



Caafimaadka Midaysan ee Carruurta Reer- Guuraaga ah ee Soomaaliya

Hagaha Baraha

Qoraayada: Yusuf Abdi Hared, Farah I. Mumin,
Mohamed S.A, Iyo Ali, T. A & Tawakal Abdi Ali

June, 2026

Qoraayada: Yusuf Abdi Hared^{1,2}, Farah I. Mumin^{4,5,6}, Shafii Abdullahi Mohamed³ & Tawakal Abdi Ali¹

¹Amoud University

²Dalarna University

³Somali National University

⁴University of Liverpool

⁵International Livestock Research Institute

⁶Red Sea University

Tixraac: Hared, Y. A., Mumin, F.I., Mohamed S.A., Iyo Ali, Tawakal, A. A. 2026. Caafimaadka Midaysan ee Carruurta Reer-Guuraaga ah ee Soomaaliya - Hagaha Baraha (Nooca Soomaaliga). International Livestock Research Institute. Nairobi, Kenya.

Sawirka jilidda: Cudur ka dillaacay bulshada gudaheeda. Sawirka waxa soo saaray AI (curinta sawirka).

Dhammaan sawirrada ku jira hagahan waxa soo saaray AI (curinta sawirrada).

Xuquuqda Daabacaadda: © 2026. ILRI. Daabacaaddan waxa lagu shaqayn karaa shati Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0). Si aad u aragto shatigan, booqo <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>.

Mahadnaq

Hagahan loogu talagalay Caafimaadka Midaysan ee dugsiyada hoose waxa maalgeliyay COHESA, waxana fuliyay Jaamacadda Amoud iyo Jaamacadaha Qaranka Soomaaliyeed. COHESA (Capacitating One Health in Eastern and Southern Africa) FED/2021/428-198 waxa lala maalgeliyay Barnaamijka Cilmi-baarista iyo Hal-abuurka OACPS, oo uu fuliyo Ururka Dawladaha Afrika, Caribbean iyo Baasifigga (OACPS), iyada oo lagu taageeray maalgelin ka timid Midowga Yurub.

Mashruucan waxa fuliyo kooxo isku-dhafan oo ay hoggaaminayaan International Livestock Research Institute (ILRI), Xarunta Cilmi-baarista Beeraha ee Faransiiska ee Horumarinta Caalamiga ah (CIRAD), iyo Adeegga Caalamiga ah ee Helitaanka Tiknoolajiyada Beeraha-Bayoolaji (ISAAA AfriCentre).

Si la mid ah, waxaan aad ugu mahadcelinaynaa Wasaaradaha Waxbarashada ee Soomaaliya iyo Somaliland taageeradooda, hagidooda, iyo iskaashigooda intii lagu jiray horumarinta, ansixinta, iyo hirgalinta hawshan.

Tusmada Buugga

| | | |
|-------|--|----|
| 1 | HORDHAC..... | 1 |
| 1.1 | Caafimaadka Midaysan ee Carruurta Yaryar ee Reerguuraaga ah..... | 1 |
| 1.2 | Caafimaadka Midaysan ee Dugsiyada Hoose..... | 1 |
| 1.3 | Maxaa Hagahan ka Dhigaya Mid Gaar ah?..... | 2 |
| 1.4 | Adeegsiga Hagahan..... | 2 |
| 1.4.1 | Adeegsiga Muuqaallada..... | 2 |
| 1.4.2 | Uga Sheeke Sheekooyinka..... | 3 |
| 1.4.3 | Ciyaaro iyo Hawlqabadyo..... | 3 |
| 1.4.4 | Xooji Farriimaha Muhiimka ah..... | 3 |
| 1.5.1 | Ku Xidh Noloshu Guriga..... | 4 |
| 2 | CASHIRKA KOWAAD: FIKRADDA CAAFIMAADKA MIDAYSAN..... | 5 |
| 2.1 | Ujeeddo..... | 5 |
| 2.2 | Sheeko (Caasha iyo Ridii Buktay)..... | 6 |
| 2.3 | Hawlqabad: Ciyaarta Goobada Caafimaadka..... | 6 |
| 2.5 | Waxyaabaha la Sameynayo (U gaar ah Carruurta)..... | 7 |
| 2.6 | Talooyinka Baraha..... | 8 |
| 2.7 | Sawirrada Cashirka Kowaad..... | 8 |
| 3 | CASHIRKA LABAAD: Xoolaheenna, CAAFIMAADKEENNA..... | 9 |
| 3.2 | Sheeko (Caasha Ina-adeerkeed iyo Aygii Cadhaysnaa)..... | 10 |
| 3.3 | Hawlqabad: Ciyaarta “Amaan mise Khatar?”..... | 10 |
| 3.4 | Farriimaha Muhiimka ah..... | 11 |
| 3.5 | Waxyaabaha la Sameynayo (u Gaar ah Carruurta)..... | 11 |
| 3.6 | Talooyinka Baraha..... | 12 |
| 3.7 | Sawirrada Cashirka Labaad..... | 12 |
| 4. | CASHIRKA SADDEXAAD: BIYO NADIIF AH IYO GURYO NADIIF AH..... | 13 |
| 4.1. | Ujeeddo..... | 13 |

| | | |
|------|--|----|
| 4.2 | Sheeko (Caasha iyo Barkadda Biyaha)..... | 14 |
| 4.4 | Farriimaha Muhiimka ah | 15 |
| 4.5 | Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)..... | 15 |
| 4.6 | Talooyinka Baraha..... | 15 |
| 4.7 | Sawirrada Cashirka Afaraad | 16 |
| 5 | CASHIRKA AFARAAD: KANEECADA, SHILINTA, IYO XOOLAHA BUKA | 16 |
| 5.1 | Ujeeddo | 17 |
| 5.2 | Sheeko: Caasha Hooyadeed iyo Cudurkii ka Dillaacay ee Tuulada..... | 18 |
| 5.4 | Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)..... | 19 |
| 5.5 | Talooyinka Baraha..... | 19 |
| 5.6 | Sawirrada Cashirka Shanaad | 20 |
| 6 | CASHIRKA SHANAAD: CUNTO NADIIF AH IYO GACMO NADIIF AH..... | 20 |
| 6.1. | Ujeeddo | 20 |
| 6.2 | Sheeko: Aadan oo Illaaway in uu Gacmaha Dhaqdo..... | 21 |
| 6.2 | Hawl-qabad: Ciyaarta “Goorma la Gacmo-dhaqdaa?” | 21 |
| 6.3 | Farriimaha Muhiimka ah | 21 |
| 6.4 | Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)..... | 22 |
| 6.5 | Talooyinka Baraha..... | 22 |
| 6.6 | Sawirrada Cashirka Lixaad | 23 |
| 7 | CASHIRKA LIXAAD: LADAGAALLANKA JEERMISKA XOOGGAN | 24 |
| 7.1 | Ujeeddo | 24 |
| 7.2 | Sheeko: Caasha iyo Jeermiska Xooggan..... | 24 |
| 7.3 | Farriimaha Muhiimka ah | 24 |
| 7.4 | Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)..... | 25 |
| 7.5 | Talooyinka Baraha..... | 25 |
| 7.6 | Sawirrada Cashirka Lixaad | 26 |
| 8 | CASHIRKA TODDOBAAD: ILAALINTA GEEDAHEENNA IYO DHULKEENNA | 27 |
| 8.1 | Ujeeddo | 27 |
| 8.2 | Sheeko: Caasha iyo Geedkii Hadhka Lahaa ee Lumay..... | 27 |
| 8.3 | Hawlqabad: Geedku ma Dhib baa mise waa Dheef?..... | 28 |
| 8.4 | Farriimaha Muhiimka ah | 28 |
| 8.5 | Tallaabooyinka la Qaadayo (u Gaar ah Carruurta)..... | 28 |
| 8.6 | Talooyinka Baraha..... | 29 |
| 8.7 | Sawirrada Casharka Toddobaad..... | 29 |
| 9 | CASHIRKA SIDDEEDAAD: ABAARTA IYO CAAFIMAADKEENNA..... | 32 |
| 9.1 | Ujeeddo | 32 |

| | |
|---|----|
| 9.2. Sheeko: Caasha iyo Xilliga Abaarta | 32 |
| 9.3 Farriimaha Muhiimka ah | 32 |
| 9.4 Tallaabooyinka la Qaadayo (u Gaar ah Carruurta) | 32 |
| 9.5 Talooyinka Baraha | 33 |

1 HORDHAC

1.1 Caafimaadka Midaysan ee Carruurta Yaryar ee Reerguuraaga ah

Bulshooyinka reerguuraaga ah iyo kuwa beeralay-xoolo-dhaqatada ah, carruurta waxa ay ku koraan iyaga oo la nool xoolaha, ku tiirsan khayraadka dabiiciga ah, isla markaana la kulma khatarro caafimaad oo la mid ah kuwa dadka waaweyn. Iyaga oo weli da' yar, ayaa ay ka qayb qaataan hawlaha qoyska iyo bulshada, sida soo-dhaaminta biyaha, raacista adhiga, iyo daryeelidda kuwa ka yaryar.

Maadaama dadka, xoolaha, iyo deegaanku si dhow ay iskugu xidhan yihiin nolosha reerguuraaga, ayaa caafimaadkooduna sida oo kale iskugu xidhan yahay. Fikradan waxa loo yaqaanaa “Caafimaadka Midaysan”. Taas oo ka dhigan in caafimaadka dadka, xoolaha, iyo deegaanku uu yahay mid aan kala maarmin oo isku xidhan. Tusaale ahaan, haddii xooluhu jirradaan oo cudur ku dhaco, dadkuna waa ay xannuunsan karaan; haddii biyuhu wasakhoobaan, xoolaha iyo qoysaskuba waa ay ku sumoobi karaan; haddii dhulku xaalufu oo geedihii la gooyana, abaarta iyo siigadu waxa ay waxyeello u geysan karaan cid walba.

1.2 Caafimaadka Midaysan ee Dugsiyada Hoose

Carruurta da'doodu u dhaxayso 6 ilaa 13 sanno waxa ay ku jiraan marxalad muhiim ah oo nolosha ka mid ah. Wakhtigan, waxa ay:

- Si degdeg ah wax uga bartaan, fikradahana ka qaataan, sheekooyinka, dadka, iyo deegaankooda.
- Yeeshaan dareen naxariis iyo mas'uuliyadeed oo ay u hayaan xoolaha iyo deegaanka ku xeeran.
- Ka qaataan door firfircoon hawlaha guriga iyo daryeelka xoolaha.
- Samaystaan caadooyin iyo aragtiyo qaabayn doona dabeecadooda marka ay qaangaadhaan.

Baridda fikradda “Caafimaadka Midaysan” oo goor hore la gaadhsiiyo carruurta, waxa ay ka caawinaysaa in ay fahmaan muhiimadda ay leeyihiin biyaha nadiifta ah, daryeelka xoolaha, cuntada badqabta, dhulka caafimaadka qaba, iyo iskaashiga bulshada. Cashirradani ma aha kuwo aan la taaban karin, se waxa ay si toos ah uga turjumayaan nolosha dhabta ah ee deegaannada reerguuraaga ah.

1.3 Maxaa Hagahan ka Dhigaya Mid Gaar ah?

Hagahan waxa ku jira cashirro ku saabsan “Caafimaadka Midaysan” oo aad u gaagaaban, oo la fahmi karo. Kuwaas oo si gaar ah loogu talagalay carruurta dugsiga hoose ee ku nool deegaannada miyiga ah ee aqoontoodu hoosayso. Hababka hagahani carruurta wax u barayo waxa saldhig u ah:

- Sawirro fudud si loo kordhiyo aqoonta iyo fahanka carruurta, lana kobciyo male-awaalkooda.
- Sheekooyin kookooban oo ka tarjumaya, lana xidhiidha, nolosha reerguuraaga ee carruurta oo ay si fudud u fahmi karaan.
- Ciyaaro iyo hawlqabadyo fudud oo ay carruurta si fiican u qaban karaan, kuna xusuusan karaan waxyaabaha muhiimka ah ee ay cashirrada ku bartaan.
- Doodwadaagyo ay hagayaan barayaal deegaanka ah oo ka warqaba duruufka ay carruurta waxa ku baranayaan.

Kani ma aha buug (textbook). Waa hage loogu talagalay in uu ka caawiyo macallimiinta dugsiyada hoose, shaqaalaha caafimaadka bulshada, iyo dhallinyaradaba in ay wadahalallo macno leh la yeeshaan carruurta, iyaga oo adeegsanaya sheeko-xariir, weyddiimo, iyo tusaalayaal deegaamaysan oo maxalli ah.

1.4 Adeegsiga Hagahan

Hagahan waxa loogu talagalay in ay adeegsadaan barayaasha dugsiyada hoose ee gobolka Awdal. Sida oo kale waxa lagu dabbaqi karaa xaalad kasta oo la mid ah ta ka jirta Somaliland iyo meelaha kale ee ka baxsanba.

1.4.1 Adeegsiga Muuqaallada

Cashir kasta waxa ku jira sawirro midabaysan oo carruurta ku habboon. Sawirradani waa habka ugu muhiimsan ee lagu soo jiidan karo, waxna lagu bari karo, carruurta aan akhriska iyo qoraalka ku fiicnayn. U isticmaal sawirrada si aad carruurta ugu abuurto xiise iyo jawi aad su'aallahan ku weyddiiso:

- "Maxaad arkaysaa?"
- "Maxaa halkan ka dhacaya?"
- "Tani caafimaadka ma u wanaagsan tahay mise waa ay u xun tahay?"
- "Maxaad samayn lahayd haddii aad halkaas joogto?"

U oggolow carruurta in ay sharraxaan waxa ay arkaan, jilaan/matalaan, ama ay sheekooyin u gaar ah ka sameeyaan sawirka. Kuna dhiirrigeli qosolka, maadda iyo male-awaalka!

1.4.2 Uga Sheeke Sheekooyinka

Cashir walba waxa ku jirta sheeko gaaban oo ku salaysan xaaladdo dhab ah oo ka jira bulshooyinka reerguuraaga ah. Sheekooyinkani waxa ay soo bandhigayaan fikradda “Caafimaadka Midaysan”, iyaga oo adeegsanaya habab ay carruurta noloshooda la xidhiidhin karaan. Waxa aad, sidaa darteed, samayn kartaa:

- In aad sheekada kor ugu akhrido.
- In aad adeegsato agab fudaydinaya fahamka sheekada ama in aad carruurta u ama la matasho sheekada.

Sheekada kaddib, weyddii su'aallo aad ku hubinayso fahamkooda, kuna bilowdo doodda:

- "Dhacdo sheekadan la mid ah ma ka dhacday deegaankan?"
- "Maxaa ay jilayaasha sheekadu si ka duwan u samayn karayeen?"
- "Cashir nooc ah ayaa aan ka baranaynaa sheekadan?"

1.4.3 Ciyaaro iyo Hawlqabadyo

Cashirrada qaarkood waxa ku jira ciyaar, hawlqabadyo, ama layliyo sawirreed. Kuwani waxa ay ujeeddadoodu tahay:

- In lagu xoojiyo barashada iyada oo la isticmaalayo waxqabadyo.
- In la wada hawlgaliyo dhammaan carruurta (xitaa kuwa xishoodka badan ama aan hadlin).
- In la dhiirrigeliyo madadaalada, wadashaqaynta, iyo xallinta mas'alooyinka.

Hawlaha qaarkood waxa ay u baahan yihiin agab aasaasi ah sida warqad, dhagaxaan, ama caagaddo. Kuwa kalena waxba uma baahna.

1.4.4 Xooji Farriimaha Muhiimka ah

Cashir kasta waxa uu ku dhammaanayaa 3 - 4 qodob oo muhiim ah oo luuqad fudud ku qoran. Si joogto ah farriimaha carruurta ugu celceli, una mari qaab laxamaysan, codaysan, oo fudud, oo dhegtoodu jecleysato.

1.5.1 Ku Xidh Noloshaha Guriga

Barashada ugu fiicani waxa ay ka dhacdaa fasalka dibaddiisa. Sidaa awgeed, ku dhiirrigeli carruurta in ay:

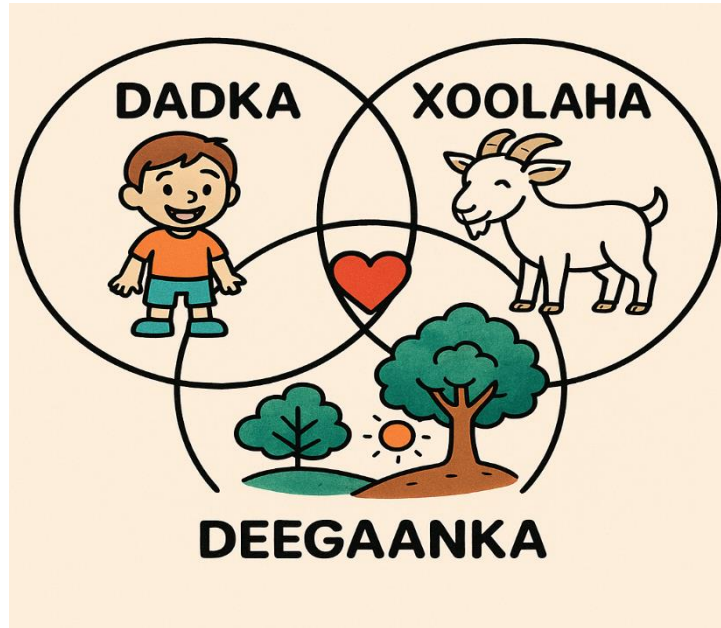
- La wadaagaan qoysaskooda waxa ay barten.
- U fiirsadaan xoolaha, goobaha biyaha, ama geedaha u dhow guryahooda.
- Isku dayaan ficilo yaryar sida gacmo-dhaqashada, daboolidda cuntada, ama ilaalinta dhirta.

1.5 Qaabdhismeedka Cashirrada

Cashir walba waxa uu raacayaa qaabdhismeedkan isku midka ah ee shaxda hoose ka muuqda:

| Qayb | Ujeeddo |
|--------------------|--|
| Hadaf | Waxa ay carruurta baran doonaan. |
| Sheeko | Sheeko gaaban oo da'da carruurta ku habboon si mawduuca fahankiisa loogu fudeydiyo. |
| Muuqaal | Sawirro lagu taageerayo barashada carruurta fahankoodu hooseeyo. |
| Hawlqabad | Ciyaar, jilitaan ama matalaad, ama sawirro lagu xoojinayo farriinta loo gudbinayo carruurta. |
| Farriimo Muhiim ah | 3 - 4 qodob oo carruurta guriga kula noqon karaan, ku celcelin karaan, hadhowna xasuusan karaan. |
| Talooyinka baraha | Fikraddo fudeydinaya weyddiinta su'aalaha iyo dhiirrigelinta dooddaha. |

2 CASHIRKA KOWAAD: FIKRADDA CAAFIMAADKA MIDAYSAN



Sawirka 1^{aad}: Dadka, xoolaha, iyo deegaanku waa ay isku wada xidhan yihiin. Marka midkood xanuunsado, waxa uu saameyn ku yeellan karaa kuwa kale. Taasi waa sababta ay muhiim u tahay in dhammaantood la wada daryeelo. Fikradan waxa loo yaqaannaa “Caafimaadka Midaysan”.

2.1 Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, waxa ay ardaydu:

- Fahmi doonaan in caafimaadku uu ka kooban yahay dadka, xoolaha, iyo deegaanka.
- Garwaaqsan doonaan in ilaalinta caafimaadka xoolaha iyo deegaanku ay gacan ka geystaan caafimaadka dadka.
- Baran doonaan fikradda “Caafimaadka Midaysan”.

2.2 Sheeko (Caasha iyo Ridii Buktay)

Caasha waa gabadh toban jir ah oo qoyskeeda kula nool tuulada Fardo-Lagu-Xidh. Waxa ay aad u jeceshahay in ay walaalkeed ka caawiso daryeelka riyaha, gaar ahaan rida ay ugu jeceshahay ee “Dhabanna Cas”.

Maalin maalmaha ka mid ah, waxa Dhabanna Cas ka muuqday xanuun, socodkeeduna ma fiicnayn, cuntadiina waa ay joojisay. Habeennimadiina, Dhabanna Cas waa ay dhashay, laakiin nasiibdarro Ilmihii yaraa waa uu ka dhintay.

Caasha ayaa ka qaybqaadatay nadiifinta goobtii ay ridu ku dhashay. Sida oo kale, iyada oo aan gamco-gashi (gloves) xidhnayn ayaa ay isku dayday in ay Dhabanna Cas u laabqaboojiso; madaxa ayaa ay u salaaxday, biyana waa ay siisay. Subaxdii xigtay, Caasha hooyadeed ayaa listay Dhabanna Cas, qoyskiina waxa ay cabbeen caanaheedii oo qaydhiin sidii caadada u ahayd.

Laba toddobaad kaddib, Caasha waxa ku soo baxay daal iyo cunto-xumo. Isla habeenkiina, waxa qabatay xummad, aad ayaa ay u dhididaysay inkasta oo cimiladu qabow ahayd. Maalmihii xigay, xummaddii waa ay ku soo noqnoqonaysay Caasha.

Hooyadeedna waxa ay geysay rugta caafimaadka. Halkaas, waxa uu hawlwadeenkii caafimaadku weyddiiyay in ay Caasha u dhowaatay xoolo buka ama ay cabtay caano aan la karin.

Markii hooyadeed uga warrantay qisadii Dhabanna Cas, ayaa uu hawlwadeenkii caafimaadku sheegay in uu Caasha uga shakisan yahay cudurka “Brucellosis”. Waxana uu u sharraxay in uu yahay cudur dadku ka qaado xoolaha, gaar ahaan marka la taabto dheecaannada dhalmada ama marka la cabo caano qaydhiin ah oo aan la karin.

Weyddiimaha Doodda:

- Maxaa ku dhacay ridii Dhabanna Cas?
- Maxaa aad u malaynaysaa in ay sababtay in Caasha ay bukooto?
- Maxaa ay ahayd waxa ay Caasha si ka duwan u samayn karaysay?
- Bulshadiina dhexdeeda, ma ku aragtay xoolo xannuunsan?

2.3 Hawlqabad: Ciyaarta Goobada Caafimaadka

Qalabka ciyaartu u baahan tahay waxa ka mid ah:

- Tamaashiir ama ulo (dibadda loogu talagalay) ama xadhig (gudaha loogu talagalay).

Tilmaamaha:

- Dhulka ku sawir saddex goobo oo waaweyn oo is-dhex-galaya, kuna calaamadee:
 - Dad: (Sawir qof)
 - Xoolo: (Sawir ri' ama geel)
 - Deegaan: (Sawir geed ama qorrax)
- Sii, oo u qaybi, ardayda kaadhahd ay ku qoran yihiin erayadan (tusaale ahaan, biyo nadiif ah, kaneeco, caano qaydhiin, shilin, gacmo-dhaqid, bakhti, bannaan-ku-saxarood).
- Far arday kasta in uu kaadhkiisa dhigo goobada uu ku habboon yahay, ama dhexda haddii uu saddexdaba saameynayo.

Weyddii: Sidee ayaa ay waxyaabahani inoogu xidhaan xoolaheenna iyo deegaankeenna?

2.4 Farriimaha Muhiimka ah

Caafimaadkeennu waxa uu ku xidhan yahay xoolaha iyo deegaanka. Xoolaha buka iyo deegaanka wasakhaysan waxa ay dadka u keeni karaan xanuunno. Haddii aan daryeelno xoolaha iyo deegaanka, waxa aan daryeelaynaa nafaheenna. Xidhiidhka noocan ah waxa loo yaqaanaa “Caafimaadka Midaysan” (One Health): Dad + Xoolo + Deegaan = Caafimaad Midaysan.

2.5 Waxyaabaha la Sameynayo (U gaar ah Carruurta)

- Gacmaha maydh marka aad xoolaha taabato.
- Iska ilaali cabbista caanaha qaydhiin ee aan karsanayn.
- Ka fogow xoolaha jirran (buka), una sheeg dadka waaweyn.
- Ka qaybqaado nadaafadda deegaankaaga (guriga agagaarkiisana ha dhigin qashinka iyo saxarrada xoolaha).

2.6 Talooyinka Baraha

- Si tartiib ah u hadal, una isticmaal sawirro si ay kuu fahmaan ardayda aqoontooda qoraalka iyo akhrisku hoosayso.
- Ku dhiirrigeli wiilasha iyo gabdhahaba in ay ka sheekeeyaan qisooyinka la xidhiidha xoolaha.
- Cashirka ku soo afjar odhaahdan gaaban (ama halhayskan): "Caafimaadku waa mid: Dadkeenna, Xoolaheenna, iyo Deegaankeenna!"

2.7 Sawirrada Cashirka Kowaad



Sawirka 2^{aad}: Gabadhani waxa ay daryeelaysaa rideeda. Xoolaha caafimaadka qaba waxa ay qoysaska ka caawiyaan in ay yeeshaan nolol fiican oo farxad leh. Sidaa darteed, daryeelka xooluhu waa qayb muhiim ah oo ka mid ah fikradda “Caafimaadka Midaysan”.

3 CASHIRKA LABAAD: XOLAHEENNA, CAAFIMAADKEENNA



Sawirka 3^{aad}: Wiilkan waa uu argagaxsan yahay waayo ay (ey) ayaa isku dayay in uu qaniino. Xayawaannada qaarkood waxa ay gudbin karaan cudurro halis ah sida cudurka laga qaado ayda/eyda waallan (Rabies). Taasi waa sababta ay muhiim u tahay in la daryeelo caafimaadka xoolaha, isla markaana, carruurta la baro sida ay isku badbaadin karaan.

3.1 Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, ardaydu waxa ay:

- Fahmi doonaan in cudurrada qaar ay ka soo gudbi karaan xoolaha, una gudbi karaan dadka.
- Baran doonaan cudurrada xoolaha ka yimaadda ee laga yaqaanno deegaankooda [tusaale ahaan, xummadda xoolaha laga qaado (Brucellosis), cudurka ayda/eyda waallan laga qaado (Rabies)].
- Baran doonaan habab aasaasi ah oo ay naftooda iyo xoolahoodaba kaga ilaalin karaan cudurradan.

3.2 Sheeko (Caasha Ina-adeerkeed iyo Aygii Cadhaysnaa)

Caasha waxa ay booqasho ugu tagtay ilma-adeeradeed oo ku noolaa deegaanka miyiga ah ee Farda-Lagu-Xidh. Maalin maalmaha ka mid ah, iyaga oo ku ciyaaraya meel u dhow ceelbiyood, ayaa ay maqleen ay (ey) ciyaya. Waxa dhankooda ku soo orday ay (ey) weyd ah (dhuuban/caato ah) oo duurjoog ah. Ina-adeerkeed, Maydhane, ayaa dhagax ku tuuray, ha se yeeshee aygii/eygii ayaa lugta ka qaniinay intii aanu cararin. Dhaawicii (naburkii) waxa ka yimidday dhiig badan.

Maydhane aabbihiis waxa uu geeyay rugtii caafimaadka. Halkaas, hawlwadeenkii caafimaadku waxa uu weyddiiyay Maydhane xaaladdii ayga/eyga, sida in uu afka ka xumbaynayay, sabab la'aan in uu wax u qaniinayay, ama in uu dhacdhacayay. “Haa”, ayaa uu, isaguna, ugu warceliyay.

Hawlwadeenkii caafimaadku waxa uu sheegay in Maydhane uu u baahan karo daaweynta cudurka uu ka qaadi karo qaniinyada ayga/eyga (Rabies), oo ah mid halis ah, suuragalna ay tahay in loo baahdo in Boorama la geeyo.

Caasha waxa ay, isla markiiba, xusuusatay wixii ku dhacay rideedii “Dhabanna Cas”, kaddibna iyada ku riday Brucellosis (xanuun laga qaado xoolaha). Hadda waxa ay si dhab ah u garwaaqsatay in marka xooluhu bukoodaan, in ay dadkuna la xanuunsadaan). Waxa ay go'aansatay in ay barato sida ay nafteeda uga ilaalin karto khataraha noocan ah.

3.3 Hawlqabad: Ciyaarta “Amaan mise Khatar?”

Hawlqabadkani waxa uu u baahan yahay:

- Sawirro muujinaya xaaladdo kala duwan oo xoolaha la xidhiidha. (eeg tusaalooyinka hoose).
- Kaadh akhtar ah (cagaaran) iyo kaadh cas (guduudan) oo ilme kasta la siiyo.

Tilmaamo:

- Sheeg ama sharrax xaalad gaar ah (Tusaale, “Taabashada ri’ bakhtiday”, “Cabidda caano la kariyay”, “La ciyaarista ay (ey) afka ka xumbaynaya”).
- Far ardayda in ay taagaan kaadhka akhtarka (cagaaran) haddii ay xaaladdu amaan tahay, ama kaadhka cas (guduudan) haddii ay khatar tahay.
- Arday kasta weyddii: “Sababta?”. Kaddibna sharrax khatarta ku jirta.

Tusaalaaha Xaaladaha:

- Cabidda caano aan la karin oo laga lisay ri’ jirran ama bukta (Qalad).
- Ka-fogaanshaha ay (ey) xanuunsan (Sax).
- Taabashada neef si kedis ah u dhintay (Qalad).
- Gacmo-dhaqashada marka la quudiyo xoolaha kaddib (Sax).
- La-ciyaarista waxar u eeg in ay caafimaad qabto (Qalad).

3.4. Farriimaha Muhiimka ah

- Cudurrada qaar waxa ay ka soo gudbi karaan xoolaha. Waxa ay u gudbi karaan dadka: Waxa loo yaqaan Zoonoses (cudurrada xoolaha ka yimaadda).
- Waxa aad ku xanuunsan kartaa taabashada xoolaha jirran (buka), dheecaannada dhalmada, ama haddii ay ku qaniinaan xayawaanno aan la garanayn.
- Marna ha taaban xoolo bakhtiyay ama kuwo buka oo afka ka xumbaynaya.
- Had iyo jeer u sheeg qof weyn ama tag rug caafimaad haddii uu xayawaan ku qaniino ama aad isku aragto xanuun kaddib marka aad xoolaha wax tartay.

3.5 Waxyaabaha la Sameynayo (u Gaar ah Carruurta)

- Ka fogow xoolaha xanuunsan ee afka ka xumbaynaya.
- Marna ha cabbin caano qaydhiin: Marka hore kari.
- U sheeg qof weyn haddii uu neef si kedis ah u dhinto ama uu u dhalo (si caadi ah ama si aan caadi ahaynba).

- Gacmaha dhaqo marka aad taabato xoolaha ama aad nadiifiso xeryahooda (sida marka digada la xaaqo ama la gubayo).

3.6 Talooyinka Baraha

- U sheeg in dadka iyo xooluhu ay wadaagaan hal deegaan. Sidaa darteedna, caafimaadkoodu isku xidhan yahay.
- Weyddii ardayda in ay ka sheekeeyaan qisooyin ku saabsan xoolo xanuunsanaya ama qaniinyo ay (ey) oo ay arkeen.
- U kala sheeg xayawaannada aan dhibta lahayn iyo kuwa khatarta ah, gaar ahaan ayda (eyda) dibbadjooga/dabjoogta ah.
- Sharraxaaddaada ka dhig mid fudud: “Xoolaha qaarkood waxa ay sidaan jeermis xanuunno inagu keeni kara.”

3.7 Sawirrada Cashirka Labaad

4. CASHIRKA SADDEXAAD: BIYO NADIIF AH IYO GURYO NADIIF AH



Sawirka 4^{aad}. Hooyadan iyo gabadheeda sawirka ka muuqda waxa ay ceelka ka soo dhaaminayaan biyo aan nadiif ahayn. Kolka ay guriga tegaanna, waxa ay karkarinayaan biyaha si ay uga dhigaan kuwo nadiif ah oo la cabbi karo. Biyaha nadiifta ah waxa ay qoysaska ka ilaaliyaan cudurrada u kala gudbi kara xoolaha iyo dadka.

4.1. Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, carruurtu waxa ay awooddi doonaan:

- In ay fahmaan sida biyaha wasakhaysan iyo deegaanka aan nadiifta ahayn ay dadka u xanuunno ugu keeni karaan.
- In ay aqoonsadaan khatarta ka dhalan karta in meelaha biyaha laga dhaansado la la wadaaggo xoolaha.
- In ay bartaan tallaabooyin fudud oo ay caafimaadkooda ku ilaalin karaan, sida karkarinta biyaha, xaaqidda, iyo gacmo-dhaqashada.

4.2 Sheeko (Caasha iyo Barkadda Biyaha)

Caasha iyo walaalkeed waxa ay aroor hore u kallaheen biyo-dhaamin. Waxa ay u lugeeyeen goobta biyaha ee ugu weyn tuulada. Halkaas oo qof walba uu keeno xoolihiisa sida geela, lo'da, riyaha, iyo idaha.

Markii ay gaadheen, Caasha waxa ay aragtay xoolo biyaha dhex taagan, qaarkoodna ay ku kaadjayaan oo ay ku saxaroonayaan hareeraha barkadda. Dadkii xoolaha watay, iyo kuwo biyo ka dhaansanayaba, waxa ay sida oo kale biyaha ku dhex socdeen cagaag. Taas oo kicinaysay dhoobada. Biyuhu waxa ay lahaayeen midab dhoobo ah, waxana ay u urayeen sida wasakhda xoolaha, laakiin qof walba waxa uu weli ka buuxsanayay jirikaannadiisa.

Markii guriga lagu soo noqday, Caasha walaalkeed ka yar ayaa cabbay biyihii iyaga oo aan la karinnin. Saacado yar kaddibna, waxa haleelay calool-xanuun daran iyo shuban. Hooyadood ayaa geysay rugta caafimaadka. Shaqaalihii caafimaadkuna waxa ay u sharraxeen:

“Marka ay dadka iyo xooluhu wadaagaan goobaha biyaha, ee aan biyaha la karinnin, waxa ay taasi faafin kartaa cudurro ay ka mid yihiin shubanka, gooryaanka, iyo tayfoodhka (tiifowga).”

Caasha waxa ay halkaas ka baratay in xitaa haddii biyuhu u muuqdaan kuwo caadi ah, ay weli xambaarsannaan karaan jeermis. Waxa ay go'aansatay in ay qoyskeeda ku caawiso karkarinta biyaha la cabo, in ay nadiifiso daaraddooda, iyo in ay walaalaheeda ka yaryar xusuusiso in ay gacmaha iska dhaqaan/maydhaan mar kasta oo ay musqusha/suuliga ka soo baxaan ama ay

4.3 Doodda Sawirrada

Habka loo fulinayo: Tus carruurta sawirro fudud oo muujinaya goob biyo ah oo ay wasakhaynayaan dadka iyo xooluhu. Weyddii su'aallo si aad ugu dhiirrigeliso in ay ka fikiraan (arrintaas) oo ay ka wada-hadlaan.

Tilmaamo:

- Halkii marba tus hal sawir oo keliya.
- Weydii carruurta:
 1. “Kani ma nadiif baa mise waa wasakh?”
 2. “Maxaa dhici kara haddii qof biyahan cabbo?”
 3. “Maxaa ina la gudboon in aan halkan ka samayno?”
- U oggolow in ay farta ku fiiqaan, sharraxaan, ama ay jilaan waxa ay arkayaan haddii aanay erayo buuxa ku cabbiri karin.
- Jawaabaha saxda ah ku xooji ammaan, si tartiib ahna ugu sharrax marka ay wax ka tagaan.
- Habkan sawirrada la isticmaalayo waxa uu fahamka ku dhisaa wax ilmuhu arki karo oo la hago, ee kuma xidhna fikir qoto-dheer ama akhris iyo qoraal.

4.4 Farriimaha Muhiimka ah

- Biyaha wasakhaysan iyo dhulka wasakhaysan waxa ay xanuun(no) ku keeni karaan dadka iyo xoolaha.
- Biyaha la cabbo karkari si aad uga saarto jeermiska aan la arki karin.
- Xoolaha ka fogee weelasha biyaha iyo meelaha cuntada.
- Daaradda guriga xaaq, oo nadiifi, si aad isaga fogayso duqsiga.
- Gacmaha iska dhaq/maydh marka aad musqusha/suuliga ka soo baxdo, kolka aad xoolaha taabato, iyo cuntada ka hor.

4.5 Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)

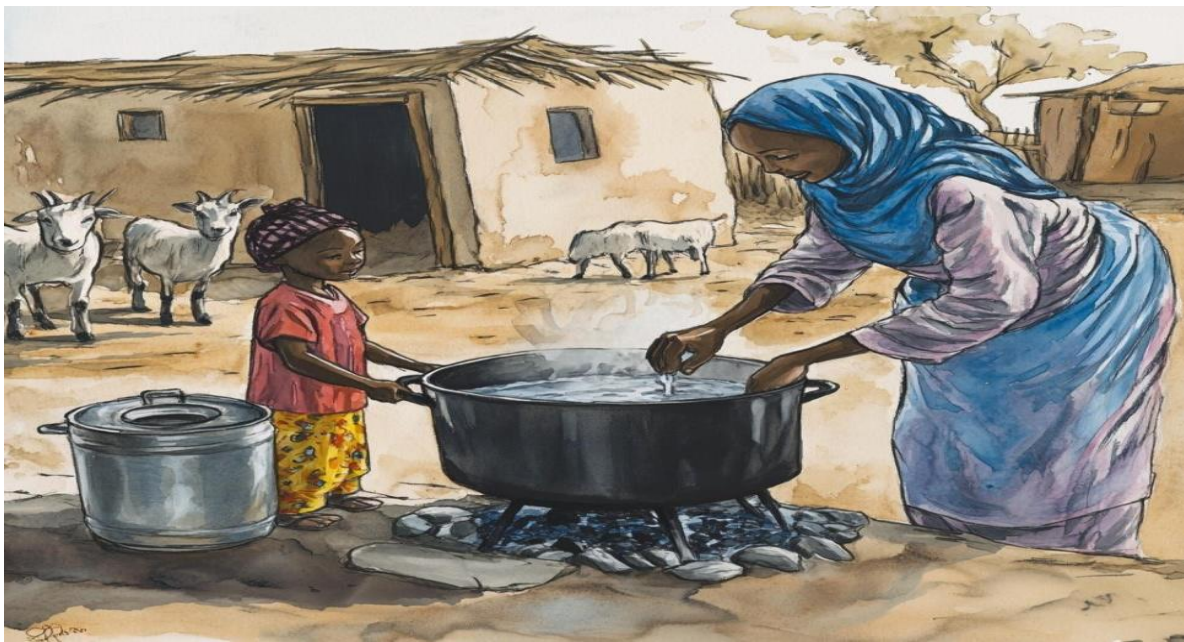
- Xusuusi dadka waaweyn in ay karkariyaan biyaha la cabo.
- Ka caawi in daaradda guriga la nadiifiyo oo la xaaqo.
- Weelasha biyaha dabool oo dhulka ka sarraysii.
- Gacmahaaga ku dhaq/maydh saabuun ama dambas iyo biyo marka loo baahdo.

4.6 Talooyinka Baraha

- U oggolow carruurta in ay ka hadlaan guryahooda iyo waxyaabaha ay ku soo arkeen barkadaha biyaha.

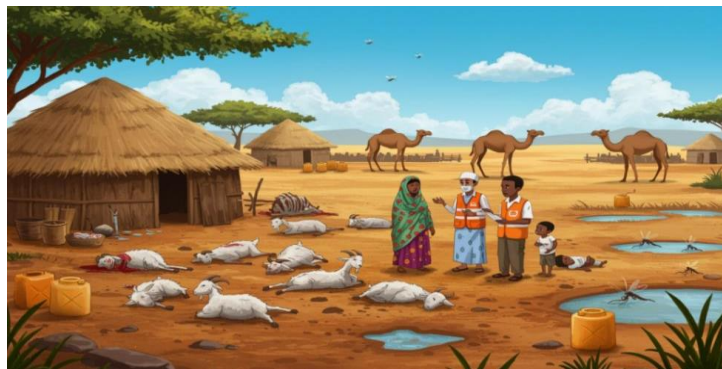
- Ku adkee, oo xusuusi, carruurta in ay awood u leeyihiin in ay caawiyaan si guryahoodu u noqdaan kuwo caafimaadqaba.

4.7 Sawirrada Cashirka Afaraad



Sawirka 5^{aad}. Xoolaha sida riyaha iyo geela waxa ay balliga ka cabbaan sida dadka oo kale. Laakiin haddii xooluhu biyaha wasakheeyaan, dadku waa ay ku xanuunsan karaan. Taasi waa sababta ay muhiim u tahay in biyaha la nadiifiyo si ay u anfacaan dadka iyo xoolahaba.

5 CASHIRKA AFARAAD: KANEECADA, SHILINTA, IYO XOOLAHA BUKA



Sawirka 6^{aad}. Riyo badan ayaa si kedis ah u dhintay. Shaqaalaha caafimaadku waxa ay bulshada kala hadlayaan Qandhada Dooxada Rifti (RVF), oo ah cudur u kala gudbi kara xoolaha iyo dadka. In caafimaadka xoolaha la daryeelo waxa ay caawinaysaa in la ilaaliyo qoyska oo dhan.

5.1 Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, carruurta waxa ay awooddi doonaan:

- In ay fahmaan in cayayaanka sida kaneecada ay gudbin karaan cudurro xanuuno ku keeni kara dadka iyo xoolaha.
- In ay bartaan sida Xummadda (Qandhada) Dooxada Rifti (Rift Valley Fever) ay ugu faafto oo ay u gudbiyaan kaneecada iyo taabashada xoolaha buka.
- In ay ogaadaan sida ay naftooda, qoysaskooda, iyo xoolahooda u ilaalin karaan marka uu cudurku dillaaco.

5.2 Sheeko: Caasha Hooyadeed iyo Cudurkii ka Dillaacay ee Tuulada

Waxa ay ahayd xilli roobaadkii tuulada Caasha. Cawsku waa uu cagaarnaa, xooluhuna waxa ay haysteen daaq fara badan bal se, sida oo kale, waxa badatay kanecadii. Wakhtigaas, dadka tuuladu waxa ay bilaabeen in ay dareemaan waxyaabo aan caadi ahayn. Riyihii iyo idihii uurka lahaa waa ay wada dhicinayeen, xoolihii yaryaraa si kedis ah ayaa ay u dhimanayeen, dad badanna waxa ku dhacayay qandho iyo jidh-xanuun. Waxa jiray warar xan ah oo ku saabsan cudur faafaya. Kaas oo uu shaqaalihii caafimaadku ugu yeedheen Xummadda (Qandhada) Dooxada Rifti (Rift Valley Fever).

Caasha gurigooda, mid ka mid ah riyahoodii uurka lahaa ayaa dhicisay, ilmihii yaraana waxa uu soo dhashay isaga oo meyd ah. Goor dambe oo maalintaas ah, waxa si lama filaan ah u dhintay waxar kale oo yar. Caasha hooyadeed waxa ay labadii neefba ku aastay gacmo madhan oo qaawan, iyada oo aan ogayn khatarta ay arrinamahan yeellan karaan. Gamco-gashi (gloves) ma ay xidhan, gacmaheedana saabuun kuma ay dhaqin markii ay hawsha dhammaysay.

Laba maalmood kaddib, Caasha hooyadeed waxa ay bilowday in ay xanuun dareento. Waxa ay yeelatay xummad (qandho) badan, kalagoosyadu ayaa xanuunay, indhuhuna waa ay ololayeen. Ma ay awoodin in ay wax cunto ama ay qabsato shaqooyinkeeda caadiga ah.

Isaga oo walwalsan, Caasha aabbaheed waxa uu geeyay rugta caafimaadka. Shaqaalihii caafimaadku si taxaddar leh ayaa uu u dhegaystay, waxana uu ku yidhi, “Waxa deegaankan ka dillaacay cudurka Xummadda (Qandhada) Dooxada Rifti. Dadku waxa ay ku xanuunsan karaan taabashada xoolaha cudurka qaba ama qaniinyada kanecada soo quudatay. Waa in aad nasataa, cabtaa biyo nadiif ah, kana fogaataa xoolaha buka ama bakhtiyay.”

Shaqaalihii caafimaadku waxa uu sharraxay in Qandhada Dooxada Rifti aanay qof-ka-qof u gudbin, laakiin ay khatar noqon karto, gaar ahaan dadka xoolaha la macaamila. Caasha hooyadeed waxa ay bilowday in ay soo roonaato markii ay inyar nasatay. Markii ay guriga ku soo noqotay, qoyskii oo dhan ayaa isbeddello sameeyay. Waxa ay bilaabeen in ay in ay isticmaalaan, oo hoos seexdaan, maro-kanecada, weelasha biyaha waa ay dabooleen, waxana ay iska ilaaliyeen taabashada xoolo kasta oo buka iyaga oo aan wax ilaalin ah wadan. Caasha waxa ay ka caawisay nadaafadda guriga iyo agagaarkiisa, waxana ay xusuusisay walaalaheeda ka yaryar in ay mar walba u sheegaan qof weyn haddii uu neef dhinto ama uu u muuqdo mid buka.

Hadda waxa ay fahamtay in xilliga roobka, dadka iyo xooluhuba ay wada xanuunsan karaan, iyo in waxyaabaha yaryar, sida qaniinyada kanecada ama taabashada ri' bakhtiday/dhimatay, ay keeni karaan khatar weyn.

5.3 Farriimaha Muhiimka ah

- Qandhada Dooxada Rifti (RVF) waxa ay ku faafi kartaa kaneecada iyo taabashada xoolaha buka.
- Xoolaha dhicinaya ama si kedis ah u dhimanaya waxa laga yaabaa in ay cudurkan qabaan.
- Dadka taabta dhiigga, dheecaanka dhalhada, ama xoolaha bakhtiyay waxa ay halis ugu jiraan, gaar ahaan haddii aanay gamcogashi (gloves) xidhnayn.
- Qaniinyada kaneecadu sida oo kale cudur ayaa ay faafin kartaa.
- Qandhada Dooxada Rifti (RVF) qof-ilaa-qof uma gudubto, iyada oo ay gudbinayso kaneecada ama wixii la halmaala.

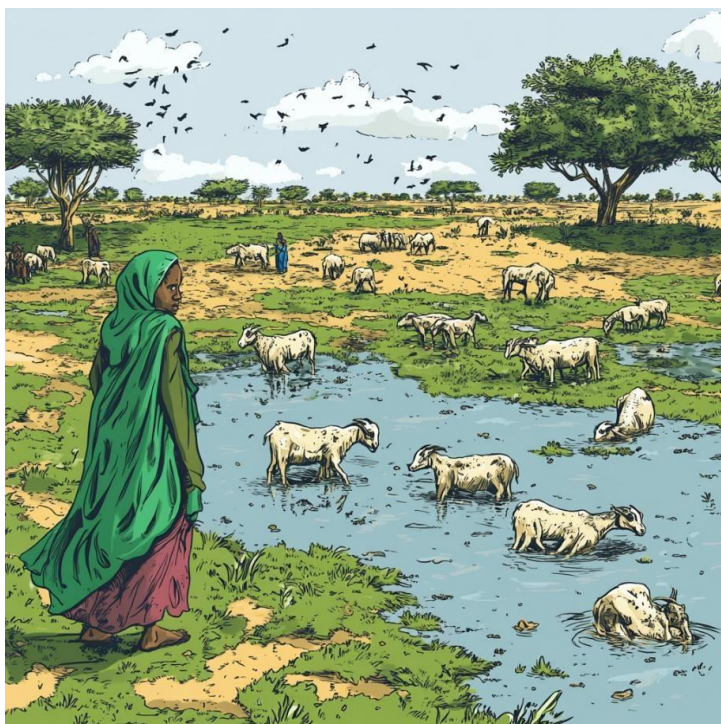
5.4 Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)

- Marna ha taaban xoolaha bakhtiyay, ee taa beddelkeeda u sheeg qof weyn.
- Habeenkii mar walba isticmaal maro-kaneeco.
- Ka caawi qoyskiina in la daboolo weelasha biyaha si loo joojiyo in kaneecadu ku dhasho, kana dhalato.
- U sheeg qoyskaaga ama shaqaalaha caafimaadka bulshada haddii xoolo badan ay xanuunsadaan ama si kedis ah u dhintaan.

5.5 Talooyinka Baraha

- Adkee xidhiidhka ka dhexeeya xilliyada roobka, kaneecada, iyo cudurrada dillaaca.
- U xooji carruurta muhiimadda ay leedahay in aan la taaban xoolaha buka, xitaa kuwa yaryar.
- Fariinta fududee: "Kaneecada iyo xoolaha buka waxa ay jeermiska u gudbin karaan dadka."
- Bullaali, oo hoosta ka xariiq, in carruurta ay qoysaskooda ka caawin karaan ilaalinta iyaga oo goor hore dareema calaamadaha cudurka lana wadaagga macluumaadka.

5.6 Sawirrada Cashirka Shanaad



Sawirka 6^{aad}. Riyo badan ayaa si kedis ah

u dhintay. Shaqaalaha caafimaadku waxa ay bulshada kala hadlayaan Qandhada Dooxada Rifti (RVF), oo ah cudur u kala gudbi kara xoolaha iyo dadka. In caafimaadka xoolaha la daryeelo waxa ay caawinaysaa in la ilaaliyo qoyska oo dhan.

Sawirka 7^{aad}. Riyuhu waxa ay daaqayaan meelo qoyan oo kaneeco ka buuxdo. Kaneecadu waxa ay gudbin kartaa cudurro sida Qandhada Dooxada Rifti (RVF). In xoolaha laga fogeeyo meelaha ay kaneecadu ku dhasho waxa ay ka hortagtaa cudurrada ku dhaca xoolaha iyo dadka.

6 CASHIRKA SHANAAD: CUNTO NADIIF AH IYO GACMO NADIIF AH

6.1. Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, ardaydu waxa ay awooddi doonaan:

- In ay fahmaan in jeermisku ku faafi karo gacmaha wasakhaysan iyo cuntada aan la maydhin (dhaqin).
- In ay bartaan muhiimadda gacmo-dhaqashada ka hor cunista ama diyaarinta cuntada.
- In ay ogaadaan in xitaa cuntada gurigu ay dadka xanuun ku keeni karto haddii aan si fiican loo hagaajin.

6.2 Sheeko: Aadan oo Illaaway in uu Gacmaha Dhaqdo

Waxa ay u ahayd subax mashquul badan guriga Caasha. Aabbaheed, Aadan, waxa uu hadda dhammeeyey nadiifinta xerada xoolaha. Waxa uu xaaqay digadii riyaha, waxana uu u qaaday meel ka baxsan oodda (ijaarka) guriga ku deyrin. Markii uu soo laabtay, waxa uu soo ag maray halkii ay xaaskiisu quraacda ku bixinaysay. Aadan, isaga oo aan ka fekerin, waxa uu gacmihiisa madhan, ee bilaa gacmo-gashiga ah, ku qaatay gobol beer kulul ah. Waana uu cunay.

Fiidkii maalintaas, Aadan waa uu xanuunsaday. Waxa qabtay calool-xanuun, laqanyo ama lalabbo, matag, iyo shuban. Caasha hooyadeed ayaa geysay rugta caafimaadka. Shaqaalihii caafimaadku waxa uu weyddiiyay in uu wax ku cunay gacmo wasakhaysan. Markii ay maqashay arrintii digada iyo hilibka, waxa ay sharraxday: “Digadu waxa ay leedahay jeermis yaryar oo dadka si daran u xanuujin kara haddii ay cuntada galaan. Taasi waa sababta aan mar walba u dhaqanno gacmaheenna marka aan xoolaha nadiifinno, gaar ahaan cuntada ka hor.”

6.2 Hawl-qabad: Ciyaarta “Goorma la Gacmo-dhaqdaa?”

Qalabka:

- Sawirro muujinaya hawl-maalmeedyo kala duwan:
 - Diyaarinta cuntada xoolaha laga helo (hibib, caano, iwm.)
 - Gacmaha oo saabuun lagu dhaqayo
 - Cunto lagu bixinayo meel wasakhaysan

Tilmaamo:

- Halkii marba tus hal sawir oo keliya.
- Weyddii: “Tan ka hor mise ka dib ayaa aan gacmaha dhaqanna?”
- Carruurta ha taagaan gacmaha oo ha sharraxaan sababta.
- Jawaabaha saxda ah ku xooji sharraxaaddo fudud.

6.3 Farriimaha Muhiimka ah

- Mar walba gacmaha ku dhaq/maydh saabuun ka hor inta aanad wax cunin ama cuntada diyaarin.

- Digada iyo wasakhda xooluhu waxa ay xambaarsan yihiin jeermis dadka xanuun(no) ku keeni kara.
- Jeermisku waa yaryahay, waxana uu ku dhuuntaa gacmaha wasakhaysan xitaa haddii aynaan arki karin.
- Gacmo-dhaqashadu waxa ay ilaalisaa qof kasta oo qoyska ka tirsan, gaar ahaan carruurta.

6.4 Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)

- Gacmahaaga dhaq/maydh marka aad taabato xoolaha ama digada.
- Xusuusi qoyskaaga in ay gacmaha dhaqdaan cuntada ka hor.
- Cunto ha ku cunin gacmo wasakhaysan xitaa haddii aad aad gaajoonayso (ama u baahan tahay).
- Ka caawi in meelaha wax lagu cuno la nadiifiyo oo laga ilaaliyo duqsiga.

6.5 Talooyinka Baraha

- Gacmo-dhaqashada tus carruurta adiga oo isticmaalaya jirikaan ama faraxal.
- Hadalka fududee: “Jeermisku waa wax aan la arki karin laakiin waa xooggan yahay, saabuuntuna waa ay maydhaa.”
- U oggolow carruurta in ay jilaan/matalaan sheekada iyo habka gacmo-dhaqashada.
- Weyddii: “Goorma ayaa aad illowdaa in aad gacmaha dhaqdo?” oo ka caawi in ay dhistaan caadooyin cusub.

6.6 Sawirrada Cashirka Lixaad



Sawirka 8^{aad}. Qoys Soomaaliyeed oo ku sugan deegaan xoolo-dhaqato ah ayaa diyaarinaya oo cunaya hilib. Xooluhu waxa ay ku wareegayaan agagaarkooda, cuntadana waxa lagu diyaarinayaa meel furan. Arrintaas waxa ay muujinaysaa muhiimadda ay leedahay nadaafadda iyo gacmo-dhaqashadu xilliga diyaarinta iyo cunista cuntada.



Sawirka 9^{aad}. Wiil gacmihiisa ku dhaqaya/maydhaya saabuun iyo biyo.

7 CASHIRKA LIXAAD: LADAGAALLANKA JEERMISKA XOOGGAN

7.1 Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, carruurta waxa ay awooddi doonaan:

- In ay fahmaan in si-qaldan-u-isticmaalka daawadu uu jeermiska ka dhigi karo mid xooggan.
- In ay bartaan in keliya shaqaalaha caafimaadka ee tababbaran ay tahay in ay daawada siiyaan dadka ama xoolaha.

7.2 Sheeko: Caasha iyo Jeermiska Xooggan

Subax ayaa Caasha aabbaheed, Aadan, waxa uu arkay mid ka mid ah riyahoodii oo qufacaysa oo u muuqata mid tabar daran. Waxa uu soo xusuustay daawo ka soo hadhay markii ay sacoodii xanuunsanaa bishii hore. “Malaha ridanna waa ay caawin doontaa,” ayaa uu is yidhi, waxa uu siiyay dawadii isaga oo aan la tashan, oo aan weyddiin, shaqaalaha caafimaadka xoolaha ee bulshada (CAHW).

Dhawr maalmood kaddib, ridii weli ma ay soo roonaan, haddana ri' kale ayaa iyaduna bilowday in ay qufacdo. Markii uu CAHW-gii soo booqday tuulada, Caasha ayaa u sheegtay wixii dhacay. Waxa uu baadhay riyihii waxana uu u sharraxay: “Tani ma aha daawadii saxda ahayd. Marka aan dawada u bixino si qaldan, sida isticmaalka dawan hadhaa ah, in aan siinno neef aan loogu talagelin, ama aan la dhammaystirin qiyaasta, jeermisku waa uu xoogaysan karaa. Waxa aan ugu yeedhnaa jeermis xooggan, waxana uu bartaa sida uu dawada isaga celin lahaa.”

“Xitaa haddii aan dawada mar kale siinno?” ayaa ay Caasha weyddiisay.

“Haa,” ayaa uu ku yidhi CAHW-gii. “Mararka qaar, xitaa dawooyinka ugu fiican ayaa shaqada joojiya haddii uu jeermisku yeesho adkaysi. Taasi waa sababta ay tahay in aan dawada ka qaadanno oo keliya shaqaalaha caafimaadka xoolaha ama dadka kale ee tababbaran.”

Caasha waa ay madaxa ayaa ay ruxday. “Hadda wixii ka dambeeya, mala-awaal ma jiro. Waa aan weyddiinaynaa shaqaalaha caafimaadka inta aanaan dawo bixin.”

7.3 Farriimaha Muhiimka ah

- Jeermiska qaarkii waxa uu bartaa in uu iska celiyo (la dagaallamo) dawada haddii aan si qaldan u isticmaalno. Kuwaas waxa loogu yeedhaa jeermis xooggan (adkaysiga jeermiska ee dawooyinka)
- Ha isticmaalin dawo raagtay oo hadhaa ah. Dawada ma aha in la wadaaggo.
- Keliya qaado ama bixi dawada ka timid shaqaale caafimaad oo tababbaran ama dhakhtar xoolaad.

- In cudurka lagaga hortago nadaafad ayaa ka fiican in dawo la isticmaalo goor dambe.

7.4 Qodobbada Waxqabadka (u Gaar ah Carruurta)

- Gacmaha dhaq marar badan, gaar ahaan marka aad xoolaha taabato ama cuntada ka hor.
- Xusuusi qoyskaaga in ay weyddiiyaan shaqaalaha caafimaadka ka hor inta aanay wax dawo ah bixin ama qaadan.
- Agagaarkaaga nadiif ka dhig si aad u caawiso joojinta faafitaanka jeermiska.

7.5 Talooyinka Baraha

- Isticmaal ereyo fudud sida "jeermis xooggan" halkii aad ka isticmaali lahayd "adkaysiga jeermiska ee dawooyinka" (antimicrobial resistance).
- U xooji fikradda ah in jeermisku uu noqon karo mid "adkaysi badan" haddii aan siinno fursaddo badan oo uu wax ku barto.
- Isticmaal tusaalayaal dhab ah oo laga yaabo in ay carruurta arkeen (tusaale ahaan, xanuunka xoolaha, dawada guriga taal).
- Bullaali oo carruurta ku baraaruji caafimaadka xoolaha iyo kan dadka labadaba - farriintu waa in ay isku mid yihiin labadoodaba.

7.6 Sawirrada Cashirka Lixaad



Sawirka 10^{aad}. Aabbe ridiisa ku daweynaya jeermis-dile. Waxa ay ahayd in uu la tashado shaqaalaha caafimaadka xoolaha.



Sawirka 11^{aad}. Shaqaalaha caafimaadka xoolaha ayaa carruurta tusaya sida loo ilaaliyo caafimaadka xoolaha. Xoolo caafimaad qaba waxa ay la macno yihiin dad caafimaad qaba iyo deegaan nadiif ah.

8 CASHIRKA TODDOBAAD: ILAALINTA GEEDAHEENNA IYO DHULKEENNA

8.1 Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, ardaydu waxa ay awooddi doonaan:

- In ay fahmaan sababta ay dhirta iyo daaqu muhiim ugu yihiin caafimaadka dadka, xoolaha, iyo deegaanka.
- In ay gartaan sida jaridda geedaha ee xad-dhaafka ah (dhuxulaysi awgeed) ay dhibaato ugu keeni karto biyaha, ciidda, iyo hadhka.
- In ay bartaan tallaabooyin fudud oo ay iyaga iyo qoysaskooduba qaadi karaan si ay u ilaaliyaan dhulka.

8.2 Sheeko: Caasha iyo Geedkii Hadhka Lahaa ee Lumay

Caasha iyo saaxiibbadeed waxa ay ku hoos ciyaari jireen geed weyn oo gurigooda u dhowaa. Adhiguna halkaas ayaa uu ku hadhgeli jiray, qoyskuna waxa ay hadhkiisa u isticmaali jireen cunto karinta iyo nasashada xilliyada maalmaha dhulku kulul yahay.

Maalin maalmaha ka mid ah, Caasha ayaa guriga timidday. Waxana ay aragtay in geedkii la jaray. Ina-adeerkeed oo ka weynnaa ayaa iibiyey si dhuxul looga shido lacag awgeed.

Toddobaadyadii xigay, Caasha waxa ay dareentay in deegaanku noqday mid siigo badan oo ka kulul sidii hore. Geedkii la'aantiis, adhigeedii ma helin meel ay ku nastaan. Waxa bilaabantay in ciiddii ay dabayshu qaaddo. Walaalkeedii ka yaraana waxa kulaylkii badnaa iyo siigada ka soo gaadhay goror (sandhiig) iyo madax-xanuun.

Markii ay yimaadeen hawlwadeennadii caafimaadka bulshada, waxa ay u sharraxeen muhiimadda ay geeduhu u leeyihiin caafimaadka deegaanka. "Geeduhu waxa ay ka caawiyaan dhulka in uu qabow ahaado, waxa ay ilaaliyaan biyaha, waxana ay hoy u noqdaa xoolaha," ayaa ay tidhi. "Jarista geedaha xad-dhaafka ah dhammaanteen waa ay na waxyeelayn kartaa," ayaa ay raacisay.

Tuuladii waxa ay go'aansatay in si wadajir ah loo beero geedo badan oo cusub, lana ilaaliyo kuwii waaweynaa ee hadhay. Caasha waxa ay ka qaybqaadatay waraabinta geedaha yaryar ee la beeray, waxana ay ku tidhi ina-adeerkeed, "Geedaha ayaa aan uga baahi badan nahay dhuxusha."

8.3 Hawlqabad: Geedku ma Dhib baa mise waa Dheef?

Hawlqabadku waxa uu u baahan yahay agabkan:

- Kaadhadh sawirro leh oo muujinaya muuqaallo ay ka mid yihiin:
 - Geed dhuxul loo jarayo.
 - Qoys geed hoostii wax ku karinaya.
 - Adhi geed ku hoos hadhsanaya.
 - Siigo ka kaceysa dhul bannaan oo aan geedo lahayn.
 - Carruur waraabinaysa geedo yaryar.

Tilmaamo:

- Tus sawir kasta oo weyddii: "Arrintani caafimaadkeenna ma caawinaysaa mise waa ay dhibaysaa?"
- Carruurta farta ama suulka ha u taagaan kor (haddii ay tahay wax caawinaya) ama hoos (haddii ay tahay wax dhibaya).
- Ku adkee, oo carruurta ku baraaruji, sida ay geeduhu u caawiyaan ilaalinta ciidda, biyaha, xoolaha, iyo dadka.

8.4 Farriimaha Muhiimka ah

- Geeduhu waxa ay muhiim u yihiin dadka, xoolaha, iyo dhulka.
- Jarista geedaha ee xad-dhaafka ah waxa ay keentaa siigo, kulayl, iyo carro tayo liidata.
- Dhuxushu waxa ay keentaa lacag degdeg ah, sida oo kalena waxa ay keentaa dhibaato mustaqbalka fog ah.
- Beerista iyo ilaalinta geeduhu waxa ay caawiyaan bulshada oo dhan.

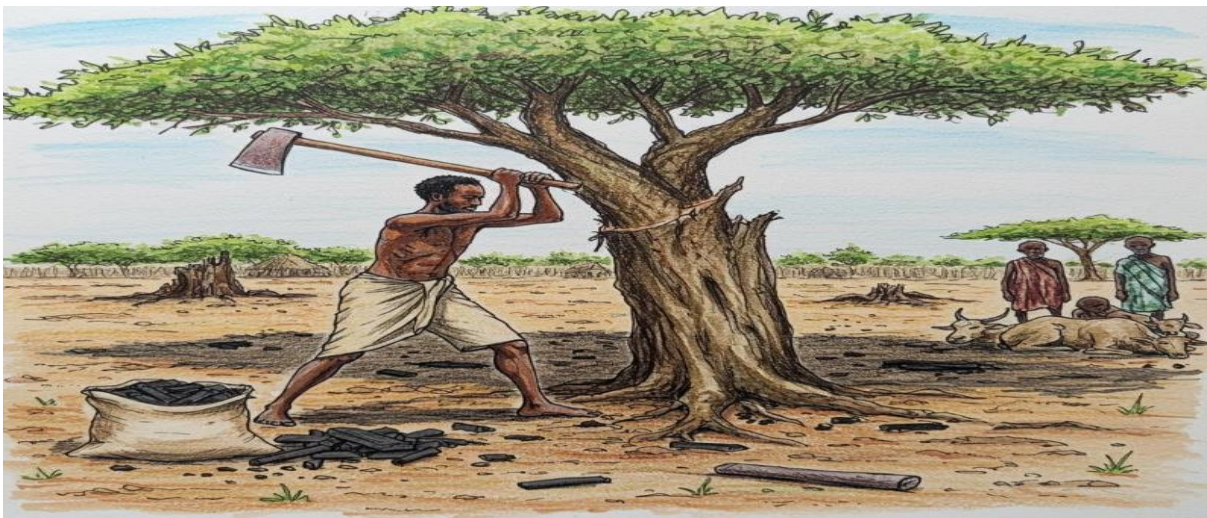
8.5 Tallaabooyinka la Qaadayo (u Gaar ah Carruurta)

- Ha jarina geedaha.
- Ka caawi bulshadiina waraabinta geedaha yaryar ama ilaali xididdada geedaha.
- Kala hadal waayeelka sidii loo beeri lahaa geedo badan oo hadh iyo caafimaad leh.

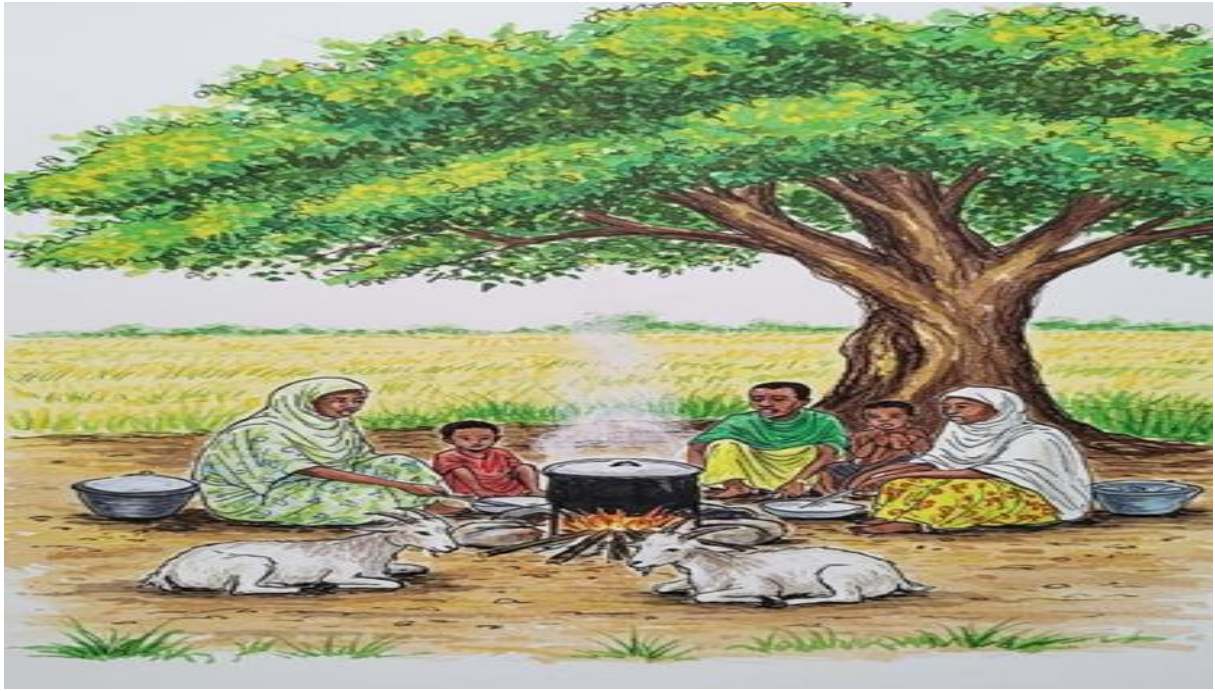
8.6 Talooyinka Baraha

- Weyddii: "Geedo nooc ee ah ayaa ka baxa gurigiinna agtiisa?" ama "Weligaa ma aragtay geedo la jarayo?"
- Ka wada hadla baahida loo qabo xaabada iyo sida loogu dheellitiri karo beerista geedaha.
- Ku soo gabagabee qaybtan odhaahdan gaaban: "Deegaanku Waa Nolosheenna".

8.7 Sawirrada Casharka Toddobaad



Sawirka 12^{aad}. Nin jaraya geed weyn si uu dhuxul uga shido, halka dad kalena ay ag taagan yihiin oo daawanayaan. Jarista geedaha ee xad-dhaafka ah waxa ay dhibaato u geysataa dhulka, xoolaha, iyo hadhka geedaha mustaqbalka ee qoysaska.



Sawirka 13^{aad}. Qoys si nabad ah cunto ugu karsanaya, kuna cunaya, hadhka geed weyn. Geeduhu waxa ay siiyaan hadh, hoy, iyo ilaalin dadka iyo xoolaha ku nool cimilooyinka kulul.



Sawirka 14^{aad}. Labo carruur ah oo daryeelaya geed yar oo ay waraabinayaan. Beerista iyo ilaalinta geeduhu waxa ay ka caawiyaan deegaanka in uu caafimaad qabo, taas oo u roon xoolaha iyo dadka.

9 CASHIRKA SIDDEEDAAD: ABAARTA IYO CAAFIMAADKEENNA

9.1 Ujeeddo

Dhammaadka cashirkan, carruurta waxa ay awoodi doonaan in ay:

- Fahmaan sida ay abaarta u saamayso dadka, xoolaha, iyo deegaanka.
- Gartaan khataraha caafimaad ee ka dhasha abaarta (sida gaajada, harraadka, cudurrada, iyo isqabqabsiga).
- Bartaan tallaabooyinka lagu ilaaliyo qoysaska iyo xoolaha xilliyada abaaraha.

9.2. Sheeko: Caasha iyo Xilliga Abaarta

Sannadkan roobkii ma di'in. Qoyska Caasha adhigoodu waa uu yaraaday, cawskiina waa uu xaallufay. Barkaddii/Ballaygii biyaha laga dhaansan jiray waa uu gudhay/faaruqay. Walaalkeedii ka yaraa farruuryaha (bushimaha) ayaa qalallay. Gaajana waa uu la ildaran yahay. Xoolahoodii waa wada weyd (caato) oo waa tabar daran yihiin. Geedihii caleemo ma laha, siigana dhulka ayaa ay ka kacaysaa.

Oday waayeel ah oo bulshada ka tirsan ayaa tuulada soo booqday. Waxana uu carruurta uga sheekeeyey abaarihii hore. Waxa uu la wadaagay sida ay beerista geedaha, keydinta biyaha, iyo in la is-daryeelo ay dadka uga caawisay in ay badbaadaan.

Caasha waxa ay ku biirtay kooxdii tuulada ee biyaha soo dhaaminaysay, cuntadana wadaagaysay, kana caawinaysay carruurta yaryar in ay hadhka geedaha ku qabowsadaan.

9.3 Farriimaha Muhiimka ah

- Abaartu waxa ay dhibaataysaa dadka, xoolaha, iyo dhulka.
- Biyaha iyo cuntadu waa qaali, ee ha khasaarinnin.
- Ka caawi qoyskaaga in ay caafimaad qabaan: cabba biyo nadiif ah, cuntada wadaagga, kuna nasta hadhka geedaha.
- Waqtiyada adag si wadajir ah u shaqeeya (Tukashada salaadda Roobdoontu waa muhiim).

9.4 Tallaabooyinka la Qaadayo (u Gaar ah Carruurta)

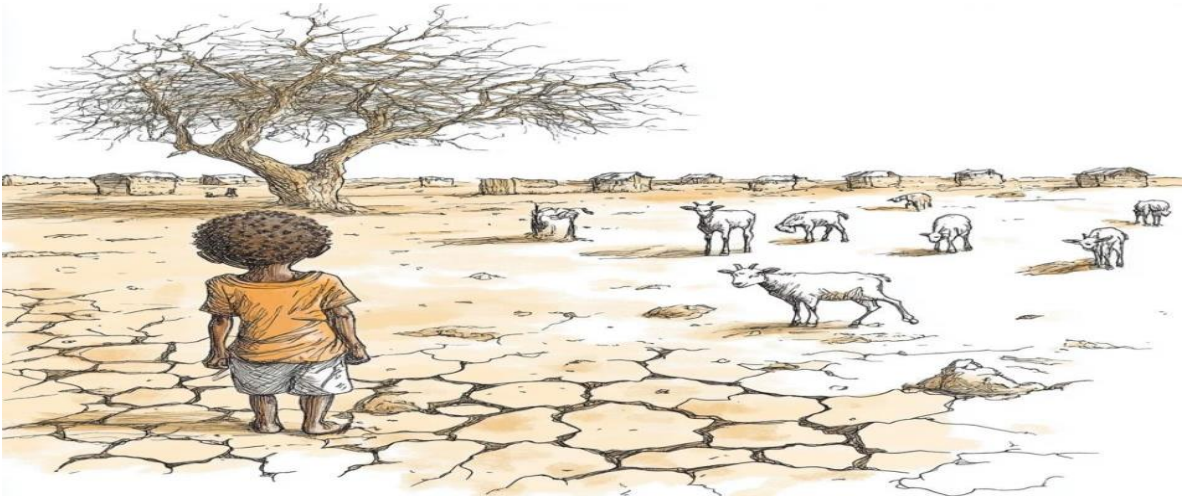
- Biyaha ha khasaarinnin, kana caawi qoyskiinna in ay nadiif ahaadaan.
- Xusuusi dadka waaweyn in ay keydsadaan cuntada iyo biyaha xilliyada abaaraha.

- Ka caawi daryeelka carruurta kaa yar, dadka buka, iyo xoolaha.

9.5 Talooyinka Baraha

- Isticmaal sheekooyin dhab ah ama sawirro muujinaya dhul oomane ah, xoolo caatoobay, iyo meelo biyihii ka gudheen.
- Adkee oo ugu celceli carruurta: Caafimaadka Midaysan = Daryeelka Dadka + Xoolaha + Deegaanka xilliga abaarta.

9.6 Sawirrada Cashirka Siddeedaad



Sawirka 15^{aad}. Wiil yar oo taagan dhul dildillaacay, halka adhi caato ahi uu caws ka raadsanayo tuulo Soomaaliyeed oo abaaraysan. Abaartu waxa ay engejisay dhulkii, waxana ay saamaysay dadkii iyo duunyada labadaba.



Sawirka 16aad. Carruur iyo haween masaafo dheer u lugeynaya dhul bannaan oo oomane ah, iyaga oo sida caagaddo (jirikaanno), watana dameero si ay biyo ugu soo dhaamiyaan. Xilliyada abaaraha, helitaanka biyo nadiif ah waxa ay noqotaa halgan maalin kasta ah.