



HAGAHA AMAANKA SAXAFIYIINTA EE CPJ



Committee to Protect Journalists

CPJ

Hagaha amaanka saxafiyiinta ee Guddiga difaaca saxafiyiinta

**Kasoo tabinta wararka goobaha halista ah iyo
caalamka is badala**

Qore: Frank Smyth/ Lataliye sare oo dhinaca amaanka saxafiga ah

Waxaa uu wataa cutub ka hadlaya macluumaad nabadgelyada ah oo uu diyaariyay Danny O'Brien/ oo ah isuduwaha u dooda xuquuqda Internetka

Waxaa tarjumay: Hassan Abdi, Mohamed G, iyo Abdirizack Abdirahman

Committee to Protect Journalists
Gudiga Difaaca Saxafiyiinta



TUSMADA BUUGGA

Gogoldhig: Dunida cusub ee wararka	4
1. Diyaargarow aas-aasi ah	5
2. Qiimeynta iyo Ka jawaab celinta khatarta.....	14
3. Macluumaad nabadgelyada ah.....	23
4. Khilaafka hubaysan.....	30
5. Falal dambiyeedka abaabulan iyo musuqmaasuqa.....	34
6. Arrimaha bulshada iyo rabshadaha.....	40
7. Cudurada faafa iyo khatarta badan ee kadhalato.....	46
8. Qatarta waarta.....	48
9. Ka jawaabinta walwalka/murugta	51
Gabogabo: Dunida naga horeysa.....	53
• Lifaaq A: Diiwaan warbixineet.....	54
• Lifaaq B: Tababar amaanka.....	56
• Lifaaq C: shirkadaha bixiya caymiska.....	58
• Lifaaq D: Macluumaad ku saabsan saxaafadda iyo qoraallo..	59
• Lifaaq E: Ururada/hay'adaha saxaafadda.....	58
• Lifaaq F: kaydada kale.....	61
• Lifaaq G: Qiimeynta shaqada ka horeysa.....	70
• Mahadnaq	71
• Ku saabsan qoraaga.....	74

HAGAHA amaan ee CPJ 1

Hordhac: Dunida cusub ee wararka

Dunidan waxaysii noqonaysaa goob halis badan u leh saxafiyiinta. Celcelis ahaan in kabadan 30 saxafi ayaa la dilaa sanad walba, iyadoo gacan ku dhiiglayaasha ay la baxsadaan dambiga iyaga oo aan loo ciqaabin ilaa ku dhawaad 9 ka kamid 10kii dhacdaba. Boqolaal saxafiyiin ah ayaa sanad kasta la weeraraa, loo hanjabaa, ama la waxyeelayaa. Kuwa badan waxaa lagu sameeyaa dabagal jaajuusnimo wicitaanadooda ama xiriirkooda khadka Internetka ayaa laga farageliyaa. In kabadan 150 saxafi ayaa xiran, kuwaa oo waqtiyo kala duwan la xiray, qaar kamid ah ayaan wax dambi ah lagu soo oogin. 35 saxafi ayaan la ogeyn halka ay **ku dambeeyeen**. saxafiyiintu waxayshaqadan oo dhan kala kulmaan walwal mar kasta oo ay tebiyaan sheekooyin xanuun leh ama dhimasho ay ku lug leedahay, laga soo billaabo gaboodfalada faraxumeyn carruurta iyo weerarada argagixiso ee ka dhanka ah dadweynaha.

Sidoo kale dunida waxaynoqotay goob ku yar saxafiyiinta. Aalada farsamada casriga ah uma suurtagelin oo kaliyah in qof walba uu la socdo dhacdooyinka xilligii loogu talagalay balse waxaysidoo sahashay soo tebinta wariyeyaasha iyo hay'adaha warbaahinta. Kooxaha ku lugta leh rabshadaha iyo musuqmaasuqa ee dunidan ma fahansana oo kaliyah sida akhbaartu ay u jihatso aragtiyada balse waxaa ay sidoo kale ogyihiin in shaqada saxafiyiinta shaqsiga ah ay qabtaan ay halis gelin karto howlahooda. Wadamada qaar heer aan waligeed la samayn oo ah wadashaqeyn isku xiran, idaacadaha, iyo shirkadaha wararka ee internetka ayaa waxaycaad saareen kala duwanaashaha wariyeyaasha iyo u doodayaasha, tannoo keentay cabsi ku aadan fikirki horey looga qabay saxafiyiinta ee ahaa mid dhexdhexaad ah oo ku salaysan dulmeere xirfadle ah. Natiijada waxaynoqotay in cadaawad badan loo hayo saxaafadda laga soo billaabo magaalooyinka yar yar iyo goobaha colaadaha caalamiga ah. Saxafiyiinta meel kasta ha joogaane waxayu baahanyihiin in ay eegaan waxyaabaha isa soo taraya sidii hore si ka taxadar badan.

Ganacsiga akhbaarta waa mid sidoo kale isbadelay. Shaqaale yareynta qolalka barhaahinta waxaysababtay in saxafiyiin badan oo madax banaan ay ka soo waramaan jiidaha hore ee goobaha ay sheekooyinka ka dhacaan, laga soo billaabo Tsunami ilaa dhacdooyinka waddooyinka heeraheeda ka dhaca, qubashada saliida badda ilaa mudaharaadyada siyaasadeed, khilaafaadyada hubeysan iyo dambiyada abbaabulan. Inkastoo in badan oo kamid wariyeyaashan ay aqoonsi saxaafadeed ka qaataan ururada warbaahinta waaweyn, haddana waxaywali yihiin shaqaale qandaraas, kuwaa oo masuul ka ah diyaargarowgooda, qalab, ceymis, iyo daryeelba. Saxaafadda ay dadku ka qeyb qaataan oo noocyo kala duwan leh ayaa waxayu badan tahay in ay la kulanto caqabado noocaas ah. Soo direyaal aan wax lacag ah la siin ayaa sheekooyin u soo tebiya shabadaha warbaahineed ee hadda soo shaacbaxaya ama cusub, iyagoon aan la siin tababar iyo taageero. Maanta, saxafiyiin ka badan kuwii barigii hore ayaa waxaygo'aansadaan sheekooyin ay soo tebiyaan iyo habkii ay u wajihi lahaayeen. Haddii si kale loo dhigo, saxafiyiintaas iyaga ayaa isku tiirsan.

Hagahan waxa uu faahfaahinayaa waxayu baahanyihiin saxafiyiinta in ay ka ogaadaan dunidan cusub ee isbedbedelka badan. Waxaa uu u jeedkiisu yahay in ay ka faa'iidaystaan saxafiyiin kale duwan oo kamid ah kuwa gudaha iyo caalamiga ee leh heer kasta oo qibrad ah. Hagahan wuxuu hoosta ka xariiqayaa diyaargarowga aas-aasi ga ah ee ay u baahanyihiin saxafiyiinta cusub ee billaabaysa shaqooyinkooda ugu horeya ee caalamka, waxa uu saxafiyiinta qibrada dhexe leh iyo kuwa ku laabanaya goobta uu

siinayaa macluumaad boor ka jafid ah, talooyin ku saabsan amaanka aaladaha lagu xiriiro iyo qiimeynta halista.

1. Diyaargarowga Aas-aasiga ah.

Ma dhicin waligeed in saxafiyiin kala duwan ay warar sidaas u kala gedisan ka soo tebiyaan marxalado. Haddana laga soo billaabo tebinta wararka dibadda, iyo gudaha, **qorida qormooyinka bogaga**, saxaafadda sawirada, — iyo *diyaargarowga*.

Si taxadar leh baaritaan ugu same howshaada, adigoo u kuurgelayo caqabadaha, taariikhda, dhinacyada ku lugta leh, isbeddelada, iyo jihooyinka ay wax u socdaan adigoo isu keenaya fikrado kala tagsan ama kala duwan. (Eeg qeybaha hoose ee ku saabsan tebinta wararka dibadda iyo gudaha) Waxaad noqotaa mid taqasus u leh dhaqanka, caadooyinka iyo oraahda bulshada wararka laga soo tebinayo.

Aqoonta luuqadaha waa muhiim gaar ahaan gundhiga luuqada iyo oraahda. Samayso qoraallo nidaamsan oo kuu tilmaamaya meelaha laga soo xigto wararka lagu kalsoonaan karo. samayso qoraal tifaftiran ama tabaabusho wanaagsan oo ku aadan goobta aad ka helayso xiriirada muhiimka ah ee la isku hubo, si aad ula socodsiiid goobta aad joogto haddii ay dhibaato kugu timaado, qorshahaaga waxa uu yahay iyo nooca shaqada aad qabanayso. (Eeg cutubka 2 ee qiimeynta iyo jawaab ka bixinta khatarta). Tillaabo kale oo muhiim waxaa kamid ah inaad leedahay ceymis caafimaad oo ku habboon iyo si lamid ah inaad qabto tallaalka (Sida lagu qeexay qeybaha hoose ee ceymiska iyo tallaalka caafimaadka,) fahanka akhbaaraadka iyo amaanka isgaarsiinta (eeg cadubka 3 amaanka akhbaaraadka), iyo helida tababar iyo qalab kugu filan, (sida ku xusan cutubka 4aad ee iskudhacyada hubaysan). Iyo tilaabooyinka kale ee muhiimka u ah tabaabushahaaga sidii aad u heli lahayd ceymis caafimaad oo lagu kalsoonaan karo, sido kale talaalka (qodobkan waxa lagu xusay qeybaha hoose ee ceymiska, daryeelka caafimaad iyo tallaalka), waxaa kale oo wanaagsan lasocodka arrimaha nabadgelyada iyo isgaarsiinta(waxa lagu xusay cutubka 3aad ee ogaanshaha arrimaha amaanka) iyo helitaanka tababaro iyo agab kugu filan,(sida ku xusan cutubka 4aad ee iska horimaadyada hubeysan)

Xiriirada Dibadda

Inta aadan u socdaalin jihada aad doonayso inaad u safarto waxa muhiim u ah badbaadadaada sidii aad u samaysan lahayd cilmi baaris dhamaystiran.

Si qotodheer u eeg fikradaha kale duwan, xogta machadyada ee cilmiyeysan iyo talobixinada caafimaadka, safarada iwm kuwaasoo aad ka heli karto hay'ada caafimaadka adduunka ee (WHO) iyo hay'adaha kale ee aan dawliga ahayn ama kuwa ay bahwadaagta ay yihiin. Waxaad tixraac ku samaysaa wararka laga qoray xuquuqda aadanaha iyo xoriyada saxaafadda dhamaan dawladdaha iyo hay'adaha aan dawlaga aheen. Hagaha la wadaago waxaa laga helaa akhbaar sugan taasoo ku saabsan dhaqamada iyo caadooyinka. Haddii aad doonayso in aad aado dhul kale oo aadan waligaa tegin, waxaa waanagsan inaad la tashato saxafiyiin kale oo aqoon u leh dulka aad doonayso inaad tegto. Talada asxaabta aad ku kalsoon tahay waxay muhiim u tahay tabaabushaha howsha aad u socoto inaad qabato iyo qiimeynta

khatarta ay leedahay. Haddii aad tahay mid aan taqasus u la hayn deegaanka ama aad tahay mid ku cusub shaqada waxaa wanaagsan inaad raacdo asxaab kale.

Waxaad samaysaa iskuday kasta oo macquul ah si aad u barato dadka deegaanka, taasoo kaa caawinaysa isdhexgalka, xushmad, korna u qadaysa amaankaaga. Waxaa kale oo wanaagsan inaad daraasadeyso waddada safarka iyo macluumaadka daawooyinka ee la heli karo. Jaamacadda Mareykanka ee isku xirka dibaddaha waxay bixisaa macluumaad kala geddisan oo kaa caawinaya diyaargarowgaaga.

Fahan dhaqanka, iskana
ilaali agagaarkaaga
La soco saxiibo ama
shaqaalle. Ag joog
agagaarka goobaha ay
dadka joogaan,
maskaxdana ku haay
meel aad ka baxdo.

Mar walba waxaad horey u sii diyaarsataa qiimeyn amaan oo la xiriirta howsha aad qabanayso, inta aadan tegin ka hor, sameyso qodob bayaan ah sida xirirada tifaftireyaasha, asxaabta, iyo xubnaha qoyska iyo saaxiibada. Sii xiriirkaaga goobta si uu ula xiriiro eheladaada iyo tifaftirehaaga warka, qaraabada iyo tifaftireha, tankale waa inaad ogaan kartaa qaabka loola xiriiro ama loo helo dalkaaga. Waxaa wanaagsan inaad ka baaraandegto goobta aad rabtid inaad degto, qaabka ay isgaarsiinta u shaqaysa, surgalnimda ilaalada amaanka ama kameerada wax duubta (surveillance). Go'aanso sida aad doonayso inay ula xidhiidho tifaftireyaashaiyo kuwa kale ee guriga jooga – adigoo isticmaalaya telefoonka dhulka, cod internetka ah, wadasheekaysi, ama email- haddii kale waxaad xulataa magac been ah oo aad la xulaynayso nooc sida habka furaha oo kale ah, noocyada aad xogta uga dhigayso sidii ereyo furaha oo kale ah, ama hab kale oo ah xiriir aaladaha ah oo amni ah (Eeg cutubka 3aad ee macluumaadka aminga ah.) Ka hor inta aadan tegin, diyaarso ama samayso hab hoggaan oo gaar ah oo aad ugu talagashay jiheeyayaasha, darawalada, iyo turjumaanada. Isticmaal taxadarka ugu badan iyo maxkax si aad isaga hubiso shaqaalaha ku caawinaya ee gudaha, ku dadaal inaad talooyinkooda ka hesho asxaabta. Maxaa yeelay badbaadadaada waxa badi ku jirtaa gacanta shaqaalaha ku caawinaya, waxaa muhiim ah inaad xulato shaqsi aqoon leh oo la aamini karo. Saxafiyiinta doonaya inay raacaan militariga waa in ay xiriiro iyo qaban qaabo sii samaystaan ka hor inta aysan tegin.

Dalal badan, waxaa haboon in qof uu kugu sugo garoonka, oo uu kuu kaxeeyo goobtii aad degi lahayd marka ugu horreysa. Taa waxay kuu suurtagelinaysaa inaad la qabsato deegaanka, aadna iska ilaaliso halis kaaga imaan karta wadooyin aan amni ahayn, iyo kooxo dambiilayaal ah. Horey u sii xulo hoteel, hoteelka aad dooranayso waxa uu ku xirnaan doonaa sida aad rabto inaad isu soo bandhigto. Hoteelada waa weyn ee bixiya adeeg ganacsi oo sareeya badanaa waxay bixiyaan amni aad u sareeya laakiin waxay sare u qaadanayaan darajadaada. hoteelada waa weyn waxay sidoo kale bixiyaan adeegyo ay kamid yihiin Internetka guur guura, Inkastoo adeegaas aan lagu balanqaadi karin sababo la xiriira wadamada qaar oo leh siyaasado xirxiran. Haddii aad degtid hotel yar, amaba mid gaar ah waxaykaa dhigaysaa inaad ahaato mid qarsoon, taa oo laga yaabo inay sare u qaado awoodaada inaad howshaada fuliso. Si kastaba ha ahaatee hoteelada noocaasi ah amaankoodu waa uu hooseeyaa ama maba lahanba. Iska ilaali qololka la seexo ee leh balakoonada ama daaqadaha ay isticmaali karaan kuwa wax soo weerara. Had iyo jeer isticmaal albaabada laga baxo markii ay halis timaado.

Tababar xaga amaanka ah oo la dhiirigeliyo ama inaad si horudhac ah u haysato qalab sida qalabka difaaca jirka waa mid lagu farayo. (Eeg cutubka 4aad ee iskudhacyada hubaysan.) Daawooyinka lagu qoray waa in lagu xirxiraa weelal rasmi ah oo la calaamadiyay oo lagu dhex rido alaabada gacanta lagu

qaato, sidaa waxa kugula talinaysa **Ururka Caafimaadka Adduunka (WHO)**. Waxaad qaadan kartaa haddii aad rabtid daawo dheeraad ah iyo (Macluumaad cinwaanka dhaqtarkaaga) oo aad ku ridayso boorsooyinka kale haddii ay alaabadaada gacanta kaa lunto ama la xado. Alaabtaada wixi kabadan waqiyad waa inaad kaydisaa ood xashimaysa, waa in ay kaa hubiyaan kooxda amaanka garoonka. Sidoo kale waa inaad wataa kaarka talaalka caafimaadka, cadaymo nooca dhigaaga iyo wax yaabaha ad xasaasi ama alargi kutahay oo rasmi ah. Tilmaamo goobaha xanaanada caafimaadka ee goobta aad kasoo waramaysid, sida isbitaalada, barta caafimaadka iyo goobaha dhaqaatiir guud.

Socdaalkaaga ka hor soo iibso dharka ku haboon sida dharka dhaxanta, wariyeyaasha ka shaqeeya goobaha fog fog waa in ay xusaan dharka midibka madoow. Saxafiyiinta dibaddaha ka shaqeeya waa inay doortaan midabada ciida u eg ama madoow oo aana meelaha fog fog laga arki Karin oo laga fahmi karo Buluuga ay isticmaalaan ciidamada ama cagaarka ciidamada midabada qarsoon oo ay isticmaalaan militariga. Saxafi kasta oo doonaya in uu tebiyo sheeko isagoo soconaya waa in uu haystaa kabo ku habboon, boorsa adag, iyo agabka jifka oo raaxo badan. Xiro kabaha inta aadan tegin goobta howsha aad ka qabanayso. Xirxiro agabka jifka aad u baahan tahay, waxaa laga yaabaa inay adagtahay in laga helo wadamada aan horumarsanayn.; waxaa kamid ah alaabooyinka aad ku darayso Batariyo, Tooshash, buuq xusuus qor, tampons, caday, agabka gargaarka deg dega ah, ka hortag jeermis, Kareemka cagaha, iyo sidoo boorsada jeebka ama agab kale ood ku qarsata lacagtaad. (eeg lifaaqa A diyaargarw dameestiran ama kooban. Saxafiyiinta waa inay xaqiiqsadaan inay heli karaan doolarka ama uuraha (euro), **“International Federation of Journalists”** waxay kudiira galiyaan saxafiyiinta inay wataan boorsada jeebka oo faalis ah tasooy kabuuxaan kaarar rasmi u eg iyo xogaa lacag ah haddii ay dhacdo in lagu dhaco.

Baasaboorkaaga iyo dal ku galada lagaaga baahnaan karo waa in ay kuu diyaarsanaadaan. Baasaboorkaaga waa in uu ahaadaa mid aana dhacaynin lix bilood ka hor uuna lahaadaa bogag banana oo laguugu dhufan karo dal ku galka. Waxaa kale oo aad u baahan kartaa batante (ruqsada wadinta gaariga) caalami ah oo aad ka qaadato shirikad bixisa oo macquul ah. Wadamada qaar waxaa lagaaga baahnaanayaa in aad haysato batante caalami ah iyo batanteha wadankaaga, waxaana laga yaabaa in ay kuu fududeyso in aad ijaarato baabuur goobaha qaar.

Saxaafadda gudaha

Inkasta oo ay saxafiyiinta ajnebiga ah la kulmaan caqabado dhinacyada tasiilaadka iyo amaanka ah haddana saxafiyiinta gudaha waxayla kulmaan khatar ka sii badan oo halis ku ah naftooda iyo xurnimadooda. Cilmi-baaris ay samaysay CPJ ayaa waxaa lagu oggaaday in ku dhawaad ​​sagaal kamid ah tobankii dhimasho ee la xiriirta shaqada ee dhacay ilaa sanadii 1992dii waxayahaayeen saxafiyiin dalalkooda ka shaqeya, kuwaa oo u lug lahaa inay tebbiyaan wararka dalalkooda ka dhacayay, waxayku shaqeeyaan xaalado dhimasho ah. Inkabadan 95 boqolkiiba saxafiyiinta la xiray dunida oo dhan waa kuwa wariyayaal gudaha ka howlgelayay, sawir qaadayaal, kuwa internetka wax ku qora, iyo tafaitirayaal sida ay sheegayso cilm-baarista CPJ. Baahida loo qabo diyaargarow mug leh iyo qorshe amaan waa mid ku soo boodo ku ah wariyeyaasha dalalkooda ka howlgala.

Wariyeyaasha madaxa banaan
Waa in ay fahmaan
Halista suurta galka ah ee
Kaga imaan karta
Howsha, iyagoo dhinaca
kalena
Eegaya awooda warbaahinta ee
taageero
La siiyo. Haka shakin
Inaad diido howl halis leh.

Haddii aad ku cusub tahay shaqada, wararka deg deg ah, amaba nooc gaar ah oo shaqo ah waxaad u baahantahay inaad raadsato saaxiibo qibre leh oo talo ku siiya. Adigoo oggolaansho waydiisanaya, raac saxibkaa isaga ama iyada oo shaqo ku guda jira; waxaad ka heli kartaa qibrad qiime badan oo gacanta lagu hayo, adigoo daawanaya rugcadaaga oo shaqeynaya. Waxaad baaritaan ku samayn kartaa dhamaan sharciyada saxaafadda ee la xiriira oo ay kamid yihiin sharciyada dawliga ah ee la xiriira helitaanka macluumaadka bulshada, helitaanka hantida gaarka loo leeyahay, gal iyo meel ka dhac, lana soco xirxirnaanshaha, macluumaadka oo ay dalalka xirxiran kugu soo rogi karaan. Tusaale ahaan dalalka sida Itoopiya waxay qadariyaan tebinta wararka kooxaha mucaaradka mid dambiku ah qaranka. Shiinaha wuxuu xiraa qorayaal kuwaa oo wararka dhaleeceeya ka qora dawlada dhexe ama xisbiga hanta wadaaga. Tobonaan saxafiyiin ah ayaa sanad kasta lagu xiraa caalamka oo dhan sababo la xiriira eedo qaranka ka soo horjeeda. Xittaa haddii aad doorato inaad gudubta xuduudaha qoraaqa, waxaad u baahantahay inaad ogaato xadidnaanshaha iyo culeysyada kaaga imaan kara.

Sida ay muujinayso cilmi-baarista CPJ wariyeyaasha tebiya siyaasada, musuqmaasuqa, dembiyada, iyo khilaafyada waxayhalis gaar ah ugu jiraan weerar ama xabsi. Haddii aad tebinayso warar deg deg ah, waa inaad waqti aad ku fahanto gelisaa culeysyada amaan ee la xiriira kara mawduucaaga; inaad fahanto dhinacyada ugu weyn ee ku lug yeelan kara iyo waxyaabaha ku dhiirigelin kara; iyo inaad fahanto cawaaqibka inaad ka baxdo qadadka cagaaran ee lagu dejiyay sharciga ama rabsho, hab ka baxsan sharciga. Tifaftireyaasha waa in ay u oggolaadaan saxafiyiinta ku cusub shaqada in ay helaan waqti ku filan oo ay ku diyaarsan karaan ilaha ay u baahan yihiin in ay la kulmaan, si ay ula hadlaan saaxibadood qibrada u leh, ayna u oggaan karaan dhaqamada, iyo erayada goonida u ah ee ku haboon mowduuca. Si gaar ah, tebinta Dambiyada waxay u baahan yihiin in la raaco hababka sharciyada loo dejiyay. (Eeg cutubka 5aad ee Dambiyadala soo abaabulay iyo musuqmaasuqa iyo cutubka 6aad ee arrimaha bulshada iyo rabshadaha.) shaqooyinka la xiriira Dambiyada halista badan, waa inaad samaysataa qiimeyn amaanka ah addigoo la tashanaya tifaftireyaashaada. (Eeg cutubka 2aad ee qiimeynta iyo ka jawaab celinta halista.)

Wariyeyaasha madaxa banaan waa in aysan ka shakin in ay diidaan howl halis amaan ay uga imaan karto iyo awooda hay'ada warbaahineed eek u aadan bixinta taageero. Haka gaabin inaad diido howl ay halis kaaga imaan karo

Haddii aad tahay wariye madax banaan oo doonaya in uu howl u qabto Shabakad warar oo gudaha ama dibadda laga leeyahay, waa inaad fahan ballaaran U leedahay halista kugu imaan karta iyo awooda shabakada wararka iyo in ay doonayso In ay ku siiso taageero haddii aad dhibaato la kulanto. Waa inaad had iyo jeer samaysato qiimeyn amaanka ah ka hor inta aadan bilaaban howl halis kaaga imaan karto, diiwaangesho xiriira amaan oo lagu kalsoonaan karo, samayso hab kooban oo aad mar walba raacdo. (Eeg cutubka 2aad ee qiimeynta iyo ka jawaab celinta halista.)

wadama badan ayaa waxayleeyihiin ururo xirfafeed oo waxtar leh kuwaa oo ku siin kara talooyin ku saabsan Sharciga warbaahinta, iyo talooyin ku saabsan howsha aad qabanayso. Haddii aad la kulanto dhibaato, qaar kamid ah ururada qaran waxayawoodaan in ay sidoo kale Soo farageliyaan iyagoo kuu doodaya ama in ay daabacaan kiiskaaga. Waa in aad sidoo kale ka warqabtaa in kooxo caalami ah sida CPJ iyo wariyeyaasha aan xuduuda lahayn ay abuuri karaan in ay dunida kaa war hesho iyo in ay kuu doodaan haddii lagu sameeyo weerar ama cabsigelin. (Taxaalka kooxahaas gudaha iyo dibadda ah

waxaa ka eegi kartaa qoraalka gadaale ee ururada saxaafadda. Iswaydaarsiga xoriyada hadalka ee caalamiga ah waxaa ku jira liis muhiim ah oo kooxahaas ah.)

Haddii saxafi ajnebi ah uu ku waydiisto inaad u noqoto turjumaan ama jiheeye, iska ogow halista kaaga imaan karta howsha. Iska hubi inaad hore u sii fahanto cida aad is arkaysaan iyo meesha aad u socotaan. Qiimee saxafiga caalamiga ah ee aad la shaqaynayso, addigoo qiimeynaya qibradiisa, taariikhdiisa, iyo u dulqaadashaddiisa halista. Tixgeli aragtida ah in wariyahaas ka yimid wadanka caddaawada loo hayo aad la tagto goob cadaawad ka jirto. Fahansanow inaad diidi karto howsha, iska ogoow heerka taageerada aad ka heli karto saxafiga howsha ama warbaahinta aad howsha la qabanayso haddii aad dhibaato la kulanto. Fikir rasmi ah ka leh doorka aad ku yeelanayso howsha. Ma waxaa lagu waydiistay inaad wax turjunto ama aad bixiso taageero qalab? Ama miyaad sidoo kale tebinaysaa? Waa inaad fahantaa caqabadaha dambe ee dheeraadka ah ee amaanka.

Dhamaan dhinacyada kala gedisan ee wariyayaasha gudaha iyo jiheeyayaasha, warbaahinta iyo tifaftireyaashooda waa in ay si cad ugu qeexaan doorka laga doonayo shaqsiga in uu ciyaaro iyo taageerada sharciga iyo mida amaan oo uu ururrkooda awoodo in uu bixiyo haddii ay dhibaato dhacdo. Tifaftireyayaasha waa in ay fahansanaadaan in saxafiga gudaha uu diidi karo howl halis leh, ayna oggolaadaan xukunkaas iyagoo wax dambiku oogin ruuxaas. Warbaahinta waa in ay qiimeysaa waajibaadkeeda diidmo ee anshaxa ee la xiriira in ay howl halis badan u diraan wariye gudaha ee madax-banaan.

Qol-qorayaasha madaxa-banaan, filim qaadayaasha, iyo saxafiyiinta gudaha ah ama aan qabin tababarka saxaafadda ayaa waxaynoqdeen warar bixiyayaal muhiim, gaar ahaan intii uu socday kacdoonkii Carabta ee billawday 2011ka. Liibiya iyo Suuriya halkaa oo ay mamulada ka jira ay iska horistaageen inay ka joojiyeen dhaqdhaqaaqa warbaahinta caalamiga ah, muwaadininta gudaha ayaa u soo baxay in ay qabtaan shaqadii ay qabanayeen saxafiyiinta madaxa-banaan. Qaarkood waxayduubeen tallaabooyinkii adkaa ee dawladu ka qaaday dadka, waxa ayna muuqaalo ku soo daabaceen bogga internetka, halka kuwo kale ay dirayeen wararka deg dega ah iyagoo isticmaalaya qolal madax-banaan, qolal yar yar, iyo warbaahinta bulshada. Goobaha sida adag loo xadiday, shaqadooda waxaydaaqad u furtay dunida kale taa oo ka arkayeen dagaalada. Dhawr kamid ah saxafiyiintaas naftooda ayay u hureen. Dalka ree Suuriya gudahiisa filim qaadayaal madax-banaan [Ferzat Jarban](#) iyo [Basil al-Sayed](#) ayaa ku dhintay dilal toos ah oo lala beegsaday; Liibiya gudaheeda aas-aasi hii bar internetka ah oo wariye madax-banaan, [Mohammed al-Nabbous](#), ayaa la toogtay isagoo cod si toos ah uga soo gudbinaya dagaal ka socday Benghazi.

Qol-qorayaasha madaxa-banaan iyo filim qaadayaasha waa in ay samaystaan shabakad xiriir oo shaqadooda ah iyo xiriir qoys, kuwaa oo ay isku agaasiman karaa marka ay jirto halis. Machadka fadhigiisu yahay London ee ee tebinta dagaalka iyo nabada [Institute for War & Peace Reporting](#) wuxuu ku caawiyay saxafiyiinta bulshada ah in ay shabakado gudaha ah ka dhistaan [Balkans](#) iyo [bariga dhexe](#). Wadamo badan shabakadaha noocaasi waa in loo dhisaa hab ilaalinaya aqoonsiyada xubnahooda. (Eeg cutubka 3aad ee macluumaadka amaan oo aad ka heli karto macluumaad qeexan oo ku saabsan sida loo xiriir hab nabadgelyo ah.) Diyaarso qiimeyn amaan sida lagu qeexay cutubka 2aad. Qol qorayaasha madaxa-banaan, filim qaadayaasha iyo saxafiyiinta bulshada ah ee doonaya in ay qabtaan howlaha saxaafadda xiliga kacdoonada waa in ay fahmaan khataraha ku soo boodada ah ee imaan kara haddii aad shaqaysid addigoon lahayn taageero machad iyo in aad qabato shaqo qof kale lahaa. Qorsheyn amaan oo aad u adag, oo ay kamid yihiin isticmaalka hab xiriir oo amaan ah iyo kudhaqanka in aad xiriir joogta ah la samayso asxaabtaada iyo qaraabada in ay tahay muhiim.

Aqoonsi warbaahineed

Hel aqoonsi warbaahineed ka hor inta aadan soo waramin, waxaa laga yaabaa in aad u baahato in aad caddeyso waxa aad tahay haddii lagaa dalbado. Urura badan oo warbaahineed ayaa aqoonsiyo ku soo saara haddii ay ka codsadaan shaqaalaha joogtada ah iyo kuwa kale ee madaxa-banaan. Ugu yaraan wariyeyaasha madaxa-banaan waa in ay ka haystaan warqad caddeyn ah warbaahinta howsha ay u qabanayaan. Ururo saxaafadeed oo kale duwan iyo kuwa shaqaalaha ayaa iyaguna waxayuu soo saara aqoonsi warbaahineed shaqsiyaadka ku kamid noqda ururadooda, waxaa kamid ah Ururka Midawga Qorayaasha iyo Urur caalamiga ah ee sawir qaadayaasha, mid kasta fadhigiisu waxa uu yahay Mareykanka iyo **Isutaga saxafiyiinta caalamiga ah**, fadhigiisu waa Belgium. Urur badan oo saxaafadda ah oo ka jira dalal kale ayaa sidaas si lamid ah sameeya, inkasta oo qol-qorayaasha madaxa-banaan ay wali waji karaan caqabad la xiriirta sidii ay u heli lahaayeen aqoonsi. Qolka-qorayaasha madaxa-banaan waxaa laga yaabaa inay helaan haddii ay isku aruuriyaan waraaqaha xirfadooda saxaafadda taa oo ka caawin karta in ay ku helaan aqoonsi saxaafadeed.

Waa in aad sidoo kale samaysaa cilmi-baaris ama aqoonsi saxaafadeed aad ka heshaa dawlada hoose, gobolka ama maamul qaran, ogow in ay jirto in saraakiisha ay soo saaraan aqoonsi habab la kala dooranayo si ay saamayn ugu yeeshaan tebbintaada (Eeg cutubka 6aad ee arrimaha bulshada ah iyo waxyaabaha ka horyimaada). Aqoonsiga saxaafadda ee laga qaato waaxda bootaxaalka ee gudaha in uu noqon karo caddeyn waxtar leh markii aad tebbinayso arrimaha gudaha ah. Aqoonsi in aad haysato ayaa loo baahan karaa markii aad sawiro ama aad duubayso dhacdooyin goobaha dhismayaasha dadweyneha sida caasimadaha ama kulamada heer qaran.

Saxafiyiinta u socdaalaya caalamka waa in ay sameeyaan baaritaan, iyo in ay u baahanyihiin dal ku gal saxafinmo si ay uga soo waramaan wadan. Jawaabta mar kasta ma cadda. Xaaladaha noocaas ah, saxafiyiinta waa in ay la hadlaan wariyeyaal kale iyo saraakiisha dawlada si ay u go'aansadaan sida ugu habboon ee ay horey ugu sii dhaqaaqaan. Sida lagu oggaaday tusaalooyin badan, saxafiyiin ayaa wadama badan ku xirxiran sababtoo ah socdaalada dal ku gal ayaa mid dalxiis ahaa ama aan ahayn dal ku gal saxafinmo si ay uga weecdaan dabagal oo ay shaqadooda ugu gutaan si hufan. Si kastaba ha ahaatee saxafiyiintu waa in ay miisaamaan caqabadaha sharciga ah ee ka hor imaan kara. "Waxaad u baahantahay in aad miisaanto dalalka laga yaabo in dawlada ka jira ay xadidinaasho dul dhigaan wariyeyaasha ajnebiga ah.

Xadidnaanshaha cawaaqibka haddii lagugu qabto adigoon haysan aqoonsigii loo baahnaa," sida ku cad waraaqda sugan ee ku saabsan aqoonsiga ee uu sameeyay saxafiga **Michael Collins** ee u soo saaray ururka saxafiyiinta qibradlayaasha ah ee fadhigoodu yahay mareykanka. " Ugu dambeyntii adiggaa go'aan ka gaari kara, laakiin waxaa muhiim ah in aad haysato aqoonsi rasmi ah markii aad la macaamilayso booliis, ciidamo hubeysan, iyo saraakiisha kale."

Xiliyada qaar masuuliyiinta militariga waxayuu soo saaraan saxafiyiinta aqoonsi iyaga gaar u ah. Waxaa laga yaabaa in militariga dawlada iyo sidoo kale kooxaha hubeysan ee mucaaradka ay uga baahdaan saxafiga in uu hayso ogolaansho qoraal ah oo ka timid sarkaal ka sareeya si ay uga gudbaan kontorol ciidan. Ogolaanshan wuxuu noqon karaa warqad saxiixan oo afka ka xiran oo wadata kaarka macluumaadka taliyaha soo qoray qoraalka kooban gadaal ku soo qoray. Ka feejignow cida aad tusayso aqoonsiyada iyo ogolaanshaha iyo meesha aad joogto. Hal koox ayaa laga yaabaa in u fahanto haddii aad

haysato ogolaansho koox ay loolan ka dhaxayso in aad la shaqaynayso cadow. Saxafiyiinta ka shaqaynaysa caalamka waa in ay la socdaalaan labo nuqul oo baasaboorkooda ah, aqoonsiyada, iyo waraaq kasta oo caddeyn ah iyo sawiro dheeraad ah oo nooca baasaboorka ah.

Ku jiritaanka Ceymisyada

In aad haysato ceymis kugu filan oo caafimaad iyo mid haddii aad naafowda ah waxaykamid tahay caqabadaha ugu adag ee maanta ay la kulmaan saxafiyiin badan. Saxafiyiinta shaqaalaha ah ee ka shaqeeya dalalkooda waa in ay iska dulmeeraan siyaasadaha ay bixiyaan kuwa ay u shaqeynayaan shuruudaha iyo xanibaadyada. saxafiyiinta ku shaqeeya qandaraaska waa in ay isku dayaan in ay ka gorgortamaan u soo tebinta warbaahinta howsha u dirsanaysa. Laakiin saxafiyiinta madaxa-banaan waxaa laga yaabaa in ay iyagu iska bixiyaan tebbintooda; waa in ay qaataan waqti si ay baaritaan ugu sameeyaan qorshayaasha ku habboon baahidooda. (Tiro la yaab leh oo kamid ah saxafiyiin ka shaqeeya idaacadaha bulshada ee wadamada aan horumar sanayn, wariyeyaasha dagaalada soo tebiya oo u shaqeeya warbaahinta reer galbeedka, ayaa waxaysi joogta ah ugu shaqeeyaan ceymis caafimaad oo hooseeya ama maba lahanba, sida daraasiin saxafiyiin shaqeeya ay u sheegeen CPJ.)

Ururada saxafiyiinta ee dalalka hodanka ah waxaa laga yaabaa in ay bixiyaan qorshayaal kale duwan oo ceymis caafimaad iyo mid nololeedba leh. Ururka saxafiyiinta xirfadleyaasha ah waxa uu bixiyaa qorshayaal ceymis oo door ah oo uu kamid yahay ceymiska aad isaga bixin karto isbitaalka, ceymis caafimaad oo ballaaran oo ku aadan dhaawacyada waa weyn, dhimashada shilka ku timaada, ama faaiidooyin kala go’oan, ama ceymiska la siiyo dadka naafada ah. Qorshayaasha CPJ lagama heli karo dhamaan gobolada Mareykanka, lama siin karo saxafiyiinta ka howlgala dibadda Mareykanka. **Midawga qaran ee qoraayaasha iyo Ururka saxafiyiinta qaran** waxay badanaa siiyaan xubnahooda qorshayaal ceymis.

Saxafiyiinta ka shaqeeya caalamka waxay heli karaan xulasha kala duwan . Kooxda xoriyada saxaafadda ee fadhigoodu uu yahay Paris saxafiyiinta aan xuduuda lahayn iyadoo iskaashi la samaynaysa ceymis bixiya gaarka loo leeyahay **World Escapade Travel Insurance**, oo fadhigiisu uu yahay Quebec, Canada, waxa uu bixiyaa qorshayaal ceymis oo qidmado kale duwan lagu siiyo saxafiyiinta oo ay kamid yihiin wariyeyaasha madaxa-banaan oo ka shaqeeya dibadda wadamada ay deganaayeen. Siyaasadahan waxaydaboolaan saxafiyiinta ka shaqeeya gobolada cadaawaha/dagaalada, oo ay kamid yihiin goobaha dagaalada ay ka jiraan ee caalamka. Qiimaha qorshayaasha waa ay kala duwanyihiin, iyadoo ku xiran goobta. Daboolida waxaa laga yaabaa in aad gadato maalin kasta 365 maalmood. Daboolida dheeraadka waxaa kamid ah xaaladihii horey u sii jiray. Si aad ugu qalanto qorshayaashaad, saxafiyiintu waa in ay bixiyaan lacag si ay ugu biiraan wariyeyaasha aan xuduuda lahayn . Qorshayaasha waxaa kamid ah taageero deg deg ah oo badbaado, daboolid mudada aad socdaalayso ama aad la socoto ciidamada militariga (Haddii aad ka qeybqaadato dagaalada waxayburin kartaa daboolida), iyo dhimasho shil ku timid, iyo lacagaha kala gogo’aan.

Tiro kale oo ceymis gaar loo leeyahay iyo shirkado ayaa bixiya ceymis ay ugu talagaleen dadka socdaalaya sida mid caafimaad, mid naafanimo, iyo mid nafsad ahaaneed oo ay siiyaan saxafiyiinta ka shaqeeya caalamka; Qiimaha iyo daboolida waa ay kala duwantahay, waxayna ku xirantahay arrimo kale duwan. (Eeg taxaalka kuwa bixiya eek u qoran qoraalka dambe ee **Lifaaqa C: Insurance Providers.**) Si guud u daris fursadahaaga, dibna ugu laabo siyaasadaha ku xakameyn kara, sida kuwa ka baxsan dhaawacyada ka dhasha falalka dagaalada iyo kuwa argagaxisonimo. Urur caafimaadka adduunka wuxuu ku talliyaa in socdaalayaasha caalamiga ah ay iska hubiyaan isbeddelada ku imaan kara ceymisyadooda iyagoo eegaya waxyaabaha la xiriira, daadgureyn deg deg ah oo caafimaad, iyo dib soo celin meydka

haddii ay dhimasho dhacdo. Maskax ku hayso in daboolida dhaawaca mudada dheer qaata ee ku soo gaara iyo naafanimada ay yihiin qeybaha ugu muhiimsan ee qorshayaasha. Daboolida waxyaabaha aan la hubin sida daadgureyn caafimaad oo deg deh waxaynoqon karaan kuwa aad qaali u ah, xittaa daad gureynta laf ahaanteedu ma noqon karto macquul goobaha dagaalada baahsan ay ka jiraan ama goobaha aadka u fog fog. Marxadaha noocaas ah, saxafiyiinta malahan iqtiyaar ah aan ka ahayn in ay ku tiirsanaadaan daaweynta gudaha laga heli karo.

Daryeelka caafimaad iyo Tallaalka

In aad muuqaal ahaan dhisnaato iyo aad qaadato hab-cunto oo aad la soconayso waa tallaabooyinka kowaad ee ka hortaga ah.

Haddii uu qorshahaagu yahay inaad dibadda ka shaqeyso, la tasho dhaqtar qibrad leh ama xarun caafimaad oo la taliso socdaalayaasha caalamiga ah si loo xaqiijiyo in aad waqti ka hor hesho tallaalada lagu faro. Si aad u caddeeyso tallaaladaas samayso oo qaado nuqulada shahaadooyinka midabka Jaalaha leh ee la sixiixay, ama la timabareeyay ee caalamiga ah sida uu meel mariyay hay'adaha caafimaadka adduunka; shahaadadan waxaa laga heli karaa inta badan xarumaha caafimaad ee qibrada leh. Ururka caafimaadka adduunka waxa uu leeyahay ceymysyada qaar waxaa laga yaabaa in ay u baahdaan caddeyn tallaal sabab la xiriirta daboolid caafimaad oo deg deg ah oo lagu sameeyo ama dib u celin haddii xaalad deg deg ah ay dhacdo. wadamada qaar waxaa laga yaabaa in ay u baahdaan caddeyn tallaal marka aad gelayso. Eeg shuruudaha wadamada gaarka ah. **Bolivia**, tusaale ahaan, waxayuga baahan tahay dadka booqanaya dalkeeda in ay haystaan tallaalka indha caseeyaha cagaarshoow.

Badi dhaqaatiirta waxayku taliyaan inta da'doodu ay u dhaxayso 19 ilaa 64 sano ay qabaan 10 – sano oo irbad teetanada. saxafiyiinta u socdaalaysa goobaha ay duumada ku badan tahay, dhaqaatiirta waxay qoraan daawo ka hortag ah oo duumada ah si ay isaga difaacan in ay ku dhacdo. Goobaha qaar, waxaa la iskula taliyaa tallaalka dabeysha, cagaarshoow A iyo B, indhacaseeye, iyo Tiifoow. Tallaal cagaarshoowga B waa in la qorsheeyaa sanad ka hor waayo wuxuu u baahnaanayaa saddex tallaal oo kala gooni gooni muddo lix billood gudaheed. Tallaalka indhacaseeyuhu wuxuu waajib ka yahay inta badan wadamada galbeedka iyo bartamaha qaarada Afrika. Haddii aad u socdaalaysa Mekka Sucuudi Carabiya waxaa lagaa doonayaa tallaal xiiqdheerka iyo dabeysha. Ururka caafimaadka adduunka ayaa waxa uu bixiyaa **qariirado cudurada ah oo la cusboonaysiiya had iyo jeer**.

Hadda lama faro tallaalada daacuunka socdaalka caalamiga ah, Inkastoo tallaalka afka laga qaato ee daacuunka lagula taliyo shaqaalaha gargaarka, saxafiyiinta, iyo dadka kale ee u socdaalaya goobaha uu badanaa ka dilaaco ama halistiisa ay ka jirto. Tallaal afka laga qaato ee daacuun ee ay ansixiyeen dalal badan in la isticmaali karo waxaa lagaaga baahanyahay inaad isticmaasha labo kuuro labo asbuuc ilaa lix todobaad ah.

Filo in tallaalada qaar uu kugu keeni karo xanuun muddo kooban, laakiin haddii ay sii jirto xanuunka ama qandho sareysa waa in aad la socodsiiisaa dhaqtar. Ka fejiignoow in uusan jirin tallaal boqolkiiba boqol wax ku ool ah. Amaba xittaa in tallaalku uu u yahay badel talooyinka kale ee macquulka ah ee aad qaadan lahayd ee la xiriira cuduro kugu dhici kara.

Haddii aad doonayso inaad dibadda u socdaasho ama howlaha fog for ee laga yaabo in ay qaataan waqti badan waa inay qadariyaan oy booqdaan xirfadleyaasha caafimaad oo ay kamid yihiin dhaqtarkooda koowaad, dhaqtar ilko, dhaqtar araga ah, dhaqtar dhalmada ah ama dhaqtar jirka ah. Gaar ahaan shaqo kasta oo ilkaha la xiriirta oo lagama maarmaan ah waa in la xaliyaa ka hor inta aan la tagin.

Taxadarka shaqsi ahaaneed

Waqti kasta waa muhiim cabidda biya nadiif ah. Biyo la warshadeeyay oo kujira weel/caagad xiran waa mid la door bidayo inaad cabto gaar ahaan goobaha biyaha tuubada lagu yaqaano inay wasaqeysan yihiin ama aysan nadiifta ahayn. ([Isutaga saxafiyiinta caalamiga ah](#) wuxuu kugu talinayaa inaad cabtid biyaha xiran ee la warshadeeyay oo leh Karboonka oo kaliyah wadamada qaar; biyaha xiran ee warshadeysan waa ay wasaqaysnaan karaan.) Haddii biyo wasaqeysan aan la iska ilaalin karin, iska karkari ugu yaraan hal daqiiqo, taa ayaa ah sida kaliyah ee lagu dili karo jeermiska sida uu sheegayo [Ururka caafimaadka adduunka WHO](#). Iska qabooji biyaha tan iyo inta ay kuu laabanayaan cabirka heer kulka guriga oo kale ka hor inta aadan qaboojiyaha gelin. Waxaa jira habab kale oo la isaga nadiifiyo biyaha, waxay ku xiran heerka aad ka shaki santahay in biyaha ay wasaqeysanyihiin. Isticmaal kaniinyada iodine ama Kalooriin si aad u disho intabadan waxyaabaha biyaha ku dulnool. Laakiin gobolada sida Koonfur [Aasiya](#) iyo wadamada saxaraha ka hooseeye ee [Afrika](#) habab biyaha lagu nadiifiyo ay yihiin goobo dhoobo ah oo lagu keydiyo, dahaar/xuub, iyo Kaarboon iyo hababka lagu dagaalamo in uu cudurku ku kobco iyo walxaha ilu ma aragtada ah ee qashinka bina'aadanka. Saxafiyiintu waa in ay baaritaan ku sameeyaan habka biyaha la isaga nadiifiyo ee ugu habboon goobaha ay u socdaan.

Goobaha ay ka jirto halista biyaha wasaqeysan, cun cunto aad loo kariyay oo kaliyah. Qudaarta waa in la fiiqaa ama lagu dhaqaa biyo nadiif ah. Iska ilaali cuntada waddooyin lagu wareejiyo, iyo waxyaabaha caanaha lagu sameeyay, biyaha, iyo ukumaha. Iska ilaali inaad biyo liqdo markii aad qabaysanayso, isticmaal biyo nadiif marka aad ilkaha caddenayso, dhaq gacmahaaga iyo miiska ka hor inta aadan wax cunin. Waxaa lagugula talinayaa inaad isticmaasho gacme-nadiifiye. Iska ilaali inaad u dhawaato biyaha banaanada yaalla sidoo kale. Ururka caafimaadka adduunka wuxuu tilmaamay in xanuuno biyaha ka dhasho ay halis ugu jiraan biyaha xeebaha iyo kuwa fadhiya, iyo xittaa hoteelada, barkadaha, goobaha lagu dalxiiso. Waa in aadan ku socon dhinacyada webbiyada, goobaha dhiiqada badan adiggoon wadan kabo ku haboon oo biyaha iska difaaci kara.

Cimilada kulul, gaar ahaan markii aad ku jirto shaqo jir ahaaneed, hal qaado oo cusbo ah oo aad ku darto cuntada ama biyaha waxay ka hortagi kartaa inuu jirka lumiyo dheelitirka iyo milinka, in aad fuuq baxdo, ama uu ku qabto kuleelka madaxa ku dhaco. [Ururka caafimaadka adduunka WHO](#) waxa uu kugu talinayaa in aad qaadato maadada fuuq celinta afka. Haddii aad midna wayso, badelkeeda waxaa weeye inaad hal liitar oo biyo nadiif ah ku qasto lix qaado oo sonkor ah iyo qaado cusbo ah. Goobaha duumada ay ku badantahay, iska xaqiiji inaad qaadato maro kaneeco iyo inaad xirato dhar gacmo dheer ah iyo hoos gashiyo.

Meshii dhaawac kaa gaaro waa in si deg deg ah loogu daaweeyaa kareem ama boomaato jermis. Xanuun ama dilaac ku yimaado suulasho dhexdooda waa in si dhaqso leh loogu daweeeyaa iyadoo la isticmaalayo boomaatada cagaha ama daweeynta kale ee anti-fungal ah. (Kariim adag oo ah nooca cagaha wuxuu sidoo kale joojinayaa in dilaaca uu kusii fido.) Ku dhaq haddii aad haysato maro qoyan ama shukumaan maalin kasta. Kunadhiifi budada jeermis dilaha goobaha daran ee maqaarka. Haddii aad ku caaroonayso qaniinka shinada ama qaniinka xasharaadka kale, qaado agab aad isku duri karto ama wixii kale ee laguu qoray ee qaniinka looga hortagayo. Qaado daaweyn kugu filan , muraayadaha araga iyo kuwa indhaha oo ay kamid yihiin kuwa dheeri ah

Waa inaad ogaataa nooca dhiigaaga uu yahay, qaado kaarka dhiig-bixiyahaaga ama kaarkii kale ee caafimaad oo ay ka muuqato. Kuwa ka shaqeeya goobaha caddaawaha ah waxay xiran karaan qoor lalis

ama kaar la dahaaray oo qoortooda ka lusha kaa oo caddeynaya nooca dhiigooda, iyo waxyaabaha ay xasaasiyada ka qaadaan. Qof kasta oo xasaasiyad ku qaba daawooyinka uu kamidyahay penicillin, waa in ay sitaan ama ay xirtaan kaar muuqda, jijin ama caddeyn kale oo shaqaalaha caafimaadka ku wargelinaysa alarjiga ama xasaasi tahay. Dalalka uu aadka u sareeyo cudurka HIV, safaaradaha qaar waxayhayaan banki dhiig oo ay ugu talagaleen shaqaalaha iyo muwadininta kale ee booqanaya dalka. saxafiyiinta waxaa laga yaabaa in ay fursad u helaan inay bixin karaan dhiig iyagoo niyada ku haya in bankiga dhiiga la siin doono haddii ay laga maarmaan tahay. xasuusnow Khatar kasta oo ku aadan in aad qaato xanuunada galmada la isugu gudbiyo oo uu kamid yahay AIDS.

2. Qiimeynta iyo Jawaab ka bixinta Khatarta

Go'amada aad sameyso marka aad joogto goobta waxay si toos ah saameyn ugu leeyihiin badbaadada iyo tan dadka kale. Khataraha ka jira goobaha tebinta wararka colaadda, qalalaasaha siyaasadeed iyo dambiga waa kuwo aan weligood la suulin karin, Inkastoo qorshe taxaddar leh iyo qiimeynta khatarta ay khafiifin karaan khataraha.

Runta ogoow xadidnaanshaha dareen iyo jir ahaaneed ee ku horyaala. Waxaa laga yaabaa inay wax-tar leedahay inaad xilli horeba tixgeliso shaqsiyaadka ay saameynta ku yeelanayso, haddii lagu curyaamiyo ama lagu dilo. Sidoo kale waxaad qiimaysaa saamaynta dareen oo ay kugu yeelan karto sii tebinta sheekooyinka murugta badan ee midba midda kale ka sii dambeyso. Mararka qaarkood, waxaa laga yaabaa inaad u dulqaadan waydo tebinta wararka la xiriira dhibbane kale oo dambi, meyd kale, qoys kale oo tiiraanyaysan. Go'aanka ah inaad tebbin sheeko waa in loo arkaa mid macquul ah, ee aanan loo arag ceeb ama la cambaareyn.

Maamulayaasha warbaahinta waa inay u tixgaliyaan mida ugu horaysa badbaadada weriyeyaasha googbta kusugan ee la xariirta howl la qabto. Waa inaysan ciqaabin weriyaha diida inuu fuliyo howl asagoo ka baqaya khatar suurtagal ah. Hay'adaha warbaahinta waa inay garanayaan mas'uuliyadaha ka saaran taageeridda dhammaan weriyeyaasha ka howlgala goobta, ha ahaadaan shaqaalaha joogtada ah ama kuwa madaxa banaan ee iskood u howlgala. Tifaftirayaasha waa inay daacad ka ahaadaan taageerada hay'adooda ay doonayso inay bixiso, oo ay ku jiraan caymiska caafimaadka ama nafta ama la talinta dareen. Arrimaha aan la xalin ka hor intuuusan weriyaha bilaabin sheekada waxay goor dambe keeni karaan raad-reeb dhinaca maskaxda ah.

Qiimeynta Amaanka

Inta aadan gudagalin waxaad goor walba horay u diyaarsataa qiimeyn amaan oo la xariirta howsha halista badan ee aad qabanaysid. Qorshahaaga waa in ay ka muuqataa cida aad la xiriirayso, waqtiga, iyo hababka aad ula xiriirayso; qeex dhamaan khataraha aad ogtahay oo ay kamidyihin taariikhda dhibaatooyin ee ka jiray goobta aad ka soo waramayso; iyo qorshayaasha kale ee kugu soo aadan ee aad uga jawaabayso khataraha soo socda.

Ilo kala duwan waa in la la tashadaa, oo ay kamidyihin saxafiyiin khibrat u leh goobta iyo mowduuca, taliyeyaal siyaasadeed, wararka kooxaha u dooda xuquuqda saxaafadda, xuquuqda aadanaha iyo cilmi-baarisayada ay soo saareen jaamacadaha. Tifaftirayaasha la shaqeynaya shaqaalaha ama wariyeyaasha madaxa-banaan waa in ay door muhiim ah ku yeeshaan qiimaynta, ay soo qaadan qorshaha iyago su'aallo ka keenaya amaanka, iyo inay helaan nuqul ka mid ah qiimeynta. Saxafiga madax-banaan oo shaqo qabanaya isagoo aan xiriir la lahayn warbaahin waa ay ku adkaan kartaa in uu soo uruuriyo qiimeyn amaan ah, in uu la tashado kooxaha lamidka ah, baaritaana ku sameeyo khataraha iyo in uu isku

dubarito shabakad xiriir. Tusaale Diiwaanka qiimeynta amaanka oo aad tixraaci karto waxaad ka helayaa lifaaqa G .

Halista waa in si joogto ah dib loogu qiimeeyaa, iyadoo lagu salaynayo isbeddelada joogtada ah. “xili kasta, si joogto ah, daqiiqad kasta, qiimayn ku same faa’iidooyinka ka soo horjeeda khataraha, Islamarka aad dareento xaalad aan caadi ahayn, dibada ubax, tag, ka bax Uma qalanto ,” **Terry Anderson**, oo horey u ahaa wariyihii wakaalada wararka **Associated Press ee bariga** dhexe, kaa oo lagu afduubtay Beirut muddo ku dhaw todobo sanadood, oo qoray Tilmaamihii ugu horeeyay ee amaanka saxafiga CPJ, oo la daabacay March 1993dii. “Ma jirto sheeko u qalanta in lagu dilo.”

Khataraha loo baahanyahay in la ogaado waxaa kamid ah:

- Halista goobaha ay ka jiraan dagaalada sida rasaas la iswaydaarsado, miinooyin, bambaanooyinka faafa, dabinada ciidamada, gantaalada iyo duqaymaha
- Qaraxyada argagixisada;
- Afduub madax-furasho ama mid siyaasadeed;
- Khataraha kaaga imaan kara goobaha ay dadku isugu yidaamaan, waxaa kamid ah waxyaabaha aad kala kumi karto weerar galmo, tuuganimo, sunta dadka ka ilmaysiiso, ama rabshad;
- Halista waddooyinka (waa tan ugu badan ee sababta dhimashada ugu badan ee aan dabiiciga ahayn caalamka oo dhan);
- Xuduudaha laga gudbo iyo isdhexgalka aad la samayso koox ciidan caddaw ah ama aan asluub lahayn;
- La socosho heeda sare oo sababi kara afduub ama la aqoonsado ilaha wararkaaga;
- Aalladaha casriga ah ee wax dulmeera iyo in dhexda looga soo dhaco macluumaadka ama ilaha xogta;
- Laga yaabo inaad aaminto ama aad daacadnimo u muujiso ilahaaga xogta, darawalada, jiheeyayaasha, marqaatiyaasha, iyo kuwa kale;
- Dambiyada guud oo ay kamidyihin noocyada dhacdooyinka;
- khatarada dabiiciga ah sida dabeylaha iyo daadadka;
- Iyo halista caafimaad ee ka dhalanta cudurada biyaha iyo AIDS.

(Agabkaan iyo kuwa ka badan ayaa lagu faafaahiyay cutubyada isxiga ee Tilmaamahan.)

Qiimeynta halista waa in lagu tixgelinayaa suurta galnimada cawaaqibka ka imaan kara xiisad siyaasadeed iyo masiibo dabiici ah taa oo ka sii dari karta. Qiimeynta waa in uu ku jiraa macluumaad ku saabsan halka aad doonayso inaad joogto iyo halka aad u raadsanayso magangalyo haddii ay macquul kuu noqoto; meesha iyo sida aad u helayso macluumaad dhamaystiran oo ku saabsan dalka aad joogto; In aad u baahantahay raadiye leh hirarka mowjada gaaban; cida aad kala xiriirayso dalka si aad u hesho macluumaad deg deg ah sida ururada xuquuqda aadanaha iyo safaaradaha ajnebiga ah; qorshayaasha socdaalka iyo hababka loogu socdaalo gudaha dalka; iyo dhawr wado oo laga geli karo ama laga bixi karo.

Marka aad qiimeynta samaynayso, hoosta ka xariiq sida aad doonayso inaad ula xiriidho tifaftireyaasha, saaxiibadaa ama kuwa aad jeceshahay ee jooga meelaha ka baxsan goobaha halista. Saxafiga waa in uu xiriir joogta ah la sameeyo tifaftireha, asxaab ama xubin kamid ah qoyska amaba qof lagu kalsoon yahay. Adiga iyo cida aad la xiriirayso waa in aad horey u go’aansataan sida aad doonaysaan inaan u xiriidhaan, maxaad adeegsanaysaan, xiligeed isla garateen, ama haddii aad u baahantahay in aad samayso tixadar si aad isaga ilaaliso in xiriirkaaga faragelin. Tan ugu muhiimsan waa in adiga iyo cida aad xiriirka la leedahay aad horey iskula meel dhigtaan haddii lagu waayo xili intee in loo tixgeliyo inaad ku jirto xaalad halis ah, iyo cida la wici karo ee laga ogaan karo xaalkaaga si meel laguugu sheego oo wado laguugu furo ama lagu soo sii daayo. Jawaabto badanaa waxayuu baahantahay in aad si toos u gaarsiiso kuwa aad

wada shaqaysaan iyo asxaabtaada kuwaa oo qiimeyn kara xaalada, ama ku wargalin kara masuuliyiinta si ay baaritaan ugu sameeyaan, amaba bulshada caalamka si ay kuu siiyaan taagerada iyo awooda aad u baahantahay.

Qiimeynta waa in ay ku jiraan habka xiriir ee goobta aad ka soo waramayso, in aad ogaato qalab intee la'eg ayaad u baahan tahay. Ma la heli karaa koronto, Internet, iyo adeegyada mobeel iyo teleefoonada guriga? Marka ma jiraan? Ma loogu baahanyahay in lagu dabeyyo computerka mator ama batari gaari oo wata koronto badale? Ma habboontahay in la isticmaalo telefoonka hawada? Sidoo waa in ay ku jiraan waxyaabaha baahiyada aas-aasi ga ah sida nafaqo ama daawo. Ma laga heli karaan cunto iyo biyo diyaarsan? Mala heli karaa isbitaal, xarun caafimaad ama dhaqtar? Agab caafimaad ma baahantahay, maxaase ay tahay in ay ku ka mid noqdaan? Qiimeyn kasta waa in aad ku sargoysid sida aad doonayso inaad ku shaqeyso. Ma waxaad doonaysaan inaad ku socdaasho gaari lagu asteeyay caalaamad saxaafad ama telefishoon, mase waxaa wanaagsan inaadraacda baabuurta ay dadweeynaha? Ma tahay in aad iska ilaaliso inaad kaligaa shaqayso ama haddii kale aad la xirato koox kale? Haddii aad dad kale la socdaalayso xulo si taxadar u dooro cida aad asxaab ka dhiganayso . Tusaale ahaan waxaa laga yaabaa inaad rabin inaad la socdaasha qof aan halista u lahayn.

Ilaaha xogta iyo macluumaadka

Inaad ilaaliso ilaha xogta waa gundhiga saxaafadda. Tan waxaymuhiimad gaar u leedahay markii aad tebbinayso mowduucyo sida Dambiyada rabshada u saaxibka ah, amaanka qaranka, iyo dagaalada, markaa oo ilaha xogta la gelin karo halis sharciga ah iyo mid nafsad ahaaneed. Gaar ahaan wariyeyaasha madaxa-banaan waxay baahanyihiin inay ogaadaan in culeys yadaas ay si gaar u yihiin. Ma ahan in saxafi balan qaada qarsoodi ama sir, ilaa uu miisaamo cawaqibka ka hor imaan kara; Haddii saxafi ama warbaahin ay balanqaado qarsoodi, balanqaadkaas waa waajib muhiim ah oo anshax in la ilaaliyo.

Inta badan warbaahinta waxay samaystaan sharciyo sida loo isticmaalayo ilaha xogta qarsoon. Dhawr tusaale, hay'adaha warbaahinta waxayuga baahantahay saxafiyiinta goobaha ka shaqeeya in ay aqoonsiga ilahooda xogta qarsoon tafaftiraayashooda . Saxafiyiintu waa in ay ogaadaan sharciyadaas ka hor inta aysan u balanqaadin qarsoonaan ilahooda xogta. Dalka Mareykanka iyo wadamo badan oo kale, maxkamada rayidka iyo kuwa Dambiyadawaxayleeyihiin awooda ay ku soo saari karaan amar maxkamadeed oo lagu wacayo, iyagoo ka dalban kara warbaahinta ama saxafiyiinta shaqsiga ah in ay shaaca ka qaadan magacyada ilahooda xogtooda qarsoon. Ikhtiyaarka wuxu noqon karaa labo arrimood midkood in shaaca ama la muteesto ganaaxo iyo xabsi. Hay'adaha warbaahinta ee looga yeeray maxkamadaha waxayqataan go'aanadooda sida ay uga jawaabaan. Jariirada **Time** oo la kulanta ganaax joogto ah iyo xarig wariye, ayaa waxaa ay go'aansatay 2005tii in ay u hoggaan santo amar ka soo baxay maxkamada oo ahaa in ay soo wareejiiso emailada iyo buuga xasuus qorka ee la xiriiray sarkaal ka tirsanaa CIA aqoonsigiisa, Inkastoo ay diiday go'aanka maxkamada.

Shirkadaha warbaahinta waxay xaq u lehiin in ay maxkamadaha ku wareejiyaan buuga xasuus qorka saxafiga haddii ay yaalaan, sida ku cad heshiisyada iyo xeerarka hantida ay leedahay hay'ada warbaahinta . Haddii saxafigu yahay shaqaale madax-banaan, hay'ada warbaahinta wuxuu u yeelanaya awood yar in uu saxafiga ka dalbado ilihiisa xogta qarsoon ama in uu soo wareejiyo agabkiisa saxaafadeed si uu ugu hoggaansamo amarka maxkamada. Dalalka qaar, wariyeyaasha gudaha ee soo tebiya Dambiyada

abaabulan, amaanka qaranka, ama dagaalada waxaysi gaar ah ugu jilicsan yihiin in la xiro, la jirdilo, awood lagu handado, ama la weeraro isagoo lala xiriirinayo in uu isticmaalay macluumaad sir ah. Sanadii 2010kii, CPJ waxaydiiwaangelisay tusaalooyin badan oo ka dhacay qaarada Afrika oo dhan,

kuwaa oo saraakiisha dawladu ay xireen, u hanjabeen, ama ay wax yeeleeyeen saxafiyiin isticmaalay qoraallo sir ah. Tusaale ahaan **Cameroon**, maamulku waxa uu xiray afar saxafi oo helay qoraal la mala-awaalay oo su'aal geliyay dhaqaale sanadeed aan iswaafaqsanayn. Mid kamid saxafiyiintaas waa la jirdilay; mid labaad waxa uu ku dhintay xabsiga. Waxaa muhiim ah inaad fahanto in masuuliyadaada anshaxa ay si adag u horimaan karaan kooxo handaad badan oo kuu hanjabi kara ama ku qasbi karo. saxafiyiinta waa in ay ukuurgalaan ama ay isticmaalaan hababka ay u ilaalinta ilahooda xogta marka ay xiriirayaan ama ay keyd sanayaan. Ka fakar xiliga iyo habka aad ula xiriirayso ilahaaga xogta, in aad ka wacdo teleefoonka guriga ama kan gacanta, haddii ay tahay inaad xafiiskooda ku booqato ama guriga, iyo haddii aad isticmaalayso farriin qoraal email ah oo furan ama amaan ah iyo farriin waddada sheekaysi. Qiimee in aad isticmaasho eray sired fudud or ama been ah, si aad ugu qariso aqoonsiga ilahaag xogta, qoraaladaada ama midda internetka aad ku dirayso. Addigoo isticmaalaya qaab qarsoodi ah, iyo habab kale.

Aqoonsiga ilaha xogta waxaywali noqon karaan kuwa u jilicsan inaad sheegto haddii lagugu qasbo. Sidaa darted saxafiyiin badan oo jooga goobaha ay colaadaha ka jiraan waxayiska ilaaliyaan in ay qoraan ama ay ogaadaan magacyada oo buuxa ama magacyada rasmiga ah ee illaha xogta aan doonaynaynin in magacyadooda lagu soo xigto diiwaanka.

Sharciyada ku saabsan siraha, gafafka iyo meel ka dhaca hadba waxayku xiran yihiin wadamada uu yahay, iyadoo qaar ay sharciyadu dhigayaan in la duubo wicitaanada teleefoonka, shirarka, iyo goobaha ay dadku isugu yimaadaan, siday qabta masruuca xeerka saxaafadda bulshada ah "**Citizen Media Law Project**" ee xarunta internetka iyo bulshada berman ee jaamcada Harvard. Wadamo badan, kooxaha xoriyada saxaafadda guduha ayaa waxaykusiin karaan faahfaahin dheeraad oo ku saabsan siraha iyo sharciyada meel kadhaca, iyo hab dhaqanka maamulka ee hirgelinta sharciyadaas. (In badan oo kamid ah hay'dahan waxaa ay ku taxan yihiin qoraalka lifaaqa E: hay'adaha warbaahinta; waxaad ka heli kartaa taxaal muhiim ah oo kooxaha xoriyada saxaafadda udooda ah ee caalamka **International Freedom of Expression Exchange**.) Inaad tahay saxafi kuuma siinayso xaq in aad wax xadid, u dhacdo, ama haddii kale aad ku xad gudubto sharciyo la dejiyay si aad u hesho macluumaad.

Amaanka iyo Hubka

In badan oo kamid ah saxafiyiinta iyo qabiirada amaanka waxay ku talinayaan in markii aad soo tebinayso dagaal in aadan qaadan hub ama waxyaabo kale oo la xiriira dagaalka. Haddii aad sidaas samayso waxaytaas go'aaminaysaa in aad lumiso aqoonsigaaga dulmeere iyo marka lagu daro tan dhamaan wariyeyaasha ka shaqeeya goobaha dagaalada. Goobaha ay dagaalada ka jiraan sida Soomaaliya oo horaantii 1990dii, iyo sanadihii 2000 Ciraaq iyo Afghanistan, warbaahinta waxaykireysan jirtay shaqaale amaan oo hubaysan iyo kuwa aan hubaysnayn si ay u difaacaan saxafiyiinta ka howlgelaya goobta. Joogitaanka ay kula joogaan ilaalo amaan waxayhoos u dhigaysaa dulmeeraanimada saxafiga. Hay'ado badan oo warbaahineed ayaa waxayu arkaan in aysan jirin fursad kale oo aan ka ahayn in aad ku tiirsanaato illaalo gaar ah si ay shaqaalahooda u illaaliyaan marka lagu guda jiro xaaladaha aan la xakameyn Karin. Waxaa si adag loo diidaa in la qaato hub markii aad howl ku guda jirto. Dalalka qaar oo uu sharci fulinta ay jilicsanyahay, saxafiyiinta halista ku jira waxaydoor bidaan in ay qaataan hub. Haddii aad go'aasato inaad samayso sidaas, waa in aad ka fakartaa in qaadashada hub ay kugu sababi karto halis dhimasho, ayna wax u dhimi karto doorkaagii ahaa inaad tahay dulmeere.

Rabshadaha faraxumaynta

Weerarkii galmada ee loo gaystay wariyehii CBS, ahna xubin kamid ah xubin golaha CPJ **Lara Logan**, iyadoo tebbinaysa rabshadihii siyaasadeed ee ka dhacay Qaahira bishii Febraayo ee 2011ka ayaa waxaa

ay iftiimisay muhiimada ah in la soo saaro talooyin amaan oo ku socda saxafiyiinta. [Warbixintii 2011](#), CPJ waxaywareysatay in kabadan afar daraasiin oo saxafiyiin ah, kuwaa oo iyaga naftooda sheegay in lagu dhibaateeyay howlo hore. Dhibanayaasha ugu badan ee la soo wariyay waxayahaayeen dumar, Inkastoo qaar kale ay ahaayeen rag. Saxafiyiintu waxaysheegeen in loo gaystay weeraro kufsi oo ay gaysteen kooxa weerar ah.

Iska ogoow goobta aad joogto, iyo fahanka qof inuu uu ogaada in goobtaas ay tahay inay goob ay kadhaac wera galmo. Machadka caalamiga ah ee badbaadada warka. oo ah dalad hay'ada warbaahineed iyo kooxa saxafiyiin oo ay kamid tahay CPJ iyo saxafiyad rugcadaaga ah ee dibaddaha ka soo hadli jiray, haddana ah bare saxaafadeed [Judith Matloff](#), waxaylabaduba daabaceen liis looga golleeyahay in lagu yareeyo khatarta galmada xooga ah ee goobta ka dhacdo. Tiro kamid ah talooyinkooda waxayku jiraan halkan, iyadoo ay kamid yihiin talooyin badan oo laga soo uruuriyay saxafiyiin iyo qabiiro amaanka ay la tashatay CPJ.

Saxafiyiinta waa in ay u labistaan si caadi ah ama waafaqsan dhaqanka gudaha ah. Gobolada qaar waxaa habboon in saxafiyiinta dumarka ah ay xirtaan qamaar/ kurdad. saxafiyiinta haweenka ah waa in ay xirtaan faraantiga guurka xitaa haddii aysan guursan. Waa in ay iska ilaaliyaan in ay xirtaan katiinado, burakoonyinka timaha, ama wax kasta oo la dafi karo. Qabiiro badan ayaa waxayku talliyaan in saxafiyiinta dumarka ah ay iska ilaaliyaan in ay xidhaan funaanado ku dhagan ama jiinsyo, waxyaabaha la isku qurxiyo, iyo dahab si ay isaga ilaaliyaan in loo dareen aan loo baahnayn. Ka fakar inaad xirato suuman culus iyo kabo buud ah oo ay adag tahay in la siibo, adigoo la xiranaya dhar kaa weyn, u qaado qalabkaaga si qarsoodi ah boors aan soo dug ah, taa waxaysidoo kale kaa ilaalin kartaa dareenka aan loo baahnayn. Ku fakar inaad qaadato buufiye basbaas ah oo carfiso ah si aad ugu hortagto cidii ku soo gardaraysata.

Sababo la xariiro amaan oo ballaaran saxafiyiinta waa in ay la socdaalaan, ayna la shaqeeyaan asxaabtooda shaqada ama shaqaale caawinta. jaheyayaasha, turjumaanada iyo darawalada gudaha waxaysaxafiyiinta caalamiga ah siin karaan tallaabooyin badan oo difaac, gaar ahaan marka ay socdaalayaan ama ay ku dhex jiraan howlshooda goobaha ay dadku ku badan yihiin ama xaaladaha qasan. Shaqaale caawinta wuxuu dulmeeri karaa xaalada amaanka guud, isagoo garan kara halista soo soco saxafigu marka uu shaqda k ujira. Waxaa aad muhiim u ah in inaad noqoto mid howl kar ah oo iska hubiya shaqaale caawinta gudaha iyo in aad talooyin ka raadsato asxaabta shaqada. saxafiyiinta qaar kamid ah waxaysheegeen in ay dhaceen dhawr tusaale oo xad gudub galmo oo ay geesteen shaqaale caawinta.

Qabiirada waxaysoo jeediyaan in saxafiyiinta ay u muuqdaan kuwa kalsooni qaba oo iyo in ay u muuqdaan kuwa isku kalsoon. lakiin iska ilaalinaya in ay la sheekaystaan ama ay indhaha isku dhuftaan dadka aysan garanaynin. Saxafiyiinta dumarka waa in ay ka taxadaraan in ay sameeyaan in baaqya sida in ay xabadka saaraan ama ay dhoola caddeeyaan, xittaa saaxiibada shaqada waayo waxaa loo macnayn karaa si qaldan waxa ayna sare u qaadaysaa soo jiidasho aan loo baahnayn. Ha dhexgelin goob ay isugu soo uruureen koox rag ah, qabiirada waxayleeyihiin; joog goobaha geesaha ah, maskaxdaadana ku hay waddo aad ku baxsan karto. Dooro hoteel leh ilaalo nabad gelyo mar kasta oo macquul ah iskana ilaali qolal leh daaqado la soo geli karo iyo balakoono. Isticmaal dhamaan qataarada albaabada hoteelka ama ka fakar inaad isticmaasha qataar aad adiga leedahay iyo ganbaleel ama dawan albaabka ku xiran sidoo kale . Machadka badbaadada warka ee [The International News Safety Institute](#) waxa uu kula taliyaa in aad baalka hore ee sheekada. (“Waxaan sugayaa saaxiibkeey shaqada in uu ii yimaado ,”) haddii ay la kulmaan soo jiidasho aan loo baahnayn.

Si guud waxaad isku daydaa inaad iska ilaaliso xaaladaha khatarta kicin kara, sidaas ayay qabiirada kuu sheegayaan. Kuwaas waxaa kamid ah in aad meel cidlo ah aad joogtid adigoon la socon wehel aad aamin santahay; in aad raacdo tagaasi ama taksi ay saran yihiin dad aadan aqoonin; in aad isticmaasho wiishashka ama waddooyinka ay kula isticmaalayaan dad aadan aqoonin; in aad kaligaa dibada wax ka soo cunto, haddii aadan iska hubin goobta aad tagayso; iyo in aad waqti badan la qaadato rag ama shaqaalaha caawinta. in aad xiriir joogto ah la leedahay qolka wararka.

Tifaftireyeesha, iyo in aad uruur sato ama aad u dirto macluumaadka xiriirkaaga iyo kan shaqa caawiyaha waa arrin u wanaagsan sababo badan oo amaanka ah. Qaado teleefoonka gacanta oo ay ku jiraan lambarada amanka oo ay kamid yihiin xiriirada shaqada iyo kuwa gudaha ee deg deg ah. Noqo mid ka fiirsada in uu bixiyo macluumaadkiisa shaqsi ahaaneed.

Haddii saxafi uu la kulmo weerar aan laga baxsan Karin oo galmo, iyada ama isaga waa in uu sameeyaa ama uu dhahaa wax uu ku badelayo jawiga, qabiirada waxayku taliyaan. Waxaad sameyn kartaa Qeylo ama sawaxan dheer oo aad ku raadsanayso caawimaad. In aad ku qeyliso wax aysan fileynin sida, “Kaa ma gaari Booliis baa?” waxaa ay noqon kartaa talo kale. Tan seddexaad waxaytahay In aad wax dhulka ku dhufato, jabiso, ama aad wax ku tuurto kan ku soo weeraray si aad u cabsigeliso. In aad isku kaadiso ama aad ciida ku rafato waxa mid kale iyana.

Shabakada gargaarka bina’aadanimo ee [Humanitarian Practice Network](#), oo ah madal shaqaalaha iyo siyaasad ee ku lug leh howlaha bina’aadanimada ayaa waxaysoo saartay tilmaame amaan oo muhiim u ah saxafiyiinta. HPN oo kamid ah machadka horumarinta dibada ee overseas Development Institute oo fadhigiisu uu yahay UK ayaa waxa uu soo jeedinayaa in aad wax ka taqaano luuqada gudaha, in aad isticmaali karto jumlado iyo weerooyin haddii lagu soo weeraro si aad xaalada u dejiso.

In qof naftiisa uu ka illaaliyo ama uu iska dhawro in uu la kulmo weerar galmo waa mid kamid ah tilmaamaha saldhiga ah, HPN iyo qabiirada kale ayaa sheegay. Qaar kamid ah qabiirada amaanka ayaa waxayku talliyaan in saxafiyiinta ay bartaan hababka nafsad-difaaca si ay isaga caabiyaan kuwa wax soo weerara. Waxaa jirta aaminaad isa soo taraysa oo ka dhex guuxaysa qaar kamid ah qabiirada oo ku aadan in iska caabin ay sababi karto halis rashad dhimasho. Waxyaabaha loo baahanyahay inaad qiimeyso waxaa kamid ah tirada kuwa wax soo weeraray, in ay hub sitaan, iyo in goobtu ay tahay mid ay dad joogaan ama mid cidlo ah. Qaar kamid qabiirada waxaysoo jeediyaan in la iska caabiyo haddii weerarayaasha ay isku dayaan in ruuxa ay ka kaxeeyaan goobta ay marka hore ku weerareen oo ay isku dayaan in ay geeyaan goob kale.

Faraxumeyn galmo waxaysidoo kale ku dhici kartaa marka dawlad ay xirto ama ay saxafiga afduubaan ciidamo aan kuwa caadiga ahayn. In aad xiriir wanaagsan la samaysto ilaaladaada ama kuwa aad lahaystaha u tahay si aad u yareyso halista nooc kasta oo weerar ah, laakiin saxafiyiinta waa in ay ka fejjignaadaan in faraxumeyn ay dhici karaan, waxaa jira kara fursado kooban. In aad illaaliso naftaada waa hadafka ugu muhiimsan.

Hay’ada warbaainta waxayku dari karaan tilmaamaha ku la xiriira weerarada galmada tusayaashooda amaan si ay sare ugu qaadaan dareen iyo in ay dhiirigeliso in laga wadatashado. Iyadoo ay xadidanyihiin diiwaangelinta dhacdooyinka weerarada galmada ee lagula kaco saxafiyiinta, hay’adaha warbaahinta waxayawood u leeyihiin in caddeeyaan wadamada ay halista ugu badan ka jirto, sida goobaha colaadaha halkaa oo kufsiga loo isticmaalo sidii hubkii oo kale, dalalka uu sharciga iyo xukunku uu yahay mid jilicsan iyo goobaha ay weerarada galmada caanka ku ah. Hay’ado waxaydejin karaan sharciyo qeexan oo ku saabsan sida looga jawaabayoo weerarada galmada, kuwaa oo ka hadlaya baahida ay saxafiyiinta u qabaan daawaynta, sharciga, taageero maskaxeed. Wararka noocaan ah waa in loo tixgelinayaa mid

daaweyn deg deg ah iyo tan amaanka guud ee quseysa saxafiyiinta kale. Maamulayaasha doonaya in ay wax ka qabtaan kiisaska kufsiga waa in ay si aad ah u dareen sanaadaan waxyaabaha uu doonayo saxafiga ah ee la xiriira sirta iyo xaaladidisa. Baahiya deg deg ah ee saxafiga waxaa kamid ah in la dhagystaa oo la fahmo, in la xushmeeyaa iyo amaanka.

Saxafiyiinta la faraxumeyay waxaa laga yaabaa in ay u waxaa looga baahan yahay in ay sheegaan dhibka ku dhacay mid ay ku raadsanayaan taageero caafimaad iyo in ay diiwaangaliyaan halista amaan si ay dadka kale uga faa'iidaystaan. Qaar kamid ah saxafiyiinta ayaa CPJ u sheegay in ay ka cago jiidayaan in ay sheegan faraxumeynta galmu sababto ah ma doonayaan in al ogaado maadaama ay u jilcisanyihiin marka ay ku jiraan howlaha halista ah. Maamulayaasha tifaftirka waa in ay hirgeliyan hab suurtagelinaya in saxafiyiintu ay soo wariyaan faraxumeynta galmada ah iyagoon ka cabsanaynin in ay waayaan howlaha mustaqbalka, iyagoo qaba kalsooni ah in ay helayaan taageero iyo kaalmo.

Gudiga difaaca saxafiyiinta waxaa ka go'an in ay diiwaangeliso tusaalayaasha weerarada faraxumeynta. Saxafiyiinta waxaa lagu dhiirigelinayaa in ay la soo xiriiraan CPJ si ay u soo sheegan kiisaska noocaas ah; Macluumaadka ku saabsan Kiis waa in lagadigaa mid shaac ah ama sir ah iyadoo la raacayo waxa uu saxafiga doonayo.

Xaalada lahaystaha

Afduubka saxafiyiinta ee loo afduubto madax furasho ama mid siyaasadeed ah waxa uu u dhacayay si joogto ah tan 31 sano ee taarikhda CPJ.

Dhacdooyin badan ayaa laga soo tabiyay dalal ay kamidyihin Colombia, Philippines, Russia, Iraq, Pakistan, Afghanistan, Mexico, iyo Soomaaliya, Sida ay sheegayso cilm-baaris ay samaysay CPJ. Afghanistan kaliyah, ugu yaraan 20 saxafi iyo shaqaale warbaahineed ayaa waxaa afduubtay kooxaha mucaaradka iyo dembiilayaal laga soo billaabo sanadii 2007dii ilaa intii lagu guda jiray 2011ka, sida ay tusinayso cilm-baarista CPJ. Ugu yaraan labo kamid ah way dhinteen.

Daawada ugu habboon waa ka hortaga. La soco kooxo goobaha ay halistu ka jirto, Hubi in tifaftireyaasha iyo xitaa qof gudaha ah in ay oggaadaan qorshayaashaada. Diyaarso qorshe horey loo sii dejiyay oo wata macluumaadka xiriirka ee dadka iyo kooxaha aad wacayso haddii lagu waayo. La tashi hore la same tifaftirayaasha iyo xiriirada aad aaminsantahay, Go'aanso dherarka waqti loo fasirankaro haddii aad xiriir la'aan ahaato in aad halis ku jirto.

Haddii lagu afduubto waxa ugu horeeya ee laga yaabo in afduubuhu uu samaynayo waa in uu magacaaga ka baaro internetka.

Wax walba oo adiga kugu saabsan ee internetka ku jira waxaa arki doona afduubayaashaada: meesha aad ka shaqaysay, sheekooyinka aad tebisay, waxbarashadaada, xariiradaada gaarka ah iyo kuwa shaqada, iyo laga yaabo qiimaha gurigaaga iyo hantida familkaaga. Waxaa habboon in aad hakameyso akhbaarta shaqsiyadeed iyo aqoontaada siyaasada ee aad ku caddeynayso taarikh nololeedkaaga internetka. U diyaarsanoow inaad ka jawaabto su'aallo adag oo ku saabsan qoyskaaga, dhaqaalahaada, cida aad wax u tebisyo iyo xiriirkaaga siyaasadeed.

Tababarada goobaha caddaawada ay ka jirto waxaa kamid ah hababka aad ula qabsanayso iyo farsamooyinka badbaadada. Mid kamid waa inaad xiriir la abuurato afduubayaashaada, waa mid yarayn karta fursad ay kugu dhaawacaan ilaalada. La shaqee ilaalada laakiinse ha isku dayin inaad wada qanciso. Intii aad awoodo u qeex kaalintaada inaad tahay dulmeero aan hubeysnayn iyo in shaqadaada ay tahay inaad sheegto sheekada dhinac kasta. Naftaada dhex dhig sheekada, intii aad awoodana lahow

caqligaaga. Balanqaadyo siideyn ah waxaa laga yaabaa inaysan soo deg degin; hanjabaadyo dil ah ayaa la samayn karaa.

Saxafiyiinta la qafaashay iyagoo koox ah waa in ay u dhaqmaan hab u hoggaamin kara ilaaladooda inay hal meel ah ku hayaan badelkii la kala qeybin lahaa. Tan waxaa kamid ahaan kara inaad u hoggaansanto amarada ilaalada iyo in aad ka dhaadhiciso afduubayaasha in ay shaqo yartahay haddii la idiin hayo koox ahaan.saxafiyiinta waa in ay isasiyaan taageero niyada ah mudada la haystanimada.Inaad isku xirnantaan waxaycaawin kartaa fursada qof walba ee siideyn guul leh.

Fursad baxsasho ah ayaa soo bixi kara mudada afduubka, laakiin wariyayaal badan oo rugcadaa ah iyo qabiir amaanka ah ayaa waxaa ay ka digayaan in fursad guul ah ay tahay mid aad u yar, waana in lala dhinac dhigaa cawaaqib xumo dhimasho keenta oo ka dhalan karta guuldaro. Wadanka Pakistaan, 2009kii, David Rohde oo ahaa wariyihii New York Times iyo Tahir Ludin oo ahaa wariye Pakistaani ah waxay ka soo baxsadeen laheystayashiisii Taliban, kuwaa oo hayay muddo todobo billood ah . Kaddib markii ay cabireen halista, labada nin waxaysoo afjareen inay baxsadaan marki lahaystahoodii ay la gaari waayen go'aan "iyagoo door biyada inay cararaan, "sidaas waxaa goor dambe qoray Rohde. Haseyeeshe qaar kamid ah afduubayaasha ayaa leh silsilad isku xiran oo maamul kuwaaso ugu dambaytii gaarikara go'aan ah inaad tahay wariye uun xaqna u leh ina la siidaayo.

Muddada xaalada lahaystanimo, tifaftireyaasha iyo xubnaha qoyska waxaa lagu dhiirigelinayaa in ay isla shaqeeyaan. Islamarkiiba la xaqiijiyo xaalada lahaystenimo, waa in ay la xiriiraan masuuliyiinta dawlada ee jooga wadanka wax lagu haysto, iyo masuuliyiinta hay'ada warbaahinta ee jooga dalka uu u dhashay, ama mid kamid ah saxafiyiinta. Waa in ay talo ka raadsadaan diplamaansiyaanta ku xeel dheer arrimahaas, qabiirada amaanka ee gaarka ah iyo kooxaha xuriyada saxaafadda sida CPJ. Mac'hadka badbaadada akhbaarta ee caalamiga ah wuxuu leeyahay xaruun caalami ah [Global Hostage Crisis Help Centre](#) ayaa waxaykaala tala bixin karaan khabiirada arrimaha lahaystanimada. Xarunta [The Dart Center for Journalism & Trauma](#) waxaytalo siin karaan dadka ay saamaysay, iyo sida aad uga heli kartid la talin xubnaha qoyska iyo kuwa kale (Eeg cutubka 10aad ee ku saabsan waxyeelada maskax buuqa) in aad fuliso dalabaadka afduubayaasha ayaa ah su'aal adag. Waxaa la tijaabin doonaa dulqaadka iyo dareenka iyadoo uu socdo heshiiska.

Tifaftireyaasha iyo qaraabada waa in ay sameeyaan dadaal kasta si ay u muujiyaan mowqif mideysan, naqshadeysan, oo jeexaya qof aad u sii martaan masuuliyiinta iyo sida afhayeen guud. Masuuliyiinta waxaa laga yaabaa in ay sameystaan go'aanadooda madaxa banaan, oo kasoo horjeeda rabitaanka qoyska iyo asxaabta, laakiin samaynta farriin cad oo aan isbadelin oo ku socoto masuuliyiinta iyo saxaafadda waxaysare u qaadi kartaa fursada ah inaad si waxtar leh aad u saamayso go'aankooda.

In badan oo kamid ah dawlada waxaycaddeeyeen siyaasado in aan la bixinn dalabaad madax furasho, Inkastoo ay ku dhaqmaan tiro dalal ah, Waxaa kamid ah kuwaas faransiiska iyo Japan, oo la soo wariyay in ay gacan ka gaysteen bixinta isdhaafsasho madaxfurasho si ay u sii daayaan saxafiyiin la haystay. Tifaftireyaasha iyo subnaha qoyska waxaa laga yaabaa in ay badelaan go'aanada ama in aysan saamayn badelitaan ah ku yeelan in dawlada ay gayso koox howlgal oo wax badbaadiso. Dawlada Ingiriiska waxayla hadashay tifaftireyaal, kaddibna waxayqaadatay go'aankeeda in ay ku amartay howlgal badbaado muwaadin Ingiriis- Irish ah oo u shaqeynayay New York Times oo ku sugnaa Afghanistan sanadii 2009kii. Wariyehii Times , oo la oranjiray Stephen Farrell, waa la badbaadiyay, laakiinse saxafi reer Afghanistan ah, [Sultan Mohammed Munadi](#), oo ula shaqeynayay Farrel jiheeye ahaan ayaa la dilay.

Afduubayaasha waxaa laga yaabaa inay isku dayaan in ay ku khasbaan hay'ada warbaahinta in ay sheegto buunbuunin ama tebinta war hal dhinac ah oo ay ku cabirayaan fikirhooda. Sanadihii 1990dii, Jabhada garabka bidix iyo kooxaha midi sida ciidanka u qaabaysan ee Colombia waxayafduubteen saxafiyiin in badan si ay ugu khasbaan shirkadaha warbaahinta in ay tebiyaan carooyinkooda siyaasadeed. Sanadii 2006dii, telefishinka Brazil ee TV Globo waxa uu tabiyay video guriga lagu sameeyay oo muujinayay sida looga garanayay naaquska xaaladaha xabsiga kaddibmarkii koox deegaanka ah oo dembiilayaal ay afduubteen wariye xarunta u shaqeynayay iyo farsamo yaqaan. Labada saxafi waa la siidaayay goordambe. Tifaftireyaasha waa in ay oggaadaan ogolaanshaha dalabaadka afduubayaasha in ay keeni karto isku day rabbitaan tebbin.

Nooc kale oo ku khasbid ah ayaa ah in afduubayasha laga yaabo in ay dalbadaan in saxafiga uu sameeyo hadalo video ah oo beenabuur ah. Saxafiyiinta qaar kamid ah waa ay ogolaadeen, iyagoo cabiraya in taa ay kordhiso fursadahooda in si nabad ah loo siidaayo. Kuwa kale waxayiskadiideen iyagoo aaminsan in aad u dhaqanto si madax banan ay tahay mid siinaysa awood ay ugu khasbaan kuwa afduubay inay siidaayaan. Go'aanka guud ahaantiis waxa uu ku tiirsanyahay marxaladaha iyo shaqsiyaadka ku lugta leh.

Ka jawaab celinta khatarta

Cabsi gelinta waa xeelad loo sameeyay in lagu cabsi geliyo saxafiga. saxafiyiinta wax dhaliila; waxaa badanaa la socda weeraro. Soddon iyo shan boqolkiibasaxafiyiinta la dilay labaatankii sano ee ugu dambaysay waa loo hanjabay kahor inta aana gacan loola tagin, Sida ay sheegayso cilmi-baarista **CPJ**. Waxaa waajib ah in aad u qaadatid hanjaabyada si dhab ah, adigoo taxadar gaar ah siinaya kuwa kuu soo jeediyay hanjabaada tooska ah.

Sidii aad uga jawaabi lahayd waxayku xirantahay marxadaha gudaha ka jira. Ku wargalinta halis aad booliska u gudbiso, waa ay ku wanaagsantahay goobaha leh sharciga iyo kaladambeynta adag, oo kalsoonida lagu qabo sharci fulinta. Dalal badan oo sharci fulinta ay tahay musuqmaasuq, inaad halis gudbiso waxaynoqon kartaa mid aan guulaysan amaba faa'iido la'aan kudhamaata. Arrimahaas waa in si taxadar leh loo miisaamaa.

Halista ku wargeli tifaftireyaashaada iyo asxaabtaada shaqada ee aad aaminsantahay. Hubi inay ogaadaan macluumaadka halista, oo ay kamidyihin halka ay salka ku hayso, sida iyo goorta ay kuu timid. saxafiyiinta qaar waxayku faafiyeen halista shirkadahooda warbaahinta ama bogagooda ay leeyihin. Waxayna sidoo kale ku wargeliyeen kooxahooda xoriyada saxaafadda u dooda ee gudaha iyo kuwa caalamiga ah sida Committee to Protect Journalists. CPJ waa ay shaac-bixin doontaa ama waxayka dhigi doontaa mid sir ama qarsoon sida adiga rabbitaankaaga uu yahay.

Saxafiyiin badanb ayaa u sheegay CPJ in shaacinta halista ay ka caawisay in ay ka difaacdo waxyeelo.

Saxafiyiinta halista ku jira waxaysido kale qiimeyn karaan in ay badelaan tebbintooda si kumeel gaar ah ama si joogto ah. Tifaftireyaasha waa ay si dhaw ula tashadaan saxafiyiga halista ku jira, iyo inay dedejiyaan in ay badelaan howshooda haddii laga codsada sababo la xiriira badbaadada. saxafiyiinta loo hanjabay waxayogaadeen in marka waqti ka soo wareego war xasaasi ah oo ay tebiyaan in ay hoos uga dhacday cadaawada.

Marxaladaha daran, saxafiyiinta waa in ay qiimeeyaan u guurida goobta cusub oo gudaha ah ama dalka dibadiisa. saxafiyiinta loo hanjabay waa in ay la tashadaan kuwa ay jecelyihin si ay u qiimeeyaan dib udejin suurtagal ah, waana in ay caawimaad ka raadsadaan hay'adaha warbaahinta iyo kooxaha xirfadlayaasha ah haddii dib u dejin ay tahay mid lagama maarmaan ah

Tifaftiraha waxbaara ee reer Colombia **Daniel Coronell** iyo qoyskiisa, tusaale ahaan, waxaa dibudejin loogu sameeyay Mareykanka muddo labo sano ah bilawgii 2005tii kaddibmarkii uu la kulmay hanjabaadyo isxigxiga, oo uu kamid ahaa ubaxa geeridda oo gurigiisa loogu keenay. Coronell waxa uu dib u bilaabay shaqadiisii baaritaanka ahayd markii uu ku laabtay Colombia, Inkastoo hanjabaadyadii ay sii socdeen, waxayugu imaadeen si ka hooseysa sidii hore.

CPJ waxaysiin kartaa talooyin saxafiyiinta halista la kulma, Kiisas qaar, taageero toos sida kaalmo dib udejineed.

3. Amaanka Akhbaarta

Amaanka akhbaarta macnaheeda waxay ka dhigantahay inaad ilaalsato xogtaada, sida qoraalada la xiriira daraasaadka, maclumaadka sirta ah ee ciwaanada qorshayaasha safar, waxyaalaha kuu keydsan ee la daawado iyo kuwa maqalka ah. Waxaa kale oo macnaheedu uu yahay inaad ilaaliso maclumaadka qaaska kuu ah iyo inaad ilaaliso Xiriirada gaarka ee aad la samaynayso asxaabtaada. Haddii aad tahay qof ka shaqeeya goobta, agabka kuugu keydsan aaladaha kumbuyuutarka ayaa ah waxa ugu qiimaha badan ee aad wadato, inaad lumisana waxay qatar u keeni kartaa adiga iyo ilaha xogtaada.

Heerka cabbursanaan ee lagu hayo macluumaadka aaladaha ee saxafiga ayaa ah kuwa si aad isku soo taraya, dalka Shiinnaha ayaa waxaa wariyeyaasha ajnebiga ah ay la kulmaan in Kumbuyuutaradooda lagu abbuuro software ilaaliye ah oo si qarsoon oo taxadar leh lagu dejiyo emailadooda. Maamulada Ethiopia iyo Colombia waxay lasocdaan telefoonada, emailada iyo wada sheekaysiga habka qoraalada ah. Dawladaha kaliyah ma ahan kuwa isticmaalaha qalabka lagula socdo Kumbuyuutarada, halisna lagu geliyo, ee waxaa jira kooxo dambiilayaal waa weyn ah oo si soo kordhaysa uga faa'iidaysta horumarka casriga ah ee aaladaha ama saxaafadda ay dadweynaha ka qeybgali karaan, dambiilayaasha jaanis gaad ah ayaa waxay sidoo kale beegsan karaan wariyeyaasha ka shaqeeya xogaha muhiimka ah ama arrimaha xasaasiga ah.

Ugu dambeyntii, Inkastoo ay tahay ilaalinta akhbaarta inaad si wanaagsan isaga difaacdo weerarada hormarsan ee aalada internetka ka dhex socda, ayaa waxaa wanaagsan inaad fahanto ujeedyinka iyo awoodaha ay leeyihiin kuwa damacsan inay ku weeraraan iyo awoodaha ay u yeelan karaan in ay ku weeraraan, oo ku salaysan habab joogto ah oo la xiriira howlaha ay qabanayaan.

FAHANKA HANDADAADA

Waxaa ilaalinta amaanka akhbaarta ay leedahay caqabado dhawr ah. Way adag tahay si loo ogaado qof kaa xadaya macluumaadkaaga kumbuyuutarka. Haddii u qof kaa xado boorsada jeebka waad ogaan kartaa balse haddii uu qof kaa sawirto macluumaadka koonbiyuutarka, waligaa ma ogaanaysid, mida labaad dhaawaca lagu gaysan karo haddii sirtaada la helo, ma ahan mid dib looga laaban karo haddiiba mar akhbaartaada ay ogaadaan kuwa ku soo weeraraya dib uma soo celin kartid. Ugu dambeyntii nidaamyada akhbaarta casriga ah way adag tahay in la fahmo, waxayna isu bedeshaa si isdeba jog ah. Xitaa midka aaladaha casriga ah ma agoon karo shaqada ay qabtaan barnaamijyada kumbiyuutradooda ugu jira ama xiriirka softwareka Iyo aalada internetka oo laga yaabo inay isdhex galaan. Xitaa haddii aadan ahayn mid aan qabiir ku ahayn sida jaakadaha xabada difaaca, Hadana waxad fikrad u leedahay sifooyinkeeda wax difaaca iyo heerkuu gaarsiisan yahay. Amaanka kombuyuutarka waa mid aad u adag in aad maskax ahaan u qiyaasto.

Tani maxay ka dhigan tahay? Xoogaaga waa inaad saarto waxa fudud. Ma jirto sabab aad in aad isku hareerayso amaanka kompuyutarka adigoona isticmaalaynin ama ku guul dareysto in uu illaaliyo khadadkaaga internetka. Ka faa'iidayso wixii aad taqaano: Dadka ugu dhow in ay dambikaa galaan ama in ay weeraraan shaqadaada amaba donayo in ay kahelaan amaba qaribaan. Istimaal xogtaas si aad u ogaato waxa aad difaacayso iyo sida aad u difaacayso.

Ujeedadooda waxaad oga hortagi laheyd iyo sidaad oga hortagi laheyda isweydi warbixinadeen difaacaa? Maclumaadke muhiim ii ah oo dhib keeni karo. Ma ahan sidaad umaleynayso oy ku kala hormaraan wariyaal badan waxey u maleyaan wax walba oo ay qabanayaan in ey cadyihiin oo aysan jirin wax ay qariyaan. Lakiin kafikir melaha aad kaheshey warbixinada khatarta u iman karta haddii lawada ogyahay. Waxaad adigu umaleynaysey ineysan danbi aheyn ayey dadka kale danbi u arki karaan.

Tusaale ahaan haddii aad wadamada carabta warbixin ka qoreysey oo **Israil** ey hesho xirkaaga ama dhinaca kale dhib yeykeeni kartaa haddii aad warbixino sicad ogala qebsatey aaladaha internetka khadka ayey kasaarikarta (dib ayey kukeeni karta dib usameyn warbixin horaan aad siideysey wey adag tahay Lakiin wa inaad iska badashid qadadka bulshada sikala xariraan boga aad kuleydahay ama aad kukeysatid sirtaad inta adan bilaabin shaqadaa ama safarkaaga. Mar haddii aad qortid warbixin aan wali la soo bandhigin oo muhiim ah, xasuusnow suaal kale: yaad ka ilalinaysa warbixintan? Wey fududahay inaad ka fikirtid in ay aqrineyaan emailkada walbo waxyaha ilaalinta wararka. Wadamada cadaadiyo saxaafadda sida **Iraan** xaqiidi wey noqonikaraan. Ogu badnaan wariyaasha waxey cadow kasameystaan kamid ah mamulada ama shaqsiyada tusale ninka cidanka **poliska** uweey ama madaxda dawlada ku musumasuqa mawaxay leyihiin qalabka oo ugu casrisan ee lugula socdo wararka? Ama waxa ey leyihiin ugu dhawaan qof intu gurigaada imaado hadana xado kumbuyuutarkada gacant (labtop) markaad kafikireysid werarada qarsoon tixgali wererkaga imaado dhinaca tagerashood ama dadka u dhaganugul dhacdooyinga badnoo diiwaan galiyey by (cpj) ah dawlada ama qeybaha siyaasada si toos ah kugumasoodirayaan kuwa kuweraraya, lakiin si aan too aheen dad shacab ah ama qaswadayaa ah kuwaas oo kuu'arke kuwa ka soo horjeeda ama saxaafad dibadda xalaal u arke in la bartilmameysado hadiba mar aad ogaatig kuwa donayo iney ku weraraan iyo waxay kuugu weraraan, waxaad qaadi kartaa tillaabo cad ood isku badaadin karto fikrad ahaan ayaa waxaa looga guuleysani in ey kusiyaan tixraac fiican oo ku saabsan ilaalinta warbixinada. Xasuusnow, in kastoo, latilintaan qeexan waxey si dhaqsa ah unoqon kartaa wax laga tagey . baar CBJs wepsaat (website).

Ilaalinta wada xiriirka

Baarashada macluumaadka ku jiro telefoonka waa qaabka ugu caansan ee lagu dabagalo saxafiyiinta. Saxafiyiinta ka howlgala wadamada xanibaada saxaafadda ka jirto ayaa tusaalooyin badan ka bixin kara qaabkaas dabagalka ah. Balse saxafiyiinta hadda waxay adeegsadaan qaabab kala duwan oo ay kuwada xiriiraan, sida fariinta gaaban, imaylada, fariinta deg dega ah, baraha bulshada, wadasheekaysiga maqal iyo muuqaalka leh. Sidoo kale kuwa kasoo horjeeda saxafiyiinta ayagana waxay balaariyiin qaabka ay uga hortagayaan.

Kooxo badan ayaa hadda leh awood ay ku sameyn karaan basaasnimo. Waagii hore, helitaanka macluumaanka khaaska ah ee dadka kale waxay ku koobneed kuwa awooda u leh inay helaan macluumaanka iyo aaladaha telefoonada iyaga oo adeegsanaya wadashaqan toos ah ama shaqaalaha isgaarsiinta ee laaluush qaatayaasha ah. Maalmahan, in la baarto macluumaadkaaga ku jira kumbuyuutarkaaga ama telefoonkaaga waa sahal, si qarsoodi ah ayaana loo samayn karaa. Awoodaas waxay gacanta ugu jirtaa kooxo badan oo adduunka ku kala baahsan. Dadka kula isticmaalaya internetka xarig la'aanta ah waxay awoodaan inay helaan fariimahaada deg dega ah, kuwa sida gaarka ah ugu shaqaysta u dhicida kumbuyuutarada waxay awoodaan inay jabsadaan cinwaanadaada imaylka.

Inkasta oo ay sii kordhayso khatartaas, haddana waxaa jira dhowr qaab oo lagu yarayn karo khatarta ah in macluumaadkaaga ay si xatooyo ah u helaan kuwa wax jabsada, haba ku ahaadeena falkaas khabaro. Markaad xiriir la samaynayso qof kale, qollo seddaxaad ayaa heli karta laba qeyb oo aad muhiim ugu ah wada xiriirkiina: Ruuxa aad la xiriirayso iyo waxaad is leedihiin. Aaladaha isgaarsiinta ee casriga ah waxay gudbin karaan macluumaad dheeri ah. Haddii aad isticmaalayso telefoonka gacanta ama kumbuyuutarka gacanta oo internet ku xiran yahay, wicitaan aad samayso ama galitaanka cinwaankaaga imaylka waxay gudbin karaan goobta aad joogtid, taasoo qof kale u suura galin karta inuu ilaaliyo dhaq dhaqaaqaada. Softwareda qaarkood sida kuwa fariimaha deg degaha ah la isugu diro iyo baraha bulshada, waxay tusin karaan dadka kale ee aad internetka ku taqaanid maadaama ay ku jiraan taxaalka asxaabtaada. Wadasheekaysiga telefoonka wuxuu sahal u yahay in la dhagaysto haddii qofka doonayo arrinka uu gacan ka heli karo shaqaalaha ka shaqeeya shirkada telefoonada. Telefoonada gacanta xataa way ku jiraan. Fariimaha gaaban ayaa si fudud dhexda looga dhici karaa maadama aan loo baahneyn in la dhagaysto ama wicitaanka la leexiyo; fariimaha waa kuwo xajmi ahaan aad u yar yar marka la diro kaddibna la hubin karo. Guddiga Ilaalinta Saxafiyiinta ayaa soo bandhigay kiisas ay dawladdo soo hordhigeen saxafiyiin fariimo gaaban oo tusaya handadaad ama falal wadan nacayb ah. Tixgali inaad isticmaasho kalmado sir ah oo horay loo sii diyaariyay lana isla ogyahay, kuwaas oo lasii marinayo khad ammaan ah. Fariimaha ku gudbi xiriir khaas ah ama isticmaal kalmado sir ah. Haddii aad ka cabsi qabto maamulka inuu ilaalinayo wicitaankaaga, qaado telefoon aan magacaadu ku xiriirsanayn, gadashada telefoon raqiis ah oo aad lacag ku shubato waa xeelad. Inta badan wadamada waxay kaaga baahan yihiin aqoonsi markaad telefoon iibsadayso, balse waxaad awoodaa inaad telefoon xiriirsan aad ka gadato qof horay u isticmaalayay. Xasuusnow, inkastoo dadkaad la xiriirayso ay iyaguba bartilmaameed u yihiin in la dhagaysto, haddii aysan taxadareyn, wicitaankaaga ugu horeeyo wuxuu tusinayaa lambarkaaga cusub. Inta badan, telefoonada gacanta waxay u muujiyaan shirkada telefoonkaas goobta uu yaalo marka la shido, waxayna shirkadu inta badan kaydisaa datada goobahaas gaar ahaan wadamada cadaadiska uu ka jiro.

Telefoonada waxaa sidoo kale loo isticmaali karaa aalada dabagal, xataa marka ay dansanyihiin. Haddii aad ka cabsanayso ilaalinta xoogan, waa inaad ka fakartaa faa'iidada uu telefoonka kuu leeyahay iyo khatarta dabagalka uu kuu keeni karo. Saxafiyiin badan ayaa xilliyada qaar batariga ka bixiya telefoonkooda si aan loo dareemin, balse waa inaad ogaataa daminta telefoonkaaga kahor inta aadan meel tagin ay shaki badan abuuri karto. Iyada oo uu telefoonku yahay aalad ay dadka intooda badan u adeegsadaan wadasheekaysiga ayaa haddina Internetka uu yahay mid aad ugu kobcaya wada xiriirka gaarka ah. Si ka duwan qaabka dhajisan ee isgaarsiinta telefoonka uu isticmaalo, Internetka waa qaab aan dhajisneyn oo leh wadooyin badan oo wadasheekaysi khaas ah lagu yeelan karo. Internetka wuxuu datada gaarsiiyaa meela fog fog isaga oo macluumaadka datada sii marinaya kombiyutaro badan. Inta badan, data waxay labada dhinac isu daba martaa iyada oo ah qaab ay dhexda uga dhici karaan dadka iska leh aaladaha ay sii marayso. Ilaa datada sida adag looga difaacayo ama ay jiraan shuruuc difaacaysa, shirkada ku siisa internetka waxay diiwaan galin kartaa lana socon kartaa xiriirada aad samayso, si lamid ah sida shirkada telefoonka. Barta Facebook, goobaha internetka sida cybercafé, hotelada ama xataa dadka aad isku khadka isticmaashaan ayaa arrimahaas samayn kara. Datada u nugul in la daba raaco ayaa waxaa ka mid ah imaylada, fariimaha deg dega ah, iyo baraha internetka ee aad booqato ama data ku shubto. Waxaa jiro software kaa difaaci karo in dad kale ay fariimahaada aqristaan ama ay ogaadaan baraha internetka ee aad booqado. Programyo si sir ah loo habeeyay ayaad u adeegsan kartaa dirida fariimaha, waxaana aqrisan kara qofka loogu talagalay oo kaliyah. Waxaad dooran kartaa programkaas sirta loo

habeeyay kaasoo si khaas ah loo isticmaali karo (sida imaylada iyo fariimaha deg dega ah) ama waxaad dooran kartaa qaab sir ka wada dhigaya isticmaalkaaga internetka.

Nooca ugu wanaagsan ee programka sirta ah waa midka loo yaqaano “**public key cryptography**,” kaasoo kuu ogolaanayo inaad la xiriirto dadka kale addiga oon adeegsanayn kalmado sir ah oo horay la isla go’aansaday. Kuwa ugu badan ee **public key cryptography ee imaylada ayaa kala ah GNU Privacy Guard (GPG), iyo Symantec’s Pretty Good Privacy (PGP)**. Waana ay isqaadan karaan.

Barashada Public key cryptography ayaa dhib ku ah dadka aan teknoolajida ku wanaagsanayn. Balse haddii si sax ah loo adeegsado, waxaa uu kaa difaaci karaa dabagalka xataa wadamada ku horumaray teknoolajiyada galgalkana u leh internetka sida Maraykanka iyo Shiinaha.

Inta badan programyada imaylada sida **Outlook, Thunderbird iyo Apple Mail** waxay leeyihiin **software** dheeraad ah oo taageera **GPG iyo PGP**. Hay’adaha xuquuqul isnaanka iyo kuwa warbaahinta waa inay shaqaalahooda baraan sida loo isticmaalo software-daas.

GPG iyo PGP ma ahan kuwo inta badan ay heli karaan kooxaha u nugul in la dabagalo. Sidaas darted adeegsigooda wuxuu shaki galin karaa maamulka meesha ka jira, indho badana way kusoo jeedin karaan. Waxaa macquul ah inaad adeegsato qaabab kale oo ka fudud wallow aysan sida labada aan kor kusoo sheegnay u awood badnaan doonin. Haddii aad diyaar u tahay inaad u ogalaato mid ama labo shirkadood oo aad aammintay inay ogaan karaan xiriiradaada, shirkadaha martigaliya baraha internetka ayaa ku siin kara difaac aan sii badneyn. Adeegyada internetka sida Gmail ama Riseup.net waxay adeegsanaan wax loo yaqaano “**transport layer security**,” **TLS/SSL**, oo ay micnaheedu tahay inkastoo shirkada bixinaysa adeega ay aqrisan karto imaylkaga (Google wuu aqriyaa fariimaha Gmail sii maro si uu xayaysiin bartilmaameedsan u sameeyo) haddana shirkadaha kale ee uu imaylkaga sii marayo ma aqrisan karaan. Si aad u xaqiijisid in shirkada internetka ka difaacdo xiriiradaada shirkadaha sii qaada, fiiri cinwaanka ku yaala qeybta kore ee browser-ka. Haddii uu ka bilowdo **https://** —badalka “**http://**” xiriirkaaga ugu yaraan waa mid difaac leh sidaas darteedna waad ka bad baadi kartaa dabagal.

Adeegyada sida **Twitter, Facebook**, iyo **Hotmail** hadda way bixiyaan difaacan balse waa mid khiyaar ah.

Waxaad ka raadin kartaa online si aad waxbadan uga barato qaabkaas difaaca ah.

Haddii aad ka shaqayaneyso wadan cadaadis badan lehna awood uu ku dabagali karo xiriirada aad samayso, ka fakar inaad adeegsato imayl sir ah oo laga marti galiyo wadan aan xiriir dhaqaale iyo mid siyaasadeed la lahayd dalkaad joogto. Waxaad sidoo kale kula talin kartaa dadka aad la xiriirayso inay isticmaalaan imayl midkaaga la shirkad ah marka ay kaala hadlayaan internetka. Wax micna ah ma samayneyso inaad sir ka dhigto xiriirkaaga haddii qofka aad la xiriirayso uusan adeegsan imayl la dabagali karin.

Inkastoo TLS ay difaacdo fariinaha sii maraya internetka, kuwa wax weerara waxay heli karaan fariimahaadii hore ee aad kaydsatay. Sidaas waxay ku samayn karaan iyaga oo software si qarsoodi ah ugu shubaya kombiyuterka ama kan dadka aad la xiriirto ama iyaga oo jabsanaya shirkada imaylka ku siisa. Tani waxay muhiimad gaar ah u yeelaysaa inaad ilaaliso kombiyuterka iyo lambarka sirta ah ee imaylkaga. (Fiiri qeybaha hoose ee ku saabsan difaacida xogta ama datadada).

Fariimaha deg dega ah ee loo adeegsado baraha sida **MSN Messenger, Yahoo! Messenger, AIM**, iyo **Facebook Chat** ayaa ayina u nugul in dhexda looga dhaco sida imaylada oo kale. Kuwa yar oo kamid ah programyada lagu sheekaysto ayaa leh difaac. Dawladdaha sida **Iran** iyo **Shiinaha** ayaa ku dadaala inay dhexda uga dhacaan fariimaha deg dega ah, sida ku cad baaritaan uu sameeyay Guddiga Ilaalinta Saxafiyiinta.

Fariin isu dirka loo adeegsado programyada PGP iyo GPG waxaa la mid ah kuwa loo adeegsado Off-The-Record (OTR) kaasoo lagu dhex dari karo software-da fariimaha deg dega ah. Si lamid ah PGP iyo GPG, OTR waxay u baahantahay in labada dhinac ee xiriirka is dhaafsanaya ay xirfad u leeyihiin adeegsigeeda. Saxafiyiin badan ayaa isticmaala barta **Skype** marka ay wicitaanada xasaasiga ah ama fariimaha deg dega ah dirayaan. **Skype** way ilaalisaa macluumaadka macaamiisheeda balse qaabkey u ilaaliso ma ahan mid

shaac baxsan, sidaa owgeed way adagtahay in la ogaado heerka uu gaarsiisan yahay dicaafeeda iyo waxgalnimadiisa mustaqbalka.

Adeegso Skype marka loo bar bar dhigo baraha kale ee aan ammaanka ahayn, balse ku adeegso si taxadar leh.

Intii aad sir ka dhigi lahayd qeybo kamid ah xiriirkaaga online-ka ah, waxaa haboon inaad sir kawada dhigto. Hal qaab oo aad sidaas ku samayn kartid waa isticmaalka adeega *virtual private network (VPN)*.

VPN wuxuu sir ka dhigaa isla markaana diraa, keenaana data kombiyuterkaaga asaga oo sii marinaya kombiyuter kale oo khaas ah kuna xiran internetka loona yaqaano *VPN* server. Marka si sax ah loogu shubo, VPN wuxuu ammaan ka dhigaa xiriiradaada oo dhan, kana difaaca in dhexda looga dhaco. Haddii aad u shaqayso xarun warbaahin, mas'uulkaaga waxaa uu isticmaali karaa VPN-ka si uu ugu ogolaado shaqaalaha kale inay adeegsadaan khadka gudaha ee xarunta. Taa badalkeeda qaar kamid ah shirkadaha ganacsiga waxay shaqsiyaadka ka kireeyaan VPN server muddo bil ku salaysan.

Dadka internetka isticmaala waxay kuu arkayaan inaan adeegsanaysid VPN server-ka kaasoo tusinaya meel ka duwan goobta aad joogtid. Tan waxay kuu sahlaysaa inaad qariso goobta aad joogto isla markaana aad ka bad baado in xogtaada la daba raaco. VPNs sir kama dhigayo marxalad waliba oo ay datada marayso, waayo qofka ugu dambeeya ee aad u wadid macluumaadka waxaa macquul ah inuusan fahmin data sir laga dhigay. Tani waxay micnaheedu tahay inaad aamminto maamulayaasha VPN server-ka iyo baraha internet-ka ee aad booqatid iyana aysan dabagal ku hayn xiriirada aad samaynayso.

Haddii aad iska ilaalinayso maamulka deegaanka aad joogto, shirkada bixinaysa VPN server-ka waa inay ahaataa mid dal kale ah. Badalka VPN server-ka shirkadaha ganacsiga, waxaad adeegsan kartaa anonymizing service Tor oo lacag la'aan ah. Tor waxa uu difaaca macluumaadka macaamiishiisa, waxaana uu datada sii mariya kombiyutaro dhowr ah ka hor inta aysan gaarin internet-ka. Tor waa mid tixgalin mudan haddaad rabtid inaan la ogaan waxaad online ku samayso, wallow uu culusyahay adeegsigiisa, wadamada qaarna ay xayiraan.

Difaacida xogtaada ama datada

Kombiyutarada iyo telefoonada gacanta ee casriga ah waxay kaydin karaan data xajmi wayn, balse isticmaalka kaydkaas ayaa khatar badan keena. Haddii kombiyutarkaga ama telefoonkada gacanta la xado ama ay bur buraan, waxaad wayn kartaa macluumaad aad xasaasi kuugu ah. Inkasta oo khatartaas ay kawada siman yihiin dadka leh telefoonada iyo kombiyutarada casriga ah, haddana waa inaad tixgalisaa suura galnimada in kooxaha macluumaadka xada ay ku bartilmaameedsan karaan si ay shaqada kaaga curyaamiyaan ama kaaga aargoostaan. Kuwaas waxay kaa qaadan karaan macluumaad khaas ah ama waxay virus galin karaan kombiyutarkaga si kuwa kale ayay fursad ugu helaan inay macluumaadkaaga la baxaan.

Haddii aad u baxayso safar khatar leh, waxaad ka fakartaa sidaas u qaadan lahayn kombiyutar kale, ama telefoon kale oo aysan macluumaad badan kuugu jirin. Macluumaadkaaga xasaasiga ah waxaad ku shuban kartaa aalada flash-ka ee kombiyutarada la galiyo, taasoo ay fududahay in la qariyo lana ilaaliyo. Flash-ka waxaad ku qarin kartaa dharkaaga. Flash-ka waxaa lagu qarin karaa isaga oo laga dhigayo qalabka furaha lagu xirto. Sidoo kale, waxaad flash-ka ku shuban kartaa dukumintiyada muhiimka ah si aad u heshid mar haddii lagaa xado kombiyutarka.

Xaqiiji inaad kombiyutarka damiso marka aad shaqada ka baxayso. Xataa marka aad ku jirto qolka wararka, iska ilaali shakhsiyaadka kugu soo dugaya marka aad khadkaga galayso ama fariimahaga aqrinayso. Ha u isticmaalin kombiyutarada bulshada ka dhexeeya inaad ku samayso wadasheekaysi xasaasi ah, ama inaad galiso flashkaga. Ha uga tagin lambarkaga sirta ah (Password) kombiyutar mujtamaca ka dhexeeya.

Mar kasta ka dhig telefoonka iyo kombiyutarkaga gacanta kuwa uu lambar sir ah ku xiran yahay. Balse waa inaad ogaataa in kuwa u dhaca kombiyutarada ay awoodaan jabinta lambarada sirta ah. Software-

da lagu xiro faylasha kombiyutarka sida *BitLocker, FileVault, TrueCrypt* ayaa gacan kaa siin kara inaad lambar sir ah ku xirato fayl, cinwaan ama kombiyutarka oo dhan. Tani waxay ka dhigaysaa datada mid aan la aqrin karin xataa kaddib marka la jabsado kombiyutarkaga. Software-daas waxaa sidoo kale loo isticmaali karaa flash-ka. Xaqiiji inaad samaysato lambar sir ah oo ay adagtahay in la qiyaaso. (Fiiri qeybta: Qaadashada lambar sir oo xoogan.)

Telefonada casriga ah ayaa caqabad badan lagala kulmaa in la difaaco, maadama ay yihiin kuwa lagu wareerayo. Waxaad raadin kartaa programyada sirta ah ee telefoonadaas. Kooxda *MobileActive* ayaa bixisa hagge muhiim ah oo ku saabsan aaladaha telefoonada gacanta.

Dawladdaha iyo kooxaha dambiilayaasha ah ayaa si kordheysa u adeegsanaya faafinta virus-ka si ay u weeraraan waxay u arkaan cadow, gaar ahaan saxafiyiinta madaxa banana. *Virus*-ka oo ka faa'iideysanayo software-da, waxaa uu si aan la arki karin isugu shubaa kombiyutarka, kaddibna waxaa uu diiwaan galiyaa, keyboard-ka aad garaacayso, daawadaa dhalada kombiyutarkaga, xataa waxaa uu faylshada ku shubaa internetka. Virus-ka waxaa lagu soo marsiin karaa fariin aad moodayso inuu qof saaxiibkaa ah kusoo diray, ama baraha internet-ka qaarkood. Ha furin lifaaqyada ama linki-yada imayl ahaanta laguugu soo diro, addiga oon ka taxadarayn suura galnimada in imaylkaas loo soo hagaajiyay si laguugu qaldo. Isticmaal ka hortaga *virus-ka, (antivirus)* oo mar kasta ka war haay, wuxuu kaa difaacayaa falalka noocaas ah. (haddii aad isticmaasho *windows, Microsoft* iyo *avast* labaduba waxay bixiyaan antivirus lacag la'aan ah).

Haddii aad ka shakiso in kombiyutarkaga la saameeyay, fundiyada kombiyutarka waxay awoodaan inay tirtiraan dhamaan virus-ka isla markaana dib kuugu soo celiyaan software-da kuugu jiray. Waa inaad datada kala baxdaa kombiyutarka ka hor inta aan la tirtirin. Sidoo kale waa inaad hubisaa in datada aad guurisay aysan wadan virus.

U guurinta faylshada kombiyutar kale, waa fikrad wanaagsan. Waa qaab aad ku difaacan karto datada haddii aad wayso kombiyutarkaga. Waa inaad xaqiijisaa in datada aad kombiyutarka kale u dirayso ay sir tahay, lagana heli karo meesha lagu guuriyay. (Eed qeybta: Difaacida datada xogta dibada)

Haddii aad filayso xaalad kombiyutarkaga lagu baari karo, sida goobaha soohdinta ah, waxaad ka bixin kartaa macluumaadka xasaasiga ah. Ma ahan oo kaliyah inaad tir tirtiro ee waa inaad adeegsataa software kuu suura galinayso in faylka aad tir tirtiro aan dib loo soo celin karin. Waxaad isticmaali kartaa "*secure delete*" haddii uu kombiyutarkaga leeyahay ama waxaan soo shuban kartaa *software-ka Windows program Eraser*.

Difaacida xogta ama daatada dibada

Macluumaadka kuugu kaydsan kombiyutarkaga ama telefoonka casriga ah ma ahan mid dhamaanteeda lagu wada kaydiyo gudaha aaladahaas. Waxaad ku kaysan kartaa datadada baraha internet-ka sida Google Documents, Gmail, ama Yahoo ama baraha bulshada sida facebook. Haddii aad ka cabsi qabto ammaanka macluumaadkaaga khaaska ah, waa inaad ka taxadartaa ammaanka datada dibada sidoo kale.

Shirkadaha internet waxay gudbiyaan datada khaaska ah marka ay dawladd ka codsato, gaar ahaan marka ay jiraan shuruuc maxali ah oo sidaas ku qasbaysa ama marka ay xiriir dhaqaale ama mid siyaasadeed la leeyihiin dawladda.

Si kastaba ha ahaatee, datada dibada lagu kaydiyo waa mid ay kuwa wax xada heli karaan, iyaga oo iska dhigaya qofka leh. Waxay heli

Kuwa internet-ka jabsada waxay heli karaan lambarkaga sirta ah iyaga oo kuu hanjabaya, waxaad samaysan kartaa imayl ay ku jiraan waxyaabo aan muhiim kuu ahayn, haddii aad lambarkiisa sirta ah bixisidna ku bad baadi kartid.

karaan cinwaankaaga iyo lambarkiisa sirta ah si ay u galaan. Si taxadar leh u samayso lambar sir ah iyo su'aasha ammaanka si aad uga bad-baado kuwa imaylada jabsada. Mar kasta isticmaal khad ammaan ah, addiga oo adeegsanaya qaabka "https" ama software khaas kuu ah. (Eeg qeybta Samaysashada lambar sir ah oo addag).

Ha difaacin oo kaliyaha datadada online-ka ee khaaska ah, balse waxaad sidoo kale ka fakartaa waxaad kusoo bandhigayso boggaga mujtamaca ay wadaagaan ee online-ka ah.

Baraha bulshada inta badan waxay mujtamaca usoo bandhigaan waxaad sheegayso. Waxaa wanaagsan inaad isu aragto qof bartilmaameed u ah saxafi baaritaan wada. Fiiri sida aad raad ugu yeelan karto internet-ka addiga oo baaraya baraha, iyo sida macluumaadka aad shaacisay ay six un ugu isticmaali karaan kuwa doonayo inay howshaada wax u dhimaan.

Samaysashada lambar sir ah oo adag

Lambar sir ah oo adag waa difaaca ugu wanaagsan ee aad siin karto datadada. Wax fudud ma ahan inaad samaysato lambar sir ah oo aan la furi karin. Dadka badankooda waxaa ka yaabiya sida dooqa ay u qaataan inuu yahay lambar adag ay dad badan u isticmaalaan. Software-da ay samaystaan kuwa wax jabsada waxay awoodaan inay soo gudbiyaan milyoonad ah lambarada sirta ah ee inta badan la adeegsado, kaddibna ay ku fiiryaan aalada ama cinwaanka ay jabsan rabaan.

Lambarada sirta ah ee laga soo qorto qaamuuska ama tirada, tusaale ahaan kalmad xarafkeeda hore lagu badalay calaamad, waa ay u fududahay kuwa wax jabsado. Waxaad dooran kartaa ooraah khaas ah oo ka dheer siddeeda xaraf ee ugu yar lambarka sirta ah, kuna dhex dar calaamado.

Qaado kalmad uu qoray qoraa aad jeceshahay ama ooraah aan micno samaynayn oo aad xafiday. Isku dhex dar xarfaha waaweyn iyo kuwa yar yar. Dheerarka lambarka sirta ah waa muhiim. Barta www.diceware.com ayaa kaa caawin karta sida aad ku samaysan karto lambar sir ah oo ay adagtahay in la jabsado. Haddii aad adeegsato lambaro sir ah oo badan, waxaad isticmaali kartaa software si ammaan ah kuugu kaydiso iyada oo ka dhigaysa hal ooraah. Xaqiiji in ooraahdaas ay tahay mid adag. Sidoo kale iska ilaali jawaabta su'aasha ammaanka (Sida waa kee magaca hooyadaa ka hor intaan la guursan?) ee baraha ay ku waydiiyaan marka uu kaa lumo lambarka sirta. Haddii aad ku jawaabtid magaca saxda ah, taas waxay u sahli kartaa kuwa internet-ka jabsada inay ogaadaan iyaga oo dadka kuu dhow ka helaya. Sidaa dartee waxaa muhiim ah inaad ku jawaabtid magac aad addiga un ogtahay.

Ha u isticmaalin hal lambar oo sir ah ama su'aal ammaan cinwaano dhowr ah oo baro kala duwan ku yaala.

Ugu dambeyntii, ogow in kuwa internetka jabsada ay xoog kaaga qaadan karaan lambarkaga sirta ah, haddii aad ka baqayso suura galnimada arrintaas, waa inaad ka fakartaa qaabka aad datadada iyo macluumaadkaaga ku qarsan karto baladkii aad diidi lahayd inaad lambarkaga sirta ah dhiibto. Waxaad samaysan kartaa imayl ay ku jiraan waxyaabo aan muhiim kuu ahayn, haddii aad lambarkiisa sirta ah bixisidna ku bad baadi kartid. *Software-da sida TrueCrypt* ayaa qaabkaas u shaqeeya.

Kordhinta ammaanka ma ahan mid mar kasta la isku halayn karo. Waxaas go'aansan kartaa un inaad isu dheeli tirto habsami u socoshada shaqadada iyo inaad datadada ka difaacato in la jabsado.

Markaad ka talinayso xalka, ahow mid daacad ah, korkana ha iska saarin difaac aadna awoodin. Inaad sir ka dhigto imayladad, aad tirtirto faylashada, aadna adeegsatid lambar sir oo dheer micno ma samaysanyso haddii aadan joogto ka dhigaynin.

Waxaad ka fakartaa tillaabooyinka muhiimka ah ee ay tahay inaad qaado. Haddii aad ka walwalsan tahay in si xeeladaysan lagaaga weeraro kombiyutarkaga baladkii xoog lagaaga qaadi lahaa lambarkaga sirta ah, waxaa fiican inaad lambarkaga sirta ah ku qorato buugga gacanta, kuna qariso meel aad addiga kaliyah ogtahay. Haddii buugga gacanta lagaa xado, waxaad durbadiiba badali kartaa lambarka sirta ah.

Ma wanaagsana inaad lambarkaga sirta ah ku qorto meel la arki karo, gaar ahaan warqada kugu dhagsan darbiga xafiiskaaga.

5. Colaadaha hubaysan

Kasoo tebinta colaadaha hubaysan ayaa khatar weyn ku ah inta badan saxafiinta. Inaad tahay mid jir ahaan u dhisan waxay kaa difaaci kartaa dhaawaca. Wariyaha waa inuu aahaadaa mid maskixiyan u diyaarsan, qalabkiisa dhan wato, tababar xirfadeed leh, isla markaana hubsiiino leh.

Tababarka ammaanka

Koorsooyinka tababarka ammaanka ee saxafiyiinka waxaa tan iyo 1990-maadkii bixinayay shirkado gaar loo leeyahay. Sida caadada ah, waxaa shirkadahaas shaqaale ka ah dad horay uga soo shaqeeyay ciidamada **Britain** ama **Maraykanka**.

Shirkadahaas waxay baraan suxifiyiinta xirfadaha taxadarka shakhsiga ee ku saabsan goobaha dagaalka, khatarta aaggaga dagaalka iyo gar gaarka caafimaad ee deg dega ah. Tababarka noocan ah waa mid muhiimad gaar ah u leh wariyeyaasha kasoo waramaya goobaha dagaalka. Aqoonta iyo xirfada waa kuwo lagu baran karo fasalada ama marka xaaladaha adag lagu jiro, xaaladahaas oo ku qasba saxafiyiinta inay adeegsadaan xirfadahooda ayna wadajir u shaqeeyaan. Tababarkan wuxuu si isku mid ah faa'iido ugu leeyahay wariyeyaasha guddaha iyo kuwa shisheeyaba. Machadka **International News Safety Institute** ee qaarada Yurub ku yaala ayaa tababaray boqolaal wariyayaal maxali ah kuwaas oo ka howlgala goobaha khatarta ah caalamka oo dhan.

Ka faa'iideysashada xirfadaha kala duwan waxaa u dheer in saxafiyiinta ay iskaashadaan. Tababarka wuxuu u sahlaa saxafiyiinta guddaha ah ee ka howgala goobaha khatarta ah fursad ay isku dhex galaan iyaga oo aan eegayn farqigooda siyaasadeen, wadaniyadeed ama kala duwanaanshaha kale.

Taariikhiyan, koorsooyinka tababarka ammaanka maysan bari jirin xaaladaha aan dagaalka ku salaysneyn sida kufsiga saxafiyiinta shaqada ku jira (Eeg cutubka 2-aad: Ukuurgalida iyo Ka jawaabida khatarta.) ama yaraynta khatarta la xiriirta kasoo waramida falal dambiyeedyada abaabulan. (Eeg cutubka 5-aad: Falal dambiyeedyada abaabulan iyo musuq maasuqa.)

Si kastaba ha ahaatee, laga billaabo sanadkii 2011, shirkadaha ayaa bilaabay tababar ku aadan kasoo waramida xaaladaha rayidka iyo ammaanka dijitalka ah.

Koorsooyinka ku saabsan deegaannada colaada ah iyo gar gaarka caafimaad ee deg dega ah, ayaa muhiim u ah ammaanka saxafiyiga kaasoo waramayo xaaladaha isku dhacyada iyo mudaharaadyada rabshada wata.

Koorsooyinkaas ayaa waxaa ka mid ah qaabka loo dhaqmo xaalada afduubka. Koorso noocaa ah oo 5 maalmood soconaysa waxaa Britain iyo Maraykanka looga bartaa US\$3,000, halka koorso 3 maalmood oo ku celin ah isla markaana muhiimad leh ay ku kacayso ugu yaraan US\$2,000.

Hay'ada **Rory Peck Trust** ayaa lacagta tababarka ku caawiso wariyeyaasha madaxa banana. Lacagta ayaa la siiyaa wariyeyaasha rasmiga ah ee madax banana kuwaas oo muddo 18 bilood dhan ama ka badan kasoo shaqeeyay war ururinta ama arrimaha taagan.

Ururka Wariyeyaasha aan Soohdinta lahayn ee xaruntiisu tahay Paris oo kaashanaya Laanqerta Cas ee Faransiiska ayaa bixiya koorsooyin ku saabsan ammaanka, maareynta walwalka iyo sharciga caalamiga ee xuquuqda aadamaha. Koorso ayaa ku baxa luuqada Faransiiska waxaana xarunta lagu barto ay ku taalaa gobolka **French Alps**. Hay'adaha caalamiga ah sida **UNESCO**, **SIDA (Swedish International Development Cooperation Agency)** iyo Machadyada gaarka loo leeyahay sida **International News Safety Institute** ayaa tababar ammaanka ku saabsan mar mar siiya saxafiyiinta wadamada dhaaqalahoooy hooseeyo.

Qalabka difaaca

Waa inaad si buuxda u wadataa qalabka difaaca oo ku haboon xaaladaad ku jirto. Xaalaha khatarta ah, qalabkaas difaaca waxaa kamid ah dharka tusinaya saxafinmada, qalabka walxaha qarxa lagu ogaado, iyo inaad laqdid kininka difaaca u noqda maadooyinka kiimikada ama nugliyeerka ku jira.

Goobaha dagaalka markaad joogtid, qalabka difaaca waxaa kamid ah jaakadka xabada ee kaa difaaci karta rasaasta xooga leh iyo firirka bambooyinka. Marka la jooga meelaha ay ka dhacayaan rabshadaha qalalaasaha wata, waxaa qalabka difaaca ka mid ah jaakada kaa difaaci karta toorida ama seefta.

Saxafiyiinta u baahan jaakadka xabada, waa inay doortaan mid ku haboon la tacaalida khatarta la filayo. Machadka Maraykanka ku yaala ee U.S. National Institute of Justice ayaa sameeyay qaab lix qoddob ka kooban oo la adeegsanayo marka la samaynayo jaakadaha xabada celiya.

Haddii aad ka soo waramayso goobaha colaad hubaysan, waa inaad doorataa jaakad tayo saraysa celin kartana xabad kasoo dhacaysa qoryaha ciidanka. Balse ogow inaysan jirin jaakad si buuxda xabada kaaga celin karta, waxaana suura gal ah in dhaawac uu kusoo gaaro addigoo xiran jaakada, ama aad u dhimato xabada saameynteeda, xataa haddii aysan xabada ku dilin. Waxaa mudan in sidoo kale laga baaraan dago kala duwanaashaha qaabka jaakada xabada ee ay xiranayaan raga iyo dumarka saxafiyiinta ah.

Koofida xabada celisa ayaa ayna muhiim ah marka la joogo goobaha dagaalka, wallow ay ka celin karto firirka qaraxa, haddina koofida ayaa waxaa ka dusi kara rasaasta qoryaha shiirka laga soo rido ee tooska ugu soo beeganta.

Waa inaad xirataa dharka xabada mar kasta oo aad ciidan dagaal la socotid. (Dharka xabada uma wanaagsana saxafiyiga kasoo waramaya falal dambiyeedka abaabulan, waayo waxaa lagu qaldi karaa ciidamada ammaanka.)

Dharka xabada ayaa xilli ba xilliga ka dambeeyo lasii tayeeyaa, waxaana ay noqdaan kuwa ka fudud sidii hore kana waxgal badan. Saxafiyiinta waa inay ogaadaan in noocyada kala duwan ee dharka xabada ay u baahan yihiin taxadar kala duwan. Dharka loo yaqaano Ceramic plates waxaa suura gal ah inay jabaan haddii ay dhulka ku dhacaan, nooca Kevlar loo yaqaano ayaa halaabi kara haddii uu qoyo ama dhididka dadka gaaro. Dharka xabada ee la isticmaalay waa in si fiican loo eegaa si looga hubiyo dhamaadnimada ama inay jilceen. Dharka xabada oo dhan waa in si wanaagsan loo xareeya lagana war qabaa.

Dharka xabada ayaa sidoo kale loo adeegsan karaa marka laga soo waramaya qalalaasaha shacabka. Jaakadaha fudud ee ka hortaga walxaha mudda sida toorida ayaa la adeegsan karaa, waxaana ay sidoo kale kaa reebi karaan rasaasta cinjirka ah. Koofiyadaha guddaha birta ku leh iyana waa la xiran karaa. Waxaa sidoo kale la adeegsan karaa marada sanko lagu xirto, wallow taasi ay saxafiyiga u ekeyn karto ciidamada ka hortaga rabshada ama dadka rabshada wada.

La socosho ama kali ahaansho

Go'aansashada meesha aad ka daawan kartid dagaalka waa mid aad u muhiim ah. Si fiican baaritaan ugu samee siyaasada, taariikhda iyo hab dhaqanka dhamaan kooxaha hubaysan ee deegaanka aad kasoo waramayso. Isku xirnaanta, edebta, akhlaaqda, hubka iyo xushmeynta rayidka oo ay ku jiraan saxafiyiinta, way ku kala duwan yihiin ciidamada iyo waliba kooxaha hubaysan gaar ahaan kuwa kacdoonka wada iyo kuwa xukuumadaha taageera. Waxaad ogaataa in xaalada aagga dagaalka ay xilli waliba is bedeli karto ogaysiis la'aan.

Ereyga la socosho waxaa uu shaac baxay sannadihii 2000-meeyadii xilligaas oo uu Maraykanku weerar ku qaaday dalka Iraq. Saxafiyiinta qaar ayaa loo ogolaaday inay la socdaan ciidamada dagaalka Maraykanka qeybo ka tirsan. Laakiin saxafiyiinta raacaya ciidamada dagaalka waxay soo bilaabatay qarnigii 19-aad. Saxafiyiinta la soconaya ciidamada dagaalka ayaa looga baahanyahay inay la socdaan cutubka loogu talagalay oo kaliyah iyo inay ka digtoonaadaan waxkasta oo khatar galin kara meesha ay ciidamadaas ku sugan yihiin. Balse waxay leeyihiin xaq ay ku warami karaan, wallow dagaalka kaddib. Guddiga Ilaalinta Saxafiyiinta ayaa diiwaan galiyay tiro murano ah oo ka dhashay la socoshada ciidamada

dagaalka. Ciidamada dagaalka iyo kooxaha hubaysan ayaa inta badan diida inay raacaan wariyayaasha loo arko inaysan siday rabaan u waramin. Saxafiyiinta la socda dhinac ka tirsan kuwa dagaalamaya ayaa dhanka kale kala kulma eedeyn ah inay hal dhinac la safteen.

Tobaneeyo sanno ka hor, saxafiyiinta waxay awoodeen inay kasoo waramaan dagaalada goobaha kala duwan sida bartamaha Maraykanka. Maanta, dawladdaha iyo mucaaradkooda hubaysan waxay labaduba xiraan ama weeraraan saxafiyiinta looga shakiyo inay xiriir la leeyihiin cadowgooda.

Sannadkii 2011, xukuumada Itoobiya ayaa xabsiga dhigtay laba saxafi oo u dhashay Sweden oo kala ah *Johan Persson* iyo *Martin Schibbye* kuwaas oo ay ku eedeysay khiyaano qaran kaddib markii ay la socdeen jabhada ONLF.

Wadamada Iraq iyo Afghanistan, ciidamada Maraykanka ayaa xiray in badan oo ka tirsan saxafiyiinta guddaha ah, kuwaas oo looga shakiyay inay xariir la sameeyeen kooxaha kacdoonka wada. Qaar kamid ah saxafiyiintaas ayaa bilooyin ama sannado badan la haystay iyaga oon wax dambi ah lagu soo oogin. Waa arrin addag inaad kala doorato la socoshada ciidamada ama kali ahaanshada (oo ah inaad raacin ciidanka). La safrida ciidamada waxay ku siinaysaa inaad kasoo warantid furumaha, waxay sidoo kale kugu kalifaysaa inaad aragto dhibaatada ku dhacaysa dhinacyada dagaalamaya iyo waliba rayidka.

Saxafiyiinta kaligood socda ayaa heli kara dhinacyo badan oo ay ka waramaan. Khaasaraha dhimashada waxay ku badantahay saxafiyiinta kaligood socda, balse khatarta saxafiyiinta ciidamada la socda ma ahan mid la yaraysan karo. Sagaal saxafi oo la socday ciidamada dagaalka ayaa lagu dilay Iraq sannadihii 2003 ilaa 2009, halka lix saxafi oo iyana ciidamada la socday lagu dilay Afghanistan sannadihii 2001 ilaa 2011, sida ku cad baaritaan uu sameeyay Guddiga Ilaalinta Saxafiyiinta.

Haddii aad la socoto ciidan dagaal, ahow mid fakaraya, hana u muuqan askari ama taliye ka tirsan ciidamada la socotid. Askarta shiiska waxaa loo tababaraa inay bartilmaameedsadaan taliyayaasha dhinaca kasoo horejeeda. Saxafiyiinta waxaa mararka qaarkood looga baahan yahay inay xirtaan dharka ciidan ee kooxda ay la socdaan. Taasi waxba uma dhimayso shaqadada, balse waxaa loo baahan yahay inaad wadato aqoonsigaaga saxafinimo mar waliba. Saxafiyiinta xiran dharka ciidanka waa inay ku tala galaan inay bartilmaameed u yihiin dhanka kasoo horjeeda, gaar ahaan marka ay ka soocmaan ciidamada ay la socdeen.

Saxafiyiinta kaligood socda waa inay ka war hayaan qaabka ay ugu muuqdaan ciidamada meelaha fog ka arkayo. Kaamiraystayaasha qalabkooda wata ayaa loo maleeyaa ciidan hubaysan, sida ku cad baaritaan uu sameeyay Guddiga Ilaalinta Saxafiyiinta. Sannadkii 2003, rasaas laga soo riday tangi uu Maraykanka leeyahay ayaa dishay kaamirayste Reuters u shaqaynayay oo lagu magacaabay Mazen Dana, kaasoo howl ka hayay banaanka xabsiga Abu Ghraib ee dalka Iraq. Askari ka tirsan ciidanka Maraykanka ayaa markii dambe baaritaan ku sheegay inuu u haystay Dana mid ka tirsan kooxaha mucaaradka ah oo gantaalada garabka laga tuuro soo ridayo.

Haddii aad kaligaa socotid, dooro dhar aad uga duwan kuwa ciidanka wataan, hana istaagin meel aad uga fog ciidamada. Meelaha mugdiga ah waxaa ku haboon dharka midkooda uu muuqdo.

Marka aad kasoo waramayso goobaha dagaalka, iska ilaali cawaaqibka ka dhalan kara warbixinada aad dirto. Waxaad u aragtid warbixin cusub oo muhiim u ah daawadayaashada/dhagaysatayaashada ayaa ciidanka ugu muuqan kara macluumaad aad u gudbisay cadowgooda. Niyada ku hay in shaqadada ay tahay inaad warka kasoo dirto goobta dagaalka, oo aysan ahayn inaad ka qeyb qaadata ama xayaysiiso.

Shuruucda dagaalka

Shuruuc kala duwan ayay dagaaladu leeyihiin, haddii aad ciidan la socoto iyo haddii kalaba. Saxafi dares ciidan xiran, aqoonsigiisana wata, wuxuu qeyb ka yahay ciidanka uu la socdo, sida ku cad xeerka Geneva ee 1949. Saxafiyiinta la socda ciidanka dagaalka waxaa ay rasaas uga iman kartaa dhanica kale, si sharci ah ayaana loo xiri karaa lagana dhigi karaa maxbuus dagaal.

In maxbus dagaal lagu hayo faa'iido ayaa ku jirto. Maxaabiista dagaalka waxay xaq u leeyihiin in lagu xiro meel colaada ka baxsan, cunno la siiyo, adeeg caafimaadna ay helaan. Sidoo kale waa in loo aqoonsadaa maxaabiis ayna waraaqo dirsan karaan, heli karaana. Maxaabiista dagaalka laguma qabsan karo dambiyada sida basaasnimo ama inay si sharci daro ah dalka kusoo galeen.

Saxafiyiinta waxay xaq u leeyihiin inay kasoo waramaan goobaha dagaalka iyaga oo ah rayid ka madax banana ciidamada dagaalamaya sida ku cad faah faahinta dheeraadka ah ee **xeerka Geneva oo la sameeyay sannadkii 1977**. Ciidamada dagaalamaya ma beegsan karaan dadka rayidka ah oo ay ku jiraan saxafiyiinta. Balse saxafiyiinta madaxa banaan dhibaata ayay la kulmi karaan. Saxafiyiinta la qabto iyaga oo kaligood socda waxaa lagu soo oogi karaa dambiyo rayid sida basaasnimo, waxaana lagu xiri karaa goobo aad u xun.

Isbaarooyinka

La macaamilka kooxaha hubaysan ee isbaarooyinka joogo waa mid khatarteeda leh aana la qiyaasi karin. Shacab badan oo ay ku jiraan ugu yaraan afar saxafi ayaa lagu dilay isbaaro ay ciidamada Maraykanka Iraq ku lahaayeen inta u dhaxaysay 2003 ilaa 2005.

Ciidamada ku sugan isbaarada ayaa inta badan ka cabsada naftooda haligayaasha iyo weerarada kale.

Kahor inta aadan ku safrin dhulka, la tasho asxaabtaada, taliyayaasha ciidanka, iyo ilo wareedyada aad aaminsantahay, waxaad ogaataa inta isbaaro ee taala iyo cidda maamusha. Sii baro dhamaan waxa lagaaga baahanyahay isbaaro kasto, sida qaabka ay gaadiidka u joojiyaan. Yaree xawaaraha marka aad ku dhowdahay goobta isbaarada, iska bixi ookiyaalaha, muuji in gacmahaada maran yihiin, ahowna mid xushmad leh.

Sidoo kale waxaa haboon inaad u ogalaato ciidamada inay baaraan gaarigaaga. Ahow mid diyaarsan, taxadarna muuji marka aad marayso wada aad aqoonin, maankana ku hay in calaamadaha isbaarada aysan muuqan karin. Inta badan dadka ku dhinta isbaarooyinka ayaa loo sababeeyaa is fahan la'aan. Wadooyinka qaarkood ma haboona in la maro gaar ahaan xilliyada habeenka ah.

Isbaarooyinka ay maamulaan kooxaha hubaysan ayaa ugu khatar badan, isla markaana aan la qiyaasi karin waxa lagala kulmayo, taasna waxaa sabab u ah kala amar qaadasha la'aanta kooxda dhexdeeda ah. Sannadkii 2011 waxaa dalka Libya isbaaro u taalay koox taageersan madaxweynihii Qaddafi lagu qabsaday 4 ka tirsan wariyayaasha **New York Times**, waxayna u xirnaayeen 6 maalmood iyaga oo la jirdilay si xuna loola dhaqmay. Darawalkoodii Mohamed Shaglouf ayaa goobta lagu dilay.

Saxafiyiinta waxay isbaarada kula kulmi karaan ilaalo qamraysan ama aan si fiican wax u arkin, waxayna ku amri karaan inay lacag ama laaluush kale bixiyaan si loogu ogalaado inay gudbaan. Qaar kamid ah saxafiyiinta waxay horay usoo qaataan lacago yar yar, sigaar, ama saacado raqiis ah si ay ugu laaluushaan ilaalada isbaarooyinka.

Ha samaynin wax kicin kara xaalada ama dalabka ilaalada. La xaaltan oo si xushmad leh ula hadal, addiga oon baqdin lagaa dareemayn ama isku kalsooni buuxda inaad marayso. Sida looga gudbo isbaarada waa qeyb muhiim ah oo ka mid ah koorsooyinka tababarka saxafiyiinta badankood. (Eeg Lifaaqa B: tababarka ammaanka).

Tiknoolajiyada satellite-ka ee dhulka colaada

Tiknoolajiyada satellite-ka waa mid muhiim u ah saxafiyiinta ka shaqaynaya goobaha colaada ka jirto, halkaas oo internet-ka iyo xiriirada caalamiga ah aan la isku halayn karin ama uu maamulka damiyo. Sannadkan 2012, magaalada Homs ee dalka Suuriya, oo ah magaalo ay mucaaradka ku xoogan yihiin, dawladduna duqeyso isla markaana isgaarsiinta ka jartay, saxafiyiinta guddaha iyo dibada waxay adeegsanayeen tiknoolajiyada satellite-ka si ay wararka usoo tabiyaan.

Wariye Maraykan ah oo lagu magacaabi jiray **Marie Colvin** iyo sawir qaado **Faransis ah, Rémi Ochlik**, oo la shaqaynayay saxafiyiin kale ayaa bishii Febraayo 2012 lagu dilay duqeyn ay dawladda Suuriya u geysatay goob rayid ay joogeen. Wariyayaal horay uga shaqeeyay Homs ayaa sheegay in

dawladda **Suuriya** ay bartilmaameed satay goobta ay jooheen labada saxafi, inkasta oo duqeynta magaalada ahayd mid balaaran. Haddii ciidamada dawladdu bartilmaameedsadeen guriga wariyeyaashaas, waxay adeegsadeen dhowr qaab oo ay ka mid tahay raacida tilmaanta satellite-ka ay saxafiyiinta isticmaalayeen. Khubarada tiknoolajiyada ayaa qaba in telefoonada satellite-ka si fudud lagu dabagali karo. Dareemida mawjadaha uu telefoonku sii maro waa wax u sahlan tiknishan tababaran, sida uu qabo ururka **SaferMobile** ee Maraykanka ka dhisan oo ka shaqeeya difaacida xuquuqda aadamaha iyo in saxafiyiinta ay si ammaan ah u adeegsadaan telefoonada.

Telefoonada satellite-ka si fudud ayaa lagu dabagali karaa, wicitaankaaga ha ahaado mid kooban, iska ilaali inaad hal goob kasoo wacdo marar badan, iskana dami markaadan telefoonka adeegsanayn.

Electronic Frontier Foundation oo xarunteedu tahay **San Francisco, U.S** kuna howlan madax banaanida internet-ka ayaa samaysay qalab lagu daba raaci karo telefoonada laguna magacaabo ample. Telefoonada satellite-ka ayaa lagu daba raaci karaa qalabka gudaha uga jiro ee loo yaqaano **GPS**. GPS-ka ayaa sheega goobta uu telefoonka yaalo.

Khubarada ayaa soo jeediyay qoddoba soo socda marka telefoonada satellite-ka lagu adeegsanayo goobaha colaada.

- Iska ilaali inaad telefoon satellite ah ama aalad kale oo mowjada raadiyaha leh hal goob wax mar kabadan aad ku adeegsato.
- Iska ilaali inaad telefoon satellite ah ama aalad kale oo mowjada raadiyaha leh inaad ku isticmaashi goob aan lagaa daad gurayn Karin haddii weerar ku qabsado.
- Ka dhig inta ugu badan ee aad satellite-ka adeegsato markii 10 daqiiqo. (Khubarada qaar ayaa kadiga in taasi xataa ay badantahay lana soo raaci karo tilmaanta satellite-ka.)
- Dami aalada, kana bixi batariga kaddib markaad isticmaala iyo ka hor inta aadan safrin.
- Iska ilaali in kooxo kala duwan ay isku meel ka isticmaalaan satellite-ka.

Isticmaalka satellite-ka, isaga oo sir laga dhigay, ma ahan mid si buuxa ammaan u ah. Warbixin 2012 soo baxday, tusaale ahaan, laba mutacalim oo u dhashay **German** ayaa shaaciyay inay jabsadeen laba program oo badanaa loo adeegsado sir ka dhigida satellite-ka. Ururka Small World News ee Maraykanka ka dhisan ayaa warbixintiisa 2012: Haggaha ammaan u isticmaalida telefoonada satellite-ka, ku sheegay in dawladdo badan ay awoodaan jabinta program-ka sirta ah ee satellite-yada. Adeegso kalmado sir ah marka aad soo gudbinayso macluumaad xasaasi ah, Small World News ayaa ku talinaysa, ama iskaba daa telefoonada satellite-ka markaad fariin muhiim ah gudbin rabto.

Haddii lagaa qaado telefoonkaaga satellite-ka ah, maamulka am kooxda cadowga kugu ah waxay dhexdiisa ja heli karaan macluumaad xasaasi ah. Khubarada Small World waxay kugula talinayaan inaad tir tirta dhamaan wicitaannadaada iyo fariimaha aad ka dirtid telefoonka satellite-ka ah si aad u difaacdo ila wareedyadaada. Sidoo kale waa inaad lafta (Khadka) ka bixisaa telefoonka marka aadan isticmaalayn.

5. Falal dambiyeedka abaabulan iyo musuqmaasuqa

Sida ay baarista CPJ tusinayso Dambiyada iyo musuqmaasuqa waa halis daran. **Boqolkiiba soddon iyo shan** saxafiyiinta la dilay ilaa iyo sanadkii 1992 waxay hoos imaanyaan labadan mowduuc. Qadka u dhaxeeyo siyaasada iyo ururada dambiyada waxaa saarmay caad, taaso wadamada badan kor uqaaday khatarta soo wajahda wariyeyaasha. Laga soo billaabo **Mexico** ilaa **Iraq** kooxaha falal dambiyeedka abaabulan way sii kordheen oo waxay u howgalaan sida ururada siyaasada, xoogaga hubeysan ee siyaasadeed, kuwasoo faaida doon ah, iyo kooxaha dambiyada oo isku biiray. Wariyeyaasha ayaa lasoo weraraa marka ay kasoo waramayaan isbahaysiga kadhaxeeya mas'uuliyiinta dawlada iyo kooxaha dambiyada iyo marka ay raadinayaan ama baarayaan dambiyada iyo wararka musuqmaasuqa xiliga nabadda iyo dagaalka.

Wariyaasha gudaha ayaa qaybta ugu saraysa la kulma. Kudhawaad **tobonkiiba sagaal** saxafiyiinta la dila caalaamka wa kuwa gudaha ayagoo kasoo waramaaya arrimaha quseeya bulshadooda, sida ay shegeeyso baarida CPJ. Waxaa intaa dheer kasoo bilaaw **Mexico** ilaa wadamada **Balkans, Russia** ila **Philippines**, gacanku diiglaayaasha way labax sadaan falalkooda **tobonkiiba sagaal**. Sababo jira awgeed Cabburinta waa mid kajirta wadama badan.

Diyaar garawga aas-aasi ga ah

Qaabka loo wajaho sheekooyinka la xariira dambiyada, sida soo tebinta wararka falal dambiyeedka abaabulan, waxay ku xiran tahay arrimaha guud ee gudaha kajira. Qaylo daanta ka imaanayso saxafiyiinta lagu dilo ayagoo soo tebinayaan wararka la xariiro dambiyada waa mid kor usii kacday halistooda wadamada, taasi waxay kutusinaysaa inaan la heli Karin jawaabta saxda ah ee aad doonaysid, iyo sida loo wajihi karo ee ugu wanaagsan ama ugu amaansan oo loo wajihi karo dhamaan.

Samee baaritaan badan inta aadan galin deegaanka dambiyada kadhacaan. Usutaga iskoolaadka saxafiyiinta iyo dhaqan galinta sharciyada wadanka Maraykanka loo yaqaano **Criminal Justice Journalists**, waxay dhahday madaxa wararka waa inuu siiyaa labo todobaad wariyaha si uu isku diyaariyo inta uu san bilaabin shaqada kusaabsan dambiyada adag. Shaki kuma jira inay taasi tahay talo wanaagsan. Hasii ahaatee saxafiyiin badan oo manta jooga gaar ahaan kuwa madaxa banaan oo soo tabiya wararka, waa inay bixiyaan waqtigooda si ay isku diyaariyaan xaaladaha adag, sida dambiyada. Wariyaha waa inuu fahmaa deegaanada dambiyada kadhacaan, halka laga gala iyo goobta laga baxo, meesha amaanka iyo mesha kale, goobaha ugu fudud oo laga heli karo xog ama war bixin.

Wadanka Maraykanka Urura badan ee saxaafadeed ayaa waxay kula taliyaan saxafiyiinta inay la kulmaan shaqsiyaadka dhaqan galiya sharcida naf ahaantooda marka ay hawsha sii bilaabayaan. **Criminal Justice Journalists** waxay soo jeediyaan saxafiga waa inuu aqbalaa haddii codsi oga yimaado kooxa ilaaliyo sharciyada si ay warbixin kooban u siiyaan oo kusaabsan qaabka ay wax uwadaan. Tala noocaa waxay ku wanaagsan tahay wadamada kale ee musuqmaasuqa usan saamayn hay'adaha sharciyada meelmariya. wadamada laamaha sharciyad ilaaliya uu hareeyay musuqmaasuq waa la diiwaan galiyay, waxaa kamid ah **mexico** iyo **philipine**, waa inaad samaysaa tilaabo kale haddii lagu yeero. Halkaas hay'adaha sharciga iyo xulafadooda dambiyada kujira way ilaaliyaan saxafiyiinta dhaqdhaqaaqooda. Waxaad ubaahan tahay inaad ogaata mid waliba heerka awoodiisa ama cadaawadiisa ay gaarsiisan tahay.

Fahan oo baro sharciyada la xariiro hantida dadweenaha iyo mida gaarka, katalaabida, iyo faragalinta arrimaha qaask ah. (ka eeg cutubka 6aad arrimaha bulshada iyo rabshadaha.) Ogoow xaalada gaarka oy banaan tahay in aad isticmaashid ama aadan isticmaali karin kameerooyinka iyo qalabka duubista. **“The Reporters Committee for Freedom of the Press”** waxay si joogta ugu soo bandhigaan barta intarneetka sharciyada wadanka Maraykanka; wariyeyaasha ka shaqeeya wadamada kale waxay kulaaban karaan hay'adaha warbaahinta gudaha, kuwa badan oo kamid ah waxay si firfircoon udaabacaan sharciyada korna kala socda si xirfad leh. (eeg Lifaafa E: hay'adaha saxafiyiinta waxaa kuxusan urura badan; **International Freedom of Expression Exchange** waxay soo uruurisaa si joogta ah taxaalka hay'adaha.) waxaa jira arima badan oonan wali xal loo helin, sida in wariyaha kasoo warami karaan iyo in kale gudaha hantida gaarka ah iyo hantida guud sida dukaamaha ama suuqyada wawayn. Ka digtoonow mas'uuliyiinta mayraykanka ama wadamada kale waxay u yeelaan xad sharci ah ilaa iyo inta aad awood uleedahay duubista, marxaladaha la xayaysiiya sida isu soobaxa siyaasadeed ama khudbadaha. Waa inaad kudarsataa mas'uuliyiinta kaa hor istaagi karo inaad gasho maxkamadaha, xabsiyada, iskoolaaadka, garoomada diyaaradaha, xarumaha militariga, guryaha dawlada dhexe, xafiisyada dawlada hoose iyo garoomada.

Saxafiyiinta kasoo waramo dambiyada waxaa wanaagsan in ay baabuurka ay ugu jiraan boorsada gurmada deg-degga, taasoo kujiraan dhar, qalabka diyaar garowga cimilada, toosh, iyo santuuqa badbaadada deg-degga. Markaad kudhex jidha soo tebinta arrimaha dambiyada, telefoonkaaga haguu lahaado dab kugu filan, waqti walba iyo goor kasta wada telefoonka. (xasusnoow in mobaalka lagu soo raadsan karo marka xaalada halis tahay. Eeg macluumaadka amaanka iyo xeeladaha looga hortaga.) Ugu yaraan hal maamule waa inuu kawar hayaa wariyaha soo tebinaaya dambiyada, ilaha xogta iyo habsami u socodkooda shaqada. Wariyeyaasha madaxa banaan waa inay la xariiraan maamule ama qof kale oy ku aamin qabaan sida kuwa hore o kale.

Marka aad wajahayso xaaladaha khatarta ah waa inuu kula socdaa ama kor kaa eegaa qof asxaataada ah. Si aad oga hortagtid ama aad uyareesid in lagaa aarsado, waa inaad xiriir la samaysid dhamaan ilaha wararka dambiyada, gaar ahaan mooduuctada halista, waa inaad kaligaa shaqeen, waa in si hoose loola socdaa dhaq dhaqaaqyadaada sida hay'adaha ama asxaabtaada. Isku day inaad heeli kartid, mas'uul sare oo katrisan kuwa dhaqan galiya sharciyada oo kula shaqeyya ama kuwa kale ood kulaabato haddii ay xaalad deg-degga timaado.

Qorsheynta baaritaanka

Intaa aadan guda gelin inaad soo tebisoo sheekada khatar leh, falal dambiyeedyada iyo musuqmaasuqa waxay u baahan yihiin qorshe si wanaagsan loo darsay halistiisa. (Eeg cutubka 2aad ee qiimeynta iyo jawaab ka bixinta khatarta.) Inta aad guda galin, wararka culus ee leh halistooda, waxaad sameysaa baaritaan guud, haddii ay jiraan wax warbaahinta ay ka qortay arintaas, baaritaan xogaha qoraallada dawlada, maxkamadaha, waxaad la hadashaa asxaabtaada kuwasoo fiira dheer u leh degaankaas, kuwa la aamin karo iyo ilaha lagu kalsoonan karo ee gudaha.

Saxafiga kaligii masuul kama noqon karo amnigiisa balse sidoo waxa uu xil ka saaran yahay inay qorsheeyaan warbaahinta qorsheynaysa in ay daabacdo ama baahiso wararka. Maamulaha qolka wararka waa inuu qorshehiisa ku darsadaa tillaabooyin gaar ah oo loogu talagay amaanka iyo ilaalinta agabka saxafiga, saxafiga naftiisa, iyo xaaladaha qaarkood amaanka qoysaska saxafiyiinta. Waxaa la iskula taliyaa in qoraal aad ku samayso qiimeynta khatarta.(Eeg cutubka 1aad diyaargorawga aas-aasi gaiyo Lifaafa G foomka qiimeynta amaanka.) markaa aad raadinaysa wararka halista ah sida dambiyada, kuwa loo shaki sanyahay argagaxisnim, qiimeynta waxaa wanaagsan inay lasocoto qorsha lasii dajiyay haddii ay dhacdo ilaha aad xogta kahelaysay khatar isu badalaan.

Ku darso qiimeyntaada kooxaha ay kaaga imaan karto khatarta, iyo arrimaha xasaasiga ah ee ku jira baaritaanka ee kuu keeni karo inaad halis la kulanto. Baaritaanada oo nocaa ah. Sual kasta oo qaldan, oo waqti qaldan la waydiiyo il-xog oo khaldan waxay gelin kartaa saxafiga naftiisa halis. Waxaad u baahantahay inaad tebintaada u billowdo adiggoo wareysanaya kuwa aad ku kalsoontahay, si tartiib ah ula shaqee kuwa laga yaabo inay noqdaan kuwa cadaawad badan leh. ka taxadar in suaalahaada laga ogaado dulucda sheekadaada. Xakamee naftaada in aadan shaacin wax ku saabsan baaritaankaaga.

Marka la gaaro gabagabada baaritaankaaga, saxafiga iyo tifaftirehiisa waxa ay calaamadaysan karaan qiimeyn gaar ah oo ku aadan si ay uga go'aan qaataan sidii ay u wajihi lahaayeen kan dambiga lagu tuhunsanyahay ee ay sheekada ku socoto. Qiimeynta waa in ay ku jiraan qiimeyn halis, dhawr xulasho oo ku saabsan sida aad ula kulmayso shaqsiga iyo aargoosi suurtagal oo kaaga yimaada shaqsiga isaga ah.

Qiimeynta waa inay ku jirtaa xeerrar cadcad kuwasoo cadeynayo sida iyo goorta aad si amaan ah ula xariiri karto tifaftirehaaga iyo dabcan asxaabta kale ee aad ku kalsoon tahay. Taasi waxaa loo sameyn karaa habab badan, waxaad isticmaali kartaa wacitaanka email iyo wicitaanada telefoonada- waxaa kamid noqon karo isticmaalka erey-sireed aad u isticmaasho inaad ku xiriirto haddii aad badbaado qabto iyo haddii kale. Adiga iyo tifaftirehaaga waa inaad si horudhac ah iskula meel dhigtaan duruufaha aad ku joojin karto baaritaanka. Waa inaad horumarsataa qorshe horudhac haddii aad adiga iyo ilaha-xogtaha aad halis gashaan.

xasuusnoow duubista iyo kaydinta akhbaarta. Si aad u ilaaliso in la aqoonsado ilaha xogta eeg u qoran buugaaga xusuus qorka iyo qoraalada ku kaydsan aalada, waxaad isticmaali kartaa erey-sireed ama magac been ah oo aad xusuusan karto balse aysan dadka kale u fududeyn in ay helaan. Tan waxa ay muhiimad gaar ah leedahay marka aad ka shaqeynayso sheeko haddii la aqoonsado ama shaaca laga qaado kuwa soo uruuriya ay naftooda khatar geli karto. Buugaaga xusuus qorka ay ku qoranyihiin qoraallo xasaasi ah waa in lagu hayaa goob amaan ah; qoraallada buuga xusuus qorka ayaa looga tagi karaa haddii tuugo ay baartaan alaabtaada. Qoraallada elektorooniga ah waxaa laga dhigi karaa kuwa amaan ah iyadoo la isticmaalayo, erey-sireed adag. (Eeg cutubka 3aad ee faahfaahinta badbaadinta xogaha aaladaha.

Kubilaaw waraysiga ilaha aad ku kalsoon tahay, si tartiibtartiib u gal kuwa halista. Yaree inta aad bandhigta wararkaaga.

Sida loo wajaho cinwaanada cadaawada leh

Sida iyo qaabka loo wajahayo kooxaha dambiyada looga shaki qabo waxayku xirantahay dhawr qaab. Saxafiyiinta waa in ay goor walba qiimeeyaan martabka hay'ada sharci fulinta. Goobaha ay sharci fulinta tahay mid jilicsan ama musuqmaasuq, saxafiyiinta waa in ay fishaan halis aad u sareysa, oo ay hagaag sadaan sidii aad sida ugu ahboon ay wajahi lahaayeen.

Maskaxda ku hayso sida adiga iyo shabakadaada warbaahineed inay idiin sheegaan shaqsiyaadka bulshada kamid ah ee aad waraysanaysaan. Saxafiyiinta waa in ay si adag isugu dayaan inay ka farxiyaan si ay u muujiyaan dhexdhexaad nimadooda iyo rabitaankooda in qofka ay siiyaan fursad ay ku sheegto sheekadeeda, [Drew Sullivan](#), oo ah tifaftireha mashruuca fadhigiisu uu yahay Sarajevo ee tebinta Dambiyada abaabulan iyo musuqmaasuqa, ayaa u sheegay [American Journalism Review](#), daabacadoodii 2010kii. "Noqo mid aan ka daalin in uu noqdo mid saaxiibtimo leh, oo u furfuran in uu in uu la hadlo dadka uu rajeynayo in ay noqon karaan ilo wareedyo fiican," sidaa waxaa qaba [Bill Wallace](#) oo ka tirsan saxafiyiin uu fadhigoodu yahay Mareykanka ee loo yaqaano [Criminal Justice Journalists](#), waxaa warbixin ay kooxdaas diyaariyay muddadii u dhaxaysay 2003dii ilaa 2010kii oo lagu tebiyay dambiga iyo cadaalada.

Baaritaan kasta oo la xiriira dembiyada, waa in aad xusuusnaataa in halista ugu badan in aysan kaaga imaanaynin tebinta wararka la xiriira kooxaha dembiilayaasha naf ahaantooda, balse ay kaaga imaan karto silsilada musuqmaasuq ee la shaqeysa. Goobo badan oo kamid ah caalamka waxaa lagu taliyaan in la qaato taxadar dheeri ah. Saxafiyiinta doonaysa inay baaritaan ku samayaan musuqmaasuqa rasmiga ah ama koox kasta oo xulafu la ah waa in ay diyaarsadaan sheeko kooban oo ay u sheegayaan dadka,

gaar ahaan goobaha ay ka jiraan ilaha cadaawada badan. Sheekada kooban waa in ay noqoto mid macquul ah, oo kaafin karta waxyaabaha dhabta ah ee ku xeeran adigoon bixin xaalada gaar ah ee baaritaankaaga.

Ka hor mudada inta aan la tebin sheekada waa waqtiga u daran. Saxafiyiinta waa in ay ka taxadaraan waxay sheegayaan, cida ay u sheegayaan iyo xiliga ay sheegayaan. Sheekooyinka cadaawada leh waxay dhalin karaan weerar hore oo ay soo qaadaan haddii ay ogaadaan in uu yoolka baaritaanka uu iyaga ku saabsanyahay. Sanadii 2007dii, Mareykan. Saxafiga **Chauncey Bailey** waxaa lagu toogtay meel saddex guri u jirta xafiiska *Oakland, California*, kaddib markii hantiile ganacsi gudaha ku yaalla leh lagu xiriiray howlo dembiyo ah uu oggaaday in saxafiga uu baaritaan ku samaynayo xiriirka dhaqaale.

Hal su'aal waxay tahay in si nabadgelyo ah loo wajihi karo kooxaha dembiilayaasha ah duruuf kasta ha jirtee. Wariyeyaasha iyo tifaftireyaasha ku nool dalalka sharci fulinta ay tahay mid jilicsan ama liidata waa in ay runta ogaadaan iyo in ay tahay mid u qalanta halista balse ay qaataan go'aan anshaxa leh oo adag gaar ahaan in ay sii debagalaan sheekada ama in ay magacaabaan dhamaan dembiilayaasha looga shakisanyahay. Haddii la qaato go'aan ah in la soo tebiyo cinwaan caddaawad badan, tifaftireyesha waa in ay horey u oggaadaan haddii ay tahay in saxafiga la weheliyo ama uu dulmeero asxaab. Saxafiyiinta waa in ay mowduuca cadaawada leh ay kala hadli shaqsiyaadka laakiin kala hadlaan hay'adaha qorshaynayo in ay soo tebiyaan sheekadaas.

Ciwaanada qarkood waxaa loo arkaa inay shaqsiga ku adagtahay in uu wajaho khatartooda. Xaaldaha qaarkood waxaa wanaagsan in la wajaho qareenka ciwaaankaas inta aad toos u aadi lahayd shaqsiga. Xeer ilaaliyaha waa inuu ogaadaa in sheekadaas horey loo qorsheeyay ciwaanka ama qareenka shaqsiga waa inuu lasocdaa in sheekada hore loo qorsheeye oo aad u radidnayso sabaabo talooyin anshaxeed iyo kuwa sharciyeed.. Haddii la waayo qareen difaaca waxaad qiimeen kartaa in ay tahay mid amaan ah inaad cicaanka oga wad hadshaan si toos ah ama telefoon, imeel, iyo hab kale oo qoraal.

Lakiin taa waxaa laga yaabaa inay noqoto mid halis badan. Si daacad ah ula xiriir tafafatiraaga oo usheeg in ciwaaanka aad halis u yahay oy adag tahay in la wajaha. Tix geli amaankaaga iyo amaanka ilaha wararka marka qaadeeyso tilaaba kale. xaaladaha qaarkood qoraale bulshada waxaa laga ogaadaa diidmada ciwaanada halista ama fikirka laga qaba.

Helitaanka akhbaaraadka

Helida xog rasmi ah waa mida ugu wanaagsan tebinta baaritaanka. Waxaa intaa dheer soo xigashada xogta rasmiga ah waxaa yareenaysaa inaad isku halaysa fikrada ilaha guddaha tasoo laga yaabaa inay dhalisa halis kaaga imaata kooxaha dambiyada iyo musuqmaasuqa.

Wariyeyaasha iyo tifaftireyaashawaa inay aqoon dheer uleeyihiin arrimaha sharciyada bulshada ee waddan kasto. Ururka "**Citizen Media Law Project**" oo fadhigiisa yahay wadanka Maraykanka, waxay bixiyaan talooyin badan iyo qaabab loo heli karo ama loo raadiya akhbaaraadka dowlada hoose, gobolada ilaa dawlada qaranka Maraykanka. Boga intarneetka **Right2info.org** waxaa ku uruursan qoraallo iyo daabacaado oo la kusaabsan helitaanka akhbaaraadka sharciyada caalamka. inkastoo macluumaadka dawlada ee barta internetka uu yahay ku helitaankiisa uusan ahayn mid lawada heli kara, xogaa horumar ayaa laga gaaray. Dawlada **Kenya** tusaale ahaan waxay daaha karogtay xog guud sadankii 2011ka oo logu talagalay dadweynaha. Qayba ka mid ah dunida, taasoo ay kamid tahay badi wadama Afrika ayaa xaq loo leeyahay xogta dawlada ah tu kusoo kooban sharciga, laakin helitaanka tilaabooyinka lagu fulin lahaa ayaa ah kuwa aanan jirin ama aan cadayn. Saxafiyiinta waa inay kusii xirnaadaan khabiirada gudaha iyo asxaabta inta aynan guda galin raadinta macluumaadka wadama noocaas ah. Tira kamid ah hay'adaha gudaha warbaahinta caalamka oo dhan ayaa kor meera sharciyada helitaanka

macluumaadka iyo xabka ee lagu helo akhbaarta.(eeg lifaaqa E: ee hay'adaha saxafada si aad u hesho taxaalka kooxaha noocaas ah. [International Freedom of Expression Exchange](#) waxaaa ay kaydisaa taxaal dhamastiran).

Sababo la xariiro helitaanka qoraallo ila rasmiga waa mid ku adag wadamada qaar,ayaa saxafiyiin wali ay ku tiirsanyihiin ilooyin si ay u helaan xogta dawlada. Saxafiyiinta waa inay ka taxadaraan, hase yeesha, saxafiyiinta waa inay sameeyaan taxadar hase yeeshe waa inay iska ilaaliyaan inay shaaciyaan ilaha xogta ee bixiyay qoraallo xasaasi ah. Tusaale ahaan wariyuhu wuxuu booqan karaa wakaalado badan si uu u helo qoraal la raadinayo si uu u balaariyo ilaha xogta oo macquulka ah iyo mid adag ilaha xogta dhabta ay fahmaan masuulinta.

Isticmaalka qaraalka waxaa la yabaa inay galiso khatarta saxafiga. Ka digtoonow in dawlada iyo ururada dambiilayasha inay qadi karaan tilaabo sharci ah ama tilaabo sharciga ka baxsan ayagoo ka aargoosanayo shaac bixinta macluumaadka xasaasiga. Kudhawaad kala bar saxafiyiinta la xiray ee caalamka oo dhan ayaa ah kuwa loo xiray xukumo qaran diid ah kuwaaso ay ka mid tahay shaac bixin akhbaar dawlada sirta qaranka. Dambilayaasha mararka qaar iyagoo la xariira waxaa ay isticmaaleen handadaad, wadama qaar si ay ugu qasbaan saxafiyiinta si ay usoo shaacbiyaan ilaha xogta ee kujira qoraalada lagu cambaareeyay.

Dadaalada wadajirka ah

Saxafiyiinta waxay raadinayaan habab kale oo ay ku daabacaan sheekooyin halis badan. Bartamaha [Aasiya](#) iyo qeybo kale oo kamid caalamka, kuwa badan ayaa waxay qoreen sheekooyin halis badan iyagoo isticmaalaya magacyo qarsoon. Shabakadaha warbaahinta ayaa waxa tebiyeen sheekooyin cinwaano is nooc ah, sida *“waaxda Cadaalada iyo Nabadda”* waa calaamad uu isticmaalo jaraa'idka Colombia ee [El Espectador](#).

Hay'adaha warbaahinta waxay sidoo kale kawada shaqeyn karaan cinwaano halis badan, wadaagida akhbaarta iyo daabacaada sheekada si joogto ah iyadoo aan wadan cinwaano shaqsi quseeya, dareen qof taabanayo, hay'adaha mucaaradka isku ah, siyaasadeed, jinsiyad ama diin waa in gooni la iska dhigaa si loogu hogaansanaado wada shaqeeentaas. Laakiinse habka loo wajahayo waxaynoqotay mid wax tar u leh yareynta halista soo wajihi karta saxafiga shaqsiga, isagoo isku dayaya in uu tebiyo mawduucyo halis badan.

Saxafiyiinta Colombia waxay bilaabeen in ay si wada jir u shaqeeyaan kadib markii weeraro is xigxigay lagu qaaday tifaftireyaasha iyo daabacayaasha oo ay sida adag u tebiyeen kuwa kala gudbiyo daroogada. Weerarkii ugu badnaa ee la xasuusan karo wuxuu ahaa qaarajintii [Guillermo Cano](#), oo ahaa daabicihii iyo tifaftirehii guud ee [El Espectador](#) sanadii 1986, dambila la xiriiriyay hoggaamiyihii kooxda [Medellín Pablo Escobar](#). Sida ay ku xustay warin ay CPJ soo saartay 2010kii, xubin kamid ah xubnaha guddiga CPJ [María Teresa Ronderos](#), [El Espectador](#) waxayku biirtay la tartameheedii ugu waynaa ee [El Tiempo](#), iyo shirkado warbaahin oo kale si ay bilaha soo socda baaritaan ugu sameeyaan xeeladaha ay bulshada dhexdeeda kula dhaqmaan kooxaha darooga kala gudbiya.

Ilaali ilaha xogta
Kuwa oo ku siiya
Qoraallo xasaasi ah.
Booqo wakaalado
badan
Oo ka heli kara diiwaano
noocaan ah
Si aad u ballaarhiso ilaha
xogta
Suurtagal ah

Sanado kaddib, sanadii 2004dii, isbaheysiga shabakadaha joornaalada Colombia ayaa waxaa ay bilaabeen in wada shaqeyn ka yeeshaan howlaha halista badan sida xiriirka ka dhexeeya kooxaha sharci darada ah ee sida militariga u tababaran ee ka dhex shaqeeya wadanka. Sheekadan iyo kuwa kale ee baaritaan la xiriira ayaa waxaa si isdaba joog ah loogu daabacay 19 kamid ah jariirado iyo wargaysya. Jariirada todobaadleha ah ee wararka **Semana** ayaa hoggaanka u qabatay dadaalada wadajir ah, mashruuca **Manizales**, oo loogu talagalay in lagu baaro dilaayada iyo halista ka dhanka ah saxafiyiinta. Inkastoo rabshada ka dhanka ah saxafiyiinta Colombia aysan joogsan, cilmi baarist ay samaysay CPJ ayaa waxaa lagu oggaaday in ay u dhacday si aan joogto ahayn iyo xaalad hoose

Wada shaqeynta xuduudaha waa qaab kale oo looga hortagi karo falal Dambiyeedka abaabulan. Kooxaha sida dalada saxafiyiinta caalamiga ah ee baaritaanka fadhigeeduna yahay uu yahay Washington **International Consortium of Investigative Journalists**, oo leh xubno ku sugan 50 dal, ayaa waxaa ay ka soo saareen warbixin deg deg ah mawduucyada sida kala gudbinta ganacsiga tubaakada sharci darada iyo suuqa madow ee kalluumaysiga badweynta. Xarunta fadhigeeda uu yahay **Belgrade Center for Investigative Reporting-Serbia** iyo mashruuca uu fadhigiisu yahay **Sarajevo** ee ka dhanka ah tebinta Dambiyada abaabulan iyo musuqmaasuqa , iyadoo shaaca laga qaaday shirkadaha dibadaha ee uu leeyahay Billiioneerka reer **Serbia Miroslav Mišković**.

Calaamadaha digniin

Saxafiyiinta waa inay ka digtoonaadaan calaamadaha tusinaya in la ilaashanayo, waa sida uu u arko mashruuca kasoo waramitaanka falal dambiyeedka abaabulan iyo musuqmaasuqa oo ah ku kusalaysan **Sarajevo**. (eeg cutubka 9ad oo ah khatarta la wajihi karo si aad u hesho waanoyinka kale ee khuseeya ilaashada). Qaar ka mid ah shirkadaha amaanka ee khaaska ah ayaa kudaray ilaashada tababaro ay bixiyaan deeganada khatarta ah. (eeg lifaaqa B oo khuseeya tabarada amaanka ee taxaal shirkadaha). Ogaanshada in la ilaashanayo waxay siin karta wariyaha ama tafatirayaasha waqti ay ku talagalaan khiyaaro kale. Taas waxaa ka mid ah in ama in aan la wadin shaqada wararka, si wariyaal kale ay u sii wadaan shaqada, si loo hawl galinta hay'adaha wararka kale si ay ugu xisaabtamaan maamulka shraci fulinta. Si loo deegaan badalo saxafiyiinta iyo qoosaskooda. Saxafiyiinta waa inay ka digtoonaadaan ujawaabida walbahaaradooda iyo kuwa qoosaskooda ay waji karaan marka ay kasoo waramayaan damiyada abaabulan iyo musuqmaasuqa. (eeg cutubka 10aad ujawaabida walbahaarka)

6. Arrimaha shacabka iyo dhibaatooyinka ama arbushaada

Arrimaha shacabka, laga soo bilaaba rabshadaha, goobaha dambiga, ilaa banaan baxyada waxaa ka dhalan kara xaalado halis ah oo aanan la qiyaasi Karin. Saxafiyiinta waxaa looga baahanyahay inay ogaadaan qaababka la isku difaaca si ay isaga ilaaliyaan dhaawac jireed ama mid sharciyeed.

Shilalka, dabka iyo goobaha badbaadinta

Wajibka ugu horeeya ee saran cid walba oo kusoo hormarta badbaada, kuwaaso ay kamid yihiin booliska, shaqaalaha baabuurka badbaadada iyo dab damiyaasha iyo sidoo kale saxafiyiinta , waa in ay naftooda ilaashaan ayagoo si guud ah u sahminay goobta kana warhayaan waxyaalaha naftooda khatar galin kara, sida baaburta soo galaysa, fiilooyinka korontada ee dhulka daadsan iyo wax yaabaha guban kara ee daadsan sida shidaalkaama kemikaalada ah. Isla markaana waa in aad udhawdahay goobta si aad u indhaindhayso goobta adoo halis galinaynin naftaada iyo tan dadka kalaba ama aan faragashanayn howsha amaanka iyo badbaadada.

Saxafiyiinta wax sawira sido kale waa inay sameeyan ayagoo fahansan inay udhawaadan goobta si ay u duubtaan xaalada meesha. maamulka caada ahaan wuxuu meeleeya cabir si daawadayaasha goobta oo

ay ka mid yihiin saxafiyiinta ay uga fogeeyan goobta. Waad dalban karta odo kali ah in aad u soo dhawaato goobta. Saas oo ay tahay maamulka waa in uu u ogolaado saxafiyiinta in ay meel udhaw goobta wax ka duubtaan si ay howsha oo dhan ula socdaan. Arinta awgeed qoraayaasha saxaafadda waa inay kala tashadaan arinka maamulka booliska iyo madaxda arrimaha deg-degga si wada socod ah ayadoo laga gaaraya go'aano labada dhan ah si loo helo wararka goobaha arrimaha deg-degga ah.

Xadka booliska oo la gooyo iyo amarkooda oo la diido waxay keenaysaa xiritaan ama xabis. Xushmad dhan hadal iyo dhan tasaarufeedba ayaa ah qaabka ugu wanaagsan oo loo howl galo. Saxafiyiinta kasoo warama xaaladaha degdega ah ama goobaha badbaadada sido kale waa inay soo bandigaan cadaynta kaararka saxaafadda.

Isku dhac ayaa mararka qaar ka dhex mara maamulka iyo saxafiyiinta soo tebinaaya wararka goobta. wariye **Diane Bukowski** oo ah wariyad mareekan ah ayaa lagu helay dambi ah inay xidhay oo ay khatar galisay laba ciidanka gobolka Michigan, ayadoo duubaysa goob uu ka dacay shil aad u xun uu ku jiray qof watay mooto "motorcycle" kaaso uu abaarsanaa baaburka booliska gobolka. Maamulka ayaa yiri **Bukowski** waxay talaabay xad uu booliska leeyahay; yasayeeshee **Bukowski** ayaa tiri ma aysan talaabin xad boolis leeyahay ayadoo tiri waxaan duubanayay sawir ay ka qaadaysay mid ka mid ah dadkii goobta kudhintay.

Goobaha dambiga iyo Argagaxiska

Goobaha dambiyada rabshada wata ayaa ah kuwa ay adagtahay in laga soo waramo. difaaca nafta ayaa ah hadana ah tilaabada ugu horaysa. marxalada xaalada qafaalasho ama xaaladaha aanan la xalin ka taxadar in aadan isknju muujin khatarka ka imaan karta. Suaash ayaa waxay in la is waydiiyo ayaa ah in dambiilaha aan wali gacan lagu hayn iyo in kale. Haddii uu dhaco weerar argagax ah ama faalooyin loogu tala galay in dadka lagu soo jiido waxaad ku xisaabtan taa weeraro kale. CPJ waxaa ay soo aruurisay dhacdooyin badan ay la kulmeen saxafiyiin kadib marki ay duubeen weeraro hore ayey kudhinteen ama kudhaawacmay qaraxyo kadambeeyay. haddii uu weerar labaad ama qarax labaad laga yaabo inuu dhaco waxaa wanaagsan inaad joogto goob ka duruqsan adigoo waraysanaya goob joogayaasha.

Si cad u muuji aqoonsiyadaada markaad joogto goobaha dambiga, iyagoo ay ka mid tahay aqoonsiga ay bixiso dawlada hoose marwalba oo ay suuragal tahay.(ka eeg qaybta cadaymaha saxaafadda cutubka koobaad). Iska ilaali inaad isku dhacdaan maamulka; waxaa xaaladahaas oo kale kuu haboon in aad xariir la leedhahay madax maamulka. (eeg qaybta ka hadlaysa isdiyaarinta asaasiga ah ee cutubka shanaad) sido kale iska ilaali inaad udhawaato aaladah iyo wixii noqon kara cadayn, iska ilaali inaad goobnta wax ka qaado.

Goob joogeyaasha ama kuwa ka badbaaday goobta ayaa muujin kara xanaaq saaid ah iyo murug badan. "Saxafiyiinta mar kasto way dalban karaan inay la kulmaan kuwa ka badbaaday weerarka, laakin waa inay si xasaasiyad leh ku waajahan ayagoo kataxadaraya gorta iyo qaabka ay uga bixi lahaayenba" sidaa ayuu xusayaa **tragedies and journalists** oo ah Tilmaame uu soo saaro " **Dart Center for Journalism & Trauma**". Tani waxaa ay ka dhigan tahay xushmaynta qofka la waraysanaayo inuu raali ka yahay waraysiga iyo in kale. Muujinta xushmadaas ayaa waxay siin karta saxafiyiinta fursad balaaran oo ay wax kusii waraystaan. Booliska iyo dadka wax badbaadinaya ayaa ayagana walwal ama qaracansan soo wajihi karaa, marka waxaa ogaataa inaysan ahayn waqtiga kali ah ama ugu wanaagsan ee la waraysan karo maamulka iyo kuwa ka badbaaday weerarka.

Sheekoyinka khuseeya hantida gaarka

Uma lihid xaq in aad ka gudubto hantida khaaska ah adigoo raadinaya sheeko. Saxafiyiinta waxaa ay u leeyihiin fursado kooban inay kasoo tebinayaan sheekooyinka hantida gaarka ah. marka ay kasoo tebinayaan wararka siyaasadeed ee sida guud loo xayaysiiyo. Horay u sii baro sharciyada ku haboon.

Saxafiyiinta Maraykanka iyo wadama qaar ayaan loo ogalayn inay galaan hanti gaar ah ayagoon ogeysiinn milkiilaha ama kunool, xattaa haddii ay kula socdaan cidamada booliska ayagoo samaynaya baaritaan. “ xattaa marka wariyaasha loo ogolaado inay galaan iyaga oo aan la istaajin, waa loo xiri karaa ayadoo lagu eedaynayo inay ku xadgubay hanta gaar ah iyo sir shaqsiyeed”, ayay dheheen majliiska wariyaasha ee xuriyada saxaafadda oo ah tu kusalaysan Maraykanka.

wadama badan ayaa waxaa laga ogol yahay in la ogaado hantida shaqsiyeed marka ay dadwaynaha dhamaan u furan tahay. Iyadoo isla markana si damaystiran aysan suuragal kugu ahayn inaad duubato waxa meesha ka socda. Arrimaha siyaasadeed, ama ololaha kadhaca guryaha ama hantida shaqsiyeed kuwaas ay ka mid noqon karaan garoomada la kiraysto, sida kuwa iskoolada dawlada ama dhismayasha kale ee dawlada, ayaa inta badan ah meela ka dhex yimaado muran dawlada iyo saxafiyiinta. Maxkamadaha ayaa oranaya goobaha khaaska ah ama la kiraystay ayaa ah kuwa saxafiyiinta aysan u lahayn xaq inay ku duubaan kamerada maqalka iyo muqaalka aha ama inay duubaan maqal oo kali haddii ay diidaan taas, hantiilaha wuxuu xaq u lee yahay in uu kacodsda saxafiyiinta inay goobta ka baxaan

Maraykanka iyo wadama qaar ayaaa Saxafiyiintii diida inay ka tagaan ayaa waxaa habsi loogu taxaabi karaa xadgudub awgeed. Saxafiyiinta qaar ayaa ku dooda in aanan la siinn waqti kufilan si ay uga tagaan goobta marka laga codsado kadhlib. ilaalada gaar ah ayaa xiray tafatiraha [Alaska Dispatch Tony Hopfinger](#) kadhlib marki uu waydiiyay suuqa senatar maraykan ah kadhlib warar shaaciyay oo kusaabsanaa kulan lagu qabtay iskool dawladeed iyo dhul loo kiraystay ololahaas. Booliska aya yimid oo siidaayay [Hopfinger](#) ayagoo ku helin wax dambi ah oo lagu xiray.

Saxafiyiinta waa inay u diyaar garoobaan ayagoo aad isu ilaalinaya marka ay kasoo waramayaan goobaha khaaska ah ama meel u dhaw. Waa inay si cad u muujiyaan cadaymaha saxaafadda marka ay kasoo waramayaan goobaha khaaska.

Mudaharaadyada iyo kacdoonada rabshadaha wata

Saxafiyiinta soo tebinaayo mudaharaadyada iyo daganaansha la'aanta bulshada waxaa soo wajahda halis sharciyeed iyo mid shaqsiyeed oo dhan walba leh, marka la eego baaritaanka CPJ Kudhawaad 100 saxafi ayaa ku geeriyooday aya oo kasoo waramaya mudaharaadyo iyo kacdoonada bulshada inta u dhaxaysay 1992 iyo 2011. Kudhawaad boqolkiiba 40 dhaawacyada halista ah ee shaqada la xariirta ee 2011 waxay ahaayen ayado lagu guda jiro hawlahaas oo kale, taaso ah tii ugu badneed ee CPJ ay waligeed diiwaan galiso.

Dhismaha Jirka waa shay muhiim ah marka aad kasoo waramayso xaalado isu badali karo kuwa rabsho wata. Saxafiyiinta dhaqdhaqaaqooda la xanibanyahay waa inay sii miisaamaan halista. Inaad la socoto goobta aad joogto marwalba ayaa iyadana ah mid muhiim ah , taasi waxay ka dhigantahay inaad joogto goob aad kala socon karta mudaharaadayaasha iyo booliska ama maamulyaasha kale adigoo aanan dhexdooda marna galaynin. Ogow sida arrimahaasoo kale oo horay uga dhacay goobtaasi ay ku dhamaadeen. Lasco wadooyinka kabaxa goobta adigoo kuxisaabtamaya inaad u shaqaysaan idinkoo koox ah marka aad soo tebinaysaan goobaha rabshada u saaxibka ah. Sawirayaasha, qorayaasha, duubayasha videoga iyo kooxda codadka duubta, iyo soosaarayaasha iyo wariyaasha kale ayaa saxafiga kucaawin kara in ay iska war hayaan.

Wadama badan ayaa hay'adaha warbaahinta waxay saxafiyoon tooda u kireeyaan koox amaanka u xilsaaran si ay u wehliyaan marka ay soo tebinayaan wararka. Weeraradii lagu qaaday saxafiyiinta 2011 kadhlib kacdoonkii masar waxay tusaale u ahayd xaaladaha halista ah ee ay saxafiyiinta wajahi karaan

marka ay jirto kacdoon bulsha. Saxafiyinta waa inay ogaadaan sharciyaada munaasibka u ah, haddii maamulka isku dayo inuu ka qaado cajaladaha uu duubayay ama qalabyada kale ee uu wax ku duubayay.

Darka waa in si fiican loo soo xushaa, haddii aad rabto in daqso lagu garto iyo haddii aad doonaysa inaad kudhex duumato bulshada. Darka waa in aysan kugu dhaganeen kana samaysnaadaan dun dabiici ah waayo darka gacan kutolka ah dabka ayay daqso qabsan karaan, waa sida uu u digay **international federation of journalists** oo ah ururka isutaga saxafiyiinka caalamiga ah oo fadhigiisu **Brussels**. Kabo shaqooyin badan loo xiran karo oo aanan lahayn ciribna waa muhiim.

Iskuday markwalba inaad ka fagaato wax walba oo khatar kuu keeni kara. Saxafiga waxaa loo arki karaa inuu yahay garsoore ciyaaraha: garsooraha waa inuu u dhawyahay ciyaarta si uu u daawada ciyaarta say u socoto, isla markaana waa inuu ka digtoonaada inuu iskudhex milmaan dadka. Marka laga soo waramayo mudaharaadyada, iska ilaali in aad dhexda ugasho kooxa isdirirsan ama aad dhex gasho kooxa noocay ahaadaanba. "geesaaha kasoco kuwa mudaharaadaya" ayuu kuwaaninaya saxafiga **swisarka ee Domink Bärlocher** asagoo kuqoray barta internetka ee **j-source**, ee ay leeyihiin mashruuca saxaafadda ee Kanada. "dadka tuura dagaxaanta waxay kadhax tuuran buuq ayadoo dadka badan kudhex duumanaya". Go'aanka ah in aad soo bandhigto cadaynta saxaafadda iyo in kale (inkasto ay wanagsan tahay in lasoo bandhigo haddii la waydiiyo) ayaa ah tu aad muhiim u ah qorayaasha kasoo warama daganaansho la'aanta bulshada. mararka qaar waxaa fiican in aad u ekaato dadka adigoo qarintaya cadeentaada saxaafadda laakinse aan iska fagaynaynin si aad durba u hesho hadaad u baahatid, sida jeebka oo uu Bärlocher kusheegay J-Source.laba gooraba saxaafiga waa inuusan xiran dar midibyo qeexan leh ama buluuga, kuwaaso u ekaysiin kara qof mudaharaadaya ama ciidanka booliska. Haddii laguugu, saxafiyiinta oo dhan waa inay soo bandhigaan cadayntooda si cad haddii loogu qaldamo inay yihiin dad mudaharaadayay. Kuwa u duubaya raadiyaasha iyo telefishanada waa inay qalabkooda kudajiyaan calaamad cadaynayso saxaafadda.

Waligaa ha qaadin wax lagu soo tuuray kuwa mudaharaayada, Waxay noqon karta bom gacan kusamays ah ama wax gubankara, waxaa kale oo booliska kuu malayn karaa inaad ka mid tahay kuwa mudaharaadaya. Kuxisaabtan waxaa aad soo qaadnayso markaad kasoo waramayso mudaharaadyada ama wixii la midka ah. **Bärlocher** waxaa u ku waaninaya " ugu yaraan boorso yar oo kugu xirant xabadka iyo tu kale oo kuxiran sinta" si ay kaaga celiso inay kugarab bodboodaan kaa celinaya inaad orodo. Waxwalba oo kujira boorsada waa inay ahaadan kuwa laga maarmi karo. Alaabta la qaato waxaa ka mid ah dalo biyo karkarsan, shukumaan, iyo sanduuq yar oo ah ka badbaadada degdega ah. Laakin ka digtoonow inaad qaadato boorsada dabarka, sababto ah kuwa mudaharaadaya ayaa intabadan qaato, taasna waxay dhalin karta in boolisku kugu qaldo kuwa mudaharaadaya.

Qaado liin ama biyaheeda ama miraha kale eel eh aashitada, waa sida ay u aragto **International Federation of Journalists**. Waxaa miraha ama liinta lagu dhiihin kara goobta boogta ah si ay u yarayso xanuunada la xariira kemikaalka. Shukumaan qoyan wuxuu kaa difaaci kara saamaynta suntan dadka ka ilimaysiisa iyo wixii lamid ah. Waji damuuqaha gaaska, ookiyaalaha dabaasha ama dalada warshadaha indhaha lagu difaaco ayagana way kaa difaaci karaan suntan indhaha ka ilimaysiisa ama basbaaska la buufiyo.(Iska ilaali xirashada xuubka araga hadaad ogtahay in suntan indhaha ka ilimaysiisa la buufin doono). Waxaa lagu waanin karaa garamada laisaga difaaco mindida iyo wixii la midka ah siiba goobaha aanan la maamulin. Waxay "**The International Federation of Journalists**" kulatalinaysa duubayaasha fiidiyooga iyo duubayaasha sawirada inay wataan cajalada ama kaarka wax lagu duubto oo aanan ahayn kuwa saxda ah si ay kooda saxda ah u ilaashadaa.

Saxafiyiinta waa inay adeecaan amarka maamulka, inkasto mararka qaar la xiro ayagoon marka hore wax amar ah aanan bixin/ ugu yaraan afar saxafiyiin ayaa kamid ahaa boqolaalkii la xiray ayagoo kasoo waramaya wararka la xariira mudaharaadyada ee heshiiskii republicanaka ee wadamada oo kadhacay **St. Paul, Minnesota**. Saxafiyiinta waxa la xiray ayagoon wax digniin ah lasiinn iyagoo boolisku isku dayayeen inay joojiyaan kuwa mudaharaadayay iyo saxafiyiinta ka duubayay xaaladada goob oodan oo ay kujireen. Maalmo kadhif, booliska ayaa xirxiray saxafiyiin badan iyo boqolaal mudaharaadayay kadhif markii ay ka xiraan wada labada dhinacba.

Markaad kasoo waramayso mudaharaadyada, ka fagoow meelaha halista ah. Iska ilaali inaad kudhex go'doonto laba koox oo isdiriraysa dhexdooda ama dad badan noocay noqdaanba.

Daganan muuji haddii lagu xiro. Hadaad go'aansato inaad ka hor imaato booliska kuxiraya, waxaa laga yaabo inaad xaalada isku sii adkeeyso. Hadaad hadasho waxaad isku daydaa inaad muujiso xirfad saraysa adigoo sharaxaayo inaad saxafi tahay warka duubaya. (xariir walba oo aad la leedahay waxa goobta ka socda, wariye ahaan waxaa loo baahanyahay inaad kasoo waranto oo kali ah oo aad marna ka qayb qaadan). Haddii maamulka uu sii go'aansado inuu kuxiro, raac amarkooda adigoo sugaya fursad aad oogu bandhigato kiiskaaga maamulka sareeya.

7. Musiibooyinka dabiiciga ah

Dhul gariirka, duufaanaha, fatahaada, sunaamida, qarax buureedyada, iyo dabka waxay kuli imaan karaan digniin ama kutalagal la'aan. Waa in la filaa, khadadka telefanada, gaadiidka iyo koranta oo go'a sidoo kale waxaa caqaba qalaysa warka oo la gudbiyo lana diyaariyo.

Warka oo lagu celcilyo adigoo u kaashanaya qof kula shaqeeynaya waa muhiim. Radiyaasha labadhan ah oo la adeegsada waa muhiim, khaasatan haday khadadka telefanada ay go'aan. Qoloka war baahinta waa in lasii diyaarsho haddii ay dhacdo musiibo dabiici ah ayagoo diyaarsanaya qorshihii lagushaqayn lahaa haday dhacdo. saxafiyiinta loo diro kasoo waramida musiibooyinka ee dhibada ama ka fag qololkooda warbaahinta waa inay dhib u eegan sharciyada amaanka goobta ay kasoo waramayaan inta aysan bixin.

Khatarta saxafiyiinta madaxa banaan

Musiibo dabiici ah oo lama filaan ah waxay u dhalin karta saxafiga madaxa banaan fursad. Laakin dadka cusub waa inay fahmaan inay ubaahanyihiin inay kor meeran ayna ogolaadaan halista ku imaan karta. saxafiyiinta madaxa banaan waxa lagu waanin kara inay la tashadaan tafatirayaasha si ay u habsadaan amaanka kuwajahan sheekada ayna ogaadaan saacidaad inte la eg ayay ka filan karaan ururka warbaahinta.

Saxafiyiinta madaxa banaan waa inay la yimaadaan cadayn halis inta aysan aadin goobta, cadaynta khatarta suura galka ah, qeexitaanka sida ay ula xariiri doonan tafatirayaasha iyo dadka kale iyagoo sawiranaya wadooyinka kabaxa goobta oo ay kubaxsan karaan haday wax dhacaan. (eeg cutubka labaad cadaynta iyo ujawaabida halista). Saxafiyiinta madaxa banaan sido kale waa inay kuxisaabtamaan caymis caafimaad, curyaanimu, iyo nololeed oo intee la eg ayay heli karaan iyo in sharciyada caymiska uusan kujirin musiibooyinka dabiiciga ah kuwaaso lagu sifeeyo "sharciyada Alle". (eeg cutubka caymiska 1)

Qorshaynta qolka warbaahinta

maamulayaasha qolalka warbaahinta halis u ah duufaanada iyo fatahaadyada waa inay u diyaar garoowaan una diyaariyaan qorshe lagu xalinayo musiiibooyinka oo faahfaahsan ka hor xiliyada aanan adkayn. Meelaha arrimahaas o kale ay iska yartahay , tafatirayaasha waa inay dib u habayn kusameeyan qorsha degdega xiligaas sanad walba. Qorshaha musiiibada lagu xalinayo oo kaamil ah waa in ladaabaca (markay musiiibo jirta, waxaa saamayn gaari karta kompuyutarada, internetka iyo korontada) iyagoo ay wada gacan marinayaan dhamaan shaqaalaha. Shaqaala walba waa inuu ogaadaa waajibkiisa iyo dowlada laga filayo inuu ka ciyaaro. Qof walba waa inuu haysto qorshaha xaaladaha deg deg ah uuna ogyahay meesha lagu xareeyo qalabka xaaladaha deg dega ah.

Qorshaha lagu xalinayo musiiibooyinka waa inuu kamid yahay khadadka telefanada dhulka, telefanada gacanta, emailada shaqada iyo kuwa shaqsiga ee dhamaan shaqaalada qolka iyo kuwa qandaraasayaasha iyo meelaha lagala xariiri karo qofka ugu dhaw.

Sida uu arko [“Guide to Disaster and Crisis Reporting”](#) oo ah Tilmaame ay soo saran [International Center for Journalists’](#). Qorshaha waa inay kujiraan kharido tusinaya cinwaanka shaqsi walba oo si cad u muujisan, asaga oo sidoo kale tusinaya cida haysata aqoonsiga CPR ama gargaaryada kale ee deg dega ah iyo cida leh baabuur afar shag le ah. Goobaha musiiibooyinka u badan maamulayaasha waa inay habsadaan dhamaan shaqaalaha inuu u tababaranyahay gargaarka deg dega ah ee assaasiga ah. (qorshaha waa inaan la faafin si loo suga amaanka shaqaalaha)

Kudar qorshaha cinwaanada maamulka dawlada iyo shaqaalaha arimah deg dega ah ee deegaan si loo istacmaalo marka la soo aruurinayo wararka iyo sugida amaanka qolka wararka. Cinwaanka waa inuu xuso gargaarka deg deg iyo kan hay’adaha gargaarka ee qaraneed, ama goboleed ama deegaaneed iyo khabirada madaxa banaan. Raaci qaabka loo isticmaalyo qolalka warbaahinta marka ay xaalad deg deg ah jirto. Haddii ay shaqaale tiradoodu yartahay ay gaari karaan qolka warbaahinta, waa inay ahaadaan kuwa awood u leh inay daabici karaan soona dayni karaan wararka. Maamulayaasha waa inay u diyaariyaan shaqaalaha inay howlahaaso kale qaban karaan haddii loo baahdo.

GAADIIDKA IYO QALABKA

Saxafiyiinta noocay doonan haba ahaadeene waa inay baaritaan kusameeyan qalab loo baahan karo ee in laxarayso mudan haddii ay dhacaan koronto la’aan iyo dhibab kale. Dab dhaliyaha, nalalka xaaladaha deg dega ah, batariyasha, radiyaasha isgaarsiinta oo leh batariyo kayd ah, qalabka lagu baaro goobta, sanduuqa arrimaha deg dega waa inay ka mid ahaadaan kaydka. Cuntada la sajalateeyay, biyaha caagadaysan, suuf iyo bustayaal ayaa looga baahan karaa goobaha musiiibooyinka halista u ah.

Baaburka saxaafadda waa inuu wato alaabta deg deg loogu baahan karo, oo uu ka mid yahay sanduuqa qalabka deg dega, qalabka ifa ee wadooyinka, iyo bustayaal. Maamulayaasha waa inay baaritaan kusameeyan meesha ay ka heli karaan baabuur kiro ah haddii loo baahdo, qalabka isgaarsiinta, dhab dhaliyaasha iyo alaabo kale iyagoo kudaraya cinwaanadooda qorshaha musiiibooyinka.

Waa inay sidoo kale kuxisaabtamaan inay lahaadaan qandaraas joogto ah oo gaadiid, sida ay u aragto xarunta saxafiyiinta ee caamaliga ah. Maamulayaasha sidoo kale waa inay aqoon uleeyihiin sida loo kaydsado shidaalka marka ay jirto arin deg deg ah.

Kharido wayn waa in laga helaa qolka warbaahinta, taaso tusinaysa meelaha ay kuyaalan isbitaalada, farmashiyaasha, xaruumaha laha helo gaadiidka, iskoolada, iyo dhismooyinka kale kuwaaso loo

Saxafiyiinta madaxa banaan waa inay qiimeeyan khatarta inta aysan usafrin goobta shaqada, iyagoo qeexaya khatarta suuragasha ah, sidoo kale na faahfaahinaya qorshaha lagula xariirayo tafatirayaasha. Waa inay sidoo kale ogaadaan wadooyinka looga bixi karo goobta haday khatar dhacdo.

isticmaali karo in lagu xareeyo dadka marka ay dhacdo xaalad deg deg ah ama musiibo qaxooti. Khariido tusaysan sifooyinka dhulka waa in la hayo sido kale si loo ogoodo gooba fatahaadka suura gal kutahay. Malafaadka dijitaalka ah ee warbaahineed waa in nashqad laga bixiyo si loo sugo amnigeeda iyada oo lagu kala xaraynayo goobo kala duwan. Waraaqaha muhiimka ah waa in iyagana nashqado lagabaxo meel wanagsana lagu kaydiyo.

Amaanka goobta

Iska ilaali inaad isubandhigto khatarta. Taasi waxay hawsha kucuslaynaysa kooxda badbaadada iyo asxaabta kale. Saxafiyiinta waa inay u shaqeeyan kooxa ugu yaraan labo ama sadex ayadoo sadex ay sii wanaagsantahay marka laga soo waramayo musiibooyinka. Mid ka mid ah waa inuu wadaa sanduuqa badbaadada. Qalab aysan biyaha galin waa in la wato ama haddii larabo la xirto. Wado kashfi cadaynaya macluumaadkaaga shaqsi sida, nooca dhiigaaga iyo waxyaalaha xasaasiga aad kutahay, ayado ay sii fiicantahay in ay kuqornaadaan kaar sajalaataysan oo lagu xiran karo qorta.

Wariyaasha iyo tafatirayaasha waa inay qiimeeyaan xaladaha wadooyinka iyo kuwa kale ee safarka iyagoo iska wargalinaya xaladaha isbabadalaya ayagoo marwaliba ogsoon waddada ugu dhaw ee laga baxo haddii ay wax dhacaan. Wadooyinka lagu bixiyo dadka la badbaadinayo waa in si fiican loola socda mar walba. Waxaa laga yaaba wada ugu wanaagsan ee lagu soo galo goob inaysan ahay tan ugu wanaagsan ee lagu baxo. Waa in la ogsoon yahay wadooyin badan oo lagu baxo. musiibooyinka dabiiciga ah ayaa dhalin kara xaalado badan, sida sumayn, ama cudurada ka dilaaca xaaladahaaso kale.

Mar walba lasoco xaaladaha kugu weegaarsan. Kooxda mid ka mid waa inuu ilaaliya isbadalada xaalada isagoo hawshiisu tahay haynta iyo kordinta istaratajiyada looga bixi karo goobta haday wax dhacaan. Tuubooyinka biyaha ayaa kor usoo kici kara, waxaa soo dhici kara fiiloyinka korontada, waxaa qarxi kara tuubooyinka shidaalka, burcad ayaa iman karta. Xubnaha kooxda waxaa sidoo kale ay u baahan karaan fooriye haday kala fagaadan waa sida ay ku waaninayso “[International Federation of Journalists](#)”.

In la wato qalab amniyeed ee la isku dhifaaco marka laga soo waramayo bililiqo ama musiibooyin dabiici ah ayaa ah arin lagu waaniyo saxafiyiinta inta badan.

Saxafiyiinta kasoo warama musiibooyinka khatarta ah ee wadamada dibada ah iyagoo ka fog qolalkooda warbaahinta waa inay sitaan qalabka loo yaqaano GPS, telefan satellite ah ama radiyaasha isgaarsiinta ee mawjadahada gaaban si ay uga soo waramaan warbaahinada caalamiyeed haddii ka guddaha ah uu shaqayn waayo. Marka aad goobta joogto waa inaad wadataa biyo kugufilan, raashin, iyo batariyo (ama qalab dheeri ah oo ku kab ah qalabka isgaarsiinta)

8. Cudurdad faafa iyo khatarta badan ee kadhalata

Dilaaca cudurada sida fayraska Ebolaha ee Afrikada dhexe, iyo cudurada halista ee haleela ama kudhaco neef mareenada oo loo yaqaano [SARS](#), iyo geermiska H1N1 ee kadilaaca gobaha kuleelada iyo goobaha kale ee adduunka. Shubanka ka dhilaacay Haiti, dhamaan waxay tusaalo u yihiin halista cudurada faafa kuwasoo dhibaateeya saxafiyiinta is xil saaro soo tebinta wararka goobaha ay ka dhilaacaan cudurada. Waxyaabaha ay isticmaalaan kooxaha argagixisada sida keemikaalada noolaha khatarta galiya iyo waxyaabaha bixiya shucaaca oo sidoodaba khatarta ku ah dhamaan noolaha siiba dadka, waxay dibaata badan ukeenen wariyaasha is isxilqaamay iyo sawir qaadayaashooda. sida kucad cutubka 7 xirfad yaqaanada soo uruuriyo wararka goobaha ay cudurada kadilaacaan waa inay aqbalaan dhibaatooyinka ka dhasho iyo khatarta soo wajiho karto. Wariyaasha xirfadooda kushaqaysta oo kasoo waramo goobaha cudurada wa inay la xiriiraan tafatirayaashooda si ay ula socod siiyaan wararka hordhaca ee kusaabsan dhacdooyinka iyo kuwa ay heli karaan taageerada ururada ama hay'adaha warbaahinta.

Diyaar garowga daruuriga ah

Saxafi kasto oo doonaya inuu kasoo warama goobaha ay cudurada kadilaacaan ama kuwa raaco gurmada deg-degga, waa inay caafimaad kooda wanagsan yahay, difaaca jirkoodana wanaagsan yahay iyo inaysa jirin wax u sahli karo inuu kudhaco cudurka goobta kajiyo

Inta aadan usafrin goobta uu saameeyay cudurka la tasho hay'ada caafimaadka adduunka (WHO), buuga yar tala bixinta caafimaadka, isku day inaad heli karto waxyaabaha laga qoray goobta uu cudurka ka dilaacay, sidoo kale baar inaad heli karto wax yaabaha ay ka qortay jariirada cudurada faafa, laanta Maraykanka ee xakamaynta iyo difaacid cudurada. Hay'ada caafimaadka adduunka waxay bixisaa tala bixin kusaabsan cudur kasto iyo wax yaabaha keeni karo iyo ka hortagooda. 2005tii hay'ada waxay soo saartay buug loogu tala galay saxafiyiinta kusaabsan hargabka xummada wata. Hay'ada waxay soo saartaa wargays joogto ah oo mar waliba la cusboonaysiiya ee loogu talagalay goobaha hargabka xummada wata kadilaaca, iyo goobaha kacaagan in safar lagu tago waxaana laga heli karaa barta intarneetka ee hay'ada caalamiga asagoo kuqoran luuqado badan.

Hay'ada caafimaadka adduunka iyo xarunta xakamaynta iyo difaaca cudurada ee Maraykanka mid waliba waxay bixisaa macluumaad kusaabsan cilmiga noolaha, kemikaalka iyo wax yaabaha bixiya shucaaca oo noolasha Khatar galiya. Mar kasta kulaabo barta intarneetka ee hay'adaha si aad oga heshid macluumaad cusub. Labadaba waxay bixiyaan wararka intarneetka lagu diro iyo kuwa raadiyaha laga dhagaysto intarneetka kuwoodii ugu dambeeyay kuwasoo caawinaayo saxafiyiinta si ay mar kasta u ilaaliyaan naftooda.

La tasho qabiirada caafimaadka intaa aad bixin. Qaado talaalka lagu soojoodyay, sug ilaa inta loogu tala galay inuu ka shaqeeya talaalka. (ka eeg qeebta xanaanada dawaynta iyo talaalada cutubka 1). Hubso santuuqaaga dawada inuu yahay mid ku haboon oo laisgu haleen karo oo dhamaystiran, iyo dawooyinka qaas ah dhibaatooyinka ka jira goobta hawsha aad udayso (ka eeg lifaaqa A taxaalka). Qaada dawooyin badan waxaa laga yaaba in aan laga helin mesha aad aadeeysid, hubso caymiskaaga inuu yahay mid dabooli karo caafimaadkaaga haddii xanuun yimaado inta aad shaqada kujirto iyo inay qarashka dawayta deg-degga ah. Saxafiyiinta iyo dadka kale waxaa laga yaaba in loo diida inay kabaxaan goobta ay cudurada kadilaaceen haddii uu xanuun yimaada. Taa waxaa laga yaabaa inay ku keento xanuun jirka iyo maskada la xariiro. Xasuusnoow haddii axuun khatarta oo deg-degg ah yimaada oo ay latacaali waayaan shaqaalaha deegaanka isku day inaan heli karto badal kale.

Difaaca naftaada

Saxafiga waa inuu wax kasto ka hormariyaa naftiisa. Naftaada wax ka wanaagsan majiro, haddii lagu dilo, ama aad xanuunsata kasoo kashay wax aad isku dhigtay, culayskaa adi unbuu kudhibi, madhibaayo hantida iyo maalka.

Caafimaadka wanaagsan iyo talaalka ma damaanad qaadayaan in ay difaacan cudurada. Daq gacmahaada markasto oo aad hawl kale dhex gasho, adoo racaysid talooyinka hay'ada caafimaadka adduunka iyo buuga talooyinka caafimaadka iyo socdaalada adduunka kasoo la cusboonaysiya sanad kasto. Iska ilaali cunada iyo biya wasaqaysan. Iska ilaali taabashada wax yaabaha dareera, jirka, mareenada malaxda, wax yaabaha kale ee la xariira wasaqda dawooyinka.

Barro sida la isugu lookala qaado cudurka meesha kajiyo, iyo sida laisaga ilaaliyo. Hay'ada caafimaadka adduunka waxay qortay todobo qaybood la'isaga ilaaliyo cudurada; cunada iyo biyaha, kanecada, xoolaha jiran, carrada, hawada, iyo galmada iyo diiga iyo deecanka bukanaha.

Taxadarka Waxaa ka mid ah sinyeeri oo la isticmaalo, galmada oo la iska ilaaliyo, iyo haday suura galtahay iskaalinta xaaladaha iyo meelaha cariiraga ah.

Ogoow qaababka khatarta guud ay kufido. Suntan Arxagagaxisada adeegsata iyo khatarta kale ee noolaha ku wajahan waxaa ka mid noqon kara, **cabeeb, kusumoonta cuntada, beerfuur, cudurka asiiba sambabaha, furuq, iyo uur dhiig.** hadba siday u aragto **xaruumaha Maraykanka ee xakamaynta cudurada**

iyu ka hortagooda. Cudurkasta oo khatarta galiya noolaha qaabkuu u faafo, calaamdhiisa, ka hortagiisa, iyo dawantiisaba way ka duwan tahay kan kale. Waxaa jira Kuwa la xariira **kemikaalka** oo ahaan kara ku militariyeed, warshaqdeed iyo ku dhabiici ah.

Sidoo kale, mid walba oo la xariira kemikaalka wuxuu u fidaa qaab gooni ah wuxuuna u baahanyahay ka hor tag iyo dawayn gaar ah. xaruumaha Maraykanka ee xakamaynta cudurada iyo ka hortagooda iyo laan caafimaadka iyo khidmooyinka aadanaha ee Maraykanka waxay bixiyaan macluumaad khuseeya shucaaca khatarta ah, kuwaaso ay ka mid yihiin saamaynta miinoyinka suntan, qaraxyada nukleerka, shilalka ka daca warshadaha nukleerka iyo shilalka gaadiidka. kudhacida shucaaca waxay sababi karaan xaalada dhaw iyo kuwa fag.

Baro cilmiga khatarta la xariira noolaha, kiimikaalka shucaacyada. “Markay dhacaan xaalado deg deg ah oo la xariira shucaaca waa inaad ka fikirta masaafada, waqtiga, iyo ka gaashaamida”, tafatiraha New York Times aya wuxuu ku qoray 2011 dokumenyo loogu tala galay wariyaashooda. “masaafu waxay ka dhigan tahay in aan aad loogu soo dhawaan goobta shucaaca kudhaatay ama ilaha kale ee shucaaca. Waqti wuxuu ka dhiganyahay in aadan sii joogin goob shucaac uu ka jiro. Marxaladaha qaar kood waxaa kaga gaashaman karta shucaaca dismo bulukeeti ah.”

Khatarta ayaa noqon karta mid aad u yar oo aanan ka dareemi Karin. “shucaaca wuxuu noqon kara mid kor usocda adigoo dareemayn,” ayuu **Tetsuo Jimbo** oo ah saxafi japan u dhashay ahna asaasaha barta intartnetka ee videonews ayaa CNN ugu waramay 2011 kadhif markii uu safar uu kutagay goobta la mamnuucay ee warshada nukleerka ee Japan oo udhaw warshada halaysan ee Fukushima asagoo wata xisaabiyaha shucaaca nukleerka. “Ma dareemaysid wax ur ah, ama kuleel ah, wax aad dareemayso malahan. Taas ayaana ah mida oogu cabsi badan safarka oo dhan”

Taxadar said ah ayaa loo baahanyahay xaalad walba. Saxafiyiinta iyo dadka kale ba waa inay si ogaadaan in marxaladaha qaar yihiin halis ah inta ay khatarta si jirto. Saxafiyiinta waa inay si gooni ah u baaraan khatarta iyo waqtiga uu qaadan karo waxyaabaha dhaliya, isla markaana tilaabooyinka loga hortago ama qalabka loo baahanyahay. Taxaalka qalabka lagu booriyay isticmaalkooda ayaa ah mid dheer ee xaaladaha ba’an.dawooyinka ka hor taga waxyaabaha halista dhaliya waa in laga helo dakhtar kutakhasusay caafimaadka, waayo waa kuwa gooni u ah isticmaalka iyagoo wata khatartooda.

Haka hakan inaad inaad waydiiso adeegsadahaaga ama hay’ada kushaqa galisay inay iibiiyaan qalab aad iskudifaacayso. Islamarkaana ogoow tilaabooyinka ugu wanaagsan iyo qalabka ugu casriyaysan waxay ahan karaan kuwa aan wax kuutarayn marxaladaha ba’an.

“baro cilmiga caafimadka ama khatarta baaxada leh. taxadar, dabeecadaada laqabadsii xaalka, hel qalabka difaaca. Ayadoo saas ay tahay ayaa marxaldaha qaar wali ahaan karaan kuwo aad halis u ah:

9. Khatarta waartay

Badi khatarta lagu xusay Hagahan wuxuu gooni u yahay hawl gaar ah. Hasayeesha saxafiyiinta ka shaqeeya deeganada halista ah ama goobaha cadawga waxaa soo wajaha carqalab iyo handadid joogto ah. Kuxisaabtan kooxaha inta badan masuulka ka ah dilalka saxafiyiinta tobonaankii sane ugu dambeeyay ee caalamka dhan. Mucaaradka dawlada, oo ay ka mid yihiin kooxaha argagixisada waxay mas’uul kayihiin dilalka saxafiyiinta oo dhan sadexdiiba hal ayadoo la tix raacayo baarintaanka CPJ. Hasayeesha maamulka dawlada iyo kooxaha la xariira sida militariga ayaa loo aaneeya inay masuul ka yihiin in intaas la mid ah oo dilalka saxafiyiinta ah. Saxafiyiinta wadamada qaar ayaanan aqoon cid ay aaminaan.

Amaanka shaqsiga

Ka war haynta hareerahaaga waa arin muhiim ah marka aad wajahayso khatar weerareed ama afduubasho.

Hab lataaban ee badbaada ayaa muhiim ah sida waddada safarka, markasto feejignaan muuji, goobta guriga ama xafiiska shaqada ha ahaadaan kuwa xiran ama leh qalabka sawaxanka. dhigo baabuurkaaga garaash amaank iyo ku eeg ama ku baar qalabka walxaha qarxa lagu baaro. Haddii ay xaaladaa kusoo wajahdo la xariir khabiir amaanka. (eeg lifaaqa B waxaa kuxusan hay'ada badan ee amaanka iyo tababarayaal amaanka) wadamada barkood waxay dhiira galiyaaan saxafiyiinta kashaqeeya goobaha khatarta inaay xirtaan dareeska laga xirto gumaca ama xabadda, inay la safraan waardiyaal hubaysan, kameerooyin la socda dhaq-dhaaqyada iyo sidoo kale waardiya ilaaliya guuriga ama xafiiska. Marka aad go'ankaa qaadnayso la tasho khabiir xaga amaanka.

Laga soo billaabo wadanka kolombia ilaa wadamada la isku dhaho **Balkans** ee bariga urub, waxay leeyiin qorsha rasmi ah oo rag hubaysan oo raaco saxafiyiinta naftooda khatarta kujirta. Qaas ahaan kolombia koox ciidan ah o wata baabuurta gaashaaman ama qufilan ayaa logu tala galay saxfiiyinta lasoo weerara ama la handada. in kasto oy adag tahay in la diyaariyo, saxafiyiinta la handado ama kasoo kabta dhibaata ku dhacday, wuxuu dareemaa mustaqbalka sida ay muhiim utahay inuu nafsadiisa ilaaliyo. In la kiraysta waardiye gaar ah ayaa fiican haddii jirin duruufaha diidan.

Kadigtoonow maxyaaha aad
adi qoykaaga kusoo
bandhigtaan facebuuga ama
kale isgaarsiinta bulshada. ha
la wadaagin qorshayaasha
qoyskaaga iyo
fasaxyadoodaba.
Kadigtoonow daabacida
sawiraanta.

Amaanka qoyska

Khatar ka wayn majiro in qof qoyskaaga katirsan uu Khatar kujira ood ogaatay. Qiimaynta khatarta macquulka ah adoo tixraaca dhacdooyinkii hore ama khatarta hore kusoo wajahday. Wadanka Guatemala aakhirii 1970kii iyo horaankii 1980dii Xubnaha qoyska mucaaradka waa la bar tilmaameesan jiray, sidoo wadanka Iraq xiligii Saddam Hussein. Taariiqda noocaa waxaa barbar dhigi karo xaalad joogta. Saxafiyiinta waxaa kale oo la tashan karaan khabiira amaanka, asxaabtooda, difaacayaasha xuquuqda aadanaha iyo diblomaasiyiinta.

Ka digtoonow arrimaha khaas ah ee adiga iyo faamilkaaga aad ku bandigaysan facebooga iyo qaybaha kale isgaarsiinta bulshada ee barta internetka. Dadka u dan leh inay ku waxyeleeyan waxaa laga yaaba inay raadsadaan wax walba oo ku khuseeya oo internetka lagu daabaca adiga iyo ehelkaagaba. Tusaale ahaan hasoo bandhigin qorshaha qoyskaaga iyo fasax yadoodaba. Ka diktoonow daabacida sawirada ama macluumaad so bandiga aan caamka ahayn. Waxaad ubaahan tahay qoyskaaga macluumaadka qaar ee ugu qoran shabakooyinka bulshada inay ka tirtiraan ama ay adkeeyan dadka loo ogol yahay inay bogooda daalacdaan. Khabiirada qaar ayaa waxay ku talinayaan in qoyska aanan lada wadaagin arrimaha xasaasiga ah.

Si kastaba ha ahaatee waxaa laga yaabaa qoyskaaga in la bartilmaameeysto si adi lagu cabsi galiya oo ad isaga hartid ama daysid raadinta warkaa. Tilaabooyin gooni ah ayaa fiican inaad qaado si aad u ogaata caruurtaada in la ilaaliyo ama la wahliyo waqti kaste. Haddii aad doontid qorshaha kudarso inaad dib udigtid hawshaa waqtiga la joogo. Talabooyin adag oo aad qaadi karto waxaa kamid ah deegaan badalasho si kumeel gaar ah ama toos ah. Saxafiyiinta waxay la xaiiri karaan CPJ ama ha'adaha kale ee caawintanada bixiya,

Ilaalo gaar ah ama dulmeere (surveillance)

Ilaalada gaarka ah waxay leedahay wajiya badan, kasoo bilaaw mid qadiimiga ahayd ilaa tan casriga ama elaktroniga ee hada jida ee aan dhaafen wax xog. Tan gadiimiga waxaa isticmaala wadamada caburiyo warbaahinta ee aanan kahayn horumar tiknooliji, wadamada waxaa kamid ah Eritrea. Waqtiyada dambe waxaa dhaqan gashay wadamada ku hormaray tiknoolijiyada sida **china** aqab lagu caburiyo saxafiyiinta. Inta badan tabankii sane ee ugu dambaysay, sir-doonka wadanka Colombia waxa u si sharci dara ah u baartaa imaylada la isku diro, dhagaysiga telefoonada dadka kuwada sheekeestaan, ilaalinta ka dhan saxafiyiinta wadanka ee caanka ah. Wadanka TUNISIA xiligii **Zine El Abidine Ben Ali**, saxafiyiinta wa dhalila ee wadankaas ilaala joogta ah tasoo isugu jiro handadaad iyo urururinta akhbaaraadkooda.

CPJ ayaa diiwaan galin ka samaysa waddama kala duwan oo ilaalo gaar ah ku sameeya shaqsiyaadka ama adeegsada qaabka elektoriinjada, waddamaa waxaa kamid ah **Afghanistan, Angola, Bangladesh, Belarus, Bosnia-Herzegovina, Bolivia, Burma, Cuba, Equatorial Guinea, Iran, Pakistan, Rwanda, Russia, Sri Lanka, Sudan, Syria, Thailand, Turkmenistan, Ukraine, Uzbekistan, Vietnam, Yemen** iyo **Zimbabwe**. wadanka Maraykanka nin ka ahaa qabiir arrimaha laanta amaanka ayaa wuxuu sheegay MSNBC in sirdoonka Maraykanka aay dagaysi kusameyeen telefoonada saxafiyiin sanadihi 2000. Marka saxafiyiinta lagu ilaalada waxa soo raaca waa xadgudub adag ama la gula kaco.wazaarada arrimaha gudaha ee ukrain ayaa waxay qirataya in laamaha sirdoonka ee wadanka aay ilaaliyaayeen wariye Georgy Gongadze in yar kahor inta aan la afduuban oon la dilay waxay kamid tahay 2000 ee shirqool ee doowlada fulisay. Wariye Wlai khan Babar oo la usoo warami jiray telefishoonka Geo TV ayaa wuxu u sheegay CPJ maalma kahor inta aan dilin 2011 in la ilaashada isaga.wariye Khan ayaa waxaa dilay sharwada yaal hor istaagay baabuurkiisa kadibna afar xabaddood madax oga duftay iyo hal xabo qoorta ah.

sameey qiimeen guud haddii aad umalayso in gacan sedexaad aay ilaashanayso socod kaaga, isgarsiintaada,iyo qalabka warbaahinta. Maxaa kashaeysaa oo xasaasi ah oo dhalin kara dabagal? Yaa Dambi u arka ama ay dhibaayan wararkaaga? Ma lagayaabaa koox gaar ah in dabagal kugu hayso,ama qalabka qarsooni ah inay isticmaalayaan sida elektoroonigada? Naqshad ama qaabkee ayey kugu ilaalinayaan oo ay adegsanayaan. Marka aad ogaata heerga ay gaarsii san tahay khatarta, qaabka ay adeeg sanayaan ilaalada, waa inaad kafikirtaa inaad badasho qaabka aad ushaqaysid. Waxaa ka mid noqon karaa inaad badasho xirfadahaaga, jadwalka shaqada iyo sidoo kale mariinada safarada. Isgaarsiinta elektaroonigada adeegsa mid hor loo sii diyaarayay oonan magacaada aanan tusinaynin oo leh eraya kooban oo sir ah, telefoonada gacanta oo magacaacad kudiiwaan gashaneen, adeegsa mashruucyada aanan la eegan Karin waxaad wado ee telefoonada ama kompuyutarada ama adeegsa barta intarneetka amaankeed adag yahay ama shabakooyinka gaarka ha. (ka eeg cutubka 3 maclumaadka amaanka). Waa inaad lasocod siisa tafatiraxaaga wararka, asxaabtaada iyo sidoo kale urruda warbaahinta horta kuwa deegaanka iyo caalamiga. Kadigtoonow dadka, baabuurta aan la aqoon ee soo dulmeera agagaarka gurigaaga ama xafiiska si gaar ahaan haddii lagu waqtiya badan. Haddii aad ogaatid in lagugu dabajujira ama lagu ilaalsanaayo waxay kugu caawin kartaa inay kaa yarayso khatarta. Gasho diiwaanka shaqsi ad ku kalsoon tahay oo kor ka eega xaaladaha jira, adeegsiga shaqsi kale waa mida ugu wanaagsan eed ku xaqiisan karto in lagu ilaashadpo iyo in kale. Si kastaba ha ahaatee wargalinta shaqsiyaadka loo tababaray amaanka ayaa ugu fiican hawshaas. Ururrada amaanka ee gaarka loo lee yahay waxaa tababarada loogu mashruuco loogu talagalay saxafiyiinta. (ka eeg lifaaqa B ee tababarada amaanka.)

midnimo

Xirfadda wadajirka waa mid u wanaagsan saxafiyiinta deegaanka oy soo wajahda khatarta joogtada. Lagayaaba inay tahay tilaabada ugu wanaagsan ee la qaado deeganada noocaa oo kale, inay is abaabulaan koox ahaan qolkooda wararka kadsibna saxafiyiinta kale, iyagoo abaaraya urur

caasimadooda ama degaanada kale iyo wadankooda. Ururrada sida **Philippine Center for Investigative Journalism**, waxaa la aasaasay 1989, ama wadanka Colombia **Foundation for a Free Press**, waxaa la aasaasay 1996, kuwaasoo ka ciyaaray door muhiim ah joojinta weerrada kadanka ah saxafiyiinta, iyo isu keenka saxafiyiinta dhamaan. Ururka filibiin waxay faaqidaan akhbaarka dilalka loo geesto saxafiyiinta iyo inay ku dar-dar galiyaan ama kuqasbaan xukuumada inay horkeenta kuwa mas'ullka ka ah dilalka. Waxaa kale oo raacay ururka **Brazilian Association for Investigative Reporting**, kasoo la askumay 2002 kadib markii la afduubay kadibna la dilay wariyihii telefishoonka qaranka TOM LOPES. Ururka Brazil wuxuu kucadaadiyay xukumada inay tillaabo kaqaada kuwa soo weerarra warbaahinta. Saxafiyiinta waa inay ka gaabin in ay la xariiraan hay'adaha warbaahinta caalamka sida **guddiga difaaca saxafiyiinta CPJ** iyo ururka fadhigiisu yahay **Paris Wariyayaasha Aan Xuduuda Lahyn**, iyadoo taa lasocdaan hay'adaha udooda xuquuqda aadanah. (eeg lifaaqa E: hay'adaha warbaahinta). Ururrada caalamiga waxay ka caawinayaan in kor uqaadaan suncada saxafiyiinta ku hoos shaqeeya khatarta iyo inay cadaadi kusaaraan xukuumadaha inay ujawabaan.

Qorsheyn macquul ah

Saxafiyiinta ay soo wajahaan khatarta joogtada ah waa inay si sameeya qorsha macquul ah. Qorshaha waa inuu kudarsadaa contactiyada saxafiyiinta iyo xubnaha qoysaska, tifaftireyaashaiyo sidoo kale mas'uuliyiinta dawlada, diblomaasiyiinta dibadda iyo sidoo kale warbaaxinta guddaha iyo kuwa caalamiga iyo hay'adaha udooda xuquuqda aadanaha.

Qorshaha waa inuu qeexaa sida joogatada u dhacaan iyo qaabka ugu wanaagsan oo saxafiga uu ula socon karo tifaftireyaashaiyo xubnaha qoyska. Qorshaha waxaa kujira kara calaamada fudud oo saxafiga uu diri karo haddii ay halis deg-degga timaado. Sharciyada ama qorshaha waa inuu kujiraa nuqullo sida uu ula goobaha ama kuwareegid isgaarsiin kale. Haddii ay dhacdo inaad hawada kabaxdo qorsha waa inuu sii cadeeya inta lagaa war sugi karo inta ay xubnaha qoyska iyo tifaftireyaashaayan qaadin wax tillaabo ah. Qorsha wa inuu kujiraa qoraal dhamaystiran ee shaqsiyaadka iyo tafaftirayaasha, iyo kuwa la jecel yahay uu la xariri jiray gudaha iyo dibbada ama gobolka.

10. Ka jawaab celinta walwalka (Stress Reactions)

Dhibaataada walwalka ee ka Dambeeya dhaawac ama dilis waa mid caadiyan ka dhalata dhacdooyinka aan caadiga ahayn. Isku-buuqa Maskaxdu oo kaliyah saamayn kuma yeesho wariyayaasha soo tebiya colaadaha, balse sidoo kale saxafiyiinta tebiya masiibooyinka la xiriira xanuun ama geeri. Xukunada dilka, toogashada macnedarada ah, goobaha dalxiiska ee la qarxiyo, weerarada galmada, faraxumeynta carruurta, rabshada guriga, isqarxinta, iyo handadaad oo ay kamidyihin sheekooyinka sababi walwalka xaddhaafka ah.

Dhibaataada walwalka ee ka Dambeeya dhaawac ama dilis ayaa isku soo tari kartaa qaabab badan. Shaqsiya la kulma Isku-buuqa Maskaxdu waxay qeexaan xaalad mid aan cadai ahayn inkabadan ama in wax badan laga qabto. Saxafiyiinta shaqadoodu ay tahay in ay dulmeeraan ay tebiyaan dhacdooyinka, yaysan xittaa ku lug lahaanin, ama ay daawadaan masiibooyinka bina'aadanka waxayqaadi karaan dhibaato dareen oo adag. Saxafiyiinta wareysta dhibayaasha qaba Dhibaataada walwalka ee ka Dambeeya dhaawac ama dilis waa laga yaabaa in la qaadsiiyo ama ay la kulmaan waxayqabiirada ay ugu yeeraan Dhibaataada ka Dambeeya dhaawac ama dilis oo aad u daran ee la dareemo.

Tifaftireyaasha sawirada ama muuqaalada waxaa laga yabaa in ay la kulmaan Dhibaataada ka Dambeeya dhaawac ama dilis muddada ay ku howlanyihiin muuqaal. Maamulayaasha wararka oo heer kasta leh waxaa ay qaadi karaan Dhibaataada walwalka ee ka Dambeeya dhaawac ama dilis iyagoo la tacaalaya

sidii uga caawin lahaayeen wariyeyaasha iyo sawir qaadayaasha in ay maareeyaan walwalka gaar ahaan marka ay la kulmaan dhaawac ama marxalad geeri ah.

Calaamadaha walwalka ama murugta

Calaamadaha walbahaarka waa kuwa qeexan. Saxafiga waxaa la arka inuu yahay kuwa murugaysan, xanaaq dhaw, aamusan, ama xanaaqsan iyadoo dareemuhu isbabadalayaan ama ay yihiin kuwa nooc uun ah. Calaamadaha la arki karo waxaa ka mid ah xurdo xumi ama cunta xumi, wadna garaac said ah, dhidid, naxdin badan, madax xanuun, mantaq, feera xanuun. Xirxirnaansho shaqsiyeed ama shaqadeed ayaa caado ah, sido kale kamrada iyo kuxuulka oo saaid loo cabo. Calaamadaha kale waxaa ka mid ah qofka oo ahamiadiisa said u saara hawlaha shaqadiisa sidii asagoo iskudayaya inuu iska ilaaliyo dareemada aan dagnaanshada lahayn.

Ilaa intee ayuu walbahaarka noocan ah saameeyaa saxafiyiinta? In ka badan sideediiba mid oo ah saxafiyiinta ka shaqeya Maraykanka iyo Yurub kuwaaso laga soo xulay diraaso 2001 ay sameeyeen aqoonyahano jarmalka u dhashay ayay Teegen iyo Grotwinkel tusiyeen calaamadaha socda maan iskudhexyaaca noocan ahi (PTSD). Diraaso uu sameeyay *Anthony Feinstein* oo ah caalim Kanadiyaan ah sanadkii 2002ayaa tusinaya in afartiiba mid ka mid ah saxafiyiinta kasoo warama dagaalada ay leeyihiin calaamooyinka cudurkaasi. Diraasooyinka qaar ayaa cadaynaya in muran iyo rabshe kadhalan karto goobta shaqada cuduradaa awgeed.

“saxafiyiinta waa dadka dhulqaad leh, laakin sidoo kale waxaan u nugulnahay daawaca maaanka, kamana yaraysano, dabdamiyaasha, booliska, dakhatiirta ama militariga – waxaana u baahanahay tababar, gargaar la xariira maanka, iyo maamul aqoonsiga arrimahaas” *Bruce Shapiro* oo ah maamulaha xarunta DART ee saxafada iyo dhaawaaca la xariira ayaa kudhawaaqay asagoo kahadlaya magaalada Melbourne, ee dalka *Australia* sadakii 2010

Maan isku dhex yaaca la xariira walbahaarka shaqada waxaa baaritan lagu sameeyay sanadka 1980 ayadoo ay baarayaan shaybaarayaal lashaqaaynaya ciidamada Maraykanka ee dagaalki Veitnam. Calaamadaha maan isku dhexyaacan ayaa raagi kara mudo dhan dhowr billod am aka badan. Waxaa kale oo uu maan isku dhex yaaca keeni karaa calaamado dareenka qofkala xariira sida aamusnaan, cabsi badan, hanaaq, feejignaan said ah, iyo wareer badan. Maan iskudhex yaaca oo loosoo gaabiyo *PTSD*, waxaa kale oo uu badali karaa qaabka neerfa maskaxda ay isu gudbiyaan dareemaha, “Isbadalkana waxaa uu dhib usoo nooleen karaa arrimo horay udhacay oo murugadooda leh.” Sida uyiri Matthew Friedman maamulaha guud ee xaruunta qaran ee maan iskudhexyaaca ee iskuxirta ciidamada Maraykanka.haddii aan la daawayn waxaa ay isu badali karta nocya kala duduwan ee xanuunyo sida dhiig kar aad u sareeya.

War wanaagsan ayaa wuxuu yahay in sheybaarayaashu ay ogaadeen xaalada korintanka walbahaarada la xariira shaqada. “waxaa aan ka hadlayna isbadala fiican kuwaas kuyimaada dadaal lagu dadaalo shay adag” dakhtarta xaaladaha nafsiyeed ee *jaamacada University of North Carolina* ayaa usheegay The *Washington Post* sanadkii 2005. Korintaanka walbahaarkaasi ayaa la xariira, qofka oo dareemahiisa kor u qaada, xariirka dadka kale, la qabsashaha iyo mahadnaqa kuwajaha in uu qofka ka badbaaday xaalad adag oo uu noolyahay. Korintaankaasi wuxuu dhacaa marka “dadku” ay wajahaan musiibooyinka nolosha ayagoo yeelanay dareen ah in fursado cusub oo aan horay u jirin ay ka dhasheen dadaalkii iyagoo furaya albaabo aanan horay u furnayn” , Ayay qoreen baarayaasha *UNC Charlotte*.

Is ilaaninta

Waxaa ay tahay tilaabada ugu adag inaad ogaato in ay dhibaysanyihiin ama uu walwal jiro. Saxafiyiin iyo ciidanka badi waxaa ay leeyihiin waxay ka siman yihiin, taaso ah inaysan aqoonsan Karin saamaynta marka dhibka shaqada. “wali ma hubo in dhacankena uu diyaar u yahay inuu aqbalo arinkani”, ayuu ku yiri The *New York Times* sanadkii 20009 jeneraal *George W. Casey Jr.*, oo madaxa ciidanka Maraykanka.

“La qabsiga murugooyinka ayaa ku ah dhalin yarta mid adag ayagoo inta badan doonaya inay asxaabtooda la joogan” ayuu ku daray jeneraalka.

Saxfiyiinta waa inay bartan ilaalada naftooda. Fasax yar inay qaataan ayaa ah arin waa u qiima badan. sido kale ayaa ah inaad tafatirahaaga u sheegto inaad u baahantahay hawa badalasho cusub. Waxaa ta aka sii muhiimsan inaad muujiso murugadaada oo aad dareento dareemahaaga. Tababarka jirdiseed ayaa sida ay u aragto **scientific experts** isna qafiifin kara murugooyinka. The National Institutes of Health, oo ah xaruunta qaran ee dawaynta dhamaystireed iyo tan badaleed ayaa sheegaysa tabarada jirdiseed ee jirka – iyo maskaxeed sida **yoga, tai chi, qo gong iyo “meditation”** maskax ood dajiso ayaa ah kuwa faaido badan leh.

Ka taxadar naftaada. Shaqada kanaso, usheeg tafatirah inaad u baahantahay waji cusub. Isisii fursad aad kudareento dareemahaaga.

Dareemahaaga oo aad ka war hayso waa qaab kale oo lagu yareeyo walbahaarada. Saxafiyiinta waa ay ka kala faaidaysan karan haddii ay ka wada hadlaan arimahooda. Waxay ku kulmi karaan qayb ka mid ah qolka warbaahinta ama makhayada shaaha. Maamulayaasha waa inay siiyaan saxafiyiinta fursado ay kukulmaan si ay isaga waraystaan arimahooda. “waxaa kali ah oo aan u baahna waqti aan kula kulmo saxfiyiinta ila shaqaysa si aan ooga hadlo wax yaabihii igu dhacay oo dhan”, **Penny Owen** oo ah The Oklahoman shaqaalaha ayaa yiri asagoo u waramaya xarunta **DART** kadhif qarxintii guriga dawlada federalka ee Oklahoma sanadkii 1995. “ kadhif marka aan soo laabanay, qof walba aad ayuu u daalana kadhif qaraxii sidaa awgeed lama yeelan kulamadii wanaagsana”. Goobtay tahayba waa inay ahato meel aan cidna lagu xukumayn saxafi walbana uu soo bandhigi karo waxa uu doono.

Saxafiyiinta dareemaya murugooyinka badan waxaa kale oo ay samayn karaan inay utagaan dakhtarka xaalada nafsiiyeed. Xarunta DART waxay bixisaa Tilmaame kaa caawinaayo qaabkaad u dooranayso dakhtarka nafsiiyeed. Dakhaatir badan ayaa khibrad u leh murugooyinka ka yimaada shaqooyinka dhibka leh, talooyinka asxaabtana waa meel ugu fiican oo laga billaabo marka aad raadinayso dakhtarka. (qaar ka mid ah qorshaha caymiska caafimaad ayaa kaa saacidaya bixin qarashka. (eeg cutubka 1aad, qaybta hadlaysa caymiska iyo caymis bixiyaasha). Dhaqamada qaar ayaa kasoo horjeeda ayago kuwa kale na ay aqoonsan yihiin murugada ka dhalata murugada badan. Saxafiyiinta kunool wadamada aad saaidka looga aqoonsanayn arrimahaas ayaa lagu waaninaya inay la xariiran barta intarnetka ee Xarunta DART.

Gabagabo: Dunida naga horaysa

Habo badan, khataraha way wajahayaan saxafiyiinta waa kuwa aanan is badalin muda tobonaano sana ah. Qaar ka mid ah warbaahinta codka weeraro aan loo kala aabayaelin oo ka dhan ah saxafiada ayaa waxay la kulmeen sandii 2011, muda dii lagu guda jiray kacdoonkii dimuqraadiya doonkii ahaan. Sarakiisha dawlada iyo mintidiin xisbiga tala haya ee masar ayaa si cad muda yar gudaheed waqtiga ugu yar ee la xasuusan karo ku weeraray saxafiyiin badan. Saxfiyiin kaso jeeda dadal badan oo ushaqaynaya warbaahin u adeegta dagaystayaal iyo daawadayaasha luuqad kasta oo wayn ayaa la weeraray ama la xiray. Rabshada ugu badan iyo xadidnaashaha ayaa hoosta ka xariiqay dowlada aad ka u qiimaha badan oo ay saxafiyiinta ka ciyaaraan in dawlada ay kuwa kale lala xisaabtamo.

Wali aaladaha casriga ah waxay ay si aad ah u badalayaan habka war loo faafiyo. Daabacaad ay fidsay wikileaks sanadihii 2010 iyo 2011 oo kusaabsanaa xariir dimuqradiyadeed oo Maraykanka ah ayaa uu waxaa uu dunida u iftiimiyay kacaan adduunka ah oo la xariira habsocodka akhbaarta. Dawlada iyo saaxiibadood ayaa si cara leh ugu daqaaqay in ay hor istaagaan horsocodka sida ay sheegtay cilmi baaris

CPJ. Kudhawaad kalabar saxafiyiintii lagu xiray caalamka ayaa loo xiray eedo ka dhan ah qaranka sida inay kulug lahaayeen jaajuusnimo iyo kuxadgudub siraha qaranka. Kuwa khatarta ugu badan ugu jira ayaa waxay qabaan dabeecada isbadalada ganacsiga wararka.kudhawaad kala bar saxafiyiinta xabsiga loo taxaabay mudooyin kala duduwan ayaa waxaa ay shaqadooda koobaad ay tahay internetka. Kala bar kuwaas ka mid ah waa wariyaal madax banana. Sanad kasta tirooyinkaas waa ay koraan.

Shabakadaha cusub ee warbaahinta onleenka ah ayaa ah kuwa soo koraya. Kuwa ayaa loo habeeyay qaab daqameedka warka, iyadoo kuwa kalena ay isu keenaan saxfafiyiin sida bulsha wariyaal ah. Saxfafiyiinta heerka dambe badanaa waxay kushaqeeyaan iyadoo aan haysanin taageero abaabulan sida caymis, iyo taageero sharci. Kuwaa oo saxafiyiinta shaqaalaha ah muda dheer kusoo raaxaysanayeen. Jawigan halista badan ee is badalaya oo ay hagayaan badaadi' asaasi ah: sifiican ugu war qab arrimaha amaanka; amaanka kadhif qiimaynta koobaad; naftaada si fiican ugu diyaari hawl kasta ; ka war qab saxafiyiinta kale oo goobta kusugan, adigoo naftaada ka taxadaraya kahor inta lagu guda jiro iyo kadhif howsha.

Lifaaqa A: Liis warbixineed

Qabanqaabada laga doonayo shaqsiga

Marka la eego baahida gaarka ah iyo caqabadaha macquulka noqon karo, saxafiga waa in uu qiimeeyaa in uu doorto waxyaabaha ku xusan taxaalka soo socda, waa in uu sidoo kale ka fakaraa qalanbka kale ee muhiimka u ah shaqadiisa. Hay'ado badan oo warbahineed waxaydhiirigeliyaan in shaqsiga ay guriga u taallo shandad buuxda oo gurmada deg deg ah, xafiiska, ama uu u hayso si shaqsi ah ama baabuurka shaqada ay u saarnaato.

Shaqsiyan gaar kuu ah ama diyaargarowgaaga

Waa in kaarka tabarucaadka diiga uu ku jiraa boorsadaada jeebka, haddii aad ku sugantahay goob dagaal, waa in goortaada aad surtaa kaarka tusinaaya nooca u yahay dhiigisa iyo haddii wax xasaasiyad ah ama Alerji aad qabtid;

Waa in lacagta caddaan ah oo u kala qeybsan lacago wadamo kale duwan si fiican loo qariyaa, laguna qariyaa meelo qolada ah

Boorsada jeebka oo lala dhiibi karo ugu yaraan hal Kaar oo caddeyn sawir wata oona si sifudud loo badeli karo.

Baasboor ama warqad soocdaalka oo uu kamid yahay kaarka talaalka;

Laba photokopi oo dukumeentiyada socdaalka ah laguna kaydiyay meelo kala duwan

Iyo sawiro teesaraha dheeri ah;

Baabuurkaaga gudiisa;

Toosh, calaamada waddada, nalka deg-degga ah;

Jaakada badbaadada;

Qariirada nawaaxiga goobta;

Bustayaal;

Biyo la cabo;

Danduuq aas-aasi ah;
Iyo shaag aaryaysan oo dheeri ah iyo giriiga baabuurka lagu dalaco;

Boorsadaada gudiisa

Dawooyin kugu filan;
Ka hortaga duumada;
Ookiyaale ama muraayadaha araga oo dhakhtar uu kuu qoray iyo kuwa dheeri ah;
Daawada lagu nadiifiyo muraayada aragga iyo galkooda
Muraayadaha qoraxda;
Qalin iyo buug xasuus qor;
Cod duube dijitaal ah ama Kaamero;
Telefoonka gacanta;
Kombiyuutar fudud(laptop);
AC iyo sidoo kale janta siigar la dabeyn karo;
Batariyaal dheeri ah
Koopiyo la dahaaray oo ay ku qoranyihiin xiriirada shaqaalaha qolka wararka;
Iyo qorshe kasta oo qiimeyn ama masiibo looga hortago ;

Kaydkaaga;

Dhalada biyaha;
Dawada jeermiska disha gaar ahaan goobaha saxarada ay dhici karto in ay taallo, biyo nadiifiye
Toosh gacanta ama laambad;
Batariyaal dheeri ah;
Qalab korantada lagu xiro, xargo iyo sameecadaha dhagaha;
Cunto fudud oo la qalajiyey;
Dhar roobka ama qaboowga laga xirto;
Buste;
Koofiyad;
Galoofis;
Dhar la isu badesho;
Shukumaan iyo agabka aas-aasi ga ee aad ugu baahantahay suuliga;
Gacan nadiifiye;
Tirtire gacmeed;
Kareemka qoraxda;
Cayayaan suuliye;
Qandiciye gacmaha iyo cagaha
Santuuqa gar-gaarka deg degga oo dhamaytiran;
Boomaatada cagta;
Cinjir ama Kondhom ama illaaliye jeermis
Neep hoos gashi istiraasho;
Iyo Boorsooyin sinyeero xirma leh;
Haddii ay dhacdo:
Toorida jeebka ama agab difaac oo fudud:
Kareemka qoraxda;
Maro kaneeco;
Boorsooyin caag ah;
Sharooto/Koolo;
Jiinyeer

Xarig ama tidic

Sharooto adag

Maqaar jilicsan

Buruush wax lagu nadiifiyo

Diirad waa lagu taliyaa balse waxaa wanaagsan inaad la socoto in ay kicin karto tuhun ay kaa qaadaan masuuliyiinta

Xirmada santuuqa gargaarka deg-degga ah

Marka loo eego sida ay qabto hay'ada caafimaadka adduunka, santuuq gar-gaarka deg-degga waa in ay ku jiraan sheeyaasha soo socda. Saxafiyiinta waa in ay qiimeeyaan waxyaabaha ay ugu baahanyihiin howl kasta, ay ka doortaan ama ay ku darsadaan taxaalka waxyaabaha u habboon.

sharooto (koollo);

Nadiifiye jeermis dile ah;

Faashad;

Goojo indhaha qaboojisa;

Daawada cayayaan iska caabisa ama qaniinka;

Boomatada xasaasiyada ama kaniin;

daawada cabburka;

Cusbada fuuq celinta afka laga qaato;

Maqas iyo weelka nabadgelyada;

Xanuun baabi'iye;

Qalab nadiif ah;

Heer kul beeg ;

Dhag cuff;

Daawada kahortaga shubanka ;

Xermo daawada ka hortagta hurgunka (antipiotigada);

Budada fungiga (jeermis cagaha gala);

Iyo daawada xasilisa qof, hurdada keenta;

Shaqasiga tababarka wanaagsan qaba, waxayku darsan karaan kan;

Faashada lagu xidho marka uu dhaca dhib deg deg ah;

Dhar ka xiran xabadka;

Faashadaha dabka loo isticmaalo;

Alkoolo ama suufafka wax nadiifiya;

Kabyo;

Qalabka dhiiga lagu joojiyo;

Dawaynta;

Qalabka kale ee daaweynta

Lifaaqa B: tababar amaan

Shirkadaha hoos ku xusan dhamaantoon waxay bixiyaan koorsooyin loogu talagalay saxafiyiinta kahowgala degaanada cadaawuhu uu ka jiro .

AKE Ltd

www.akegroup.com

+44 (0) 143-226-7111

AKE waxayahayd shirkadii ugu horeysay ee gaar loo leeyahay ee uu fadhigeedu yahay U.K oo saxafiyiinta siisa tababar goobaha caddaawada looga hayo wariyeyaasha. Koorsooyinka waxaa loo qaabeeyay hanaan toos gacanta looga qabanayo iyo bandhigyo saxafiyiinta lagu siinayo aqoonta iyo kalsoonida sida ay u wajihi lahaayeen xaaladaha qatarta leh.

Centurion Risk Assessment Services

<http://www.centurionsafety.net>

+44 (0) 172-686-2090

Centurion waa shirkad fadhigeeda yahay U.K oo tababarada badbaadada ah oo joogto ah ka fulisa Mareykanka (U.S.A) iyo ingiriiska (U.K.), taaso xoga saarta badbaadada shaqsiga, wacyigelinta iyo gurmada deg-degga ah iyo sidoo kale mowduucyo kala duwan oo muhiim u ah saxafiyiinta ka shaqeynaya howlaha halista badan.

Chiron Resources

<http://www.chiron-resources.com>

+44 (0) 788-060-2426

Chiron resources oo fadhigeeda uu yahay U.K, waxaymaamushaa koorsooyin tababarto ah oo la xiriira goobaha caddaawada looga hayo wariyeyaasha, iyo tababaro kale oo amaanka la xiriira oo ay bixiso dhawr dal oo adduun kamid ah oo lagu bixinayo luuqadaha Ingiriisiga, faransiiska, iyo carabiga

Global Journalist Security

<http://www.journalistsecurity.net>

+1 202-244-0717

Waxaa la aasaasay sanadii 2011dii, waxaana aas-aasay qoraaga ugu badan ee warbixin, Lataliyaha amaanka saxafiga ee CPJ Frank Smyth, tababarka amaanka saxafiga ee caalamiga ah waxa uu ka hadlayaa arrimaha militariga iyo macluumaadka ay shacabka ugu baahanyihiin sida weerarada galmada, amaanka aaladaha, iyo Dambiyadaabaabulan.

Objective Travel Safety Ltd.

<http://www.objectiveteam.com>

+44 (0) 178-889-9029

Objective Travel Safety Ltd oo fadhigeedu yahay UK waxaa ay bil kasta bixisaa koorsooyin tababara ah oo ay kamid yihiin koorsooyin tebinta gurmada deg-degga ah ee helitaanka caafiamadka, sidii aad uga badbaadi lahayd masiibooyinka dabiicig ah, ka hortaga afduubka, la xaajoodka jidgooyoyinka, waxgelinta miinooyinka, sidii aad ula tacaali lahayd maskax buuqa ama walwalka.

Pilgrims Group

<http://www.pilgrimgroup.com>

+44 (0) 844-788-0180

+44 (0) 148-322-8778

Bilgrims Group waa shirkad fadhigeedu uu yahay U.K oo bixisa tababarada amaanka, talo-bixin, iyo macluumaad soo uruurin. Kooxda waxaa ay bixisaa tababar goobaha caddaawada badan, dharka xabada la isaga difaaco, iyo ilaalo amaan. Pilgrims waxaysidoo kale New York iyo meelo kale ka bixisay koorsooyin tababara ah oo adag.

Tor International

<http://www.torinternational.com/>

+44 (0) 193 287 9879

+212-452-0909

Tor international oo fadhigeedu uu yahay waxaybixisaa adeegyo ay kamid yihiin qiimeynta iyo la tacaalida halista. Intaa waxaa dheer tababarka goobaha caddaawada badan, dharka xabadaha la isaga difaaco, agab caafimaad, qalabka xiriirka iyo baabuur gaashaaman iyo kuwa kale.

TYR-Solutions

<http://www.tyr-solutions.com>

+44 (0) 20-3239-5257

TRY-solution waa shirkad fadhigeedu uu yahay U.K oo bixiya tababaro amaan, iyo caafimaadka ah, maareynta qatarta iyo xasaradaha, adeegyo ay kamidyihiin isgaarsiinta, tababar baadigoobka ah iyo taageero siin, oo ay la socdaan xermooyin la xiriira dhibaataada walwalka ee ka Dambeeya dhaawac ama dilis, qalabka xiriirka iyo baadigoobka

Lifaaqa C: shirkadaha bixiya ceymiska

Waxaa jira shirkado badan oo bixiya ceymiska. Diiwaanka hoose waxaa kamid ah shirkadahaas iyo kooxaha ka caawin kara saxafiyiinta iyo dadka kale ee doonaya in ay sameeyaan howl halis badan. Saxafiyiinta waxaa lagula talinayaa in ay doortaan cida ay ceymis ka samaysan lahaayeen qiimaha ugu macquulsan ee la heli karo.

Banner Financial Group

<http://www.bannergroup.com>

+44 (0) 199-386-2119

Kooxda Banner Financial Group waxay bixiyaan ceymis shaqsi iyo mid kooxeed loogu talagalay dadka socdaalaya ama doonaya in ay dibada ka shaqeeyaan. Heshiiska ceymiska waxa uu daboolayaa haddii dhaawac uu kaa soo gaaro dagaal ama weerar argagixiso, waxaa kamid noqon kara dhimasho iyo ceymis dhaawaca jirka soo gaara.

Bellwood Prestbury

<http://www.bellwoodprestbury.com>

+44 (0) 124-258-4558

+44 (0) 124-258-8688

Bellwood Prestbury waa shirkad fadhigeeda uu yahay U.K oo qorshayaal gooni ah siisa shaqsiyaadka ku nool ama doonaya in ay ka shaqeeyaan xirfado halis badan iyo goobo Qatar ah. Tebinta waxaa kamid noqon kara dagaal, halis argagixisonimo, afduub iyo ceymis madaxfarasho.

Crisis Insurance

<http://www.crisis-insurance.co.uk>

+44 (0) 143-226-8301

Crises insurance waa shirkad uu fadhigeedu yahay UK, oo ku taqasuustay siyaado halis badan oo ku aadan goobo iyo xirfado Qatar leh. siyaasadahaas waxaa kamid ah baahida shaqsi ahaaneed , waxaa loo heli karaa mid waqti gaaban ama mid dheer.

Reporters Without Borders

<http://en.rsf.org>

+33 1 44 83 84 84

Kooxda fadhigoodu uu yahay Paris ee wariyeyaasha aan xuduudaha lahayn waxay bixiyaan siyaasado ceymis oo gaar u ah saxafiyiinta ka shaqeysa goobaha dibadaha ee ay macquul tahay xaaladaha cadaawada. Qorshayaasha ayaa loo iibsanaa karaa maalin le ama ugu badnaan hal sano.

Safe Passage International

<http://www.spibrokers.com>

+1 303-988-9626

+1 800-777-7665

Safe Passage International oo fadhigoodu uu yahay Mareykanka waxay bixisaa ceymis socdaal siiyaan macaamiisha iyo ururada aan faa'iido doonka ahayn. Qorshaheeda amaan ee ugu horeeya, shirkada waxay bixisaa ceymis shil, oo ay kamid yihiin halis aad kala kulanto goob dagaal iyo argagaixiso, iyo sidoo kale daboolida afduub, madax furasho, iyo baada. Qorshayaasha deeraadka ah waxaa kamid ah dhimasho shil ku timid iyo xubnaha jir oo kaa go'.

Lifaaqa D: kaydka wariyaha iyo tusaha ama hagaha

Dart Center for Journalism & Trauma tip sheets and guides

<http://dartcenter.org>

New York +1 212-854-8056

Seattle +1 206-616-3223

London +44 (0) 207-242-3562

Melbourne +61 (0) 41-913-1947

Jakarta +62 217-884-2580

Cologne +49 (0) 221-278-0814

The Dart Center for Journalism and Trauma waxaa u ku caawiyaa wariyaasha aaladaha muhiimka ah iyo wararka la xiriira caafimaadka si ay ugu suurta gasho kasoo waranka musiibooyinka iyo rabshadaha. Bartooda intarnetka waxaa lagahela qoraallo, daraasooyin iyo maqaalo kuwaasoo koobkooban kana hadlayo qaracanka, saxaafadda iyo caafimadka la xariira maanka ama maskaxda. Ururka waxaa uu soo daabacaa buugaagta caawiya wariyaasha kasoo warama dagaalada iyo dhulqaadka walbahaarka kasoo waramida musiibooyinka

FAIR Investigative Journalism Manual

http://www.fairreporters.org/?IJ_manuals

TILMAAME **FAIR** waxaa loo qaabeeyay wariyaasha wax baara kuwaasoo kushaqeeyo xaalada ad adag, sida kuwa Afrika. TILMAAME waxaa lagusaleeyay dacdooyin gooni loo baaray kuwaasoo soo tabiyeen saxafiyiinta wax baara ee Afrika.

Frontline Protection of Human Rights Defenders Manuals

<http://frontlinedefenders.org/resources>

Ururka Frontline waxaa siiya difaacayaasha xuquuqka insaanka haga ka hor tageed kaasooxoha saara amaanka shaqsiya, findhiciliya am qaada dhiga halista iyo qorsheeynta. TILMAAME waxaa sidoo kale la helaa asagoo ah buug la iskudhuba riday. “Security-in-a-Box digital security manual” kaaso ah TILMAAME ururka frontline waxaa lagu habeeyay “Tactical Technology Collective” wuxuuna kacaawiyaa ilaalinta qalabka digitaalka ah iyo wada xariirkaba.

ICFJ Training Manuals

<http://www.icfj.org/Resources/tabid/209/Default.aspx>

“The International Center for Journalists” wuxuu bixiya hagayaal kala nooc ah oo soo koobaya warbixinta baaritaanka ah, go’aan qaadasho anshax leh, musiibooyinka dabiiciga ah iyo mawduucyo kala duduwan. Kuwa badan ayaa la hela ayagoo lacag la’aan ah qaarka kalena waxaa lagu helaa qiimo jaban.

IFJ’s Live News Survival Guide

http://www.hnd.hr/uploads/Journalism_survival_guide2003.pdf

TILMAAME “International Federation of Journalist” oo la daabacay 2003 ayaa ah ku qiimahiisa raagay. Wuxuu koobaya kashaqaynta deegaanada halista ah iyo goobaha dagaalada, dagaalada sokeeya iyo rabshahada, afduubyada iyo lahaystashanimada, gurmada dawaynta deg-dega ah iyo walbahaarada qaracanka leh.

IWPR Training Manual

TILMAAME tababarka Ee IWPR

<http://iwpr.net/reporting-change-handbook-local-journalists-crisis-areas>

Mawadhiicda lasoo koobay waxaa ka mid ah amni shaqsiyeed iyo kawarhaynta xaaladeed, sidoo kale kasoo warbixinta dagaalada iyo goobaha musiibooyinka. Waxaa laga helaa barta internetka IWPR ayadoo kuqoran lix luuqadood. Mac’hadka waxaa uu sidoo kale daabaca hagayaal mawduuciyeed iyo kuwa deeganeed.

Reporters without Borders Handbook for Journalists

<http://en.rsf.org/handbook-for-journalists-january-17-04-2007,21744.html>

“Handbook for Journalists” kaaso la cusbooneysiiday 2010 ayaa ah Tilmaame koobaya arrimo kaladuduwan oo ku haboon badbaadada, sida gurmada deg-dega ah, gurmada aadamiga iyo caafimaadka guud, digtoonida caafimaadka si loo qaado safarada iyo markuu kazoo waramayo goobaha dagaalka.

SaferMobile A Guide to Mobile Security Risk Assessment

<https://safermobile.org/resource/mobile-security-risk-assessment-guide/>

“safermobile” waxaa u ku caawiya saxafiyiinta iyo dadka kaleba adkaynta amaanka isticmaalka teknooliyada telefanka gacanta. TILMAAME waxaa uu kubilowda “**Mobile Risk Primer**” kaaso sifaynaya u jilicsanaanta guud ee xaldaha amaanka kuwaaso la xariira teknooliyada telefanka gacanta iyo isgaarsiinta.

Small World News Guide to Safely Using Satphones

http://smallworldnews.tv/Guide/Guide_SatPhone_English.pdf

Haga, kaaso lasoo daayay bisha sadexaad ee 2012, wuxuu u kuur galaya isticmaalka telefenada sateliteka gudaha wadamada cabursan. Wuxuu bixiya naseexoyinka isticmaalka ugu wanaagsan, sida iska ilaalinta kashafka iyo feejignaan xaga amaanka.

World Health Organization **International Travel and Health**

<http://www.who.int/ith/en/index.html>

“World Health Organization” waxay daabacda TILMAAME “**International Travel and Health**” ee **badbaadada socdaalada dibada iyo waxyaalo kale sida TILMAAME** “Guide on Safe Food for Travellers”. Wuxuu kooba mawdhuucyada sida waxyaalaha muhiimka u ah safarka sida talaalka; cuntada, iyo qatarta caafimaad ee deeganada kala duduwan sida musiibooyinka dabiiciga ah. Sido kale wuxuu kooba taxaal buuxa oo ah alaabada lagahelo saduuqa gurmada deg-dega ah.

Lifaaqa E: hay’adaha Warbaahinta

Press Freedom Groups

Ururka Xoriyada Saxaafadda

Adil Soz

<http://www.adilsoz.kz/en/>

+7 7272 911670

Wa urur fadhigiisa yahay **ALmaty Kazakhstan** waxa u kacaawiyaa wariyaasha arrimaha sharciyada, kuwooda qatarta kujira iyo diiwaangalinta tacadiyada loo geesto warbaahinta Kazakhstan.

Andean Foundation for Media Observation & Study

<http://www.fundamedios.org>

+593 2 2461622

waa urur waa fadhigiisa yahay Quito waxaa kala oo yaqaanaa “Fundamedios” waxaa u uruuriyaa xadgudubiyada loo geesto xoriyada war baahinta ee wadankaas Ecuador iyo kahadlida xadgudubiyada loo geesto warbaahinta.

Article 19

<http://www.article19.org>

+ 44 (0) 20 7324-2500

Waxaa aasaasay 1987, qodobka 19 waxay lagaalamaan ama waxay kahormajeedaan dawagalka lagu sameeyo saxaafadda, difaacida wakaaladaha wararka, ka ololaynta sharciyada iyo dhaqangalinta wax yaabaha caburiyo saxaafadda.

Committee to Protect Journalists

<http://www.cpj.org>

+1 212-465-1004

Qoraaga Hagahan CPJ waa hay’ad madax banana oo aan kushaqayn faa’ido taso difacda xuquuqda saxafiyiinta, sii ay usoo tabiyaan wararka cabsi la’aan ama aargudasho la’aan. Hay’ada waxay matashaa, korka eegtaa, una dooda saxafiyiinta kujira xaaladaha qatarta iyo kuwa kujira xabsiyada dunida dacadadeeda, iyadoo soosaarta boqolaal qoraallo ama dokumintiya ka hadlaaya xadgudubiyada lagula kaca warbaahinta wadan kasto.

Foundation for a Free Press (Fundación para la Libertad de Prensa)

Ururka horiyada saxaafadda (Fundación para la Libertad de Prensa)

<http://www.flip.org.co>

+57 1-400-9677

to journalists who have been the victims of attack or assault or who are suffering from stress.

Ururka isdo kale loo yaqaano FLIP, waxa hay'ad saldigeeda yahay Bogoto, kasoo lasocdo horiyada warbaahinta iyo amaanka saxafiyiinta ee wadanka "Colombia" iyadoo adeegsanaysa ilaalinta iyo feejignaanta. Hay'ada FLIP waxaay sidoo kale siisaa talo bixin wariyeyaasha la dulmiyey ama lagu xadgudbay ama kuwa qabo murugta/walbahaarka.

Freedom Fund for Filipino Journalists

Ilaha dhaqaale ee xoriyada saxafiyiinta Filipino.

<http://www.cmfr-phil.org/flagship-programs/freedom-watch/freedom-fund-for-filipino-journalists>

+63 2 894 - 1314

FFFJ waa shuraakoyin ay hogaamiso xarunta xoriyada iyo mas'uuliyada saaxafada qaranka. Waxaa la bilaabay 2003 iyado jawaab u ahayd dilka warye **Edgar Damalerio**, FFFJ waxay ka shaqaysay sida cadlaad loosoo taagi lahaa gacan ku dhiiglayaasha saxafiyiinta Philippine.

Independent Media Centre Kurdistan

Xarunta warbaahinta madaxa banana ee Kurdistan.

<http://www.imckiraq.blogspot.com>

+964 0770 86 42 653

Xarunta warbaahinta madaxa banana ee Kurdistan waxay talo bixin iyo tababar siisa hay'adaha warbaahinta ee Kurdistan. Coorsoyinka waxaa baraa shaqsiyaadka ama habka sida tooska ee onlineka

Institute for Reporters' Freedom and Safety

Machadka amaanka iyo xoriyada wariyeyaasha.

<http://www.irfs.az>

+994 12 418 0334

Machadka oo fadhigiisu yahay Baku, Azerbaijan, waxuu wax ka qoraa xad-gudubyada lagula kaco xorida saxaafadda,iyo difaaca saxafiyiinta si'ay usoo tabiyaan wararka.

International Federation of Journalists

Ururka Caalamiga ee Saxafiyiinta.

www.ifj.org

Europe: +322-235-2200

Asia-Pacific: +6 129-333-0999

Africa: +22 133-867-9586

Ururka Caalamiga ee Saxafiyiinta (IFJ) ee fadhigiisu yahay Brussels, waa ururra badan oo suxfiyiin iyo ganacsato ee wadama badan, waana ururka ugu wayn ee saxafiyiinta adduunka. Ururka waxaa u hormariyaa xuquuqda aadanaha, xoriyada hadalka,iyo demoqaraadiyada taasoo la loo si maraayo horiyada warbaahinta.

International Freedom of Expression Exchange

Ururka aaraa isdhaafsiga ee caalamiga (IFEX)

<http://www.ifex.org>

+1 416-515-9622

Ururka aaraa isdhaafsiga ee caalamiga (IFEX) waa urur caalami ah oo baahiya wararka kusaabsan xadgudubiyada lagula kaco warbaahinta iyo taagyeerida horiyada hadlka.

International Press Institute

machadka warbaahinta ee caalamiga

<http://www.freemedia.at>

+43 1 512-9011

machadka warbaahinta ee caalamiga (IPI) waa ururra warbaahin oo isku xiran oo muhimadoodu tahay wacyi galinta warbaahinta horta iyo horumarinta madaxbaanida saxafiyiinta. Ururka waxaa uu dabagalaa saxafiyiinta lagu dhibaateeya wararka ay soo tabiyaan, iyo qimaynta hornimada warbaahinta ee dunida.

Instituto Prensa y Sociedad

Machadka Prensa y Socieda

<http://www.ipys.org>

+51 1 2474465

Tani waa ururka warbaahinta horta ee wadanka "PERU", ururl wuxuu qoraa una doodaa saxafiyiinta kujira dhibaatooyinka

Journalistic Freedoms Observatory

Eegayaasha horiyada saxafiyiinta

<http://www.jfoiraq.org>

+964 0047 97 101 186

Ururka JFO saldhigiisu waa Baghdad, waa xulufa aqoon yahana ree Iraq ah kuwasoo bixiya taagyeera xaga sharciyada aay ubaahan yihiin saxafiyiinta lagu xadgudbo ama la dhibaateeya xoriyadooda iyo wacyigalinta amaanka saxafiyiinta.

Journaliste en Danger

Saxafiyiinta qatarta kujira

<http://www.jed-afrique.org/en>

+243 81 71 50 157

Kani wa hay'ad fadhigeeda u yaha y Kinshasa difaacda horiyada warbaahinta ee wadanka Congo iyo wadamada kale ee afrikada dhexe.

Media Institute of Southern Africa

Machadka warbaahinta ee koonfurta afrika

<http://www.misa.org>

+264 61 232975

Waxaa aas-aasay 1992, fadigiisuna Namibia, wuxuu hormariyaa xornimada, madaxbanaanida iyo wadajirka warbaahinta.

Pakistan Federal Union of Journalists

Xulufada saxafiyiinta ee pakistan

<http://pfuj.pk>

+92 051-287-0220-1

Waxaa aas-aasay 1950, **PFUJ** waxay kamid tahay hay'adaha ugu da'da way nee koonfurta asia. Waxaa loo qaabeeyay difaaca iyo hor'umarinta daqaalaha saxafiyiinta, marka la eego xeerhooda waxaa ku xusan diira galinta iyo doonista xubnahooda, wada shaqayn tayo leh iyo dhex-dhexaanimo.

Reporters Committee for Freedom of the Press.

Gudiga wariyeyaasha ee saxaafadda hornta.

<http://www.rcfp.org>

+1 800-336-4243

+1 703-807-2100

Waa hay'ad fadhigeeda yahay U.S tasoo la u adeegta, difaacda warbaahinta horta, iyo horiyada hadlka gudaha wadanka Maraykanka. Hay'ada waxay siisaa wariyeyaasha daqaale, waxbarasha iyo shaqaale dawlada tasoo garab socota kaalmada horriyada akhbaarta.

Reporters Without Borders

Wariyeyaasha aan hududa lahayn

<http://en.rsfsf.org>

rsf@rsf.org

+33 1 44 83 84 84

Wariyeyaasha aan hududa lahayn wuxuu fadhigeeda yahay Paris, waa hay'ad difaacda xoriyada saxafiyiinta shaqadooda lagu dhibaateeya ama kuwa kuxiran dunida dactaladeeda. Hay'ada waxay ushaqaysaa saxafiyiinta sida arrimaha bad-baadinta, waxaa kale oy bixisaa caymiska, qalabka bad-baadada iyo daabacada buugaagta bixiya xog gaar ah (handbook).

Southeast Asian Press Alliance

Usutaga warbaahinta koonfur bari Asia

<http://www.seapabkk.org>

+66 2-2435579

Usutaga warbaahinta koonfur bari Asia wuxuu kashaqeyaa xoriyada warbaahinta Asia. Ururka waxaa lagu aas-aasay Bangkok 1998dii, wuxuu usku keenay saxafiyiinta madaxa banana si uu ugudooda una difaaca.

World Press Freedom Committee

Guddiga warbaahinta horta ee caalamiga

<http://www.wpfc.org>

Guddiga warbaahinta horta ee caalamiga waa midowga hay'adaha warbaahinta ee caalamka tasoo difaacda xorriyada warbaahinta caalamka. Ururka waxaa sameeyaa baaritaano quseeyo tacadiyada, cabburinta iyo kuxad gudubka sharciyada, lagula kaco warbaahinta xorta. Waxay kor kala socotaa saxafiyiinta kujira xabsiyada dinda dactaladeeda.

Internet Freedom Communities & Groups

Bulshooyinka iyo ururada xorriyada internetka.

Electronic Frontier Foundation

Ururka xadidda elektoroniga

<http://www.eff.org>

+ 1 415-436-9333

+ 1 202-797-9009

Ururka wuxuu udagaalmaa suu udifaaco ama u ilaaliyo xorriyada shacabka ee tignolajiyada casriga ah. Iyadoo adeegsanaayo qareenada aqoonta dheer leh, kuwa ka faalooda siyaasada, ololeeyayaal xuquuqda iyo kuwa ku xeel dheer tignoolajiyada, sida qaalibka ah waxay ka difaacan xuquuqda maxkamadaha gudahooda, iyadoo keenayo kiisas ka dhan ah laamaha iyo shirakaha dawlada.

Privacy International

Ilalinta siraha caalamiga

<https://www.privacyinternational.org/>

+ 44 (0) 20 7242 2836

Ilalinta siraha caalamiga (Privacy International) wuxuu difaacaa xuquuqda si uu helo inaan inaan laisku xadgudbin, ilaalinta dadka sirtooda iyo faragalinta doowladaha ay kusamaeeyaan noolasha shaqsiyaadka iyo ururrada.

Global Voices

Codka dunida

<http://globalvoicesonline.org>

Codka dunida waa guddiya kabadan 500 oo baloogar ama dadka kompiyuutarada wararka kudiyaariyo iyo tarjumayaal luuqad ee dunida dactaladeeda, kuwass iska kaashanaaya so dabinta wararka caalamka, ayagoo diiri galinaaayo in wararka laga maqal saxaafadda caadiga ah sida raadiya ama telefishonka.

News Safety & Support Organizations

Hay' adaha bad-baadinta iyo taagyeerada warbaahinta

Dart Center for Journalism & Trauma

Saldhiga saxafiyiinta iyo toroomarka ee DART

<http://dartcenter.org>

New York +1 212-854-8056

London +44 (0) 20-7242-3562

Melbourne +61 (0) 41-913-1947

Jakarta +62 21-7884-2580

Cologne +49 (0) 221-278-0814

Waa ururr fadhigiisu yahay jaamacadda kolombia waxaa siiyaa saxafiyiinta akhbaaraadka muhiimka u ah shaqadooda iyo ilaalinta anshaxooda goobaha rabshada, iska horimaadyada iyo goobaha musiibooyinka. Waxaa uu siiyaa wariyayaasha iyo qolalka akhbaaraadka ee dunida daafadheeda macluumaad tirro badan oo muhiim u ah shaqadooda.

Free Press Unlimited

Warbaahinta xorta aan xadidnayn

<http://www.freepressunlimited.org/en>

+ 31 35-62-54-300

Warbaahinta horta aan xadidnayn waxay caawisaa qabiirada warbaahinta guddaha iyo shaqaalaha si aay ugu suurta galiyaan dadwaynaha nay akhbaarta muhiimka u ah noolashooda iyo jiritankooda.

International News Safety Institute

Machadka badbaadada akhbaaraadka caalamkarmka

www.newssafety.org

+44 776-681-4274

+44 773-470-9267

Machadka badbaadada akhbaaraadka caalamkarmka waa xulufo hay'adaha akbaaraadka iyo ururro caawimaad, kuwa soo caawiya wariyaha naftiisa uhuray inuu kashaqeeya deegaanda qatarta kajirta. Waxay bixiyaan tababaryo amaanka saxafiyiinta ee dunidda, waxay waxbarasha siiyaan qoraayaasha heshiisyada ama sharciyada, wararka iyo milatariga tasoo laxiriirta amaanka saxafigga.

International Women's Media Foundation

Ururrka dumarka warbaahinta caalamka

<http://iwmf.org>

+1 202-496-1992

Ururrka Dumarka Warbaahinta Caalamka, waa ururr caalami ah oo ay kag'ontahay kor uqaadida door dumarka ee warbaahinta caalamka si loo si horumariya xorriyada warbaahinta.

The Rory Peck Trust

<http://www.rorypecktrust.org>

+ 44 (0) 20-3219-7860

The Rory Peck Trust waxaa uu caawiyaa dadka adeegsada xirfadooda si ay u aruuriyaan wararka iyo eheladooda marka ay baahi jirto, horumarinta arrimahooda baddbaadinta ayagoo siinaayo tababaryo xagga amaanka.

Professional Training Organizations

Hay'adaha tababarka aqoonyaanada

Institute for War and Peace Reporting

Machadka warbixinta nabadda iyo dagaalka

www.iwpr.net

+44 (0) 207-831-1030

Machadka warbixinta nabadda iyo dagaalka wuxuu la shaqeeya saxafiyiinta guddaha iyo warbaahinta kashaqaysa goobaha hore ee digaalka si ay u ay ugu kaalmeeyaan si ay awood, xirfad iyo wacyi galinta kusaabsan arrimaha bani aadinmada iyo horumarinta dooddaha iyo qudbadaha bulshada.

International Center for Journalists

Xarrunta dhexe ee saxafiyiinta caalamka

www.icfj.org

+1 202-737-3700

Xarrunta dhexe ee saxafiyiinta caalamka (ICFJ) waxay waxay gacan ka geysataa waxbarashada, tababarada iyo saaxintinmada saxafiyiinta madaxa banana ee caalamka. Waxaa kale soo saartaa qoraale yar-yar oo badan, oo caawinaaya suxufiyiinta qibradooda iyo anshaxooda, kwaaso laga helo onleenka (online).

Poynter Institute

Machadka Poynter.

<http://www.poynter.org>

+1 727-821-9494

Poynter waa machad waxbarsho aan faaida doon ahayn kasoo bixiya siminaarada, fasalada shaqsigu iyo koorsooyin onleen (online) ah, kuwasoo kusaabsan qiimaha iyo tababarka saxafiga. Poynter waxaa uu bixiyaa tababara onleen (online) ah, macluumaadka machadka waxaa laga helaa ayagoo onleen ah kasoo loogu tala galay saxafiyiinta daafaha dunida.

Tactical Technology Collective

Wada jirka iyo xeeladda tiknolijiga

<http://www.tacticaltech.org/protect>

+493 060 961816

+918 041 531129

Qasadkooda kowaad wuu doodaa, siyaa akhbaarta ugu dambaysay iyo macluumaadka saxafiyiinta madaxa banana qatarta xagga amaanka iyo dawooyinka.

Investigative Reporting Groups

Ururada tabiya baaritaanada

Associação Brasileira de Jornalismo Investigativo

<http://www.abraji.org.br>

+55 (11) 3159-0344

Waxaa kale oo loo yaqaanaa ABRAJI ururka waxaa uu ddirada saaraa kobcinta xirfadda wariyeyaasha qaas ahaan wadaada waxyaabaha muhiimka iyo farsamada ku wasoo la xiriira wararka baaritaanada. Ururka ARBAJI wuxuu u dagaalamaa xornimada akhbaarta ee wadanka Brazil wuxuu bixiyaa koorsooyin onleen ah, koprsooyin shaqsiyaad, saxafiyiinta iyo ardayda saxaafadda.

Arab Reporters for Investigative Journalism

Saxafiyiinta Arabta ee baaritaanada wararka

<http://www.arij.net>

Saxafiyiinta Arabta ee baaritaanada wararka (ARIJ)waa suxfiyiin madax banana ee barriga dhexe wuxuu bixiyaa tababaro deeq lacageed wuxuu siiyaa mashruucyada daba galka ama baritaanka. ARIJ wuxuu bixiyaa qarshaadka safarada, helida xog badan oo lagu kalsoon yahay iyo baaritaan sharci ah xogta lasoo helay.

Bureau of Investigative Journalism

Xafiiska Saxafiyiinta Baaritaanka.

<http://www.thebureauinvestigates.com>

+44 (0) 796-946-6285

Saldhiigiisu yahay U.K, Xafiiska Saxafiyiinta Baaritaanka wuxuu isku dayaa kor uqaado asalnimada qoraalka warbaahinta wax baaro ama arruriyo wararka, akhbaar dhamaytiran oo tayyo leh wakaaladaha kale akhbaaraadka. Waxay diirada saaraan arrimaha musuq-maasuqa iyo arrimaha la fahmi karo(transparency).

Centro de Investigación Periodística

<http://www.ciperchile.cl>

+56 2 638-2629

CIPER waa hay'ad madax banana oo faaidoon ahayn taasoo isku day' do inay kobciso qorayaasha wax baaro ee wadanka Chile. Waxay diirada saaraan isticmaalida sharciyada wadanka Chile iyo soo tebinta wararka si khibrad iyo farsama leh si ay shacabka uhelaan dookumintiyada iyo akhbaaraadka wadanka

Centro Periodismo Digital

<http://www.centroperiodismodigital.org>

+52 3 268-8888

Xarunta tababarka saxafiyiinta dijitaalka ee jaamacada Guadalajara waxay cawisaa suxifiyiinta barashada shaqooyinka warbaahinta cusub iyo tababarka saxafiyiinta wadaniga. Waxaa kalw ay bixisaa korsooyin, saminaara aqoon iswaydaasir, iyo sidoo kale macluumaad onleen ah iyo tacliin fasalada.

European Fund for Investigative Journalism

Deeqaha urub ee saxafiyiinta baaritaanka

<http://www.journalismfund.eu>

+45 4082-2168

Deeqda waxaa lagu kaalmeeyaa saxafiyiinta sameeya dabagalka ee ka howl gala caalamka ama kuwa wadamada kale ee la shaqeeya. Deeqda waa mashruuc ay bixiso, "the pascal decroos fund for investigative journalism" kasoo bixiya tababaro iyo wanaajinta ama kor uqaadida baarita wariyeyaasha.

<http://www.fairreporters.org>

Forum for African Investigative Reporters

Kulanka wariyeyaasha baaritaanada ee Afrika

+2711-482-8493

Kulanka wariyeyaasha baaritaanada ee Afrika (FAIR) waa urur qabiiro kakooban ee saxafiyiinta ama wariyeyaasha ee Afrika wuxuu kashaqeeyaa siyaadinta xirfadaha iyo tababaraha wariyeyaasha. Waxaa ay bixiyaan xogta muhiimka ah, talooyin, macluumaad koban iyo deeq, iyo caawinta saxafiyiinta ay soo wajahdo caqabadoonka tasoo ka dhalata tababar la'aan, lacagta ay kushaqeyaan oo aad u yar iyo gootin ama Qatar kutimaada.

Global Investigative Journalism Network

Kooxaha saxafiyiinta caalamiga

<http://www.globalinvestigativejournalism.org>

Kooxaha saxafiyiinta caalamiga waa in kabadan 40 hay'adood caalami ah oo faaida doon ahayn oo isku xiran, kuwaaso muhiimadooda ay tahay barista ama wararka la adeegsada kombiyuutarada. Waxay qaban qaabiya shirarka gobolada is ay udhiira galiyaan shaqooyin wanaagsan iyo caawinta kooxaha doonada ama raaadinaaya xiriyada akhbaaraadka. Bartooda intarneetka waxuu leehay qoraala badan hay'adaha kujira iyo xubna kale wariyaal badan ee iskaashada.

International Consortium of Investigative Journalists

Shurakada wariyeyaasha caalamka

<http://www.publicintegrity.org/investigations/icij>

+1 202-446-1300

Shuraakada wariyeyaasha caalamka sadhiigiisa waa Washington, waa shuraako tayo wanaagsan leh, waxay kashaqeeyaan wax wada qabsiga wariyeyaasha caalamka, waxay eegaan ama ay gaaraan wax

babaxsan xuduudaha wadamada. Shuraakafod waxaa xoojiyaa “Center for Public Integrity” saldhiga minmada shacabka, waxaa uu diirada saaraa warinta arrimaha musuq-maasuqa iyo dambiyada caalamka.

Investigative News Network

<http://www.investigativenetwork.org>

+1 213-290-3466

+1 818-582-3533

Shabakada warbaahinta barista waxay qabataa ilaalinta saxaafadda iyo caawinta hay'adaha saxaafadda ee aan faaiido doonka ahayn. Waxay ka koobantahay in ka badan 50 ilo warbaahineed oo faido doon ahayn aha nee waqooyiga amerika.

Investigative Reporters & Editors

<http://www.ire.org>

+1 573-882-2042

IRE waa hay'ad tababareed oo an ahayn faaido doo nee saxaafadda wariyeyaasha baaritaanka ee iskoolka saxafada ee Missouri.waxay kaalmaysa wariyeyaasha oyna difaacda xuquuqda saxafiyiinta baaritaaneed ayadoo u dooda sara u qaadka heerka warinta wararka.

Organized Crime and Corruption Reporting Project

<http://reportingproject.net>

+387 33-56-0040

OCCPR waa iskaashaga ka dhexeeyo hay'adaha warbaahinta ee bariga yurub iyo saldigyada wararka baaritaanka kuwaaso loo qaabeeyay wadaaga macluumaadka iyo badbaada si loo soo saara warar baaritaaneed kuwaaso kusaabsan falal dambiyeedka abaabulan

Philippine Center for Investigative Journalism

<http://www.pcij.org>

+63 2 431-9204

Xarunta saxaafadda baaritaka ee filibiin waxay hor marisaa wararka baarintanka ee wadankaas. Xaruna waxay bixisaa tababarka saxafiyiinta filibiin iyo konfur galbeed Asia.

ProPublica

<http://www.propublica.org>

info@propublica.org

+1 212-514-5250

ProPublica waa qolka wararka ee aan faaido doon ahayn oo saldigiisa yahay Maraykankakaaso soo saara wararka baaritaanka ee kusabsan kutakrifalka awooda. Kooxda waxay diirada saarta sheekooyinka loo arka inay leeyihiin awooda laxariira xumanta iyo samaanta sido kale waxay raadisaa daqdaqaajinta isbadala miradalka ah adaydoo u adeegsanaysa wararkeeda

Publica

<http://www.apublica.org>

Publica waa Saldiga saaxafada baaritaaneed ee aan faaido doonka ahayn oo ugu horaysay Brazil wuxuuna u qasdaa inuu hormariyo saxaafadda si ay u noqoto mid u wanaagsan bulshada iyadoo kobcinaysa warbaahinta baarintaanka oo madax banana. Xarunta waxay la shaqeysa ilaha wararka ee Brazil iyo kuwa caalamiga ah si ay umaal galiyaan mashaaricda warbaahinta.

SCOOP

<http://www.i-scoop.org>

SCOOP waa shabaka isku xirta saxafiyiinta baaritaanka ee bari iyo konfur bari yurub taaso hadafkeeda yahay isku xir mashaaricda caamaliyeed, wadaaga khihrada iyo afkaarta. SCOOP waxay ka shaqaysa 12 wadan iyadoo barteeda internetka laga heli karo taxaalka xaruumaha warbaahinta baaritaaneed ee ka jira caalamka oo dhan

Lifaaqa F: Kaydad kale

International Society for Traumatic Stress Studies

www.istss.org

+1 847-480-9028

ISTSS waxaa ka go'an wadaaga macluumaadka khuseeya saamaynta walbahaarka iyo yaraynta arrimaha ka dhasha ee waara. Bartooda internetka waxay bixisaa baaris cilmiyeed iyo macluumaad, qalab cilmiyeed iyo TILMAAME daawaynta walbahaarka iyo PTSD.

National Center for Complementary and Alternative Medicine

<http://nccam.nih.gov>

+1 888-644-6226

NCCAM waa qayb ka tirsan xaruumaha caafimaadka ee qaranka Maraykanka. Waxay ka go'an inay sameeyann baaris cilmiyeed khuseeya falalka iyo dawaynta kuwaaso caadi ahaa aan lagu xisaabin inay qayb ka yihiin dawaynta daqameed ee galbeedka. NCCAM waxay bixisaa macluumaad khuseeya xanuunada iyo walbahaarka sido kale diraa-sooyin khuseeya dawayn badal ah oo suura gal ah, iyo digniino khuseeya waxyaabaha halis ku ah caafimaadka ee kayimaada dawaynta aan saxda ahayn.

National Institute of Mental Health

www.nimh.nih.gov

+1 866-615-6464

NIMH waa qayb ka tirsan xaruumaha caafimaadka ee qaranka Maraykanka. Waxay samaysa baaris cilmiyeed iyadoo bixinaysa macluumaad khuseeya xaaladaha iyo khidmooyinka caafimaadka maanka. barteeda internetka waxaa lagahelaa macluumaad khuseeya nocyaha badan ee cudurada maanka, oo uu ka mid yahay xanuunada la xariira walbahaarka.

RAINN: The Rape, Abuse, & Incest National Network

<http://www.rainn.org>

+1 202-544-1034

RAINN oo ah hay'ad kusalaysan Maraykanka ayaa bixisa macluumaad khuseeya iska ilaalinta, badbaadada iyo ka soo kabsiga xadgudubyada la xariira jinsiyada. Khadka Telefanada arrimaha deg-dega ee la xariira jinsiyada ee qaranka waxaa laga helaa bartooda internetka ama telefanka. Barta internetka waxaa kale uu bixiyaa xiriirada kaydada caalamiga ah.

U.S. Centers for Disease Control and Prevention

<http://www.cdc.gov>

+1-800-232-4636 (24-hour health information hotline, Monday through Friday)

Wakaalada dawlada Maraykanka waa ila guud ee macluumaadka khuseeya cudurada caanka ah, iskudhex yaaca, iyo daawaynta. Barta internetka CDC waxaa laga bixiya macluumaad khuseeya

jiryooyinka, iyo cudurada, nolol caafimaad, badbaadada iyo xanaanada deg-dega ah, iyo u diyaar garowga musiibooyinka iyo jawaabida.

The World Health Organization

www.who.int/en

Hay'ada caafimadka ee caalamiga, gacanka caafimaadka bulshada ee qaramada midoobay, waxay kormeeran xaalada caafimaad ee caalamka sido kale waxay daba galaan cudurada cusub ee soo dilaaca adduunka dhan. Waxay siisaa dadka safarka ah Tilmaame tafatiran oo khuseeya talaalka, nadaafada iyo ka hortaga cudurada. Sido kale digniino iyo xadad khuseeya safarka.

Lifaaqa G: qiimaaynta amaanka shaqada ka hor

Gudiga difaaca saxafiyiinta waxay ka sameeyen “template” qalabyo asli ah oo ay diyaariyeen khabiirto amni oo ka dhan ilaaliyaasha xuquuqda aadanaha. “Templatekan” wuxuu bixiyaa hagitaan oo kali ah. Ogoow saxafi walba ama wakaalad war baahineed waxay wajayhaysa xaalada ayada gooni u ah taaso u baahan badalitaan “templateka”

1. Sifaynta shaqada

Aqoonso taariikhyaha safarka, jid socdaalka iyo magacyada xubnaha, saxafiyiinta madax banana iyo kuwa kale (oo ay ka mid yihiin lataliyaal maxali ah oo la soo kiraystay) kuwaaso ka qayb qaadanaya shaqada.

2.0. Taxliilka halista

Aqoonso khatarta amaanka ee suura galka ah kuwaaso la xariira fulinta shaqada

2.1. Arrimaha rabshada u saaxibka ah

Baar fursada adiga, kooxdaada ama qofka guddaha ah ee idil xariira lagu weerari karo ama la ilaalsan karo.

Aqoonso arrimaha rabshada u saaxibka ah ee suura galka ah, kuwaaso ay ka mid yihiin maamulka dawlada, dambiyaga abaabulan, hogaamiya kooxeedka, iyo awooda aan la saadaalin Karin. Aqoonso isku xirnaashaha iyo kutalagalida weeraro rabshadeed.

2.2. Khatarta ka imaan karta goobta

Aqoonso khatarta la xariirta ka soo waramida goobta. Khatarta noocaa ah waxaa ka mid noqon kara kor u kaca iska hor imaanshada, qafaalashada, dhex galka maamul rabsha u saaxib ah (xuduudyada oo la mari kari waayo iyo xiritaan) jilaalsasho toos ah ama mid qalab casriyeedba, macluumaad xasaasi ah oo six un loo isticmaalo, khatarta caafimaad, khatarta la xariirta gaadiidka, dambiyada caadiga ah.

2.3. Amaanka xiriiryaasha guddaha ah

Aqoonso khatartka ay wajahi karaan dadka kulashaqaynaya (tarjumeyaal maxali ah, darawaliin, marqaatiyaal). Dul meer waxyaabaha dhalin kara weerar ama ilaalsasho.

2.4. Khatartka kuwajahan baritaanka

Si khaas ah u wajah khatarta la xariirta fulinta shaqadaada (sida waraysiyaasha, sawir qaadida, filin duubida, booqashada gooba cusub, helista iyo qaadida kuhaymaha qoraal iyo sawirada kuwaaso leh qiimo marqaatiyeed)

2.5 muuqaal qofka

Waxaad sharaxdaa qaabka haybsashadaada, tan kooxdaada ama ta hay'adaada u dhalin karto siyaado ama nuqsanaanida khatarta.

2.6. Kukalsoonaanshaha macluumaadka

Sharax in kooxda ay gacanta ku hayso xaalka amniyeed ee degaanka ee ugu dambeeyay, yuu yahay ama waa maxay isha macluumaadka lagu taxliiliyay khatarta iyo in macluumaadka yahay ku laga soo tagay ama xad gaaban.

3. Tilaabooyinka lasoo jeediyay ee lagu yareeyo khatarta

Sifee tilaabooyinka aad qaadayso ama kooxdaada, saldigiina, ama dad kale ay qaadayaan si loogu yareeyo khatarta la xariirta fulinta shaqada.

3.1. Hudheel

Aqoonso dhamaan huteelada, guryaha khaaska ah ama nocyaha kale ee martu qaadka ee goobaha inta lagu jira shaqada. Sharax sababta huteelka lasoo jeediyay aad ugu aragto inuu yahay amaan. (ma leeyahay amni?, ma ayahy ku ay isticmaalayan shaqaala caalami ah? Miyuu ku yaala meel aamin ah? Cadee inuu leeyahay huteelka isgaarsiin wacan (khadadka telefanada, iyo internetka)) cadee meel laga xariiro huteelka.

3.2 iskuduba ridka gaadiidka

Sifee diyaarinta gaadiidka shaqada. Haddii aad kuxisaabtamayso isticmaalka gaadiidka dadwaynaha ama taksi, cadee haddii ay jiraan khatar la xariirta iyo qaabka loo wajihi doono. Haddii aad kiraysanayso baabur, cadee sida darawalka loo dorto ama loo dooran doono. Ku Cadee macluumaadka darawalka qayb hoosaysa.

3.3 Isgaarsiinta

Cadee haddii adiga ama kooxdaada ay isticmaalaysan telefan caalami ah, telefono maxali ah, telefoonada satelliteka, khadadka dhulka, ama radio gacmeed. Sifee dhibaatooyinka la xariira isticmaalka noc walba ee isgaarsiinta. (dhibaatooyinka nocaas ah waxaa ka mid noqonkara maqnaashaha ama lumitaanka hawada telefanka ee goobaha kala duduwan, hawada satelliteka, ama dhibaatooyinka sharciyeed iyo kuwa amniyeedba ee la xariira isticmaalka telefanada noocas ah iyo ilaalashada telefanka). Cadee haddii kooxda ay si joogta internetka u helayso. Cadee habka isgaarsiinta ugu wanagsan haddii ay xaalada deegaanka ay daganeen, unabaahanatahay xariir faahfaahsan oo lala xariiro saldiga.

Qeex haddii adiga iyo kooxdaada aad kushaqaynaysaan si cad ama si qarsooni ah wadanka gudihiisa iyo tilaabooyinka taabanaya khatarta la xariirta qaab walba. Sifee qaabka adiga iyo kooxdaada aad wadanka kusoo galaysan oo aad isku soo bandhigaysan munaasabadaha kala duduwan (xuduudka, isbaarooyinka, iyo waqtiyada maamulka ay soo dhexgalayan)

Haddii ay jiraan khatar la xariirta xubnaha kooxda , aqoonsiga shaqsiya (sida jinsiyada, qabiilkiisa, cirqigiisa, ama jinsigiisa) cadee in iyo sida loo wajahay tilaabooyinka loo baahanyahay in lagu dhaqaaqo si loo yareeyo khatarta.

3.5. Baaritaanka iyo dhaqdaqad kale

Cadee sida adiga ama kooxdaada aad kufulinaysaan kasoo waraminta si aamin kuu ah adiga iyo dadkaaga. Haddii ay munaasab tahay, tussale in tilaabooyin khaas ah ay yihiin muhiim si loo qariyo mawaadiicda qaar iyo qaabka la isticmaalayo si loola xariiro dadka si looga fagaado is bandhig aanan loo baahnayn.

3.6. Macluumaadka khuseeya amaanka

Qeex tilaabooyin lagu difaacayo macluumaadka xasaasiga ah marka shaqada lagu jiro. Indicate haddii adiga ama kooxdaada ay u isticmaalayso qalabka elektroniga soo aruurinta macluumaadka iyo kaydintooda

3.7. Arimsha kale ee amaanka

Adoo kusalaynaaya qatarta kor kuxusan, qeex tilaabooyinka la qaadaayo si loo ilaaliyo amaanka dadka shaqaynaayo maa haddii kale dadka aad is dhexgalaysaan, waxaana kamidka talabixiyayaasha, tarjubaanka iyo darawalka, balse ayaga kali kumakoobna.

3.8. Tilaabooyinka kale ee amaanka

Cadee haddii ay jiraan tilaaboonyin dheeri ah kuwasoo muhiim u ah yareenta qatarta la xariirta narka aad shaqada aad kuguda jidhaan. waxaa arrimaha waxa kamid ah arrimaha caafimaadka (sida talaalka, santuuqa gurmada deg-degga) iyo haddii ay macquul tahay hanaanka ugu wanagsan ee deg-degga oo looga soo saari karo shaqaalaha degaanka ama wadanka.

4. Lasoco tillaabooyinka ama habka

Saacadaha si joogta ah ula soco(haddii aad doo naysid inaan tagto gooba kala duwan, safardheer, iwm. Goob kasta iyo safarka sii waqti go'an; mar kasta la socodsii dadka u xilsaaran amaankiina ee xarunta joogo waqtiga safarkaaga uu qaadan karo iyo inta aad goobta joogi doontid

Habka isgaarsiinta (xiriirka ama wacitaanka maxaad isticmaali telefoonka lanleenka/gacanta/haanset ama raadiyaha gacanta, fariinta gaaban ama imaylka)

shaqsiyaadka u xilsaaran amaanka. (marka loo dooranaaya amaanka dadkasoo kale, diirada saar saacada goobta, iyo dhibaatooyinka la xiriira xawsha/ shaqada, iyo xaalada deegaanka inay tahy mid tagan iyo in kale, kooxda way inay la socdaan amaanka mar kasta, haddii ay macquul tahay koox kale u xilsaaro amaanka)

tillaabooyinka la qaadi haddii laga gaabiyo la socodka amaanka haddii kooxda amaanka ay ka gaabiso shaqadooda. Waxaa haboon in amaanka loo la socda saacad saacad, macnaha saacad kadib wa in eegaa amaanka iyo wad xiriirka kooxaha amaanka. Cadee haddii ay jirto arima kale oo keenaayo in saacada laga gaabiyo intaas sida haddii isaga gooshaaya xuududa;(isbaarooyinka xuduudaha), waa wanaagsan in saacad lagaabiyo. Intaa waxa dheer:

Haddii koox kale oo aad xulafu tihii ay lasocodka amaanka u xilsaaran tahay, goorma aay la socodsiin ama ay ogaysiin kor joogayaha.

Goorta ay hay'ada wararka isku dayi inay hesho xiirika de-degga ee goobta shaqada.

Maxaa tilaaba ah oo intaa dheer ayey qaadi kartaa ama ay qaadi Karin hay'ada wararka (waxaa kamid ah inay ogaysiiyaan qaraabada, laamaha kale ee warbaahinta ama la xiriirka safaaradooda)

5. Kontaktiyada ama xiriirada

Sii kontaktiyada ama xiirrada namabarada (telefoonada gacanta, laanleenka, ii-meylada) dadka hoos ku xusan

Shaqaalaha wada hawsha

Shaqaalaha la socodka amaanka

Kor ka eegaha shaqada iyo dadka kale ee xarunta joogo.

Kooxda kale oon ka tirsaneen shaqaalaha oo hawsha wax kawada (talabixiyaha, tarjubaanka, darawalka)

6. Xiriirada deg-degga ah (kontaktiyada)

Xiriirada wadankaaga (namabarada) (a) muuji xariirka qofka amaanka ee loo xirsaaray (asxaab lagu kalsoonyahay, tusaale ahaan) kaa oo aad si joogta ah qorshahaaga ugu wargalinayso , daqdaqaaqa, iyo goobaha; (b) waxaad bixisaa taxaal xariiro oo dheeraad ah gudaha wadanka kaaso ka caawin doona hay'adaha wararka haddii ay dhacdo amaan timaado, xariirka kooxada oo kaa go'o ama xaalad kale oo

deg deg ah. (tani waxaa ka mid noqon kara xariirada khuseeya safaradaha, UN ka iyo shaqaalaha gargaarka iyo hay'adaha gudaha kashaqeyya, sarakiisha deegaanka ee wada shaqaynta saaxiibtinmo idhinka dhexeyso iyo maamulada sharci fulinta).

Xariirada kale ee deg deg ah waxaa ka mid ah haddii aad heli kartid waxaad bixisaa xariirada kale ee awoodi kara in ay caawiyaan hay'ada warbaahineed haddii ay timaado dhacdo amaan, uu xiriirka kooxda kaa dumo ama xaalad kale oo deg deg ah.

Mahadnaq

CPJ waxay doonaysa inay umahadnaqdo saxafiyiinta iyo khabiirada soo socda cawimaadoodii qiimaha badnayn oo ay ka gaysteen Hagahan. Mustafa Haji Abdinur, Molly Bingham, Umar Cheema, Carolyn Cole, Bill Gentile, Eric S. Johnson, Sebastian Junger, Rebecca MacKinnon, Judith Matloff, Fabio Pompetti, David Rohde, David Schlesinger, iyo Javier Valdez Cárdenas.

Waxaa CPJ ay sidoo kale ay mahad celin aan lasoo koobi Karin u diraysa cilmi baaristii muhiimka ahayd oo ay samaysay International News Safety Institute, the Dart Center for Journalism & Trauma, Human Rights Watch, and numerous local and international journalism organizations. The Associated Press, Agence France-Presse, and Reuters oo bixisay khidmooyinka sawirada.

Daabacaada Hagahan waxaa suurta galisay deeqihii ay bixiyeen Adessium Foundation, the Omidyar Network, iyo the RealNetworks Foundation.

Maamulaha daabacaada: Bill Sweeney

Tifaftiraha sare: Elana Beiser

Kuxigeenada tifaftiraha: Kamal Singh Masuta, Shazdeh Omari

Naqshadeeye: John Emerson

Madaxa cilmi baarista: Casey Nitsch

Cilmi baare: Faye Steinhauser

Tifaftiraha daabacada dambe: Camille Rankin

Soo saaraha fiidiyowga: Dana Chivvis

© 2012 Committee to Protect Journalists

Warbxin kusaabsan Qoraaga

Frank smyth waa qoraaga kowaad ee hagahan, waa la taliya sare ee amaanka saxafiyiga. Smyth waa rugcadaa kutaqasusay kooxaha hubaysan, falal dambyeedka abaabulan iyo xuquuqda aadanaha. Waxaa uu kazoo waramay wadama badan ee daafaha aduunka, sida [El Salvador](#), [Guatemala](#), [Colombia](#), [Eritrea](#), [Ethiopia](#), [Rwanda](#), [Sudan](#), [Jordan](#), iyo sidoo kale [Iraq](#), hal kaasoo lagu xiray 18 bari sanadii 1991dii. Dhamaan sanadkii 1991 waxaa uu baarayay hubka Ila kalgudbiya caalamka ee sharcirada ah, tasoo uu lawaday Human Rights Watch. Msyht waxaa usoo waramay, for wakaaladaha kula duwan sida ‘[CBS News](#), [The Nation](#), [The Village Voice](#), [The New Republic](#), [The Washington Post](#), [The New York Times](#), [The Wall Street Journal](#), [The International Herald Tribune](#), [World Policy Journal](#), and [Foreign Affairs](#)’. Smyth waxaa u ku marag furay oo uu kahor cadeyay arimaha xoriyada saxafada, hay'adahan sida hay'adaha Maraykanka, ururka qareenada caalamka, iyo kongreeska Maraykanka. Smyht waa aasaasha iyo madaxa shirkadan “Global Journalist Security” waa shirkad bixisa talooyin iyo tababaro loogu talagalay saxafiyiinta iyo dadka kale. Waxaa uu si jooqta ha u soo bolog gareeyaa arimaha khuseeya amniga saxafiga.

Danny O'Brien, waxay qortay cutubka amniga macluumaadka, waxay u fadhidaa CPJ [San Francisco](#) qayta barta internetka, waxay taageertaa, una dooda koxdaas. O'Brien wuxuu safka hore ka yahay loolanka loogu jira xuquuqda dijitaalka ee caalamka, waxaa u'ololalayaa kooxda [Electronic Frontier Foundation](#). Waxaa uu xubnihii ugu horeeyay ka yahay Jaraaidka lagu magcaabo for [Wired UK](#) magazine, waxaa aasaasa ka ahaa [kooxahan soo socda, Open Rights Group, a British digital rights organization](#). Waxaa u kasoo shaqeeyay saxafinimo wakaaladaha wararka sida [The Sunday Times of London, and The Irish Times](#) waxaa uu soo tabin jiray wararka la xariira tignoolijiyada iyo sayniska.



CPJ.ORG



FACEBOOK.COM/COMMITTEETOPROTECTJOURNALISTS



@PRESSFREEDOM

Committee to Protect Journalists
330 7th Avenue, 11th Floor
New York, NY 10001, USA

Email: info@cpj.org
Tel.: +1 212 465 1004

sawirka jaldiga: saxafiyiin Somali oo kulabisan gaashaanka jirka ee xabadda la isaga difaaca iyo koofiyad bireed 2009kii tasoo kutabaruday XARUNTA DOOXA EE SAXAAFADA XORTA ayaa lasiiyay saxafiyiinta gudaha ee muqdisho Somalia. (AFP/ Mohamed Dahir)