

Somali Translation

**Kusoo dhawoow xarunta sare ee iskaalmeysiga lamaanaha qaba xanuunka cudurka
Dhimirka (Peer support)**

Iskaalmaysiga lamaanaha qaba xanuunka dhimirka waa khibrado wadaagid iyo gudbinta talooyin dadka kale taasoo ku saleysan waayo-aragnimada ruuxa uu u leeyahay cudurka dhimirka ama xanaano u fidinta ruux qaba cudurka dhimirka.

Cudurada dhimirka alaaba waa wax qarsoon, qoysaskana waxay u dareemayaan arrintan wax ceeb ah, hase ahaatee, gacan isa siinta lamaanaha ama qoyska ee arrinta cudurka dhimirka waa waxa ugu weyn ee xoojin kara bulshooyin badan.

Cilmibaarinta waxay cadeeysay gargaar lamaanaha in ay waxter leedanhay gaar ahaan siiba dadka qaba cudurka dhimirka ka iyo kasoo kabsigiisa. Garaarka lamaanaha ee xanaaneeyayaaasha dadka qaba dhimir xanuun ayaa waxaa si mug leh loogu aqoonsaday in ay waxtar u leedahay xanaaneeyayaashu nafatood si loo ilaaliyo fayoobi qabidoodu.

Websiydka waxaad si mug leh looga heleyaa macluumaada fara badan oo ku qoran afka Ingirisiga iyo afafyow kale. Fadlan haka deymo darnaanin webkan si joogta ahna ula soco.

Haddii aad dooneysid macluumaad dheeri ah, la xiririr ADEC telka (03) 9480 1666, Toll free 1800 626 078 or by email; info@adec.org.au