

Wax fog ma aha inaad...Kala hadashid caruurta maandooriyaha iyo qamrada Isticmaalida keydka waalidka

Waalidka /Masuulka Qaaliga ah:

Hadaan nahay walidiinta iyo masuuliyiinta , waxaan leenahay rajooyin iyo riyoooyin iney caruurteena helaan farxad, iyo nolol wax soo saar leh. Waxaan heysanaa kudayasho weyn iyo raad reebid mustaqbalkooda waxaan kaloo rabnaa inaan ka hortagno waxkasta oo dhaawci kara. Waxaan rajeyneynaa adegan inuu caawin doono caruurtaada iney helaan fursad fiican ay ku gaaraan rajadooda iyo riyadooda.

Waxaa kaa horimanayo si joogto ah isbadalo intey koreyaan. Tan wexey nagu reebsaa dareen aad u sareysa iyo awood la'aan. Goormaan u fasaxeynaa iney naga kaaftoomaan? Goormaan wax ka qabanaa ilaalintooda?

Ma sahlana jawaabahooda, laakin hadii aan heysano keyd aan isticmaalno si aan u hogaamino, aqoon ayey kaheliyaan taas oo aan ku qabno kalsooni,waan ka hortagi karnaa xaaladahaas anagoo gacmaha isheysano dhibaato kasta..

Howshaan kaligaa kuma tihid. Keydka waalidka waxaa ku jira hayado lambarooda oo ku caawinkaro, macluumaad ku saabsan qamrada iyo daroogada, naseexooyin sida aad ula hadleysid caruurta waxa ku saabsan qamrada iyo daroogada, qiso rajo gelin , guudahaan, dhiira gelin keenaya isbadal nolosha ilmaha.

Keydka waalidka waxaa ku jira:

1. Waraaq waalidka ku socota
2. Qiso shaqsi oo rajo gelin ah
3. Tixraac ku tuseysa ashyaada dhaqanka iyo aqlaaqda doorinaaya ee magaalada Edmonton
4. Daroogo kala duduwan
5. Sida wanaagsan ee loodaryeelo aqlaaqda iyo dhaqan
6. Xashiish maka baxaa aqal kuu dhow?
7. Sidee ula hadlaa dhalinyarada wexey tahay daroogada? (Alberta Health Services - AADAC) **(Ingiriis kaliya)**
8. Sideen u caawiyaa iney ka soo laabtaan dibaatooyinkooda (Family Centre) **(Ingiriis kaliya)**
9. 40 siyaabood oo ay u koraan dhalinyarada (Search Institute) **(Ingiriis kaliya)**
10. Sida ay jaaliyada u xaliso dhibaatooyinka burcada **(Ingiriis kaliya)**

Adiga iyo qoyskaaga dad qiimo leh ayaad ka tihin Edmonton. Dadka iscaawiya ayaa ka dhigeysa Edmonton meel fiican oo lagu noolaado. Gaarsii... caawinaada wicid taleefoon ayaa kaa xiga.

- Inaad la hadashid arin la xiriira cunugaaga ama aad codsatid macluumaad wac: Ururka caawinaada 2-1-1
- Hadaad dooneysid qof la hadashid arin la xiriirta daroogada ama qamrada wac: Qidmada caafimaadka ee Alberta toll free 1-866-332-2322 (markeedii hore la oran jirey AADAC Qadka caawinaada)
- Hadaad dooneysid inaad la hadashid wax la xiriira caafimaadka wac: QADKA caafimaadka 780-408-5465 (QADKA) 1-866-408-5465 (QADKA)*Talo taleefoon waa diyaar 24 malintii , 7 maalmood todobaad kii.*

Daacadnimo,

Horumarinta Bulshada Ururka shaqaalaha
Amniga Edmonton

Qiso shaqsi oo dhiiro gelin ah

Waxaan ahay hooyo dhalin yer oo jecel iney idinla qeybsato qisadeeda sidaan u dhax geley qamrada iyo daroogada anigoo yer oo hadana aan ka soo laabtey caadeysigaas.

Caruurnimadeyda, reerkeyga wey i jeclaayeen. Isbadal baa dhacay waa la i fara xumeeyey. Dhacdada hore waxey aheyd anoo 4 jir ah naag i ilaalin jirtey tan labaad markaan jirey 8 sano walaalkey saaxiibkii. Anigoo raadinaya daryeelid, waxaan raacey “koox xun”. Markey waalidkeyga ka warheleen faraxumeyntaas wey caroodeen. Una maleyn mayo iney garanayeen sey wax uga qaban lahaayeen arintaas. Waxaa jirey xiisado iyo dagaal jooqta ah reerkeena. Markaan jirey 12, walaalkey ayaa i barey sigaar iyo qamro. Sanadka 13 naad , waxaan bilaabey “daroogo” (xashiish). Waxaa i jiitey “dadka dhunsan” wax fiican ayaan dareemey. isla sanadkii waxaa laydejiyey guri kooxeed xaalada qoyskeyga dartiis. Waxaan wadey cabitaanka “daroogada” (xashiishka). Anoo marba meel aan tagaayo.



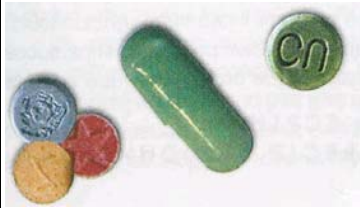




Intaan dhalinyarada ahaa, waxaa la i geeyey EYOC (Edmonton Youth Offenders Centre) in todobaadyo. Markaan jirey 18, waxaan la kulmey qof, oo aan la degey asaga iyo hooyadii, uur ayaan qaadey wiil ayaan dhaley. Sanad kadib xiriirkii wuu dhamaadey markaan isticmaaley daroogada kokeenka. Wax yer kadib waxaan bartey sida loo sameeyo daroogada karaaga iyo kokeenka, si daran ayaan ugu xirmey. Cadeysiga daroogada oo ila gaartey labo sano. Inaan isku dayo joojinteeda, waxaan u guurey magaalo kale oo aan la kulmey qof kale oo sameeya daroogada kiristal mit. Sadex jeer ka dib waan la qabsadey. Wiilkeyga waxaan siiyey ayeeyadiisa oon lumiyey wax walba. Waxaan bilaabey macaamiil ganacsi ah oo la xiriirta daroogada iyo isticmaalkeeda si jooqta ah. Ugudanbeyntii waxaan noqdey qof isku dura cirbadaha daroogada kuwa ugu qatarsan, Waxaan ku sigtey dimasho ama inaan xasuusteyda lunto.

Xabsigii iigu danbeeyey, waxaan seegey wiilkeyga taasoo igu noqotey qalbijeb aragiisa oon waayey. Waan fahmey inaan daroogada si xun u dhaxgeley, been,qish xadid, inaan gato daroogada deen daroogeed, isticmaalidiisa iyo dhaawackasto oo aan nolosheyda u geystey. Daroogada wey ku dili laakin anigu nolol ayaan doonayey. Waxaan Ilaah weydiistey inuu i caawiyo. Walidiinteyda ima ay siinin damaan waxaan baryey hooyadey oo aan u balanqaadey inaan badali doono nolosheyda. Walidiinteyda wexey go’aan sadeen iney iga damaana qaadaan kadibna wexey i geeyeen gurigooda. Hooyadey wexey ii sheegtey iney ii baryeysey Ilaahey intaan ku jirey daroogada. Inaan nolol cusub bilaabo waxaan heystey hal jog oo dhar ah.





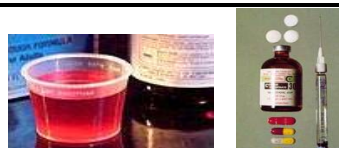
Ugu horeyntii waxaan jarey xiriirkii dadka ku howlan daroogada. Kadibna waxaan si dhab ah u dhageystey dadka raba iney i caawiyaan, sida lataliyaasha, waalidkeyga, boliiska, iyo qofkasto oo muhiimad i siiya. Waxaan bilaabey inaan caawiyo kooxda la shaqeysa dharinyara sharciga talaabey. Tani wexey ii aheyd ka bogsasho iyo fahan dhibaatooyinka ay dhalinyarada la kulmaan. Waxaan soo noqsadey wiilkeyga. Haatan waan shaqeeyaa, waana ka gudbey dhacdadii . Waan guursadey wiilkale ayaa dhaley.



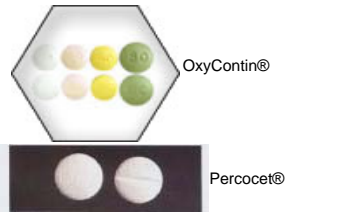

















Hada madaama hooya ahay, waxaan fahan sanahay wixii aan sameyn lahaa hadey caruurteyda jidka ka baxaan. Waxa ugu weyn in kalsoonidooda la dhiso. Haduu cunuga kalsooni qabo dad xun iyo daroogoba maraacayo. Hadaan nahay walidiin waxaa muhiim ah in aan xiriir la yeelano caruurteena. Xuduud wanaagsan inaan lahaano waajibkeenana aan ka soo baxno Maalin walba waxaan ku dadaalaa in aan la sheekeysto oo aan ogaado nolol maalmeedkooda. Fikradooda iyo dareenkooda aad buu muhiim noogu yahay aniga iyo abahooda. Abohooa waa nin aad u wanaagsan naxariis iyo samir badan. Labadeenaba waan jecelnahay caruurteena aqal ayaan degan nahay, gaari ayaan leenahay nolosheena waan ku raaxeysanaa Nolesheyda aad bey ugu duwan tahay tii hore. Daroogo nolosheeda waan ka saarey.

Marwalba rajo ayaa jirta. Inaan halgamo, Ilaah inaan amino, waalidkega iyo dadka i caawinaayo inaan dhageysto. Rajadeyda waa in ay caruurteyda ku jiraan nolo firfircoon, oo caafimaad iyo kalsooni leh, nolol aan leheyn daroogo iyo qamro marwalbana ay ii iman karaan hadey dhibaatooyin la kulmaan. Waalidkeyga wey i caawiyeen waxaana aaminsanahay waalidkasto inuu u yahay ubadkiisa tusaalo iyo kudayasho mustaqbalkooda.

WAXYAALAHA SAWIRKODA	MAGACA DOROOGADA	GUUDAHAN AMA MAGACA WADADA	XIR XIRIDIISA	NATIJADA	CALAMADA CUDURKA LAGU GARTO	QATARTA IYO DHIBAATADA DABADHEER
WALXAHA LA ILAALIYO (GUUDAHAN LOO YAQAANO DAROOGADHA JITKA) WAA SHARCIDARO KANADA "OO KU XUSAN DAROOGADA LA KONTOROLOO"						
	KANABIIS -MERAWAANA -WIID OOYL - XASHIISH - XAASH OOYL	Bot Garaas Wiid Herb Riifer Hash Kush	 Boodsara Dahabka Bacda Sanguwajka Qasacyada	Deganaan Carar Farxat wareer Qaboojin Wareer	Doonitaan cunto Ur ba'an watno garaac lloow badan Iftiinka nicid Dhidhacid Indhaha oo gaduuta	Walwal Walbahaar Dhaawac beerka/sanbabka Halis kansareed Xasaasi lloow Difaac hooseeyo
	EKSTASII (MDMA)	Adam li Ekis XTC Laf darag Essens Goo	Boorsada Dahabka Kaniini guriga lagu sameeyey oo ka duwan kan daawada	Dareen sare Farxat Fiigsanaan Xasaasi iftiinka, taabashada, urka Quwad	Garaacid watnaha aragtidliisa oo qasan Isku xoqid gooska Lallabo Dhiig kar Wareer daran Hurdo la'aan Jareen Qarqaryo Matag	Walwal Dhaawac maskaxda Gariir Murugo Awood la aan Kilyaha oo istaaga Watnaha oo istaaga Argagax Shaki Dhimasho
BOORBARO MET IN FOYL →  MET BACEYSAN ← 	METAMBETAMINIS KIRISTAL MET **KA FOGOW IN AAD KU DHOWAATID, DAROOGADA METH HADAAD TAABATID MAQAARKUU GELEYAA **	Karank Kiristal Dab Dhalo Baraf Met Isbiid Tawiik Jib	Boorsada Dahabka (1gram xitaa waa loo gedi karaa)	Yeraan baahida hurdad Farxat Fiigsanaan Koror kalsooni Tabar badan Caatoobid	Isku buuq/Xananaaq Barar indhaha Koror dhiig kar Isgaraacid gooska Xasilooni la'aan Hurdo la'aan Gaajo la'aan Daandaansi Jareen	Walwal isku dhexyaac Dhalanteed / Qayaali Hurid watnaha Daan daan sasho dagaal doonid Halis ama sahal qabatiinka daroogo Ku fakar iyo dhareen inuu is dilo Jirka oo kulaada ama qandho Qasad la'aan waji leeleexid Miir sumeyсан
	KOKEEN KARAK KOKEEN (BADALID KIIMIKADA KOKEENKA)	Boloow Kook Rokis Firiibeas Isnoow Karak Fuud	In yer oo wareegsan (bacda saanguwejka geeskiisa) 8 warwareeg (3.5 g = 7 warwaeeq)	Farxad,Xoog iyo tabar dheeraad ah Dareen feejignaan maskax Xuroobid xanuun Degdegsi badan Doonitaan isutag (wasmoo)	Barar indhaha Neef tuur Afka oo qalala Jirka oo kululaada Dhiigkar Wadno garaaca oo kordha Gaajo la'aan Doonitaan mashquul Hadal badan San cabur	Qalal maskaxeed Jahwareer Murugo (niyad jeb) Duufka oo ka dhamaada Dareed bahal maqaarkaaga Hurdo la'aan Daan daan sasho dagaal doonid Madax xanuun Wadnaha oo istaaga iyo dhiig maskaxda Dhimasho
 GHB KA WAA DAREERE KALAR IYO UR LA'AAN AH, KAAS OO U TAAGAN DEJINTA NEERFAHA .	GHB (GAMMA HAYDAROKSI BATERAYT)	Jeeri Met lisi Ley Eferkiliyer Fantasi Guub Jorjiya Hoom Boy Giriffiyas Bodhilli Harm Jib Likuwid Ekstasi Soob	Boorsada Dahabka Qaruurad dhuuban	Jir dhis Sarqaan Istareex Bulsho	Lulmo Curyaamid dhaqdhaqaaqa Danab qaadayaasha qaldan Dhagool Curyaamid aragtidaada Awood la'aan Hoos u dhac garaaca wadnaha Miisaankaaga oo yaraada Neefsasho yer	Miir beel "koma" Naag xoogid Ku xirnaan daroogo Dhib neefsasho (qamro hadaad kula cabtid) Farxad lumid Lalabo (qamro hadaad la cabtid Daroogo badan inaad qaadatid Qalal Dhimasho

WAXYAALAHA SAWIRKODA	MAGACA DOROOGADA	GUUDAHAAN AMA MAGACA WADADA	XIR XIRIDIISA	NATIJADA	CALAMADA CUDURKA LAGU GARTO	QATARTA IYO DHIBAATADA DABADHEER
 <p>KETAMINE WAA DAROOGO DHAAWACA NEERFAHA LANA XIRIIRA PHENCYCLIDINE (PCP).</p>	KITAMIN	Balak Hool Kat Faliyam Kay Kit Kat Isbeshal Kay Subar Sii Fitamiin Kay	Boorsada Dahabka Warqad alumiyyam Duubid Qaruurad dhuuban	Xaalad dareen feejignaan Riyoonaaya Wareer daran Mirqaansan Dareen la'aan	Isku darsan Maskaxda iyo jirka oon isla socon Hadal go go Dhiigkar badan Dhadhan qaldan	Husuus lumid Isku dhax yaac Niyad jab Kor jirid dhiig karka Curyaannimo dhaqhaqaaqa Dhibaato sanbabada Dhib neefsasho Dhimasho
	BSILOSAYBIN	Maagig Mashruum Sharuums Kabis	Boorsada Dahabka	Xaalad dareen feejignaan Gudaha Wareer daran Dareen daro	Si sax wax u sheegid la'aan Is hanad la'aan Wareer / Cabsi Hurdo la'aan Mirqaan	Wax cadeyn ma laha Psilocybin leeyahay dhaawac jirka ama maskaxda ku xiran. wareer dhici kara ilaa iyo afar maalmood
 <p><i>Caleenta Khaatka</i> ↑ <i>Asoo Yer</i> ↑</p> 	KHAT (KATA EDULIS)	Abisiniyan Tii Afrikan Salad Jat Kat Khat Oot Miraa (In Kenya) Qat (In Yaman) Tasjat (In Itobiya)	Xirmo oo lugu duubey caleenta mooska	Dareer sare oo mudnaan ah Xornimo Kalsooni sareysa Saaxiib jecel, isla wanaagsanaan doonaya galmo badan kacsi Gaajo la'aan	Indho barar Daal Xanaaq badan Wareer	Dhadhan la'aan gaajo la'aan gaastariig Hurdo la'aan Waalii qaad Dabeecad fudfudud Isdil ama dhimasha doonid
	ANABOLIK ISTEYROYDIS	Anfar Deka - Durabolin Saykalomen Halotestin Oksandrin Winstarol Sintetik Testosteron Metiil-Testosteron	Farmashiyaha sidey wax u xir xiraan M-1-T oo laga helaa Badalkiisa	Hoolkar Murqo waaweyn Murqo xoog badan Kasoo kabsasho dhaqso ah tawabar isboortis ama jimicsi	Arag badal garabka, dhabarka gacmaha iyo wajiga Murqo xanuun Muruga Naasaha oo weynaada Yeraan minada / shahwada Lumid ragnimadiisa	Dhibaato kilyaha / beerka Qatar ku sugan wadnihiiisa Dib u dhac korida lafaha Hur carjowda Murqo go'id San dhiigo Noocyo kala duwan oo kansar ah
 <p>HEROWIINKA WUXUU KA YIMID MORFINKA, KAASOO KA YIMID ASAGANA OPIUMKA QEYRIINKA AH OO LAGA SOO GURO ASIYA GEEDKA LA YIRAAHDO POPPY FIYOORIIHISA</p>	HEROWIN	Jina Jifa Doob Hoors Jank Ismak Tar Barawn Ej	Miro (14 gram miro ilaa gram)	Iskareebid xanuun Butaacid farxad Dareen kulul	Indhaha oo yaraada Hoos u dhac garaaca wadnaha Luulmo Afqalal /gaajo la'aan Is xoqid jirka Calaamado cirbadeed Neefsasho hooseysa Miir beel Matag	Dabcid xididka dhiiga suuxdin (koma) Cudurka beerka Lafo xanuun Jiro beerka /kilyaha Qatar isku filnaan daro Tabar daro Murqo dabacsan Dhimasho

WAXYAALAH SAWIRKODDA	MAGACA DOROOGADA	GUUDAHAN AMA MAGACA WADADA	XIR XIRIDIISA	NATIJADA	CALAMADA CUDURKA LAGU GARTO	QATARTA IYO DHIBAATADA DABADHEER
 <p>LSD GA CAADI AHAAN WAXAA LOO GEDAA WAAAAQO WAX XIJIYAMA KANIINI AHAAN</p>	<p>LSD</p> <p>(LISERJIK AYSID DITILAMID)</p>	<p>Aysid</p> <p>Boloter</p> <p>Sid</p> <p>Doses</p> <p>Ei</p> <p>Maykarodotis</p> <p>Tabis</p> <p>Tiribis</p> <p>Window Ban</p>	<p>Warqad wax xajiso</p> <p>Budo</p> <p>Kaniini</p>	<p>Xaalad isbadal</p> <p>feejignaan</p> <p>Wareer daran</p> <p>Gudaha</p> <p>Sareen dareen fahan</p>	<p>Koror garaacid wadnaha</p> <p>Xumad saro kacdey</p> <p>Is hanad la'aan / Jahwareer</p> <p>Wareer daran</p> <p>Dhiig kar</p> <p>Wax isku xirid la'aan</p> <p>Hurdo kaa qaldan</p> <p>Rabsho badan</p> <p>Matag</p>	<p>Shaki</p> <p>suuxdin (koma)</p> <p>Gariir</p> <p>Murugo</p> <p>Hoolgab wadnaha</p> <p>Dib u milicsi / Xasuus</p> <p>Cod /Hadal go go'an</p> <p>Hoolgab sanbakka</p> <p>Maan habaab</p>
MASKAXDOORIYAH SHARCI AH GEDASHADIISA ILAALINTIISA WEXEY KU XUSAN TAHAY(XEERKA DAAWADA IYO WALXAHA KALE)						
	<p>SALFIYA DIFINORAM</p>	<p>Mariya Bastora</p> <p>Salfiya</p> <p>Sallii - Dii</p>	<p>Soo dhuuqid</p> <p>Caleen qoyan / qaley</p> <p>Geed jarid</p> <p>Miro</p> <p>geedihii oo dhan</p>	<p>Niyad dhisid</p> <p>Degenaan</p>	<p>Jahwareer</p> <p>Isxukumid la'aan</p> <p>Dareen sare oo midabeysan</p> <p>Qosol lama filaan ah</p> <p>aragtiidiisa oo qasan</p>	<p>Miirbeel</p> <p>Xusuus la'aan</p> <p>Kontorool la'aan</p> <p>Dawaqaad</p> <p>Dareen la'an</p>
KIIMKADA LAGU ISTICMAALO GURA IYO WARSHADA WEXEY ISLA WADAAGAAN UR DHAAWACA MASKAXDA (CISTICMAALA 8-18 JIR)						
	<p>INHALANTIS</p> <p>FOLATAYEL</p> <p>SOLFENTIS</p>	<p>Adesif Isbaree</p> <p>Eerbaleen guluu</p> <p>Kiliinin fuluwid/isbaree</p> <p>Kukingis Isbaree</p> <p>Korekshan isbaree</p> <p>Dodorant</p> <p>Dast of</p> <p>Fereyon</p> <p>Heer isbaree</p> <p>Gasoliin</p> <p>Neel Bolish / rimuufar</p> <p>Beenti tinar / rimuufar</p>	<p>Warshada</p> <p>Xir xiriideeda</p>	<p>Farxad joogta ah</p> <p>Dhaawaca wuxuula mid yahay kan qamrada oo kale</p>	<p>Dhalanteed</p> <p>Barar indhaha</p> <p>Kala saarid la'aan</p> <p>Isbadal degdegsiimo ah</p> <p>Dabeecad saqraan</p> <p>Curyaamid aragtida</p> <p>Madaxa oo fududaada</p> <p>Kontorool la'aan xibna jirka</p> <p>Lalabo / Dawaqsanaan</p> <p>Xunqaaco / Matag</p>	<p>Cabur / Naqas xiran</p> <p>Dhaawac maskaxeed</p> <p>Suuxid (Koma)</p> <p>Isku dhex yaac</p> <p>Madax xanuun</p> <p>wadnaha istaaga</p> <p>Dhaawac beerka / kilida /sambakka</p> <p>San dhiig</p> <p>Ur dareen la'aan</p> <p>Cabur</p> <p>Dabeecad waalan</p> <p>Dhimasho</p>
	<p>INHALANTIS</p> <p>NITOROOS OKSID</p>	<p>Lafing gas</p> <p>Arosol wibed kireem</p> <p>Kalab / Barti balluunis</p>	<p>Warshada</p> <p>Xir xiriideeda</p>	<p>Farxad joogta ah</p> <p>Sumeyn</p> <p>Xanuun qaade</p> <p>Maskaxda oo faraxsan</p>	<p>Isku darsanaan</p> <p>Dabeecad saqraan</p> <p>Qosol gariir</p> <p>Wareer daran</p> <p>Curyaamid aragtida</p> <p>Kontorool la'aan xibna jirka</p> <p>Lalabo / Dawaqsanaan</p> <p>Xunqaaco / Matag</p>	<p>Dhaawac maskaxeed</p> <p>wadnaha istaaga</p> <p>Laf oo soo taagmata</p> <p>Dhaawac beerka</p> <p>Kontorool la'aan murqaha</p> <p>Waxba aadan kala garaneyn</p> <p>Cabur</p> <p>Dhimasho</p>
DAAWADA DHAQTARKA QORA IYO KUWA LA GETO OO LOO ISTICMAALO SI QALAD AH WAA QATAR CAAFIMAAD						
	<p>KODIIN</p>	<p>Been bilis</p> <p>T3</p> <p>T4</p>	<p>Farmashiyaha</p> <p>Xir xiriideeda</p> <p>sharoobo</p> <p>Kaabsolo</p> <p>Kaniini</p>	<p>Farxad joogta ah</p> <p>D</p>	<p>Tabar daro</p> <p>Indhaha oo isku dheg dhega</p> <p>Hoos u dhac wadnaha</p> <p>Lulmo</p> <p>Fakar la'aan</p> <p>Neefsashadiisa oo yaraata</p>	<p>Saxaro la'aan</p> <p>Qatar kutiirsanaan/caadeysi daroogo</p> <p>Dawaqsanaan</p> <p>Fudeed madaxa</p> <p>Lalabo /Dawaq</p> <p>Daawo ka baddsi</p>

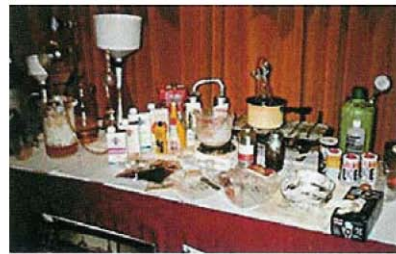
WAXYAALAHA SAWIRKOODA	MAGACA DOROOGADA	GUUDAHAAN AMA MAGACA WADADA	XIR XIRIDIISA	NATIJADA	CALAMADA CUDURKA LAGU GARTO	QATARTA IYO DHIBAATADA DABADHEER															
	MORFIIN	Dirimar M Morf MS kontin Bililaris Wayt istaf	Qaruurad yer Cirbada lisku duro Sida kaniiniga	Farxad joogta ah Xanuun qaade Dareen sabeen	Indhaha oo isku dheg dhega Hoos u dhac wadnaha Lulmo Afka oo qalala Fakar la'aan Feejignaan la'aan Neefsashadiisa oo yaraata	Saxaro la'aan Qatar kutiirsanaan/caadeysi daroogo Cunto rabid la'aan Baabi'id maskaxda Itaal daro murqaha Daawo ka badsii / Dhimasho ku sugan Dhibaato dhalid la'aan															
	DEKISTOROM TORFAN	DXM DM Tussin Roboing Tiribal siis Dekis	Diyaarisey warshada daawooyinka Sida sharoobada Kaabsoolka Kaniiniga	Niyad la sareysiyo Farxad joogta ah Qosol gariir Inaad riyooneysid oo kale	Cabsi Baqdiin Maskaxda iyo jirka oo isku xirneyn Matag /xunqaac Dawaqsanaan Cun cun	Dhaawac jirka oo joogta ah Murugo Gooni goosad Ku tiirsanaan / Caadeysiga daroogada Daawo ka badsii Dhimasho															
	OKSIKODON	Hilbiili herowin Kiker OC Ox Oksikontin Berkoset Bersis	Diyaarisey warshada daawooyinka Sida kaniiniga	Farxad joogta ah Xanuun qaade Dareen sabeen	Indhaha oo isku dheg dhega Hoos u dhac wadnaha Lulmo Afka oo qalala Fakar la'aan Feejignaan la'aan Neefsashadiisa oo yaraata	Saxaro la'aan Gariir / Qalal Dhaawac ilmaha ilmaha uurka ku jira Qatar kutiirsanaan/caadeysi daroogo Hoos u dhac maskaxeed Itaal daro murqaha Daawo ka badsii															
QAMRADA IYO SIGAARKA WAXAA LOO QADARIYAA WALXO MAANDORIYE AH GADIDIISANA WUU SHARCIYEYSAN YAHAY WAANA LA ILAALIY																					
 XUSUSNOW SHARABKAAN OO DHEN WAXAA KU JIRA AALKOLO IS LA EG. 13.5 GRAMS OO AALKOLO HALKII KOOB. <table border="1" data-bbox="157 941 525 1063"> <tr> <td>Birka 5%</td> <td>Shambeeka 12%</td> <td>Taybal Wayn 12%</td> <td>Aberut Wayn 20%</td> <td>Haard Likar 40%</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>341 mL (12 oz.)</td> <td>142 mL (5 oz.)</td> <td>142 mL (5 oz.)</td> <td>85 mL (3 oz.)</td> <td>43 mL (1.5 oz.)</td> </tr> </table>	Birka 5%	Shambeeka 12%	Taybal Wayn 12%	Aberut Wayn 20%	Haard Likar 40%						341 mL (12 oz.)	142 mL (5 oz.)	142 mL (5 oz.)	85 mL (3 oz.)	43 mL (1.5 oz.)	ALKOHOL	Biir Buus Haard likar Juus Soon Isbiiritis Wayn	Warshada Xir xirideeda	Curyaannimo xusuustaada Saqraansan Xishood la'aan Dabacsan / Istareex dareen xanuun qaade Bulsho	Dagaal badan Aragti qasan Muuqaal gedisan / Rogan Ka bad badin / Qiiryo caadi aheyn Curyaannimo isku xirid Curyaannimo isku xirid Kontorool la'aan xibna jirka Miisaankaga oo yeraada Shig shig / hadal go'go ah	Miirbeel Cudurka kansarka Neebayaasha jirka oo dhaawacma Dhaawac beerka Kutiirsanaan / Caadeysi Dhaawac wadnaha Xusuus daro Gaajo xumo Gaastariig Yeraan awooda kacsiga Fitamiinka oo ku yaraada Dhimasho
Birka 5%	Shambeeka 12%	Taybal Wayn 12%	Aberut Wayn 20%	Haard Likar 40%																	
																					
341 mL (12 oz.)	142 mL (5 oz.)	142 mL (5 oz.)	85 mL (3 oz.)	43 mL (1.5 oz.)																	
	NIKOTIIN	Sigaretis Sigaris Bayb Tobako Ismookis Isnaf	Warshada Xir xirideeda	Deganaan Bulsho Dhiro gelin Miisaankiisa oo yaraada	Qufac Dhiig kar Koror garaacida wadnaha Gaajo yeri	Cudurka kansarka Xabad xauun Neef tuur Boronkiito xun Ku tiirsanaan / Caadeysiga Sambabada oo xiiqa Sambabada oo cudur ku dhaca Maskaxda oo dhiig ku furma															

TIXRAAC: EDEEGID BOOLIISKA EDMONTON QEYBTA DAROOGADA
 CAAFIMAADKA KANADA- XEELKA DAROOGADA KANADA WEBSAYDKOODA: http://www.hc-sc.gc.ca/ahc-asc/activit/strateg/drugs-drogues/index_e.html
 DAROOGADA OGOW XAQIYADA GOOY QATARTA, SOOSAARE: COMITE PERMANENT DE LUTTE A LA TOXICOMANIE (2004)
 AADAC (ALBERTA ALCOHOL AND DRUG ABUSE COMMISSION) & WEBSITE: www.aadac.com
 QAAMUUSKA DAROOGADA DIYAARIYE: Cathy A. Backewich - Edmonton Police Service Volunteer Email: cbackewich@coleskids.org F LA SOOSAAREY FEBRAAYO 2009

Qalabada Daroogada

Qalabka daroogada waa qalab kasto oo loo isticmaalo soosaarida, diyaarinta, qarinta iyo isticmaalida daroogada sharci darada ah. Wey ku adag tahay walidiinta fahanka ama kalasaarida qalabka daroogada

Kuwa suuqa geeya daroogada wexey ku xiran yihiin ganacsato gaar u ah oo soo saara ama diyaariya daroogooyinka sharci darada ah kuna qeybiya qiimaha wadada. Sheyga loo isticmaalo diyaarinta daroogada waa oo ay san ku ekeyn: miisaan, qaruurad, bac yer, bacda wax lagu duubo, iyo aluminyamka..



Waxyaabaha inta badan laga gedo dhalinyarada ee loo isticmaalo daroogada. Wexey u naqshadeysan yihiin kalar soo jiidasho leh loona maleyn karo ineysan waxba kuu geysaneynin. Waxyaabaha kalena waxaa ka mid ah cirbada, nalka, qalinka, qaadada, sigaar shide, intan waa in ka mid ah.



Alaabaha guriga ayaa inta badan loo isticmaalaa qarinta daroogada. Alaabtaas waxaa ka mid ah oo aysan ku ekeyn sel foonka, bejerka, CD. Khalinka kalarka qalabka isqurxinta, qasaca; Iyo wax walba , la duleelinkaro ama la furi karo in loo isticmaalo dadka isticmaala daroogada .



Xamuurada waa lagu qariyaa



Bagerka gudihiisa



Qalinkana sidoo kale



Qisaca cabitaanka dabadiisa

Iska eeg oo baro saad ku kala sooci lahayd qalabka daroogada

Habka Daryeelida Walxaha Maandooriyaha Daroogo – Qamro – Sigaar

Dadka waaweyn wexey qeyb weyn ka cayaaraan nolosha caruurta. Waalid, masuul iyo daryeel waxaad tihiin kuwo lagu deydo oo heysta xoog weyn , ku reebida iyo saameynta dabecada cuniga xaga daroogada.

Maxaad ka qaban kartaa?

Cilmi u lohow waxyaalaha ilmahaaga qatarta u ah: walxaha sey u eg yihiin, maxaa loo yaqaanaa, mexey yihiin calaamadaha jirka lagu garto, iyo waxaad sameyn laheyd hadaad aqalka ku aragtid.

Daawada dhaqtarka qora, qamrada, iyo sigaarka ku ilaali meel ilmaha aan gaari karin. La soco walxahaas iney maqnaadaan ogaansho la'aantaada.

Hadaad heshid Daroogada jidka iska jir qabashadiisa: walxahaas ama daroogooyinka kale Isticmaal caaga gacmaha la geshto si aad uga badbaadid, hadey noqotana inaad qaadid iska jir taabashadiisa iyo u dhaweynta wajiga. Sida ugu wanaagsan ee loo tuuro fadlan la xiriir booliska kuu dhow si aad u heshid talo iyo caawinaad. Hadaad dooneysid inaad keentid xarunta booliska, fadlan horta la socodsii..

- | | | |
|--------------------------------|-------------------------|--------------|
| ○ Saldhiga Bartamaha Magaalada | 9620-103A Avenue | 780-421-2200 |
| ○ Saldhiga Koonfur-Bari | 104 Youville Drive East | 780-426-8200 |
| ○ Saldhiga Koonfur-Galbeed | 9710-51 Avenue | 780-426-8300 |
| ○ Saldhiga Galbeed | 16505-100 Avenue | 780-426-8000 |
| ○ Saldhiga Woqooyi | 14203-50 Street | 780-426-8100 |

Xashiishka Meelaha Lagu Koriyo

Hadii aad tuhuntid in dariskaaga lugu koriyo daroogo . . . RAAD RAAC IYO DABAGEL HASAMEYIN KALIGAA . La xiriir Edmonton Boliis ama Denbi Joojiyayaasha 1-800-222-8477.

Sheybaarka Daroogada Meth

Hadii aad la kulmatid ama aad tuhintid Sheybaar Daroogo . . . KA TAG! KA FOGOW HALKAAS iyo la xiriir Edmonton Boliis Qatka Cabashada 780-423-4567. Edmonton dibadeedana la xiriir Danbi joojiyayaasha 1-800-222-8477.

Sheybaarka Maandooriyaha aad buu halis u yahay. Kiimikada sheybaarka waa wax tifaya ama hureya.Uumiga ka yimaada falgelka kiimikada ayaa dhaawaca unuga dahsan, jirka, indhaha iyo dhiska neefsashada la xiriira.. Qeyb kiimiko ah wexey la falgalaan biyaha ama kiimiko kale oo keeni dab ama qarax.

Qofkii aan u leheyn qibrad u gaar ah ama aan heysanin wax difaac ah haka fogaado 500 feet beesha tuhunka shaybaarka maandooriyaha .

Waad KARTAA inaad sameysid isbadal !

Maka baxaa xashiishka aqal kuu dhow?

Guryaha xashiishka waa kuwa lagu beero xashiishka. Danbiilayaasha waxay u gadaan maandooriyahaas lacag ama daroogo kale. Siyaabo badan ayaad uga hortagi kartaa guryaha xashiishka.

1. Aqoon u lahow dariskaaga.
2. Aqri warbixinta: Xashiishka *Beeridiisas: Waa koror halis ah.*
3. Ka eeg websitekan macluumaad ku saabsan guryaha xashiishka: www.edmonton.ca/safedmonton
4. Fiiro gaar ah u yeelo aqal ka duwan aqalada xaafadaada:
 - Saqafka dushiisa oo aan baraf lahayn.
 - Biyo wasaq ah.
 - Biyo ururey.
 - Daaqado daboolan.
 - Nalal aad u ifaayo oo shidan marwalbo.
 - Uun dalool ka baxaayo marwalbo.
 - Ur adag oo duwan.
 - Qashin la'an.
 - Rashiin la'an.
 - Kormeer abuureed "kuwa ku shaqo leh."
5. U yeer Danbi joojiyayaasha (1-800-222-8477) suu boliiska u eego. In aad is sheegtid looma baahna.
6. Hadaad tahay kan aqalka leh, ogow tixraaciisa qofka aad ka ijaareysid.
7. La soco qofka dariskaaga soo dega.

Sida aqalada xashiishka ay kuu dhaawici karaan

Aqalada xashiishka wey dhaawacaan dariska si lama filaan ah sida:

- In uu dab ka koco
- In koronto is taabato
- In rabshado iyo dagaalo ka dhacaan

Abuurida xashiishka wexey kaloo keentaa:

- Qiima korontada oo qof walba ku qaliyoowdo.
- Isbadal ku dhoco qiimaha guriga.
- Qaac iyo sun qurmey.
- Aqaladaas waxey u baahanaanayaan dib u habeyn culus.