

## ***Hafal, ururka samafalka ee ugu weyn Wales ee dadka maskaxda wax ka qaba, qoysaskooda, daryeelayaasha, waa urur samafal ah:***

- **Oo ay wadaan dadka xubnaha ah una shaqeeya macaamiisha:**

Hafal waxa wada dadka ay taageerto: dad maskaxda aad wax uga qaba, daryeelayaashooda iyo qoysaskooda. Waxa hoggaamiya guddi la doorto oo ama iyaga laftigoodu u badan dad ama maskaxda ka jirran ama daryeela qof maskaxda ka jirran.

- **Oo u shaqeeya sinaanta**

‘Hafal’ macnaheedu waa sinnaan. Waxay tahay shaqadaydu in aanu xoojino dadka sida ba’an maskaxad uga jirran iyo qoysaskoodu siday u heli lahaayeen sinnaan xagga adeegyada caafimaadka iyo bulshada, guryaha, dakhliga, tacliinta iyo shaqada, iyo siday:

- u kasban lahaayeen noolol fiican
- ugu guulaysan lahaayeen himiladooda caafimaad
- ula dagaalami lahaayeen takoorka

“Waxan qabtay wax ka badan intaan islahaa waad qaban kartaa waxa ku mahadsan barnaamijka raysiga ee Hafal. Waxan dareemayaa inaan hadda maamulo noloshayda.” – **Helen Oseman, macmiil**

- **Ka taageerto dadka si ay u raystaan**

Adeegyada oo dhami waxay ku salaysan yihiin barnaamijkayaga gaarka ah ee raysiga. Raysiga macnaheedu waa la soo noqoshada maskax fayow iyo helidda nolol fiican. Waxan aaminsannahay in ay jiraan saddex qodob oo lagama maarmaan u ah raysiga:

- Xoogaynta iyo is-maamulka: mas’uul ka-noqoshada raysigaaga
- Habka qof dhan: tixgelinta qaybaha nolosha oo dhan marka la qorshaynayo raysiga
- Ballan adkaynta horumarka: raacista qorshaha raysiga talaabo talaabo.

Arrintani adkaanteeda ayey leedahay, hase ahaatee warka fiicani wuxu yahay saddexda qodoba waa macquul lagu hirgelin karo taageerdada Hafal.

- **Bixinta adeegyada Wales daafaheeda**

Maalin kasta shaqaale dhan 130 iyo tabaruciin dhan 150 ayaa taageero siiya in ka badan 700 oo qof oo qaba jirro ba’an oo maskaxda ah oo jooga 22ka degmo ee Wales. Adeegyadaas waxa ka mid ah dhaqdhaqaaqo ay fuliyaan macaamiisha iyo daryeelayaashu oo ay ku jirto: tababarka shaqada; taagerada guryaynta; xarumaha xogta; saaxiibnimada; mashaariicda farshaxanka; daneynta bukaanjiifka; taageerada qoyska; iyo adeegyada daryeelayaasha.

- **U ololaynta isbeddel**

Hafal waxay taageertaa macaamiisha iyo daryeelayaasha oo ay siisaa cod ay u baahnaayeen xagga qorshaynta adeegyada caafimaadka maskaxda. Waxa kale oo aanu si aad ah ugu ololaynaa anagoo adeegsanayna baaritaano, qoraalo iyo shaqooyin war-baahineed, iyo xiriir toos ah oo lala yeesho xubnaha baarlamaka AMs iyo MPs si loo hagaajiyo adeegyada macaamiisha iyo qoyasaskooda loona tirtiro yaska iyo cidlada la xirrirta xanuunka maskaxda.

**Ma rabtaa inaad wax badan ka ogaato Hafal? Nagala soo xiriir:**

**Hafal**

Suite C2, William Knox House  
Britannic Way, Llandarcy  
Neath SA10 6EL  
Tel: 01792 816 600  
Email: [hafal@hafal.org](mailto:hafal@hafal.org)

“Si aad ah ayaan u bartay Hafal waxaan ku boorinayaa dadka isticmaala adeegyada maskaxda, daryeelayaasha iyo shaqaalahaba.”  
– **Professor Keith Lloyd, the School of Medicine, University of Wales Swansea**

*“Waxan qabtay wax ka badan intaan islahaa waad qaban kartaa waxa ku mahadsan barnaamijka raysiga ee Hafal. Waxan dareemayaa inaan hadda maamulo noloshayda .” – Helen Oseman, Client*

*“Ka qaybgalka shirka laamaanaynta mashruucayga maxaliga ah ayaa run ahaantii ii saamaxay inaan wado mashruuca. Waxan dareesanahay inaan is-beddel samayn karo.” – Truck Johnstone, Macmiil*

*“Hafal waxay na siisay taageero aniga iyo qofka aan daryeelaba. Hadda waxan ka qaadan kara nasasho joogta ah daryeelkii waxa mahadaa leh Hafal, arrintani aad ayey iigu saamaxday inaan qabto waxyaabo badan oo kale.”  
– Jane Ahearne, Carer*

*“Si aadaha ayaan u bartay Hafal waxaan ku boorinayaa dadka isticmaala adeegyada maskaxda, dayeelayasha iyo shaqaalahaba. ” – Professor Keith Lloyd, The School of Medicine, University of Wales Swansea*

Ku biir Hafal oo naga caawi sidii aan u samayn lahayn isbeddel. Waxad bixin kartaa qadar yar oo ah £1 si aad ugu biirto Hafal. Xubnuhu waxay helaan warar wax-ku-ool ah oo joogta ah xaga arrimaha caafimaadka maskaxda qoraalada caafimaadka maskaxda ee Wales iyo qoraalo kale oo marmar soo baxa oo sida warka horumarka Hafal, adeegyada cusub iyo wixii jira. Markaad xubin noqoto waxaad xoog ku kordhinaysaa tiradayada – wadajir waxaan ku kasban karnaa codka dadka qaba jirada ba’an ee maskaxda ee Wales. Wixii war intaa dhaafsan, min fadlak la soo xiriir. [www.hafal.org/joinus](http://www.hafal.org/joinus)