

[somali]

Sonkorowga iyo xuquuqaha

(Diabetes og rettigheter)

Sonkorowgu waa xannuun aan tegin oo ku siinaya xuquuqahan soo socda – qaar ka mida (waa) gaar, kuwana waa kuwo guud.

Xuquuqda-caymiska (Trygderettigheter)

Folketrygden (Caymiska-dawladda ee dadka) waa nidaamka caymis dawladeed. Ujeeddadiisa ugu muhiimsani waa in dhammaan la helo amni-dhaqaale marka la: gaboobo, xanuunsado iyo xaaladaha kale ee aanad awoodi karin inaad hesho quudkaaga adigoo soo xoogsaday. Dhammaan dadka deggen Noorway waxay ka tirsan yihiin folketrygden. Dhammaan degmooyinka waxa ku yaal xafiis-Nav halkaas oo aad kula hagaagaysid inta badan wixii su'aal ah ee ku saabsan *folketrygden*.

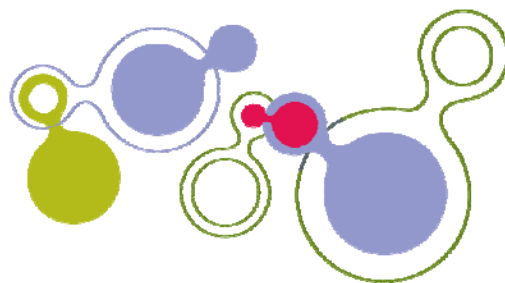
Folketrygden kuma qorayo dadka qaba sonkorowga qodob gaara. Waxay ku jiraan sharciyada la mida kuwa muwaadiniinta kale. Kaalmooyinka ay qaataan inta badan dadka sonkorowga qaba, halkan ayaa lagu tirin:

Adeegyo-caafimaad

Folketrygden wuxu bixiyaa taageero-dhaqaale lagu daboolo insulin-ta, kiniinada, qalimo-insulin, iraab, agabka mar la isticmaalo ee irbadaha, irbadaha yaryar ee lagu mudo farta (*lansetter*), agabka lagu cabbiro sonkorta iyo dux-shidaalka (*ketoner*) ee ku jira kaadida, iyo siriij-insulin (irbad)/badhan-insulin. Xaaladaha qaar waxa lagu odhan iska bixi kharashka dhexyaalka ah ee qalabka-isticmaalaha, laakiin waxa jira alaab kale oo aad bedelkeeda u helayso. *Helseforetakene* (Waaxaha-caafimaadku) waxay masuul ka yihiin kaalmada-qalabka-daawaynta sida bumbada-insulinta iyo insulin-duraha (irbad la'aan). Arjiga *helseforetakene*-hu wuxuu marayaa isagoo ka imanaya dhakhtarka ku daawaynaya.

Kaadhka-qaybtaada-bixinta (Egenandelskort)

Dhammaan egenandeler-ka ee caawimo-dhakhtar, shaybaadh, daawo iyo agabka rasiidhka buluuga, safar-bukaan leh kharash-bixin iyo hoyasho waxa hadda loo diiwaangelinayaa si



otomaatik ah iyadoo lagu qorayo kaadhka egenandel-ka. Carruurta ka yar 12 jir ma dhiibayaan wax egenandel ah.

Daawaynta maandhaqaha (*psykolog*) carruurta iyo dhallinyarada ka hoosaysa 18 jir waa laga dhaafay egenandel-ka. Dhammaan inta kale waxay dhiibayaan 38 % kharashka guud – iyadoo ay jirto meel ugu sarraysa oo xad ah. Wasaaradda ayaa goysa sannad kasta xaddiga ugu sarreeya ee aad yeelanayso sannadkiiba. 2011ka *egenandel*-ka xadka 1aad waa kr 1880,- hal qof. Carruurta ka yar 16 jir waxa lagu darayaa *egenandel*-ladiisa kooda mid ka mida egenandel-lada waalidka. Markaad dhiibto egenandel-ladaada ilaa inta *egenandel*-ladaada xadka ugu sarreeya, *egenandel* danbe ma dhiibaysid inta sannadka ka hadhay. Waxaad si otomaatik ah boostadaada aad uga haysaa saddex toddobaad ka dib *frikortet* (kaadhka-lacag-ma-dhiibaha) oo ay soo dirto maamulka dhaqaalaha caafimaadka HELFO markaad dhiibto 1880 kr. ee *egenandel*-ka. Waxa isla markaas imanaya qoraalka intii la diiwaangeliyay ee *egenandel*-lada. Haddii intaa wax ka badan aad bixisay, koontaada ayaa laguugu soo shubayaa si otomaatik ah. Sannadku markuu isbedelo waxaad mar kale dib u bixin *egenandel*-ladaada.

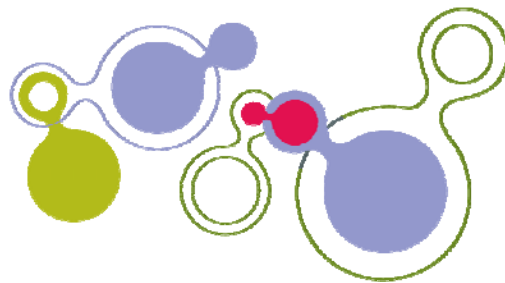
Egenandel-ka xadka 2aad waa kr 2560,- (2011). Nidaamkan waxa ku jira sidoo kale jimciye (*fysioterapi*), daawaynta-ilkaha ee fudud qaarkeed, u-hoyasho hay'ad-dib-u-carbin iyo safar-daawayn aad dibedda ugu baxdo.

Frikort-ka *egenandel*-ka xadka 2aad maaha mid otomaatik ah. Waa inaad arji u soo qorataa ka hadlaya *frikort*-kaas HELFO-xafiiskaaga-gobol.

Waxa la soo rogay in laga daayo *egenandel*-lada booqashada-dhakhtarka, daawooyinka iyo alaabta-kalkaalisada-caafimaadka ee ku qoran rasiidhka buluuga ah ee dadka naafada iyo duqooshinka qaata lacagta hawlgabka ee ugu yar. Kuwaasi waxay heli *fritakskortet* (kaadhka lagaga dhaafayo), ama waxay si cad ugu qoran tahay *pensjonslappen* (xaashida-lacagta-hawlgabka).

Sykepenger (Lacagta-xannuunka)

Sykepenger waa kaalmo kharash-nololeed. Waxaad heli kartaa iyadoo dhammaystiran ama xadiddan *sykepenger*-ku iyadoo ku xidhan inta awoodaada-dakhli ay hoos u dhacday. Si aad xaq ugu yeelto *sykepenger*-ka, waa inaad shaqaale tahay in ka badan afar toddobaad, waxaanad heli kartaa *sykepenger*-ka ilaa hal sanno. Markaad laba bilood shaqaale tahay, waxaad xaq u leedahay *egenmeldning* (isa-soo-sheegid) markaad u maqan tahay xanuun dartii ilaa saddex maalmood, afar jeer oo sannad gudihii ah, adigoo soo raacinayn caddayn-dhakhtar. Haddii aad ka shaqaynayso *IA-virksomhet* (shirkad leh qaab-shaqeed qofba intii uu



qaban karo loo dirayo), tani way ka balaadhan tahay. Haddii aad leedahay xanuun kugu raagay ama aan tagayn oo keenaya halis gaar ahaan ah oo maqnaansho badan, adiga ama loo-shaqeeyaha ayaa codsanaaya in caymiska-dawladdu bixiyo kharashka *sykepengen*-ka ee xilliga loo-shaqeeyaha. Sidoo kale way khusaysaa shaqaalaha leh xanuun keenaya halis ah in maqnaanshuhu uu soo noqnoqdo waqti xadidan.

Arbeidsavklaringspenger (Lacagta-kala-caddaynta-shaqada)

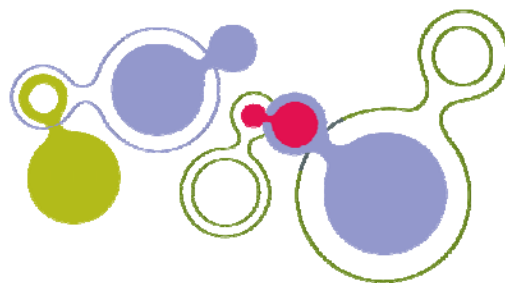
Laga bilaabo 1da maarso, 2010 waxa la soo saaray kaalmo cusub oo bedelaysa lacagtii-baxnaaninta (*attføringspenger*), lacagta-dib-u-carbinta (*rehabiliteringspenger*) iyo kaalmada naafada xilliga xadidan (*uførestønad*). Kaalmada cusub waxa loogu yeedhaa *arbeidsavklaringspenger*. *Arbeidsavklaringspenger* waxay kuu suurogelin inaad dakhli hesho waqti kala-guura halkaas oo sabab xanuun ama dhaawac aad u baahan tahay talaabooyin kugu jiheeya shaqo, daawayn caafimaad ama la socod kale oo NAV ka yimi si aad shaqo u hesho. Haddii aad rabtid inaad oggaato xog dheeri ah xaaladaha aad ku heli kartid adigu *arbeidsavklaringspenger*, booqo <http://www.nav.no/aap>.

Mudada aad heli kartid *arbeidsavklaringspenger* waxay ku xidhmaysaa baahidaada aad u joogaysid hawlaha jihataynta shaqo (waxa lagu yidhaa qabo). Caadiyan sida sharcigu yahay laguma siinayo *arbeidsavklaringspenger* in ka badan afar sanno. Mudada-kaalmadu sidaa awgeed way u kala duwanaansay qof-qof. Xaaladaha qaar mudada-kaalmada waa laga kordhin karaa in ka badan afar sanno. Talaabada shaqo-ku-jihatayntu waa mid furfuran oo lagu aadin karo qof keli ah oo u baahan aqoon-xirfadeed iyo shaqo-barid. Fursada ku saabsan talaabada shaqo-ku-jihataynta waxa lagu saleeyaa qiimayn shakhsi ah, iskudar talaabooyin kala geddisan iyo fiirada-guud.

Uførepensjon (Hawlgabka-naafada)

Xaaladaha qaar uma keento daawaynta ama talaabo xirfad-ku-jihatayni qofka xanuunka-ku-maqan inay ku soo celiso shaqo. Haddii markaa awoodda-dakhligaagu ay si joogto ah hoos ugu dhacday ugu yaraan kala badh sabab xanuun awgeed, dhaawac ama iin, waxa lagu siin karaa hawlgabka-naafada. Hawlgabka-naafadu wuxu ka kooban yahay hawlgab-sal ah iyo hawlgab-kordhin ah (waxa la xisaabshay iyadoo la eegay waqtiga-caymiska-dawladda iyo dhibcaha-hawlgabka). Xaq haddii aanad u lahayn hawlgab-kordhin ah, waxaad helaysaa kordhin-gaara.

Haddii aad quudiso xaas/wadaage/hoywadaag ama carruur ka yar 18 jir, waxaad xaq u yeelan kartaa kordhin-quudiye iyadoo lagu darayo hawlgabka-naafada. Waxa jira fursado si aad shaqada dib ugu soo noqotid waqti gaaban ama waqti dheer adigoo waayayn xaqii hawlgabka-naafada.



Grunnstønad (Kaalmo-saleed)

Grunnstønad waa la bixin karaa si loogu awdo – dhammaan ama badh – kharashka-dheerida ah ee yimaada sababo xanuun darteed ama tacluus. Marka la jaro cagaha oo la isticmaalo cago loo sameeyey waxa imanaysa inay lismaan dharka iyo dhar-sariireedkuba. Tani – iyo isticmaalka baandhayska-tiiriyaha – waxay ku siinayaan xaq u yeelasho kaalmo-saleedka qoondaynta 1aad. Haddii kharashka-dheeraadka ahi ka bato qoondaynta 1aad (kr. 7 308,- sannadkii ee 2011ka), waa in la soo caddeeyaa. Sidaa awgeed waa muhiim in loo urruriyo rasiidhada caddayn ahaan.

Hjelpestønad (Kaalmada-caawimada)

Carruurta Noorway jooqta oo dhan ee qaba sonkorowgu waxay xaq u leeyihiin kaalmo-caawimo, qoondaynta 1aad – kr. 13 104,- sannadkii. Kiiska dib ayaa loo eegayaa marka ilmuhu buuxiyo 16 jir, markaas oo kaalmada Caadiyan sida sharcigu yahay la joojinayo. Carruurta yaryar ee sonkorowga qaba waxa loo arkaa inay baahi weyn u qabaan in la ilaasho taasoo shuruudaha xaq u lahaanta in kaalmo-caawimo kor loo qaaday qoondaynta 2aad (kr. 26 208,- sannadkii) la buuxiyay. Ilaalinta waxa markaas loo arkaa inay yaraanayso mar kasta oo ilmuhu waynaado oo uu iscaawin karo, kiiskana waxa la keeni si qiimayn cusub loogu sameeyo marka ilmuhu buuxiyo 10 jir. Baahi awgeed waxa kor laguugu qaadi karaa kaalmada-gundhigga ilaa ilmuhu gaadhayo 18 jir. La xidhiidh xafiiska-NAV si laguugu soo diro waraaqda-arjiga.

Xuquuqda masruufe ahaan

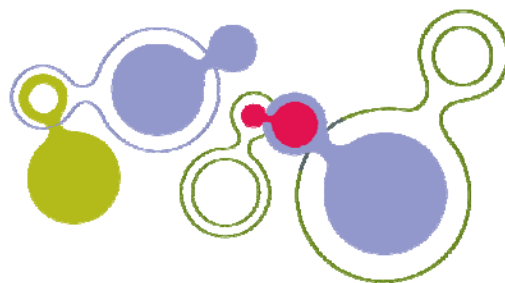
Waalidka carruur leh xanuun aan tegin waxay xaq u leeyihiin 20 maalmood oo maqnaansho dheeraad ah sannadkii sababtoo ah xanuunka ilmaha, ilaa ilmuhu gaadho 18 jir. Si aad u hesho in lagu dhereeyo maalmo-maqnaanshaha sababtan awgeed, waa in kiiska la geeyaa Nav si ay u aqbalaan marka hore. Haddii ay jirto caddayn-dhakhtar oo guud (oo Nav oggolaatay) oo caddaynaya ilamaha laxaad-la'aantiisa ama xanuunkiisa muhiim maaha in la raadsho dhakhtar mar kasta oo ay noqoto inaad shaqada ka maqnaato.

Velferdspermisjon (oggolaansho-fasax-daryeel)

Qaar ka mid ah shaqo-bixiyayaashu waxay bixin karaan velferdspermisjon oo leh ama aan lahayn mushahar xaalad adag oo waqti-xanuun reerka ku yimi awgeed.

Opplæringspenger (Lacagta-waxbarashada)

Lacagta-waxbarashada (§ 9-13) waxa la siin karaa waalidka ka masuul ah ilmo laxaad-darran ama leh xanuun ku raagay. Kaalmada waxa la siin waalidka ka maraya waxbarasho hay'ad-caafimaad oo oggolaansho haysata ama ka-qaybgal koorso-waalid oo lagu qabanayo xarun-xirfadeedka dawladeed ee takhasuska-waxbaridda. Waxbarashadu waa inay tahay mid



muhiim ah si ay ugu isticmaalaan oo ugu daweeyaan ilmaha, si markaas xaq aad ugu yeelatid lacagata-waxbarashada. Halkan ma jirto xad da' ku xidhani.

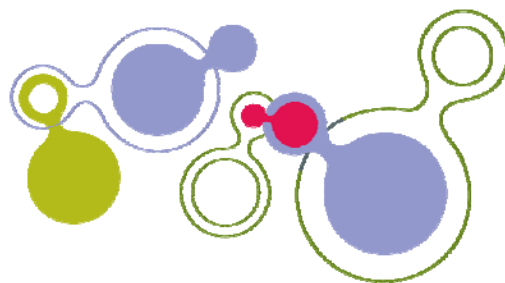
Xaq u yeelashada tabobar si loo xakameeyo xanuun

Sharciga ku saabsan adeegga-gaarka ah ee caafimaadka in la tabobaro bukaanka leh xanuunno aan tegin iyo xigtadoodu waa mid ka mida afar xil oo waaweyn oo ay qabtaan cisbitaalada noorwiijanku. Tani waxay la macne tahay dadka qaba (dhawaan oggaaday) sonkorowga inay xaq u leeyihiin tabobaro ku saabsan xanuunka. Waxa laga shaqeyay qiime u gaara cisbitaalada, oo loogu yeedho A99. Barnaamijyadu waa inay gaadhaan in ka badan ugu yaraan toddoba saacado-tabobar yahayna aqoon-kala-duwan, kuna jiraan aqoon-isticmaalaha iyo iyadoo inta badan lagu dhigto kooxo yar. Sharcigu wuxuu ictiraaf u yahay tabobar la'aantu inay la khatar tahay daawayn la'aanta iyo qaab-daawayneed oo fiican. *Fastlege*-ha (dhakhtarkaaga) ayaa codsi u diraya cisbitaalaka kuugu dhow. Safarka waxa loo bixinayaa sida caadiga ah, ka-qayb-galayaasha waxa sykemelding (cadayn-xanuun) u qoraya fastlege-ha si ay kooraska u tagaan.

Nidaamka-caawinta ee guriga

Qaar leh baahiyo gaar ah, tusaale ahaan cag la jaray ama dhaawac-neerfe khatar ah, waxay xaq u yeelan karaan nidaamka-caawinta guriga.

- Kalkaaliso-caafimaadka-guriga: Ka sharciyaysnaadayaasha dawladda kalkaaliso-caafimaad, kaaliso, shaqaale-xannaano. Waa lacag la'aan kalkaalisada-caafimaadka-gurigu.
- Guri-ku-caawin: Dhammaan degmooyinku waxay leeyihiin nidaam-guri-ku-caawin. Intaad iska bixinayso waxa loo eegayaa dakhligaaga.
- Alaarmiga-amniga: Degmadu waxay leedahay nidaamyo leh alaarmiga-amniga ee dadka gaboobay, xanuunsanaya iyo laxaad-laawayaasha.
- Qorshe qof keliya: Haddii looga baahdo caawimo dhawr hay'ad-caawimeed, waxaad xaq u leedahay in lagu sameeyo qorshe qof keli ah. Qorshuhu wuxu ku siin fursad-caawimo oo dhammaystiran.
- Adeegga-gaadiidka laxaad-laawayaasha (kaadhka-TT): Ujeeddada kaadhka-TT waa in loo sahlo in ay laxaad-laawayaashu helaan inta ugu suurtoogalsan ee qaab-nolol isku-filaansho. Arjiga TT-kort waxa loo diri gobol-degmeedka (*fylkeskommunen*) – Oslo waxaad u diri xaafad walba gaarkeed. Sidoo kale waa suurtoogal inaad codsatid kaalmo ku saabsan gaadhi iyo oggolaansho meelaha baabuurta curyaamiintala dhigto.



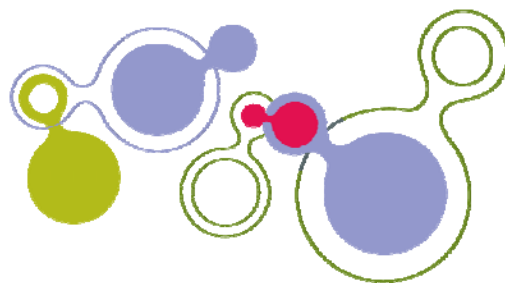
Sharciga-cashuur-dhimista (*Skattefradragregler*)

Cashuur-dhimis-gaara: Laga bilaabo 2005 sharciga cashuur-dhimista-gaarka waa la bedelay, si ay dadka qaba sonkorowgu ay muujiyaan/caddeeyaan kharash-dheeri ah oo ay galeen kaas oo la xidhiidha xanuunkooda. Si aad u hesho cashuur-dhimis waa inaad gashay kharash-dheeri ah oo ka badan kr. 9 180,-. Cashuur-bixiye ahaan waxa kugu waajib ah inaad soo raaciso caddayn-dhakhtar *selvangivelsen*-ha (iska-warranka dakhli iyo kharash) markaad ku rabtid cashuur-dhimis kharash-xanuun. Haddaad rabtid adigu cashuur-dhimis kharash-dheeri ah oo cunto-qoondaysan, waa inay ku taal caddaynta-dhakhtarka in cuntada-qorshaysani ay qayb ka tahay daawaynta. Cashuur-bixiyayaasha keenay caddayn-dhakhtar taasoo ay ku xusan tahay in xanuunku mid aan tagin yahay, uma baahna in la keeno caddayn-dhakhtar sannad kasta.

Shuruudaha caddaynta/muujinta kharashka-dheeriga ah ee la xidhiidha sonkorowga asalkaba waa la mid sida kuwa kale ee cashuur-bixiyayaasha ee raba cashuur-dhimista-gaarka ah ee kharash badan oo xanuun awgii. Tani waxay xanbaarsan tahay in kharashka-dheerida ah ee si fudud loogu caddayn karo rasiidh, waa in la keeni karaa haddii xafiiska-cashuuruhu soo dalbado. Tusaale kharashka noocaas oo kale ahi wuxuu noqonayaa kharash lagu bixiyay booqasho-dhakhtar oo dheeraad ah, egenandel, agab-kaalmo iyo qalab. Cashuuraha-ABC ee 2008-09 waxaa la yidhi in "shuruuda caddaynta waxa habboon inaan aad loo adkayn si aan cashuur-bixiyaha loogu diidin cashuur-dhimis kharashyada-dheeraadka ah ee aadka u badan taasoo cashuur-bixiyuhu hubaal u dhawaan uu galay isagu haddii aan si rasmiya loo caddayn karin". Shuruuda hubaal-u-dhawaanshaha waa in la qiimeeyaa iyadoo la eegayo waxa kharashku khuseeyo, intay le'eg yihiin kharashaadku, siday u fududahay in la soo caddayn karo, Filasho intee le'eg ayaa cashuur-bixiyuhu u leeyahay inuu haysto caddaymaha, iyo oggaysiis intee le'eg oo arrintana ayaa la siiyay cashuur-bixiyaha.

Cashuur-dhimis-gaara haddaad u dalbanaysid adigu cunto-qoondaysan (iyadoo ay la socoto caddayn-dhakhtar), waa ku filan tahay haddii aad rasiidhada raacisid kharashyada la xidhiidha iibsiga cuntada noocaas ah mudo xidhiidhsan ugu yaraan hal bil sannad-dakhliyeedka. Isugeynta waxaa la isaga dhigi hal sanno, markaa waa inaad ka jartaa tirada *SIFO-tall* (Hay'ad tiro-koobta waxay dadku isticmaalaan) taasoo lagu salaynayo jinsi(lab/dheddig), da' iyo dadka reerka.

Dadka xubnaha ka ah Urrurka Sonkorowlayaasha ee Noorway tirooyinkan waa laga helayaa tilmaamaha cashuur-dhimista-gaarka, iyadoo la socoto lehna warqad-arji u gaara si loogu buuxiyo kharashka-dheeraadka ah ee xanuunka oo lagu lifaaqayo warqadda canshuuraha ee dakhliga iyo kharashka (*selvangivelse*). Warqad-arji iyo tilmaamaha waxaad ka heli kartaa inaad gasho www.diabetes.no ama inaad wacdo xafiiska-qaabilaada ee 23 05 18 00. Haddii



aanad hubaal u dhawayn karin kharashka-dheeraadka ah ee sax ah ee cuntada-qaondaysan, si isku mida waxa laga dhigi ilaa kr. 4 000 sannad-dakhliyeedka oo dhan. Tani waxay ku jirtaa markaa xaddiga ugu yar ee ay tahay inaad gaadho oo ah kr. 9 180,-. Waxay tahay in aad marka lagu daro aad yeelataa kharashiyad ugu yaraan 5180 si aad u dalban kartid cashuur-dhimis dheeraad ah.

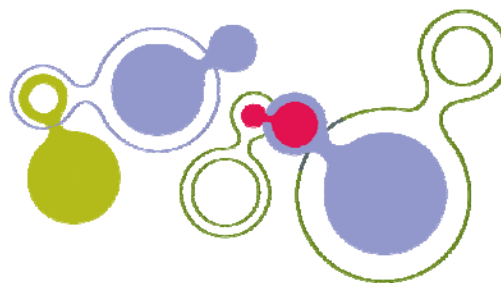
Caymisyada

Dadka qaba sonkorowga waxaa la siin karaa caymiska-naafada iyo caymiska-nafta, laakiin waa inay bixiyaan lacag-dheeri ah. Taasi sida caadiga ah waxaa laga bilaabo 50% ilaa 100%, oo xaaladaha qaar way ka badan tahay. In badan ayaa sidoo kale loo diidaa. Dadka qaba sonkorowgu way ka mid noqon karaan caymis-wadareedyada, haddii aanay u baahnayn inaad warqad caddayn caafimaadkaaga ku saabsan aad qortid.

Haddii aad saxeexday caymis intaan xanuunka lagu sheegin, wuu soconayaa caymisku. Waajib-soo-sheegid ah kuguma laha shirkadda-caymisku wixii ku saabsan wixii iska bedelay xaaladaada caafimaad. Carruurta qabta sonkorow uma saxeexi kartid nolol- ama caymis-naafeed, laakiin caymis-shil saafi ahi waa suurto gal. Miyaad saxeexday caymis-carruureed ka hor intaan ilmuhu yeelan xannuunka, waxaad ka dalban kartaa in lacag lagu siiyo. Caadiyan tani waxay noqonaysaa 20–25 % ee isugeynta-caymiska, waxaanay noqonaysaa mid hal mar lagu siiyo.

Xuquuqaha markaad waxbaranayso

- Dugsi-kaam: Iyadoo la raacayo sharciga-waxbarashada qodobka § 2-15 waxa dhammaan xaq loo leeyahay waxbarasho dugsi hoose/dhexe oo lacag la'aan ah. Sharcigu wuxu odhanayaa isagoo ku nuuxnuuxsaday in dugsiga ay waajib ku tahay inay bixiyaan waxyaalaha ay ka midka yihiin kharashka la xidhiidha u-hoyashada-dugsi-kaam. Tani waxay keenaysaa in dugsiga sidoo kale ay waajib ku tahay inuu bixiyo kharashka ku-lamaanaha marka ay joogaan dugsi-kaam arday arrintaas u baahan. Eeg wareegtada F-14-03.
- Ku maqnaanshaha kontorool iwm.: Maamuluhu wuxuu siin doonaa fasax ardayda xanuunka raagay leh ama xanuunka aan tegin sababo caafimaad- iyo daryeel, waxaanu siin karaa fasax waxbarashada ilaa 10 maalmood sannad-dugsiyeedka iyadoo aan maalmahaas lagu qorin maqnaansho oo kale. Maqnaanshaha waa in la isku dayaa in la gudo iyadoo ardayga dugsigu u diyaarinayo waxbarasho uu iskii u qaato. Sharciyada waxaa laga helayaa sharci-kaabaha sharciga-waxbarasha qodobka § 4-35. Shaqaalaha (waalidka/masuulka) ee ka masuula ilmo, waxaa la siinayaa lacagta-masuulka maxaa yeelay ilmuhu xanuun dartii ayuu u baahan yahay in lala socdo qaab dhakhtar-geyn marka



ay u raacayaan ilmaha kontorool iyadoo la raacayo sharciga-caymiska-dawladda ee dadka qodobka § 9-5 (folketrygdeloven § 9-5).

- Kordhinta saacadaha-imtixaanka: Waxbarashada hoose/dhexe - dugsiga sare waxaa khuseeya xaq u lahaanshaha in loo kordhiyo saacadaha-imtixaanka (1 saac) dadka qaba sonkorowga (iyadoo la raacayo sharci-kaabaha sharciga-waxbarashada qodobka § 3-20). Jaamacadaha iyo machadada-sare waxay sida badan leeyihiin sharci u gaara kaasoo xadeeya xaq u lahaanshaha imtixaanka. Machadada-sare intooda badan waxay kaa dalbi caddayn-dhakhtar iyo arji ku saabsan xaq u lahaanshaha kordhinta saacadaha imtixaanka inaad soo xerayso marka iskuulku bilaabmo.

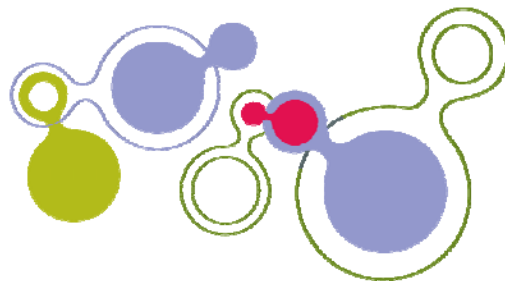
Adeegga bulshada

- *Avlstningstiltak* (Talaabo-ka-hayn): Waxaa la siin karaa avlstningstiltak dadka iyo qoysaska ay haysato culays gaara oo daryeel-shaqo (sharciga ku saabsan adeegga bulshada qodobka § 4-2). *Avlstning* (Ka-hayntu) waxay siin xigtada fasax iyo firaaqo lama-huraana oo joogto ah. Si laguugu qiimeeyo dhinaca *avlstning*-ka, waa inaad u dirtaa arji degmada.
- *Støttekontakt* (Xidhiidh-taageere): *Støttekontakt* wuxuu noqon karaa talaabo muhiim u ah dhammaan ilmaha, dhallinta iyo qofka weyn ee qaba xanuun aan tegin. *Støttekontakter* inta badan waa dad-caadi ah oo aan lahayn aqoon gaara, waxana tabobar iyo tilmaanba siinaya degmada. *Støttekontakt* xilkiisa ugu muhiimsani sida caadiga ah waa inuu ka caawiyo qof keli ah sidii uu u heli lahaa waqti-firaaqo macne samaysa. Arjiga lagu dalbaayo *støttekontakt* waxa ugu muhiimsan in lagu faahfaahiyo baahiyaha qofka u baahan *støttekontakt* (sharciga adeegga bulshada qodobka § 4-2).

Sharciga takoorka iyo sahal-u-gelitaanka

Sharcigani wuxu hirgalay 1dii jeenaweri 2009 waxaanu keenayaa sinnaansho iyo isku-qaddar, iyo iyadoo la sugayo isku fursado iyo xuquuqo ka-qaybgalka-bulshada dadkoo dhan, iyadoo aanay ku xidhnayn awoodda-shaqaynta-jidhka. Waxaa kaloo tani joojinaysaa takooridda sababta looga dhigayo awoodda-shaqaynta-jidhka. Si toos ah iyo si aan toos ahayn labadaba takooriddu waa reeban tahay marka sharciga la eego. Waxaa laga dhaafayaa in takoor loo sameeyo u muhiim ah in la gaadho ujeeddo sharci ah, oo aan farogelin wax u dhimaysa ku samaynayn qofka ama kuwa la takoorayo.

Haddaad leedahay sonkorow, waxaad la kulmi in xanuunku abuurayo caqabado taas oo aan la oggolayn marka la eego sharciga cusub, xagga shaqada iyo waxbarashada labadaba. Waxaa kale oo tani khusayn kartaa in lagu dhaafo markay la xidhiidho shaqaalaysiinta.



Halkan waxaad adigoo gacanta sharciga ku haysta dalban kartaa in shaqo-bixiyuhu qoraal ku sheego waxyaalaha ku saabsan tacliinta, carbinta ama wixii kale ee si cadaana loo sheegi karo ee aqoon-xirfadeedka shaqada ee uu leeyahay qofka shaqada la siiyay. Shaqo-bixiyaha waxaa ku waajib ah marka intaa lagu daro inuu sameeyo u-sahlid goonigooni ah goobaha-shaqada iyo waajibaadka-shaqo, si uu u hubiyo in qof shaqaale ah ama shaqo-doon ah oo ay dhiman tahay awooddiisa-shaqada-jidhku si uu shaqo u haysan karo ama u heli karo. Tani waa fidin lagu sameeyay shaqo-bixiyaha masuuliyadiisa marka loo eego tii hore, oo tani waxay siin kartaa dadka qaba sonkorowga iyo kuwa kale inay korodho fursada inay shaqada haystaan iyo inay helaan xaalad-shaqo oo loo sahlay.

Warbixin dheeraada?

Haddii aad rabtid warbixin dheeraada, waxaad la xidhiidhi kartaa FFOs xarunta-xuquuqaha oo talobixin sharci siisa dadka-laxaadka-la', xigtada iyo cidii kale ee xiisaysa. Adeegu wuxuu furan yahay isniinta ilaa khamiista saacadda 10.00–14.00. Telefoon: 22 79 90 60.

E-post: rettighetssenteret@ffo.no.

Wixii warbixin dheerada, eeg www.rettighetssenteret.no. iyo waliba www.diabetes.no.

Waxay hayaan warbixin badan, iyo su'aalo cad oo la waydiinayo iyadoo la adeegsanayo www.diabeteslinjen.no. Warbixin waxtar leh waxaa kaloo aad ka helaysaa www.nav.no.

Warqad-xaqiiqeedkan waxay ka timi *Diabetesforbundet* (Ururka dadka-sonkorta leh ee Noorway) waxaana dib loo cusboonaysiiyay jenaweeri 2011.

Warqad-xaqiiqeedka waxa la sameeyay iyadoo aanu wada-shaqaynay  Helsedirektoratet