

# S: Maxaan sameyn karaa haddii aan sameeyo eex? Shan waxyaabood oo la sameeyo

- **Iska ilaali difaac galida:** Aamusnow. Waa waqtigii wax la dhageysan lahaa. Ujeedadu way ka duwan tahay saameynta.
- **U qir:** Wax ha khiyaamin, ha iska indho tirin, ama ha tirtirin. Weydii in la sharraxo falka.
- **Raali gali:** “Waan ka xumahay. [Ujeedadaydu waxay ahayd\_\_\_, balse waxaan bixinayaa raali galin saameyntu waxay ahayd\_\_\_\_\_.] Kuma talagalin in aan waxyeelo geysto, laakiin waan arki karaa in aan sameeyay, taasina waa mid aniga i saaran. Waa ka xumahay.”
- **Naftaada wax bar:** Ma aha mas’uuliyada dhibbanahaaga ama saaxiib ama qof kasta oo kale oo ah BIPOC, LGBTQIA2S+, naafo ah, koox diineed oo laga tiro badan tahay, muhaajir, ama qoxooti in ay wax ku baraan/cafiyaan/barakayeen ama xataa kugu lug yeeshaan. Fursadu waa mid dhinac kasta kaa xigta.
- **Ficil:** Isticmaal mudnaantaada. Cod sii Lacag sii. Waqti sii Bar qoyskaaga /deriskaaga. Iska dhiib kursi. Soo jeedi ama bilaw is dulsaarida.

Ma rabtaa inaad ogaato waxa ay  
damacsan tahay Qaybta Xuquuqda  
Madaniga ah? Nagala soco  
warbaahinta bulshada!  