

Haddii cidi fal xoogitaan/dirqin ah kugu samaysay, waxa aad xaq u leedahay:

- In aad caawimo heshid
- In lagu rumaysto
- In lagaa ilaaliyo xoogitaan/ dirqin cusub

Haddii wax halisi dhaceen booliska ayaa baaraaya kiiska.



Cid ay wanaagsantahay in lala xiriiro:

Haddii adiga ama cid kale caawimo u baahantahay si degdega, waxa aad u waci kartaa:

Politi
112

Ambulanse
113

Si aad caawimo iyo talobixin u heshid waxa kale oo aad la xiriiri kartaa:

- Dhakhtarka furan
- Qeybta qaabilidda kufsiga
- Daarta caruurta ee dowladda
- Xarunta cidda qaraabo dhow faroxumaysay
- Adeega baxnaaninta

Waxa kale oo aad soo waci kartaa:

Telefoon:

vernmotovergrep.no



Barne-, ungdoms-
og familiedirektoratet

Is hortaagga Xoogidda/dirqinta

Cid baa ku caawin karta!



Dibedda iyo gurigaba waa in aad ku aamin noqotid.

Xaq waxaad u leedahay:

- In aad ka maarantid baqdin
- In aan lagu dilin ama aan xoogitaan/dirqin lagugula kicin
- In aad diidid waxaanad raabin
- In aad diidid waxaanad aad u rabin

Way adagtahay in la ogaado waxa khaldan iyo waxa saxda ah. Weydiiso caawimo si aad tan u sii baratid.

Xoogitaan/dirqintu waa madnooc

Xoogitaan/dirqintu adiga in lagugu sameeyo ma aha

Waa madnooc:

- In qof laga taabto ferjiga ama naasaha iyada oo aan qofku HAA odhan
- In la daawad siiyo filimaanta xunxun(pornografi) cid aan rabin ama 18 sano ka yar
- In cid lagu khasbo ama loogu hanjabo in ay cid kale ferjigeeda taabato
- In cid lagu khasbo ama loogu hanjabo in ay galmo sameeyaan.
- In aad tidhaahdid galmo ayaan rabaa, haddii aanad rabin

Tani rag iyo dumarba way khuseysaa.



Tan samee haddii adiga ama cid aad garanaysid xoogitaan/dirqin lagula kacay:

Tan markaa waa in aad u sheegtid cid aad ku kalsoontahay:

- ka shaqeeya halka aad degantahay ama halka aad ka shaqaysid
- cid ka mid ah qoyska
- dhakhtarkaaga

Cidda caawinaysa warbixin waxa ay ka heli kartaa ciwaankan **vernmotovergrep.no**

Haddii aad sheegtay xoogitaanka/dirqin, xaq waxa aad u leedahay:

- in lagu rumaysto
- in aad ogaatid waxa dhici doona wixii hadda ka dambeeya
- in aad aamin noqotid