Good Practice Guide to Interpreting

Midaye

Habka Turjumidda Wanaagsan

© 2010 A BME Health Forum Publication

oo la shaqeynaayo

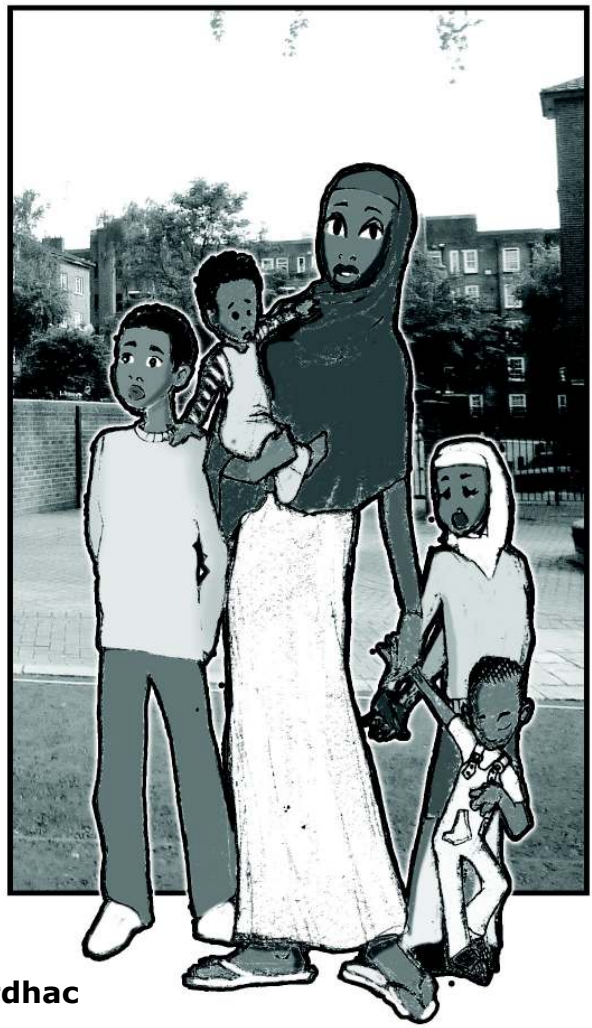
Al-Hasaniya Moroccan Women's Centre

Chinese National Healthy Living Centre

Midaye Somali Development Network

Queens Park Bangladeshi Association

WSPM Agape Community Project



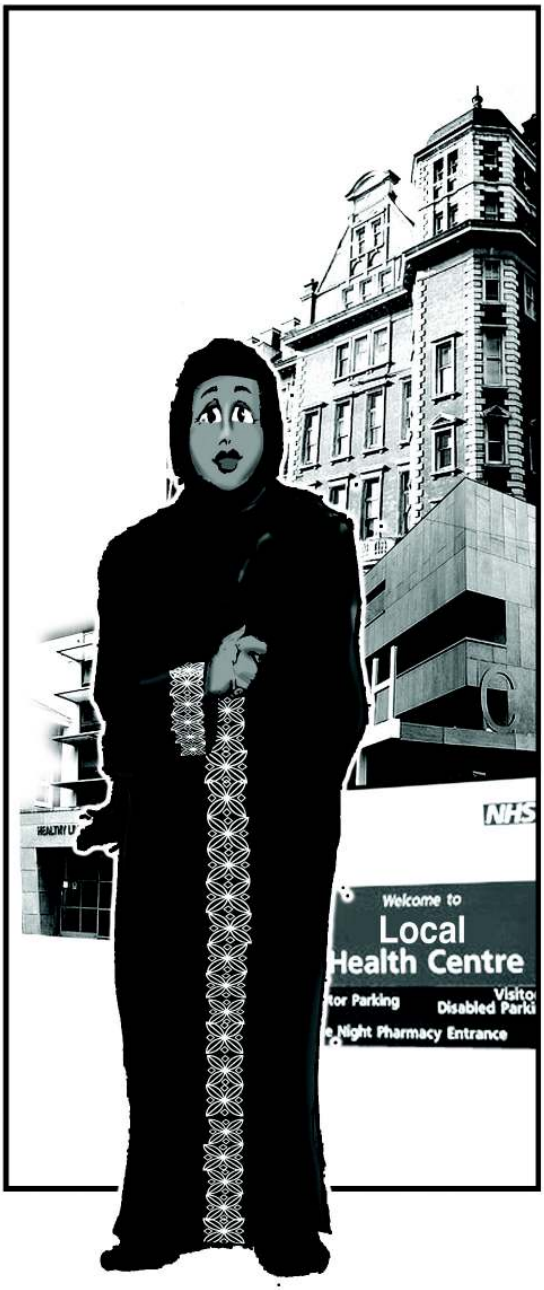
1. Hordhac

Waxaa tusahan loo sameeyey inuu caawiyo adiga iyo reerkaaguba si aad fahantaan sababta markaad la hadleyso shaqaalaha caafimaadka aad u isticmaaleyso qof turjumaan rasmi ah. Waxaa qormadani sharxeysaa sababta turjumiddu ay muhiim u tahay iyo sida sax loogu isticmaalo adeegga turjumidda.

Haddii aadan si aad ah isugu kalsooneyn markaad ku hadleyso afka Ingiriiska, isticmaalidda turjumaanka ayaa kaa haqabtiraya sidii aad si fasiix ah wax ugu sheegi lahayd dhaqtarkaaga iyo qabiiro kale ee caafimaadba.

2. Maxaan u isticmaalayaa turjumaan?

Markaad u baahan tahay macluumaad caafimaadka khuseeya, waxaa muhiim ah inaad si la fahmi karo shaqaalaha caafimaadka ugu sheegan karto si ay u fahmaan baahidaada.



Haddii aadan fahmin waxa la sheegayo oo aadan si fasiix ah shaqaalaha caafimaadka ugu sheegi karin waxaa dhici karta in lagu siiyo dawooyin aadan u baahneyn ama aad hesho daryeel aan kugu habbooneyn. Waxaa suuragal ah inaad qaadato dawooyin qaldan amaba laguu diido daryeelka aad dooratay. Haddii aadan fahmin waxa lagugu sameynayana, waxaa kugu abuurmi kara welwel iyo kelinnimo.

Haddii afka Ingiriisku uusan ahayn afkaaga koowaad, waxaad xaq u leedahay inaad isticmaasho turjumaan mar kasta oo aad dhaqaatiirta la ballanto, tusaale ahaan, markaad joogto dhaqtarkaaga guud, cusbitaalka amaba dhaqatarka ilkaha. Tanu waa xuquuqdaada.

Waxaad xaq u leedahay turjumaan ku caawiya.

3. Waa maxay faraqa u dhexeeya turjumaanka rasmiga ah iyo kan kale?

Turjumaanka rasmiga ah, oo mararka qaar loo yaqaan turjumaannada tababbaran, waa kuwo xirfaddooda luqadeedi ay aad u sarreyso waxaana lo soo tababbaraa iney fahmaan ereyada khaaska u ah caafimaadka iyo dawooyinka.

Waxaa si gaar ah loogu tababbaraa iney ka shaqeeyaan goobaha caafimaadka, adeeggaasina adiga waa kuu bilaash. Waxaa shaqadoodu tahay iney kaa caawiyaan sidii aad si fasiix ah ugula hadli lahayd xirfadlayaasha caafimaafka sida dhaqaatiirta, kuwo ilkaha iyo shaqaalaha kalaba.

Sidee ayaan ku helayaa turjumaan rasmi ah?
Waxaad codsan kartaa turjumaan rasmi ah mar kasta oo aad ballan ka sameysaneyso goobaha caafimaad ee NHS oo dhan. Waxay ahaan karaan dhaqtarkaaga, kan ilkahaaga, adeegga PALS amaba cusbitaalka.

Xasuusnow in markii uu turjumaan rasmi ahi ku caawiyo aad awoodeyso inaad si la fahmi karo wax ugu sheegto qubarada caafimaadka.

Wuxuu turjumaanku kuu sharxayaa wax walba oo laguu sheego waxaadna weydiin kartaa wixii hadba su´aalo aad qabto si aad wax walba u fahanto. Adeegsiga turjumaanka rasmiga ahi waa habka ugu wanaagsan ee aad baahidaada ugu sheegan karto sidii sax ah, isla markaasna aad u gaari karto go´aammo macquul ah adigoon ka welwelin in luqaddu ay ku xannibto.

Markaad isticmaasho turjumaanka rasmiga ah, waxaad heyleysaa:

- **Xogtaada oo la xafido**
- **Inaad fahanto ereyada daawada loo isticmaalo**
- **Turjumid sax ah**

4. Maxaa ii diidaya inaan ehelkeyga iyo asxaabteyda ka dhigto turjumaan?

Wey jirikaraan sababo badan oo aad u jeclaan lahayd inaad ehelkaaga iyo asxaabtada u isticmaasho iney kuu turjumaan. Waxay ahaan kartaa adigoo aaminsan iney aad kuu yaqaanniin maadaama ay in muddo ahba turjumaan kuu ahaayeen. Wey wanaagsan tahay inaad ehelkaaga iyo asxaabtaadu ay kuu turjumaan xaaladaha degdegga ah ama ay ku caawiyaan markaad sameysaneyso ballamo caafimaad amaba aad codsaneyso turjumaan.

Balse inta aadan weydiisan ehelkaaga iyo asxaabtaada iney kaaga turjumaan kulammadaada caafimaad waa inaad marka hore ka fikirtaa arrimahan:

1. Aqoondarro iyo tababbar la´aan – Waxay u badan tahay inaan qofka ehelkaaga ama saaxiibkaa ahi uusan xariif ku ahayn afka Ingiriiska ama uu isaga / iyadu fahmi karin ereyada caafimaadka loo adeegsado.

2. Xishoodka – Dadka ehelkaaga ama asxaabtaada ahi waxay dareemi karaan xishood marka cudurrada qarkood laga hadlayo. Waxaa kaloo suuragal ah iney ku adkaato qirashada aqoondarradoodu oo ay ka xishoodaan weydiinta waxa aysan fahmin.

3. Dareenkooda oo kula jira - Waa suuragal in waxyaabaha adiga kaa xanaajin kara ay ehelka ama asxaabtu ay ka xanaaqi karaan waxyaabaha adiga kaa xanaajin kara. Maadaama ay ku yaqaanniin kuna jecel yihiin waxaa laga yaabaa iney ku adkaato iney war xun kuu sheegaan.

4. Dhowrista xogta iyo ilaalinta xudduudka quburada - Ehelkaaga iyo asxaabtaadu ma ahan dad tababbaran oo kuma qasbana iney ilaaliyaan xeerarka dhowrista xogta qoka. Waxaa dhici karta in aysan ilaalin xogtaada.

XASUUSO: Turjumidda qaladka ahi waxaa sababi kartaa is-afgaranwaa amaba in macluumaadka si qalad loo fahmo. Isticmaalidda qof ehelkaaga ama asxaabtaada ah inuu kuu turjumo waxay sababi kartaa qalad weyn oo si xun u saameyn kara caafimaadkaaga.

Tusaalooyinka shaqo wanaagga Mashaariicda Shacabka ee Shaqo Wanaagga & Caafimaadka

Tusaale 1: Haweeney da´ah oo aan waxba akhrin karin ayaa timid Mashruuca Haweenka Marookaanka ee Al Hasaniya si wax loogu turjumo. Waxay wadatey waraaqo uu dhaqtarkeedu usoo qoray oo aysan akhrisan karin.

Waraaqaha mid ka mid ahi waxay ahayd mid uu dhaqtarkeedu arrinteeda ugu gudbinayo Adeegga Dhaqancelinta Westminster. Waxay warqaddu sharxeysey in loo sameeyey ballan si looga caawiyo dhibaatada ay socodka ku qabto. Balse maadaama aysan haweeneydu warqadda akhrisan karin waxay halkaas ku seegtay ballanteedi.

Al Hasaniya ayaa wacday Xaruntii Adeegga waxaana loo sheegay in ballantii la dhaafay waqtigeedi oo uu bukaanku u baahan yahay inuu mar kale dhaqtarkiisa ka helo warqad kale. Al Hasaniya ayaa markaas warqad u qortay dhaqtarkeedi oo u sharxay sida wax u dheceen. Warqaddii loo qoray ayey dabadeedna hore usii qaadatay markii ay dhaqtarka usii socotey.

Tusaale 2: Wuxuu ahaa qofkani gabar ku hadasha afka Faransiiska oo reer Koongo ah shahaado Injinneer ka waata dalka Beljam. Maadaama ay ka timid dal ka mid ah Isutagga Yurub ayey xaq u lahayd Adeegyada Caafimaadka Asaasiga ee NHS. Waxay ahayd hooyo keligeed ah waxayna UK muddo siddeed sano ah la degganeyd wiilkeeda yar.

Waxaay qaadatay koorsada KCIA ee Adeegyada Caafimaadka Asaasiga bishii Sitembar 2009. Intii ay koorsada qaadaneysey ayey sheegtay iney ka welwelsan tahay sida uu dhaqtarkeedu u maamulayo xaaladda caafimaad ee wiilkeeda. Waxay intaas raacisay in aysan ku qanacsaneyn daryeelka ay ka hesho qalliinka dhaqtartkeeda oo ay dareento midabtakoor. Waxay sheegtay inay arrintaas dareentay mar ay wiilkeeda u kexeysey qeybta gargaarka degdegga ah halkaasoo lagu baarayey cunugga kaadidiisa.

KCIA waxay Bukaankan ku caawisey macluumaad ku saabsan sida NHS u shaqeyso iyo waxa habka daryeelka Asaasigu yahay.

Waxaa kaloo loo diray Sarkaalka Adeegga Talosiinta Bukaanka (PALs) sababtoo ah waxay dooneysey iney dacwad sameyso. Waxay gabadhu sheegtay iney ka faa´iideysatay aqoontaas dheeraadka ah oo ay si wanaagsan u fahantay adeegyada NHS sababtuna ay ahayd macluumaadkii iyo kaalmadii ay ka heshay KCIA.

Tusaale 3: Haweeney Soomaali ah oo ku hadasha xoogaa Ingiriis ah ayaa tagtay xarunta Midaye waxayna ka dacwooneysey in dhaqtarkeedu uu si joogto ah ugu qoro dawooyinka kahortagga niyadxumada, in kastoo xanuunkeedu ahaa mid dhabarka ah oo aan ahayn mid maskaxda ah. Mar kasta oo ay u tagto dhaqtarkeeda waxuu sii kordhiyaa tirade dawooyinkaas uu siinayo.

Waxaa gabadhan ku yaraa aqoonteeda afka Ingiriiska oo ay dhaqtarka si sax ah ugu sharxi lahayd in xanuunku uu dhabarka ka hayo. Caradii aqoondarradeedu ku abuurtay ayaa dhaqtarkii wuxuu u fahmay in xanuunkeedu yahay mid maskacda ah maadaama ay ahayd hooyo keligeed ah oo ay dhibaato ku hayso cidlada, iyo weliba qurbaha iyo luqad xumaduba, kuwaasoo inta badan loo fahmo iney qofka degganaasho xumo ku dhaliyaan.

Xaruntii Midaye ayaa weydiisey iney weligeed isticmaashay turjumaan amaba shaqaalaha bulshada markey aadeyso dhaqtarkeeda. Waxaa laga dhaadhiciyey in arrintaasi ay ka caawineyso sidii ay dhaqtarkeeda uga dhaadhicin lahayd in aysan qabin xanuun maskaxda ah. Waxaa caddaatay in aysan weligeed isticmaalin qof ah turjumaan rasmi ah oo is afgaranwaagu uu ahaa mid ka dhashay isgaarsiin xumada.

Dadaalkii Midaye, dhexdhexaadintii iyo caawinaadii, ayaa aakhirkii xallisay is afgaranwaagii muddada soo jirey. Waxay aakhirkii haweeneydi fahantay faa´iidada adeegga turjumidda. Sidoo kale waxaa dhaqtarkeedi fahmay in uusan qofku mar walba si sax ah u cabbiri karin astaamaha xanuunkiisa xataa hadduu u muuqdo sidii qof Ingiriiskiisu iska fiican yahay. Waxaa dhaqtarki iyo bukaankiba halkaass labadoodiiba ka barteen casharro qiimo leh oo ku saabsan muhimadda turjumidda rasmiga ahi u leedahay xallinta dhibaatooyinka luqad yarida..

5. Maxaan carruurta loogu adeegsan karin iney ka turjumaan ballamada caafimaadka?

Marnaba carruurta (kayar 16 sano) lagama dhigan karo turjumaan marka laga reebo xaaladaha degdegga ah oo aan la heli karin telefoon ama qof weyn ma ahane!!

Baaris la sameeyey ayaa sheegeysa in waalidka carruurtooda ka dhigta turjumaan ay khatar weyn ugu jiraan in lagu sameeyo baaris caafimaad oo qaldan loona qoro dawooyin qalad ah. Shaqada turjumaanku waxay u baahan tahay aqoon sare oo luqadeed, tababbar iyo aqoonta ereyo khaas ah. Caddaalad uma ahan cunugga in loo diro hawlaha dadka waaweyn, gaar ahaan haddiiba shaqadu ay tahay mid qalad khatar ah reebi karta kaasoo gadaal ka carqaladeyn kara tayada nolosha cunugga..

Ma ahan inuu cunuggu jirrooyinka khatarta ah ee waalidkiis qabo ka ogaado dhaqtarka, oo ay weliba macluumaadkaas isagu waalidkiis usii gudbiyo.

Haddii aad ku fikireyso in cunug yari uu kaaga turjumo goobaha caafimaadka fadlan qiimee dareenkooda

Waxyaabaha laga hadlaayo cunugga maku abuuri karaan yaxyax ama xanaaq?

Waxyaabaha laga hadlayo si uun ma u dhaawici karaan cunugga? Dad waaweyn oo ka hadlaya caafimaadkaaga carruurtu ma fahmi karaan wuuna dhaawici karaa

Ma cunug yar baad ka sugeysaa inuu noqdo turjumaan leysku halleyn karo?

Maka fikirtay inuu/inay ka welwelayaan iney qalad wax u turjumaan amaba ay wax qaldaan?

Inta badan carruurtu, gaar ahaan kuwa yaryari, wey necebyihiin iney turjumaan noqdaan; xataa adiga ayey kugu nici karaan inaad shaqadaas u dirsato. Waxay weliba tani ay aad usii daran tahay makii ay dugsigoodii ama ciyaalkii ay la ciyaari lahaayeen ku seegaan hawshaas darteed.
Turjumiddu waxay inta badan noqon kartaa shaqo dhib badan oo samir u baahan. Ka fikir sida turjumiddu ay cunuggaaga ka dhigi karto, iyo weliba wareerka iyo walbahaarka ay gelin karto dhibka ku heysta

In carruurta loo isticmaalo turjumaan ahaani waxay saameyn kartaa caafimaadka & jiritaankooda; wey dhaawaceysaa, oo xataa qofka weyn ayey khatar u tahay. Dhibaatooyinka iman kara marka carruurta laga dhigto turjumaan waxaa ka amid ah:

Shaqada kala wareeji – Cunuggaaga ayaad ku qasbeysaa inuu liqo macluumaad maskaxdiisa ka weyn sii uu adiga, oo waalidki ah, kuu caawiyo. Ma ahan iney tani noqoto kaalintii cunugga.

Cuqdad – Waa suuragal in carruurtu ay u dareemaan in wax ay iyagu qalad u turjumeen ama fal ay sameeyeen intii ay turjumaanka kuu ahaayeni ayba sabab u noqdeen jirradaada – xataa haddii aanba qaladkaasi dhicin.

Waxaa dhici karta inuu cunuggaagu uu si aan ulakac ahayn wax u turjumo si uu ugu dabbaqo fikirkiisa/keeda shakhsiyeed ee waxa la qumman, u sahlan, amaba ku habboon waalidka si uu ceebtooda u asturo.

Dhacdooyinkan soo socda ayaa iftiiminaya dhibaatooyinka inta badan dhaca:

DHACDO CASHAR AH

'Gabar yar oo Afrikaan ah oo 16 jirta, ayaa dhowaan ka timid dalka Siiraliyoon, oo ay dantu ku qasabtay iney hooyadeed uga turjunto dhaqtarkeeda. Waxaa dhaqtarkii sheegay iney hooyadu qabi karto buruqda loo yaqaan fibroids oo minka kasoo baxa. Hooyadii welwel ayaa ku abuurmay maadaama ay dooneysey iney carruur kale dhasho weyna garan weysey sida cudurkani u saameynayo. Waxaa gabadhii qasab ku noqotay iney hooyadeed u sharaxdo iney tani saameyn karto iney ilmo kale dhasho oo buruqdannna ay tahay in laga qalo. Waxay xaaladdani walaac ku wada abuurtay gabadhi yareyd iyo weliba hooyadi. Waxaa hooyadi la foolxumaatay in gabadheedi yareyd ay waxyaabahan u turjunto,balse aysan heysan ikhtiyaar kale.'

DHACDO CASHAR AH

'Gabar reer Bangladesh ah ayaa dhaqtarkeedu wuxuu u qoray dawooyin loogu talogalay cudurro kala duwan. Laakiin maadaama aysan ku fiicneyn afka Ingiriiska ayaa waxaa shaki ka galay dawo walba cudurkii loogu talagalay.

Markii ay gurigii ku laabatay iyadoo wadata dawooyinkii ay farmashiyaha kasoo gadatay, ayaa waxaa dantu ku qasabtay iney carruurteedii ka codsato iney dawooyinka akhriyaan oo ay u sheegaan dawo walba cudurka loogu talogalay iyo weliba gooraha la kala qaadanayo.'

DHACDO CASHAR AH

'Ardayad dhallinyar ayaa dantu ku qasabtay in fasalka looga dhex yeero si ay hooyadeed oo dibadda taagan afka Kantoniiska ugu sheegto in laga helay cudurka kansarka. Waxaay aqoon weysey ereyadii lagu turjumi lahaa qalliinka iyo daweynta raajada. Iyadoo naxsan oo u cabsaneysa hooyadeed ayey ugu dambeyntii waxay hooyadeed afkeedi ugu sheegtay in dhaqtarku uu jirkeeda middiyo ku jarjari doono.'

6. Sidee ayaan ku helaa turjumaan?

Sida caadiga ah, waa in xogheynta dhaqtarkaagu ay ku weydiiso inaad turjumaan u baahan tahay iyo in kale markii aad ballan la sameysaneyso dhaqtarkaaga waana iney jawaabtaada diiwaankooda geliyaan. Haddiise aysan tani dhicin waa inaad adigu ka codsataa turjumaan. Xaaladaha degdegta ah iyo marka aysan suuragal ahayn inaad turjumaan ballansato, waa in telefoonka laguugu ballamiyaa. Haddiise aan lagu siinin wax fursad ah oo turjumid ah, amaba uu turjumaanku iman waayo ballantaada, waa inaad u sheegtaa inaad u baahan tahay qof kuu turjuma.

Haddii ay xaaladdu degdeg tahay waxaad codsan kartaa in telefoonka laguugu turjumo intii aad ballan kale sugi lahayd (Khadka Luqaduhu wuxuu hadda adeegyo NHS oo turjumid ah u sameeyaa Kensington & Chelsea iyo Westminster). Adeeggani waa mid xogtaada dhowraya oo bilaashna ah. Haddii aadan codsan turjumaan amaba uu iman waayo ballantaadi waxaa lagu weydiinayaa in ballan kale laguu sameeyo. Xaaladaha khaaska ah iyo kuwa degdegta ah waxaa laguu soo jeedinayaa inaad qaadato turjumid telefoonka ah.

Xasuuso: adiga ayaa masuul ka ah inaad hubiso in turjumaan laguu ballamiyey. Haddii aan lagu weydiin inaad turjumaan u baahan tahay, adigu mid codso. Tani weliba aad ayey muhiim u tahay sababtoo ah waxaa dhici karta in qalliinka dhaqtarkaaga ama adeegyada NHS ay u baahdaan iney kuu sameeyaan labo ballan, lacalla haddaad u baahato turjumid dheeraad ah.

Iska hubi in markaad turjumaan codsaneyso aad sharaxdo luqadda iyo lahjadda aad u baahan tahay. Haddii aad dooneyso turjumaan lab ama dheddig ahna sidoo kale fadlan hubi in lagu fahmay si loo qaado tallaabooyinka daruuriga ah ee lagugu qancin karo

Haddii aadan ku qanacsaneyn turjumaanka, waxaad xaq u leedahay inaad dacwooto oo aad codsato turjumaan kale. Fadlan fiiri qeybta 9 ee bogga 15 wixii macluumaad ah oo ku saabsan sida dacwadaha loo oogo.

7. Wadahadalka – weydiimaha guud

Q1. Ma codsan karaa inuu isla turjumaaku uu mar walba wax ii turjumo?

A. Waad codsan kartaa isla qofkii hore wax kuugu turjumay balse hubaal ma ahan inuu firaaqo ahaan doono xilligaas.

Q2. Waxaan degganaan dareemaa inuu qof ehel ama saaxii ahi iisoo raaco ballamaheyga, qofkaasi ma isoo raaci karaa xataa haddii uu turjumaan goobta joogo?

A. Haa, waase inuu qofku qaangaar yahay. Adiga ayaa lagaa doonayaa inaad ka fikirto in qofkaasi uu yahay mid ku habboon inuu xaaladdaada caafimaad wax ka ogaado.

Q3. Ma codsan karaa turjumaan iga caawiya is diiwaangelinta?

A. Waxay taasi ku xiran tahay heshiiska NHS ay la leedahay hadba adeeggaas, waa inaad la xiriirtaa adeegga aad daneyneyso ama la xiriir adeeggaaga PALs (fiiri qeybta 9 Caawinta Bukaanka)

Q4. Haaddii aan qabo wax su´aalo ah markey ballanteydu dhamaato dabadeed, ma waxaan la xiriirayaa dhaqtarkeyga mise turjumaanka?

A. Mar kasta la xiriir dhaqtarkaaga.

Q5. Ka warran haddii aan ku hadlo lahjad gaar ah?

A. Codso turjumaan lahjaddaada yaqaan kaddibna NHS waxay ku dadaali doontaa sidii laguugu keeni lahaa qofkaas. Si kastaba, la soco in aysan mar walba suuragal ahayn in lahjad walba turjumaan loo helo. Haddii arrintu sidaas noqoto, waxaa laguu keenayaa lahjadda ugu dhow.

8. Maxaan ka heli karaa turjumaan ama Adeegyada Caawimaadda Afafka (LSS)?

Waqtigan ma jiraan shuruudo gaar ah loo lagula heshiiyey turjumaannada amaba xirfadda adeegyada caawimaadda turjumidda. Laakiin Guddiga Caafimaadka London[1] ayaa sameeyey liis shuruudo ah oo lagu hubinayo ee lagu gaarayo *adeeg luqadeed iyo isgaarsiineed oo shaqeynaya*, oo dadka adeeggaas isticmaalaa ay u arkeen muhiim marka ay ka faa´iideysanayaan adeegyada turjumidda.
Dhinacyada laga hadlay waxaa ka mid ah:

1. Helidda
2. Adeegsiga
3. Hab-dhismeedka
4. Habka shaqada
5. Fududeynta
6. Shaqaalaha/shaqeeyaha

Iyadoo la qiimeynayo turjumayaasha (shaqaalaha/ shaqeeyaha), ayaa shuruudahan la sameeyey:

- Waxaa adeeggu tababbar u sameynayaa shaqaalaha caafimaadka si ay u fahmaan doorka adeegga LSS, dhismaha urukooda iyo sida ugu wanaagsan ee loo isticmaalayo.

- Waxaa adeeggu cayimayaa xeer xirfadeed oo asaasi ah oo laga doonayo shaqaalaha LSS.

- Waxaa adeeggu shaqaaleynayaa shaqaale LSS oo xirfadlayaal ah awoodna u leh iney si sax ah wax u turjumaan isla markaasna xaqdhowraya xuquuqda bukaanka iyo shaqaalaha caafimaadkaba.

Guddiga Caafimaadka London, Mashruuca Adeegga Luqadaha iyo Isgaarsiinta
DARAJADA DHISMAHA TAYADA IYO TIRADA, Tusaha Keydka LSS.
Silkap Consultants, November 2006

- Waxaa adeeggu tababbarayaa shaqaalaha LSS ilaa laga gaarsiinayo heer xirfadeed oo lagu heshiiyey oo ah dhinacyada aqoonta, xirfadda, dhaqanka iyo akhlaaqdaba.

- Waxaa adeeggu hubinayaa in shaqaalaha LSS ay noqdaan kuwo dadka caawiya, weji furan, ballanta ilaaliya, edeb leh, aan qofka dhaliilin, si wanaagsan u lebbisan oo naxariis leh.

- Waxaa adeeggu hubinayaa in dadka ay LSS shaqaaleyso ay 100% si sax ah u wax u turjumaan oo ayna dadka adeegga isticmaala siin karaan macluumaad heerkooda ah.

- Adeeggu waa mid aqoon sare u leh hababka dhaqameed, bulsheed iyo dhaqaaleed iyo weliba diimeed ee luqadaha ay u adeegaan.

- Adeeggu wuxuu hubiyaa in shaqaalaha LSS ay yihiin kuwo yaqaan oo fahamsan dhismaha iyo sida ay u shaqeeyaan hayadaha dowladda iyo adeegyadooda aqoonna u leeyihiin ereyada kala duwan ee loo isticmaalo xirfadaha goobahaas dowladeed ee kala duwan.

- Adeeggu wuxuu hubiyaa in shaqaalaha LSS ay yihiin kuwo shaqada ku faraxsan, qiimeeya oo la siiyo mushahar ku habboon.

Waxaa adeeggu sidoo kale hubinayaa in shaqaalaha LSS ay haddii loo baahdo Isticmaalayaasha Adeegga usii gudbin karaan hadba hay'adda ku habboon ee caawimaad dheeraad ah siin karta.

9. Gargaarka Bukaanka

Haddii aad dooneyso inaad soo jeediso talooyin ku saabsan adeegga aad adiga amaba ehelkaagu aad ka heshaan rugta dhaqtarka, dhaqtarkiinna, dhaqaatiirta ilkaha NHS ama adeegyada kale ee NHS, amaba aad dooneyso inaad dacwad sameyso, waxaa kuu furan mid kasta oo ka mid ah jidadkan soo socda. Haddiiba ay suuragal tahay, waxaad dacwada si toos ah ugu jiheysaa adeegga ay khuseyso. Laakiin, haddii ay tallaabadani arrinta xallin weyso, waxaad markaad la xiriirtaa Adeegga Sarkaalka Talosiinta Bukaanka (PALs) si ay kaala taliyaan sida aad markaas dacwaddaada u meelmarin lahayd.

Shaqada PALs waa iney NHS ka caawiyaan sidii ay adeegyada usii wanaajin lahayd iyadoo ka shidaal qaadaneysa arrimaha muhiimka u ah bukaanka iyo ehelkooda si ay wax uga beddesho haddey suuragal tahay. Waxay PALs kuu sameyn karaan waxyaabahan:

- Iney ku siiyaan wixii macluumaad ah oo ku saabsan NHS oo ay kaa caawiyaan wax kasta oo kale oo caafimaadka ku saabsan;
- Iney kaa caawiyaan xallinta dacwadaha iyo dhibaatooyinka markaad isticmaaleyso NHS;
- Iney ku siiyaan wixii macluumaad ah oo ku saabsan hababka dacwadaha NHS iyo sida loo helo gargaar madaxbannaan haddii aad doorato inaad dacwad oogto;
- Iney ku siiyaan macluumaad kuguna xiraan hayadaha iyo kooxaha kale ee gargaarka ee ka baxsan NHS;
- Iney kuu sheegaan sida aad kaalin uga qaadan karto daryeellada caafimaad iyo kuwa NHS ee xaafaddaada;
- Iney sii wanaajiyaan NHS iyagoo dhegeysanaya dacwadahaaga, afkaarahaaga iyo khibradahaaga oo ay hubiyaan iney sii gaarsiiyaan dadka qorsheeya iyo kuwa maamula adeegyada NHS;
- Iney hore ugu digaan maamulka Hay'adaha NHS iyagoo tilmaamaya dhibaatooyinka ama waxyaabaha ka maqan adeegyadooda.

Xafiis ay leeyihiin PALs ayaa ku dhex yaalla urur walba ee NHS, oo ay ku jiraan NHS Kensington & Chelsea iyo NHS Westminster, iyo cusbitaal walba. Si aad ula xiriirto PALs, waxaad weydiin kartaa **Midaye Somali Development Network** iney ku caawiyaan, ama la xiriir Xafiiska Talosiinta Muwaaddinka amaba toos PALs ugula xiriir.

NHS Kensington & Chelsea: Isniin-Jimco 9ka subax- 5ta galab lambarka 020 8962 4547, fakiska 020 8962 4828 ama u dir email pals@kc-pct.nhs.uk

NHS Westminster: Isniin-Jimco 9.30subax-4.30galab lambarka 0800 587 8818, farriin qoraal u dir 07766 251 458 amaba email pals@westminster-pct.nhs.uk

- Cusbitaalka St Mary's: 0800 716 131
- Cusbitaalka Chelsea & Westminster: 020 8846 6727
- Cusbitaalka Royal Brompton & Harefield: 020 7349 7715
- Cusbitaalka Royal Marsden: 0800 783 7176
- Xarunta Caafimaadka Caqliga Central & North West London: 020 8237 2329

Mashaariicda/Ururrada Bulshada/Organisations: La hadal **Midaye Somali Development Network**

Habka dacwadaha NHS: Waxay NHS leedahay hab dacwadaha loo maro oo iyadu leedahay, waana tallaabada mar masta ugu horreysa ee loo maro dacwadaha rasmiga ah. Waxaad macluumaad tafasiil ah oo ku saabsan habka dacwadaha NHS ka heleysaa boggeeda internet-ka
http://www.nhs.uk/Pages/HomePage.aspx

Ikhtiyaarrada NHS: waa bog internet-ka ah oo loogu talogalay iney bukaanku ka helaan macluumaadka ay NHS hubisey. Waxaad boggan ku sheegi kartaa afkaarahaaga ku saabsan shaqaatiirta iyo cusbitaalka NHS
http://www.nhs.uk/Pages/HomePage.aspx

Guddiga Tayada Daryeelka (CQC): Waxaa kaloo aad

dacwaddaada marin kartaa Guddiga Tayada Daryeelka, oo ah maamulka cusub ee daryeelka caafimaad iyo bulsho ee Ingiriiska. CQC waxaa lagala xiriiri karaa siyaabahan:

Weydiimaha guud

Weydiimaha guud waxaad wacdaa kooxda adeegyada macaamiisha, oo la heli karo 8.30subax ilaa 5.30galab, Isniin ilaa Jimco.

Telefoon: 03000 616161
Email: enquiries@cqc.org.uk
Internet-ka: http://www.cqc.org.uk

Cinwaan: Care Quality Commission National Correspondence Citygate, Gallowgate, Newcastle upon Tyne NE1 4PA

Oogista dacwadaha

Boggan waxaad ka baran kartaa sida loo dacweeyo adeegyada daryeelka caafimaadka ama bulshada iyo xataa sida annaga naloo dacweyn karo
http://www.cqc.org.uk/contactus/howtoraiseaconcernorcomplaint.cfm
Telefoon: 03000 616161

Cinwaan: Finsbury Tower, 103 - 105 Bunhill Row, LONDON EC1Y 8TG

Sarkaalka Adeegga Baarlamaanka iyo Caafimaadka: Haddii aad isku dayday habka dacweynta NHS balse aadan weli ku qanacsaneyn sida looga jawaabay dacwaddaada waxaad la xiriiri kartaa Sarkaalka dowladda, kaasoo shaqadiisu tahay inuu baaris madaxbannaan ku sameeyo dacwaddaada. Haddii aad dacweyneyso hayad dowladda UK ka mid ah, ama wakaaladaheeda ka mid ah amaba NHS ee Ingiriiska, wac Khadka dacwadaha Sarkaalka, wuxuu furan yahay 8:30 subax ilaa 5:30 galab Isniin ilaa Jimco:

Telefoon: 0345 015 4033
Email: phso.enquiries@ombudsman.org.uk
Fakis: 0300 061 4000
ama warqad noogu soo hagaaji:
Cinwaan: The Parliamentary and Health Service Ombudsman Millbank Tower, Millbank, LONDON SW1P 4QP

Mahadcelin

Waxaa tusahan loo sameyey inuu qeyb ka ahaado **Barnaamijka Shaqo-wanaagga & Helidda Caafimaadka BME** (GPAW), oo ah barnaamij loogu talogalay hagaajinta helidda adeegyada caafimaadka asaasiga ee shacabka BME ee Kensington & Chelsea iyo Westminster. **Barnaamija Caafimaadk BME** (BME HF) waa hab-dhismeedka mideynta – xiriir wadashaqeyn ah oo ka dhexeeya ururrada bulshada BME ee sharciyeysan amaba iskaa-wax-u-qaabso ah ee ku yaalla Royal Borough of Kensington & Chelsea iyo Magaalada Westminster (KCW).

Waxaa barnaamijka BME HF isugu duway **Guddiga Muhaajiriinta iyo Qaxootiga Bulsha (Migrants and Refugees Communities Forum)**, oo ah guddi ka shaqeeya horumariya xuquuqda muhaajiriinta iyo qaxootiga isagoo caawinaya oo xoojinaya ururradooda bulshada, iyo hubinta u sinnaanta fursadaha, isla markaasna xiriirro waxtar leh la sameynaya hayadaha sharciyeysan amaba iskaa-wax-u-qaabso ah, oo ujeeddada ka dambeysaahi ay tahay abuurista ururro bulsho oo isku filan oo ka qeyb qaadan kara horumarinta bulshada guud.

Migrants and Refugees Communities Forum
2 Thorpe Close, LONDON W10 5XL
020 89 64 48 15 Email: info@mrcf.org.uk - www.mrcf.org.uk

Waxaa soo saaridda tusahan ka qeyb qaatay ururrada bulsho ee soo socda:

Al-Hasaniya Moroccan Women's Centre: wuxuu ka shaqeeyaa daboolista baahida haweenka Marookaanka iyo kuwa Carabiga ku hadla iyo qoysaskooda;
Bays 4 and 5, Trellick Tower, Golborne Road, LONDON W10 5PL
Tel: 020 89 69 22 92

Chinese National Healthy Living Centre: wuxuu ka shaqeeyaa sidii bulshada Shiineesku ay nolol caafimaad qabta ugu noolaan lahaayeen ugana faa´iideysan lahaayeen adeegyada caafimaad;
29-30 Soho Square, LONDON W1D 3QS
Tel: 75 34 65 46

Midaye Somali Development Network: wuxuu ka shaqeeyaa daboolista baahida bulshada Soomaalida iyo kooxaha laga tirada badan yahay;
Unit 6, 7 Thorpe Close, LONDON W10 5XL
Tel: 020 89 69 74 56

Queens Park Bangladeshi Association: wuxuu qaabbilsan yahay kor u qaadista dadka u dhashay Bangladesh ee Queens Park ward iyo bulshada Bangladesh ee Westminster;
Office 2, the Beethoven Centre, Third Avenue, LONDON W10 4JL
Tel: 020 89 68 11 77

WSPM Agape Community Project: wuxuu u shaqeeyaa kooxaha liita, oo ay ku jiraan bulshada ka timid Afrikada Galbeed ee deggan Westminster iyo Greater London.
Unit 4, 51 Elgin Avenue, LONDON W9 3PP
Tel: 02079 98 16 47

Al-Hasaniya
Moroccan Women's Project

midaye
Somali Development Network

QUEEN'S PARK BANGLADESH ASSOCIATION

全國華人保健中心
CHINESE NATIONAL HEALTHY LIVING CENTRE

WSPM AGAPE COMMUNITY PROJECT