adiga lee dahay, waxaad Hey'adda arrimaha hawlgabka kala xariiri kartaa talefoon ama in aad balan ka sameeysato oo aad waji-waji ugu la kulantid xafiiska adeega.

Sanad kasto ee aad shaqeeyso, waxbarasho dhigato ama aad fasax waalid gasho waxaad lacag ku kordhineeysaa lacagtaada hawlgab. Lacagta hawgabka guud waxeey ka kooban tahay lacagta hawlgabka dakhliga ku salaysan, lacagta hawlgabka oo faa'iidada laga sameeyo oo ayaduuna dakhligaada ku saleeysan. Haddii aad dakhli yar laahan jirtay ama aadan dakhli yeelan, waxaad heleeysaa lacagta aasaaska ah ee hawlgabka.

- **Lacagta hawlgabka dakhliga ku salaysan**.
  Lacagta hawlgabka dakhliga ku salaysan waxay ku xiran tahay lacagihi horay ku soo gali jiray. Waxaad sannad walba mushaarkaada ka bixineeysaa boqolkiiba 16 oo kuugu darsamaya lacagta hawlgabka dakhliga ku salaysan. Waxaa dakhli lagu tiriyaa mushaar shaqo, lacagta shaqo la'anta, lacagta jirada iyo waxqabadka iyo lacagta fasaxa waalidka.
- **Lacagta hawlgabka oo faa'iidada laga sameeyo**.
  Waxaad sannad walba mushaharkaaga ama dakhligaada ka bixineysaa boqolkiiba 2,5 oo laguguu kaydinaayo sanduuqyada saamiga. Waxaa midaan lagu magacaabaa lacagta hawlgabka oo faa'iidada laga sameeyo. Waxaa sanduuqyada ku jira warqado qiima-lacageed leh ama saamiyo ay dad badani wada leeyihiin. Adiga ayaana go'aan ka gaaraya sanduuqyada saamiga oo aad dooneyso in lacagtaada laguu geliyo. Lacagta hawlgabka oo faa'iidada laga helo oo aad heli doonto waxay ku xiran tahay inta lacag aad soo kaydsatay iyo wixii hadba faa'iido ama khasaaro laga helo lacagta aad ku kaydsatay sanduuqyada saamiyada.
- **Lacagta aasaaska ah ee hawlgabka**.
  Lacagta aasaaska ah ee hawlgabka waxaa la siiyaa qofka usoo gali jiray dakhli yar ama dakhli shaqo ka soo galin. Si aad u hesho lacagta asaasiga ah ee hawlgabka oo buuxda waa in aad deganayd Iswiidhan ugu yaraan 40 sano. Lacagta asaasiga ah ee hawlgabku waa sii yaraaneeysaa haddii aad Iswiidhan deganeeyd in ka yar 40 sano. Lacagta asaasiga ah ee hawlgabku wax ayaa laga dhimaa haddii ay ku soo gasho lacag kale oo hawlgab, sida lacagta hawlgabka ku saleeysan dakhliga.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

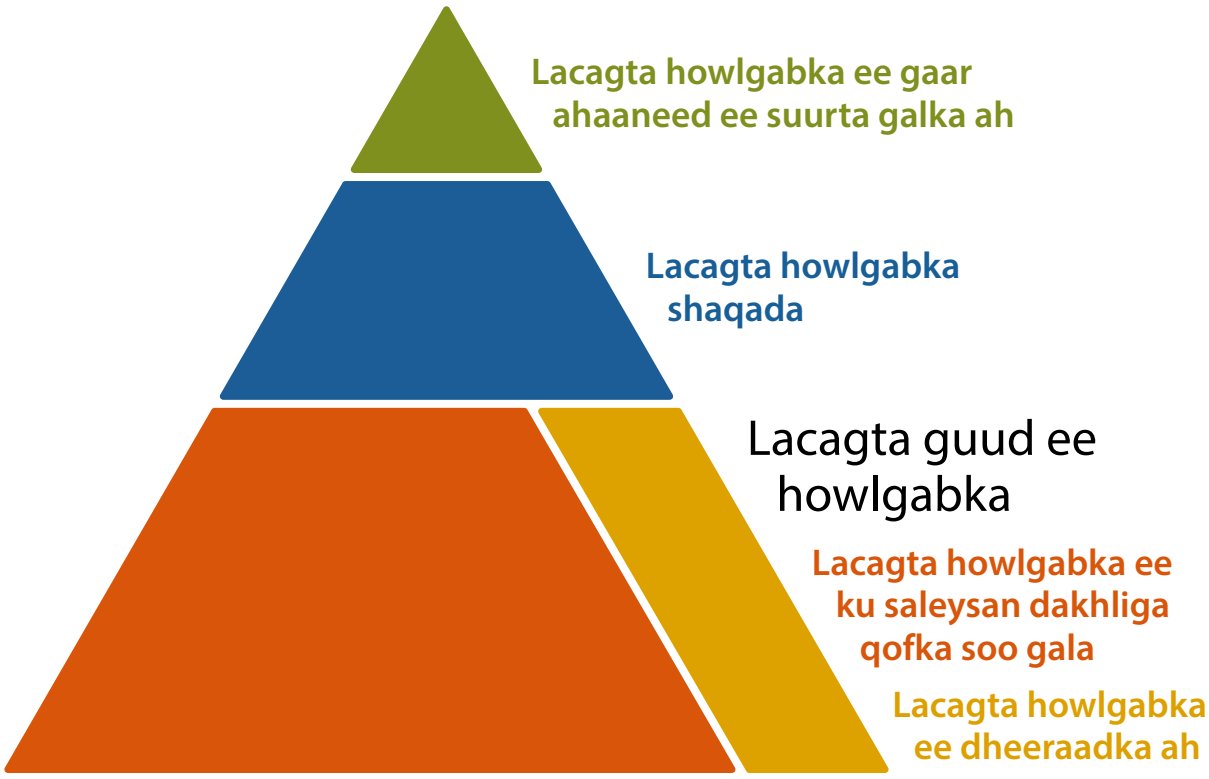
Lacagta hawlgabka shaqada

Lacagta hawlgabka shaqadu waa qaybta lacagta hawlgabka uu shaqo- dhibahaada ka bixiyo. Shaqaalaha badankood waxay xaq u leeyihiin lacagta hawlgabka shaqada. Haddaba sida ee lacagta hawlgabka shaqada noqoneeyso waxeey ku xiran tahay ururada shaqaalaha iyo ururada shaqo-dhiibaha waxa eey ku heshiiyeen. Waxaa lacagta hawlgabka shaqada aan qaadanayn qofka waxbarashada ku jira, qofka shaqala'aanta ah, qofka ka shaqeeya goob shaqo oo aan ku xirneeyn heshiiska guud ee shaqada ama qofka leh shirkad gaar ah.

Haddii aad lee dahay shirkad gaar ah adiga ayaa lbixineysid lacagtaada hawlgabka shaqada. Waxaa loo yaqaan qarash-gaar ah.

Lacagta hawlgabka gaar ahaan loo kaydsado

Adigu si gaar ah ayaad u kaydsan kartaa lacagta hawlgabka. Waxaad ku kaydsan kartaa bangiyada ama sanduuqyada saamiga ee shirkadaha caymiska lacagta hawlgabka. Adiga ayaana go'aansanaya inta aad bil walba ku kaydsanayso iyo waqtiga aad dooneyso in aad bilowdo.



Laga keenay: Hey'adda arrimaha hawlgabka

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Kaalmada dheeraadka ah ee waayeelka

Kaalmada dheeraadka ah ee waayeelka waa taageero loogu tala galay haddii ee san lacagaha kale ku filneeyn. Haddii aad buuxsatay 65 sano oo lacaga hawlgabka kuugu filneeyn ilaa heer nololeed oo macquul ah, waxaad markaas xaq u leedahay kaalmada dheeraadka ah ee waayeelka. Marka aad dalbaneysid kaalmada masruufka ee da'da waxaa go'aan ka gaaraya hey'adda howlgabka oo isla mar ahantaasna baareysa haddii aad xaq u leedahay kaalmada kirada lagu kabo.

Kaalmada kirada guriga lagu kabo ee howlgabyaasha

Kaalmada kirada guriga lagu kabo waa qeyb kabid ah oo ka tirsan lacagtaada guud ee howlgabka. Qarashka ku baxa kiradaada, dakhliga kusoo galo, hantidaada iyo xaaladaada qoys ahaaneed ayaa kala saaraaya inta eey la ektahay lacagta kabidda kirada.

Waxaad dalban kartaa lacagtaas kabidda ah marka aad buuxisid 65 sano waxaadna markaas soo baxsaneysaa kulli lacagtaada howlgabnimada. Waad dalban kartaa meehsaa rabtid deganoow haddii aad xattaa degantahay guri aad adiga leedahay. Waad dalban kartaa haddii aad hanti leedahay xattaa.

Warbixin dheeraad ah ka akhriso bogga hey'adda howlgabyaasha: **www.pensionsmyndigheten.se**

Lacagta hawlgabka oo dibada lagu qaato

Lacagta hawlgabka dakhliga ku salaysan, Lacagta hawlgabka oo faa'iidada laga sameeyo, Lacagta hawlgabka shaqada iyo Lacagta hawlgabka gaar ahaan loo kaydsado waxaad heeysan kartaa meesha aad uu guurtaba ayadoo ee san wakhti ku xirneeyn. Laakin hubaal ma ahan in aad sii heeysan karto lacagta asaasiga ah ee hawlgabku. Waxeey ku xiran tahay dalka aad uu guurto iyo nuca fa'iido aad lee dahay. Lacagta asaasiga ah ee hawlgabku waxaad sii heeysan kartaa haddii aad uu guurto dal kale oo ku yaalo dalalka Midowga Yurub iyo dalka EES, Switzerland iyo xaalado qaarkood dalka Kanada. Xaqqa kaalmada dheeraadka ah ee waayeelka waa joogsanaa haddii aad uu guurto dibada.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Daryeelka waayeelka

Marka uu qof waayel nooqdo waxuu inta badanaa caawinaad uga helaa hoowlaha maalmeed. Iwiidhan waxuu qofka waayeelka xaq uu lee yahay in bulshada uu ka helo caawinaad iyo taageero. Dalalka kale halke ee qoyska ama ehelka xanaaneeyaan, Iswiidhan waxaa waayeelka gacan siyo bulshada. Inta badana ehelka kuwo la socdo qofka waayeelka noloshiisa. Xanaanada waayeelka waxaa hago sharciga adeega bulshada iyo sharciga daryeelka iyo caafimaadka bukaanka.

Degmada ama maamulka gobolka ayaa ka masu'ul ah daryeelka iyo xanaanada waayeelka, ayadoo taasi lagu daraayo xataa la xariirka dhakhtarka iyo daryeelka bukaanka degdega. Qeeyba hab ka duwan ayaa looga maamula dalka Iswiidhan. Qofka waxuu adeegyada xanaanada waayelka ka codsadaa xafiiska maamulka bulshada ee uga qaabilsan degmada. Xoghayaha kaalmada ka socdo xafiiska maamulka ayaa baaraayo, qiimeeynaayo kadibna go'aan ka gaaraayo xaqqa xanaanada iyo inta ee la ekaaneeyso.

Ula jeedada laga lee yahay waa waayeelada ku noolaadaan nolol daryeel fiican leh, tayo fiican leh iyo madaxbanaani. Sido kale waayeelka waxeey fursad uu helaayaan hoowlo micno leh oo ay la sameeynaayaan dad kale.

Deegaan

Dad badan oo waayeel ah waxeey doonaayaan in ee guriga degnaadaan inta ee macquul tahay. Maantana qofka waxuu fursad weeyn ugu lee yahay in uu guriga sii degnaado ayadoo uu bulshada ka helaayo taageero iyo habab kala duwan oo guriga loogu habeeyo. Degmadana waxeey qofka waayelka ku caawin kartaa daryeel iyo adeeg si uu usii degnaado gurigiisa. Waxaa taasi lagu magacaabaa adeega guriga.

Shaqaale ka socda xafiiska adeegga waayeelka ayaa waxay kaa caawinayaan, tusaale ahaan nadaafadda guriga, adeegga cuntada, goglidda sariirta, qubeyska iyo in garka laguu xiiro. Waxaad kaloo caawimaad heli kartaa galbihii iyo habeenkii. Haddii aad cudur qabto ama dhaawacan tahay, waxaa kuu imanaya kalkaaliye caafimaad oo nabarka kuu dhaya, daawadana kaa caawiyo.

Degmooyin badan waxay leeyihiin shaqaale waayeelka ka caawiyo dayactirka fudud. Waxaana kagu magacaabaa adeegga sameeynta. Shaqaalaha ka socda adeegga sameeynta

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

waxay kaa caawini karaan surida sawir ama beddelka daahyada. Ula jeedada laga lee yahay waa in laga taxadaro waayelka oo dhaco iyo in uu dhaawacmo.

Haddii aadan ka bixi karin in aad gurigaada ku sii noolaato, waxaa jiro guryo loogu tala galay waayeelka.

Degaanka siiniyarka iyo ***Deegaanka waayelada*** waa degaan loo habooneeysiiyay dadka waayelka ah, tusaale qalab hooseeyo iyo wiishah sii weeyn. Shirkadaha guriyaha kireeyo waxeey marmar ku shardiyaan qofka in uu gaaray 55 sano si u dego deegaanka siiniyarka halka deegaanka waayeelka laga doonaayo in uu wax yar ka weeyn yahay intaas. Haddii uu qofka uu guraayo degaanadaan u ma baahno ogalaanshaha degmada. Adiga ayaa si gaar ah u kireeysaneeysid ama gadaneeysid degaankaan.

Guriga adeega waayeelada waa degaan degmada lee dahay oo waayelka kireeystaan. Inta uu san qofka uu guurin guriyaha adeega waayeelada waxaa baaritaan lagu sameeyaa qofka nuuca caawinaada uu ubaahanyahay. Marka uu qofka waayelka degan yahay guriyaha adeega waayeelada waxuu lacag ku bixin karaa caawinaada nadiifida, cunto kariska iyo waxii la mid ah.

Deegaanka gaarka ee waayeelada sido kale lagu magacaabo ***degaanka wadajirka*** waa deegaan ka tirsan daryeel ka-aafimaadka. Waxaana loogu tala galay waayeelka si weeyn baahi ugu qabo xanaaneeyn. Si boos looga helo degaanka gaarka ee waayeelada waa in qofka uu baahi weeyn uu qabaa daaweeyn iyo xariir bulsho isla markaana daryeel uu baahan yahay 24ka saac.

Markii qof u geeriyoodo

Dhimashadana waxaa kale oo lagu magacaaba geeri. Marka uu waayel ehelka ka tidan guriga ku geeriyoodo waxaa lala xariira shaqaalaha daryeelka caafimaadka. Marmarka qaarkood jidhka waxeey geeyaan isbitaal halkaasi uu dhakhtar ka mas'uul yahay sugida-geerida. Haddii uu qofka qabo codsi gaar ah, tusaale ahaan khuseeyo hab waxqabad diimeed ah, waxaa lagala hadlaa shaqaalaha daryeelka.

Kadib ayee qofka eheladiisu la xiriiri karaan wadaad masiixi ah, wadaad yuhuud ah ama imaam ama wadaad matalo diin kale. Qofka wadaadka ka socdo ururka diimeed ayee ehelada

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

la qorsheeyn karaan aaska ayagoo ka codsanaayo habka duugista diintooda. Waxaa kaloo wanaagsan in la la hadlo maamulka qabuuraha iyo xafiis qabanqaabinta xabaalidda oo ka caawin karo xariirka iyo arrimaha aaska.

Xabaalidda/duugitaanka

Markii dalka Iswiidan qof ku geeriyooda oo la xabaalayo, waxaa xabaalidda ka soo qaybqaata ehelka iyo asaxaabta. Waxaa caadi ah in la raaco dardaaranka qofka geeriyooday oo loo duugo sidii uu codsaday. Waxaa codsigaas laga yaabaa in lagu qoray warqadda dardaaranka ama qofka geeriyooday ayaa horay u sheegay sida ay doonayaan in loo xabaalo. Waxaa jiro habab kale duwan oo xabaalada loo qabto ayadoo eey ku xiran tahay sida laa aaminsan yahay.

Xabaalidda waxaa badanaaba lagu qabtaa kaniisadda. Markii laga reebo degmada Stockholm iyo Tranås, arrimaha hoowlaha xabaalaha Iswiidhan waxaa mas'uul ka ah kaniisadda iswiidhishka (Svenska kyrkan). Habkaas ayaa loo maraa arrimahaas, meeydka diinta doono ka haystee.

Qofka geeriyooday ehelkiisa waxeey la xariiri karaan wakiilada arrimaha xabaalaha ee degmada. Wakiiada arrimaha xabaalaha waa dad uu maamulka goboka doortay oo ka shaqeeyo danta meeydka iyo ilaalinta codsiga ehelkiisa. Wakiiadal arrimaha xabaalaha waxeey ku raacan yihiin hubinta in dadka aan ka tirsanaeeyn kaniisada iswiidhishka, loo aaso meydka sida uu haboon ayagu. La xariirka wakiiiada arrimaha xabaalaha, waxaa ehelka qofka geeriyooday uu mari karaan degmada, maamulka gobolka ama ururkooda diimeed.

Sawir: Jenny Gaulitz, Johnér

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Ma jiro wax sharci ah oo ku saabsan habka loo qabanqaabiyo xabaalidda. Laakiin waxaa jira xeer qoraya in qofka lagu rido sanduuq. Waxaa kaloo jira sharciyo ku saabsan habka meydka loo gubaayo iyo habka dambaska loo duugayo. Meyd-gubista waa in meydka oo sanduuqa ku jira la geliyo foorno. Foornadu waxay meydkii iyo sanduuqaba ka dhigtaa dambas. Waxaa dambaskaas kadib lagu aasaa qabri. Dambaska waxaa lagu daadin karaa meel ka mid ah qabuuraha, oo lagu magacaabo beerta xusuusta. Haddiise la doonayo in dambaska lagu daadiyo badda, waa in ruqsad laga haystaa maamulka gobolka.

Bogga intenetka kaniisadda iswiidhishka waxaad ka heleysaa warbixino ku saabsan qabuuraha degmada aad degantahay: **www.svenskakyrkan.se**

Haddii la doonaayo in meeydka lagu aaso dibada, waxaa dibada ugu qaadi karo xafiis qabanqaabinta xabaalidda oo lacag qaadanaayo.

Sida caadiga waxeey qaadataa in uu dhaxeeyso hal ilaa laba isbuuc inta aan meeydka lagu duugin Iswiidhan. Haddii ee ehelka doonaayaan duugista waa la fulin karaa sida ugu dhaqsiyaha badan. Laakin meeydka waa in la duugaa ama la guuba ugu danbeeys bil gudaheed, sida uu dhigaayo sharciga Iswiidhan.

Iswiidhan kuma badno caadada furnaanshaha sanduuqa meeydka laakin ma jirto taasi wax hor istaagaayo haddii la doonaayo sidaas.

Dadka Iswiidhan degan canshuurta ayaa looga go'yaa khidmad loogu talagalay duugista. Khidmadaas waxeey qofka xaq u siineeysaa in munaasabada duugista loogu qabto meel, tusaale ahaan qol-kanisadeed. Waxay kale oo khidmadaas xaq u siineeysaa in sanduuqa meeydka gaadiid looga soo qaado meesha oo loo geeyo qabriga.

In ku dhow boqolkibba 83 dadka Iswiidhan ku geeriyooda waxaa munaasabad loogu sameeyaa kaniisadda. Waxaa halkaas munaasabad duco ku qabto wadaad masiixi ah. Qofka loo sameeynayo munaasabadda ducadu waa in uu ka tirsan yahay kaniisadda iswiidhishka. Xabaalidda masiixiga ah lacag la'aan ayaa loogu sameeyaa dhammaan dadka ka tirsan kaniisadda iswiidhishka. Munaasabadda xabaalidda masiixiga ah waxaa sidoo kale lagu qaban karaa kaniisadaha madaxa bannaan, kaniisadaha kaatoliga ama kaniisadaha ortodokiska ah.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Xabaalidda madanigu waa munaasabad aan diini ahayn. Sidaas darteed munaasabada xabaalidda madaniga ah, lagu ma qabto kaniisadaha. Waxaa lagu qabtaa meelo la iskugu imaado, sida goof ama kaynta dhexdeeda. Waxaa munaasabadda xabaalidda madaniga ah hoggaamiya qof luu xilsaaran.

Xeerka dhaxalka

Marka u qof dhinto, waxaa jira xeerar ku saabsan qofka dhaxlaayo lacagta iyo alaabta qofka uu ka dhintay. Taasi waxeey ku qoran tahay sharciyada iIwiidhan, waxaana lagu magacaabaa xeerka dhaxalka.

Haddii qofka dhintay ay qof isqabeen, qofka laga dhintay ayaa dhaxalka wada qaadanayo. Carruurtu waxay wax dhaxlayaan marka qofka laga dhintay uu dhinto. Qofka laga dhintay, afada ama sayga, ayaa hantida dhaxalka sidii uu doono u isticmaalaya.

Haddiise qofka dhintay uu ka tegay carruur ay qof kale isu dhaleen, carruurtaas dhaxalkooda dhaqso ayaa loo siin karaa. Haddii doonaayaan waa sugi karaan in ee dhaxalkooda qaataan ilaa inta qofka ay qofka dhintay isqabeen unu ka dhimanayo. Haddii uusan jirin qof ay qofka dhintay isqabeen, waxaa dhaxalka oo dhan qaadanaya carruurta. Haddii eeysan caruuru jirin, waxaa dhaxlaya waalidka ama walaalaha qofka dhintay.

Haddii caruur waalidkood dhinto, waa in carruurta ka yar 18 sano loo qabto qof wakiil ah oo caawiyo. Wakiilka waa qof ilaalinayo in caruurta xuquuqdood loo dhameeystiro.

Hantida iyo deynta laga dhintay

Hantida iyo deynta laga dhintay waa dhammaan lacagta iyo hantida kale oo qofka dhintay ka tegay. Ehelka dhaxalka xaq uu leh ayaa wadawadaaga hantidaas.

Hanti-aybinta, liiska hantida iyo deynta iyo dhaxalqaybinta

Haddii qofka dhintay ay qof isqabeen oo hanti ka wadadhaxeeysay, waa in marka hore waxa dhan loo kala qeeybiyaa labadooda. Taasi waxaa lagu magacaabaa hanti-qeeybinta. Marka hanti-qaybinta la dhammaystiro ayaa loo gudbaa qaybinta dhaxalka.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Masawirqaade: Colourbox

Liska hantida iyo deynta waa liis lagu qoro dhamaan waxii hanti ah iyo deeyn oo u ka dhintay qofka. Liiskas waa in la diyaariyey saddex bilood kadib marka qofku geeriyooday. Waxuu liskaas asal uu ahaana hanti-qeeybinta, oo ah qeeybinta hantida marxuumka.

Dardaaran qoraal ah

Dardaaranka qoraalka ah waa dokumenti sharci ah. Qofka qoro dardaaranka ayaa go'ansanaayo qofka dhaxlaayo iyo waxa uu dhaxli karo. Laakiin waxaa jira dad laga reebay. Tafiirta dhaxalka u hadha (qofka dhintay caruurtiisa,

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

caruurta ee sii dhaleen ama caruurtaasna caruurtooda) waxeey markasto xaq uu lee yihiin in eey dalbadaan qeeybta ee dhaxalka ku lee yihiin.

Dardaaran markii la sameeynaayo waa in la raacaa xeerar gaar ah. Waa in dardaaranku qoraal ahaadaa. Waa in laba markhaanti saxiixdaa. Sidaas darteed ayee uu fiican tahay in lala tashado sharci-yaqaan inta aan la qorin dardaaran.

Dadka isla nool ayagoo isqabin (wada noole) si toos ah iskuma dhaxlaan. Haddi laba qof oo isla nool doonayaan in eey is dhaxlaan waa in ee qoraan dardaraan.

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland

Su’aalaha wadahadalka cutubka 8

Waa maxay mecnaha ee dalka uu yeelaneeyso marka ee waayeelka ka sii kordhin badanyihiin dadka kale ee bulshada?

Maxaad uu aragtaa in ee waayeelka muhiim uu tahay si ee helaan nolol fiican?

Iswiidhan sida loogu arko waayelka, ma ku duwantahay sida dalkaada hooyo loogu arko?

Maxaad uu baahantay in aad uu qorsheeyso intaada hawlgab noqon?

Marka laga hadlo xanaanada waayelka, waa maxay farqiqa iyo waxyaalaha ee iskaga midyihiin Iswiidhan iyo dalkaada hooyo?

Marka laga hadlo munaasbada xabaadlida, waa maxay farqiqa iyo waxyaalaha ee iskaga midyihiin Iswiidhan iyo dalkaada hooyo?

© Maamulka magaalada Göteborg iyo Maamulka gobolka Galbeedka Götaland