

# KANTAMIA

SI WADAJIR AH — FINLAND KA AMMAAN BADAN

## Amniga Finland waa arrin naga wada dhexaysa



*Ammaan laguma dhiso oo keliya go'aannada hay'adaha dowladda, ciidanka ama hay'adaha siyaasadeed. Wuxuu ka samaysmaa nolol maalmeedka — iyada oo loo marayo masuuliyad wadajir ah iyo diyaar u ahaanshaha inaan qofna dhinac ka istaagin*



### WAREYSI

#### Khibradda qof kasta waxay beddeli kartaa xaaladda

Antti Pekko Puhakka wuxuu sharxayaa sababta uu waqtigiisa firaqada ugu hurayo difaaca rayidka iyo diyaargarowga xaaladaha degdegga ah.



### MAQAALKA TIFAFTIRAHA

#### Ammaanku — waa jihada cusub ee hawlaheenna

Ujeeddada MVM waa in la xoojiyo ka qaybgalka dadka ee bulshada iyo diyaargarowga xaaladaha kala duwan. Marka aan ka gudubno daawashada oo aan u dhaqaaqno ficil, si wadajir ah ayaan u dhiseynaa Finland ka ammaan badan.



### TALOOYIN KU SAABSAN DIYAARGAROWGA

#### Akhri macluumaadka muhiimka ah ka hor xagaaga

5 talo oo wax ku ool ah oo kaa caawinaya inaad si fiican ugu diyaar garowdo safarrada, tegitaanka guriga fasaxa iyo xaaladaha degdegga ah.



# WAXYAABAHA KU JIRA



KANTAMA#2

Maajo 2026

03

## Fariinta Agaasimaha Guud

Kalsoonidu waxay ku dhisantaa ficillo. Iskaashi ayaan ku xoojinaa amniga bulshada

04

## Maqaalka Tifaftiraha

Ammaanku waa mudnaanteenna cusub: ka-qaybgal iyo diyaargarow ayaan ugu soconnaa Finland ka xooggan

05

## Talooyin ku saabsan Diyaargarowga

Hubi macluumaadka muhiimka ah ka hor xagaaga. 5 talo oo wax ku ool ah oo kaa caawinaya inaad si fiican ugu diyaar garowdo safarrada, tegitaanka guriga fasaxa iyo xaaladaha degdegga ah

06

## Haweenku Waa Qayb Muhiim ah

Doorka haweenka ee amniga bulshada lama beddeli karo — waayo-aragnimadooda, aragtidooda iyo ficilladooda ayaa muhiim ah

07

## Dhacdooyinka

Dhacdooyin iyo kulamo xoojiya bulshadeenna.

08

## Codka Dhallinyarada

Waxa ammaanku uga dhigan yahay dhallinyarada iyo sida ay u rabaan inay uga qayb qaataan dhismaha mustaqbalka

09

## Aragtida Khabiirka

Falanqayn khabiir oo ku saabsan mawduucyada amniga ee hadda taagan iyo aragti ku wajahan mustaqbalka

10

## Wareysi

Xirfadaha qof kasta waxay yeelan karaan muhiimad. Wareysi lala yeeshay Antti Pekko Puhakka

11-12

## Wararka

MVM waxay heshay aqoonsi. Bayaanka Golaha SPEK



SI WADAJIR AH AYAAN U DHISAYNAA FINLAND KA  
AMMAAN BADAN

Waad ku mahadsan tihiin inaad nala joogtaan

## Fariinta Agaasimaha Guud

# Kalsooni ka dhalatay falalka

*Kalsooni waa eray weyn oo qiimo badan. Ma aha wax lagu celceliyo hadallo keliya, balse kalsoonida dhabta ahi waxay ku dhalataa ficillo muuqda. Ficilladaas wanaagsan waa in si joogto ah loo sii wadaa maalinba maalinta ka dambaysa, ilaa ay dadku si dhab ah u dareemaan una rumaystaan jiritaanka kalsoonidaas*

Kalsoonidu si tartiib ah ayay u dhisantaa, balse si degdeg ah ayay u burburi kartaa. Sidaas darteed, ficil kasta, sida aan dadka ula dhaqanno iyo sida aan ballamaha u ilaalinno waxay leeyihiin muhiimad weyn. Nolol maalmoodka dhexdiisa kalsoonidu waxay ka muuqataa arrimo yaryar sida salaanta, dhegaysiga dadka kale, daacadnimada iyo is ixtiraamka. Marka qofku dareemo in la arkay oo la qadariyay, waxaa dhalanaya dareen ammaan iyo degganaansho leh.

Kalsoonida u dhexeysa dadka asal ahaan dalka u dhashay iyo dadka soo guuray gaar ahaan aad ayay muhiim u tahay. Laguma dhiso hadallo munaasabado laga jeediyo, maadaama dad badan oo soo guuray aysan xitaa si buuxda u fahmin hadalladaas. Sidoo kale laguma dhiso mashaariic ku meel gaar ah, balse waxaa lagu dhisaa iskaashi joogto ah iyo kulammo dhab ah oo daacadnimo ku saleysan. Kalsoonida waxaa ka mid ah dhiirrigelinta dadka si ay uga qayb qaataan bulshada, in dhaqamada kala duwan si xushmad leh loo tixgeliyo, in waxbarasho iyo wacyigelin la bixiyo, iyo in la xoojiyo wada shaqeynta u dhexeysa hay'adaha dowladda iyo bulshada. Arrimahaas oo dhan waxay door weyn ka qaataan xoojinta amniga iyo wadajirka bulshada oo dhan.

Kalsoonida dhabta ahi waxay u baahan tahay samir iyo dulqaad. Mararka qaar dadka waxaa jiri kara cabsi, hubanti la'aan ama isfaham la'aan, kuwaas oo keliya lagu xallin karo wada hadal furan iyo ficillo wanaagsan oo joogto ah. Kalsoonidu macnaheedu ma aha in dadka oo dhan ay isku mid yihiin, balse waxay tahay in dadka kala duwan ay is ixtiraamaan oo ay si wadajir ah u dhisaan mustaqbal wanaagsan.

Ugu dambayn, xoogga bulshada laguma dhiso hadallo keliya, balse waxaa dhisa dadka sii wada wanaagga xitaa marka aan cidina arkayn. Markaas ayay kalsoonidu noqotaa mid dhab ah oo sii waarta.



”

Kalsoonidu si tartiib ah ayay u dhisantaa, balse si degdeg ah ayay u burburi kartaa

**Shaho Jaff**

Agaasimaha

Maahanmuuttajien Varautumis- ja Maanpuolustusyhdistys (MVM)

Helsingin suojeluskuntatalo, Döbelninkatu 2, Helsinki

## Maqaalka Tifaftiraha

# Amniga waa mudnaanta cusub ee aan diiradda saareyno

Maanta, ammaanku dadka Finland wuxuu u noqday mudnaan koowaad, xitaa ka horreeya yoolalka cimilada. Waa inaan si wadajir ah uga jawaabnaa isbeddelkan



**C**adadka labaad ee wargeyska Kantama wuxuu soo baxayaa xilli ay si weyn isu beddeshay fahamka ay dadka Finnishka ahi ka qabaan amniga iyo doorka

Midowga Yurub.

Daraasad cusub oo ay sameeyeen hay'adda madaxbannaanida Finland ee Sitra iyo ururka dhaqaalaha EVA ayaa muujisay isbeddel weyn oo taariikhi ah: maanta dadka Finnishka ahi waxay amniga ka hormarinayaan xitaa yoolalka la xiriira isbeddelka cimilada. Midowga Yurub hadda lagama sugayo oo keliya koboc dhaqaale, balse sidoo kale awood uu ku difaaco dalalka xubnaha ka ah iyo inuu yareeyo ku tiirsanaanta teknoolojiyadda quwadaha waaweyn sida Shiinaha iyo Maraykanka.



Isbeddelkan fikirka ah wuxuu si xooggan uga muuqdaa shaqada Ururka U Diyaargarowga iyo Difaaca Qaranka ee Muhaajiriinta (MVM). Marka 74% dadka Finnishka ahi ay doonayaan in la ilaaliyo kaabayaasha muhiimka ah ee dalka si ay uga mid noqdaan ilaha amniga qaranka, waxaa cad in xasilloonida iyo kalsoonidu yihiin tiirka ugu weyn ee bulshada. Amniga guud ee bulshada dhexdeeda, ka qaybgalka iyo diyaargarowga muhaajiriintu waxay leeyihiin door muhiim ah. Annagu ma nihin oo keliya dad xog loo gudbiyo, balse sidoo kale waxaan nahay khubaro iyo hawl-wadeenno firfircoon.

Hadafka MVM waa in la hubiyo in caqabadda luqadda ama dhaqanku aysan noqon wax ka hor istaaga nolol ammaan ah. Diyaargarowgu waa luqad wadajir ah oo ay tahay in qof walba, iyadoon loo eegayn asal ahaan uu kasoo jeedo, barto kuna dhaqmo. Marka muhaajiriintu ay ka qayb qaataan hawlaha amniga ee iskaa wax u qabso ah, waxaa sii xoogeysanaya adkeysiga bulshada Finland iyo isku duubnideeda xilliyada dhibaatooyinka. Amnigu waa mas'uuliyad wadajir ah oo lagu dhiso iskaashi iyo wada shaqeyn. Marka laga gudbo kaalinta daawadayaasha oo loo gudbo doorka hawl-wadeennada firfircoon, waxaa la dhisayaa bulsho ka adkeysii badan, ammaan badan, islamarkaana u wanaagsan dhammaanteen.

“Ammaanku waa masuuliyad nag wada dhexaysa, waxaana ku dhisnaa iskaashi”



## 74%

dadka Finland waxay aaminsan yihiin in ilaalinta kaabayaasha muhiimka ahi ay qayb muhiim ah ka tahay amniga qaranka

Isha xogta: Sitra iyo EVA, gu'ga 2026



## Talooyin ku saabsan Diyaargarowga

## Hubi xogaha muhiimka ah ka hor xagaaga

Killiga xagaaga dad badan ayaa safarro gala, waqti ku qaata meelaha nasashada, bannaanka, munaasabadaha ama ka maqnaada guryahooda. Sidaas darteed, bisha May waa waqti wanaagsan oo lagu istaago laguna fikiro sida aad ugu diyaar garowdo xaalado aad ku sugan tahay meel aanad aqoon u lahayn isla markaana wax walba aysan u dhicin sidii la qorsheeyay



Ma taqaannaa meesha aad ka heli karto xog lagu kalsoon yahay haddii goobta aad joogto ay ka dhacdo xaalad degdeg ah ama qalalaase?



Maxaa dhacaya haddii baasaboorku kaa lumo adigoo dibadda jooga?



Sideed u dhaqmeysaa haddii kaarka bangigu shaqeyn waayo ama internetku go'o?



Maxaad sameynaysaa haddii taleefankaagu lumo ama batterigu kaa dhammaado?



1

## Hubi dukumentiyada muhiimka ah



Hubi in baasaboorkaaga, kaarka aqoonsiga iyo rukhsadda deggenaanshaha ay weli shaqeynayaan. Dalal badan ayaa shardi ka dhiga in dukumentigu sii shaqeynayo dhowr bilood xitaa safarka kadib.

Haddii aad u safreyso dalalka Yurub, hubi sidoo kale inaad haysato kaarka caafimaadka Yurub. Kaarkaas waxaa si lacag la'aan ah looga helaa Kela.

Waxaa sidoo kale wanaagsan inaad nuqul ka sameysato baasaboorka ama kaarka aqoonsiga, kuna keydiso meel ka duwan dukumentiga asalka ah, tusaale ahaan boorso kale ama qaab elektaroonig ah. Haddii dukumentigu kaa lumo dibadda, nuqulku wuxuu fududeyn karaa la xiriirka booliska iyo safaaradda Finland.

2

## Lambarrada muhiimka ah ku qor warqad

Lambarrada muhiimka ah ku qor sidoo kale warqad, sida kuwa qoyska, dadka kula safarka ah, goobta aad degan tahay, shirkadda caymiska, adeegga bangiga ee xiritaanka kaarka, xarunta caafimaadka iyo haddii loo baahdo safaaradda Finland ama adeegga degdegga ah ee Wasaaradda Arrimaha Dibadda.

Hal nuqul ku hay guriga, mid kalena ku rid boorsada ama jeebka. Haddii taleefankaagu lumo, batterigu kaa dhammaado ama xiriirku go'o, lambarradu weli way kuu diyaar ahaanayaan.



3

## U diyaar garow safarka dibadda

Ka hor safarka dibadda, hubi warbixinta safarka ee dalka aad u socoto kana samee ogeysiiska safarka Wasaaradda Arrimaha Dibadda. Ogeysiiska safarka waxaa lagu sameyn karaa adeegga internetka ee [matkustusilmoitus.fi](https://matkustusilmoitus.fi) ama app-ka **112 Suomi**.

Hubi sidoo kale caymiska safarka: ma ka shaqeynayaa waddanka aad u socoto, muxuu daboolayaa, xaggee ayaadna ka heleysaa lambarka gurmada degdegga ah ee shirkadda caymiska. Haddii safarka dhexdiisa ay dhacaan xaalado aan caadi ahayn, raac tilmaamaha maamulka deegaanka, wararka iyo wargelinta safaaradda Finland.



4

## Hayso lacag caddaan ah oo yar

Mararka qaar lacag bixinta kaarka ama adeegyada bangiga internetka ma shaqeeyaan xilliyada qalalaasaha. Sidaa darteed waa muhiim inaad haysato lacag caddaan ah oo yar si loogu isticmaalo waxyaabaha daruuriga ah sida cuntada, daawooyinka ama gaadiidka



5

## Qoyskaaga la wadaag qorshahaaga

Haddii aad safreyso ama muddo dheer guriga ka maqnaan doonto, qof kuu dhow u sheeg meesha aad joogto iyo sida laguula soo xiriiri karo. Waxa kale oo wanaagsan inaad qof ka codsato inuu gurigaaga soo maro si uu u faaruqiyo sanduuqa boostada ama wax yar uga beddelo muuqaalka guriga, si ay dadka tuugada ahi ugu maleeyaan inuu qof guriga joogo.

Kuwaas waa habab fudud oo lagu kordhin karo ammaanka haddii ay dhacaan wax lama filaan ah.



## Diyaargarow wanaagsan macnaheedu ma aha cabsi

Waxay ka dhigan tahay inaad hore uga sii fikirto sida aad u dhaqmeysaa haddii xaaladdu si ku meel gaar ah uga baxdo sidii caadiga ahayd



## Haweenku Waa Qayb Muhiim ah

# Ammaanku waa masuuliyad naga wada saaran

Dad badan oo muddo dheer i yaqaanay, saaxiibbo iyo dad aan is naqaanay, waxaa laga yaabaa inay la yaabeen inaan ku biiray hawlo looga hadlayo diyaargarowga, difaaca dalka iyo amniga. Arrintaas waan fahmi karaa. Si daacad ah haddii aan u hadlo, mowduucyadan hore aad ayay iiga fogayeen. Ma aanan ahayn qof si dabiici ah u xiiseeya ama ugu dhow arrimahan.

Si kastaba ha ahaatee, waxaan aaminsanahay in isla dadkaas ay igu tilmaami lahaayeen qof masuul ah, waxaana u maleynayaa in ugu dambayn arrintu taas ku saabsan tahay. Ammaanku ma aha oo keliya shaqada hay'adaha dowladda, khubarada ama "dad kale". Waa mas'uuliyad innaga wada saaran — nolol maalmeedkeenna, go'aannadeenna iyo sida aan dadka kale ula dhaqanno.

Waxaan uga mid noqday hawshan sababtoo ah waan daneeyaa. Waxaan daneeyaa dalka aan ku noolahay. Waxaan daneeyaa gurigeeyga, qoyskayga iyo inaan awood u yeesho inaan si sax ah u dhaqmo haddii ay dhacaan xaalado aan caadi ahayn.

Waxaan sidoo kale rabaa inaan ku dhiirrigeliyo haweenka kale ee aaminsan in dalkani yahay gurigeenna. Inaan daryeelno, isla markaana aan doorkeenna kaga qayb qaadanno amniga iyo xasilloonida dalka. Dumar badan ayaa hore u sameeya arrintan maalin kasta — iyagoo daryeela qoyskooda, caawiya dadka kale, qaata masuuliyadda nolol maalmeedka, barta luqadda, dhisa kalsoonida bulshada kana mid noqda bulshada inteeda kale.



Waxaan arrintan u arkaa si la mid ah xarigga casaanka ah ee wacyigelinta kansarka naasaha. Marka qofku xirto, ma aha oo keliya calaamad yar. Waxay muujinaysaa in arrintani quseyso isaga, inuu daneeyo isla markaana doonayo inuu qayb ka noqdo. Sidaas oo kale, astaanta ururkeenna waxay xambaarsan kartaa fariin cad: ma ihi qof dhinac ka daawanaya bulshada. Waxaan ahay qof firfircoon oo ka qayb qaadanaya bulshada, daneeya kana masuul ah.



*Waxaan si farxad leh idiinku sheegayaa inaan bilownay qorsheynta alaabo wata astaanta ururkeenna. Dhawaan xubnaha ururku waxay ka dalban karaan boggayaga internetka. Aniga ahaan, alaabtaasi ma aha oo keliya waxyaabo la isticmaalo ama qalab yar oo nolol maalmeed ah, balse waa astaan muujinaysa isku duubni iyo is daryeelid*

”

**Ma ihi daawade kaliya. Waxaan ahay qayb firfircoon oo ka mid ah bulshadan. Waan daneeyaa, waxaana qaadanayaa masuuliyad**

*Tatjana Jaff*



## Dhacdooyinka

# Luqad wadajir ah ayaa dhista amniga Tababarka diyaar-garowga muhaajiriinta oo ka jawaabaya caqabadaha waqtigan

Kor u qaadista wacyiga amniga iyo diyaargarowga bulshada muhaajiriinta ayaa noqotay qayb muhiim ah oo ka mid ah amniga guud ee Finland. Kulan xog-wadaag ah oo la qabtay bishii May ayaa isu keenay xubno ka tirsan bulshada Kurdiyiinta iyo hay'adaha ugu muhiimsan ee amniga dalka si ay uga wada hadlaan sida loo xoojin karo adkeysiga bulshada iyadoo laga gudbayo caqabadaha luqadda iyo dhaqanka



Kulanka lagu qabtay Helsinki waxaa kasoo qayb galay xubno badan oo ka tirsan bulshada Kurdiyiinta iyo sidoo kale khubaro ka socotay hay'adaha amniga qaranka, samatabbixinta iyo ilaalinta bulshada ee Finland. Kulanka waxaa guddoominaysay tababare ka tirsan MVM ry, Fariba Valizadeh.

Isbeddelka ku yimid xaaladda amni ee Finland wuxuu u baahan yahay habab cusub iyo iskaashi dhow oo dhex mara bulshada qaybaheeda kala duwan. Baahidaas ayaa looga jawaabay Arbacadii 13-ka May 2026, markii Ururka Diyaargarowga iyo Difaaca Qaranka ee Muhaajiriinta (MVM ry), oo kaashanaya Midowga Kurdiyiinta Finland, ay qabteen kulan xog-wadaag ah oo cinwaankiisu ahaa: "Baahida luqad wadajir ah u leedahay amniga bulshada".

## AMNIGA GUUD IYO DIYAARGAROWGA NOLOL MAALMEEDKA

Khubarada Finnishka ah iyo wakiillada hay'adaha dowladda ayaa kulanka ku soo bandhigay xog muhiim ah oo ku saabsan amniga nolol maalmeedka iyo sida loogu diyaar garoobo xaaladaha adag iyo kuwa degdegga ah. Waxaa si gaar ah diiradda loo saaray saddex mowduuc oo muhiim ah



### ADKEYSIGA BULSHADA XILLIYADA QALALAASAHA

Madaxa tababarrada ee Ururka Tababarka Difaaca Qaranka (MPK), Kari Pietiläinen, ayaa soo bandhigay hawlaha ururkooda ee heer qaranka. Ujeeddada MPK waa in la xoojiyo xirfadaha amniga ee nolol maalmeedka iyo awoodda dadka shacabka ah ay ugu wajaahan xaaladaha adag iyo qalalaasaha. Pietiläinen wuxuu sidoo kale iftiimiyay iskaashiga u dhexeeya MPK iyo MVM, kaas oo tababarradan muhiimka ah si toos ah loogu gaarsiinayo bulshada muhaajiriinta.



### ILAALINTA BULSHADA EE CAASIMADDA

Madaxa kormeerka iyo qorsheynta ee waaxda dab-damiska magaalada Helsinki, **Walteri Jokela**, ayaa sharaxay doorka laba-geesoodka ah ee hay'adaha samatabbixinta. "Xilliyada caadiga ah waxaan qorsheynaa oo kormeerna hoya difaaca bulshada oo qeyb ka ah difaaca shacabka, halka xaaladaha degdegga ah aan hoggaamino howlaha samatabbixinta," ayuu yiri Jokela. Wuxuu sidoo kale sheegay in waaxda dab-damisku ay iskaashi dhow la leedahay MPK si loo horumariyo adeegyada loogu talagalay muhaajiriinta.



### TIIRARKA AMNIGA

Khabiirka amniga gudaha ee Wasaaradda Arrimaha Gudaha iyo xeeldheere istiraatiijiyadda hantida iyo goobaha shaqada, Antti Pekko Puhakka, ayaa sharaxaad ka bixiyay qaab-dhismeedka amniga guud iyo difaaca shacabka ee Finland. Wuxuu ka qaybgalayaasha siiyay talooyin wax ku ool ah oo ku saabsan sida bulshada isu difaacdo iyo sida muwaadiniintu ay door uga qaadan karaan taageeridda hay'adaha dowladda xilliyada qalalaasaha.

“MVM waxay u shaqeysaa sidii buundo xiriir muhiim ah oo u dhexeysa hay'adaha dowladda ee mas'uulka ka ah diyaargarowga Finland iyo bulshada muhaajiriinta. Waxaan qabanqaabinnaa koorsooyin iyo tababaro si muhaajiriintu u yeeshaan awood iyo xirfado ay si dhab ah uga qayb qaataan bulshada Finnishka xitaa xilliyada qalalaasaha”

ayuu yiri Jaff



### BUUNDO U DHEXEYSA MUHAAJIRIINTA IYO HAY'ADAHA DOWLADDA

Kulanka waxaa furay agaasimaha guud ee MVM ry, Shaho Jaff, oo ka hadlay sababihii keenay aas-aaska ururka. Sida uu sheegay Jaff, ururka waxaa saldhig u ah arrimo bulsho, siyaasadeed iyo kuwo nafsiyeed.



### XOOGGA ISKAASHIGA

Guddoomiyaha Midowga Kurdiyiinta Finland, Hiwa Shwani, ayaa isna xoojiyay muhiimadda iskaashiga ururrada. Sida uu sheegay, ujeeddadu waa in la kordhiyo aqoonta iyo wacyiga bulshada Kurdiyiinta si qof kasta oo bulshada ka tirsan uu ugu diyaar garoobo inuu si sax ah oo deggan uga falceliyo xaaladaha lama filaanka ah.

## MADAL MUHIIM AH OO SI DIIRAN LOO SOO DHOWEYAY

Kulanka waxaa si aad ah u soo dhoweeyay ka qaybgalayaashii kasoo qayb galay. Intii doodaha socdeen waxaa si gaar ah loo muujiyay in madashani si toos ah uga hadashay arrimo waqtigan muhiimad weyn leh.

Isbeddelka ku yimid xaaladda amni iyo siyaasadeed ee Yurub iyo Finland — gaar ahaan saameynta weerarka Ruushka ee Ukraine iyo xiisadaha caalamiga ah — waxay si toos ah uga muuqdaan nolol maalmeedka iyo dareenka amniga ee muhaajiriinta ku nool Finland. Sida ay sheegeen ka qaybgalayaashu, helitaanka xog ku qoran afkooda hooyo iyo wada xiriir toos ah oo lala yeesho hay'adaha dowladda ayaa ah habka ugu wanaagsan ee lagu yareyn karo walaaca isla markaana lagu dhisi karo mustaqbal wadajir ah oo ammaan ah.



Codka Dhallinyarada

Tirada dhallinyarada asal ahaan kasoo jeeda qoysaska muhaajiriinta ee ka qayb qaata adeegga milatariga ayaa sii kordheysa, balse ka qaybgalka ay ku leeyihiin diyaar-garowga xaaladaha adag, gargaarka iskaa wax u qabso ah iyo amniga bulshada weli wuxuu u baahan yahay in si firfircoon loo xoojiyo.



“Annaga ahaan, dhallinyaradu ma aha oo keliya koox ka mid ah kooxaha kale ee bulshada, balse iyaga ayaa udub-dhexaad u ah howlaha ururkeenna. Tani ma aha oo keliya mabda' ama aragti guud, balse xitaa guddoomiyaha ururkeenna wuxuu ka tirsan yahay isla kooxdan dhallinyarada ah

Adeegga milatariga iyo howlaha difaaca dalka ee iskaa wax u qabso ah waxay ka caawin karaan dhallinyarada asal ahaan kasoo jeeda qoysaska muhaajiriinta inay si wanaagsan ula qabsadaan bulshada Finland. Waxay xoojin karaan xirfadaha shaqada, luqadda, xiriirrada bulshada iyo dareenka ah inay bulshada qayb ka yihiin. Sidoo kale waa muhiim in la fahmo in dhallinyarada qaarkood ay qabaan fikrado hore, hubanti la'aan ama xitaa cabsi la xiriirta mowduucyadan. Arrimahaas waxay mararka qaar kasoo baxaan waayo-aragnimo hore, saameynta dadka ku dhow ama xog la'aan.

Waxaan wareysi la yeelannay guddoomiyaha ururkeenna si aan uga wareysanno sida fikirkiisa ku saabsan adeegga milatariga, dagaalka iyo xaaladaha qalalaasaha uu isu beddelay sanadihii la soo dhaafay



MARI PAUKKU  
Guddoomiyaha ururka, MVM ry

Intii aan la socday isla markaana aan qayb ka ahaa kobaca MVM, waxaan bilaabay inaan ka fikiro arrimo aan laga yaabo inaan hore si qoto dheer ugu fiirsan. Dagaalka, xaaladaha qalalaasaha, ciidanka iyo difaaca dalka ma ahayn mowduucyo ii fudud. Intii noloshayda ahayd, aragtidayda ku saabsan ciidanka marar badan ayay is beddeshay, fikirradayduna dhinacyo kala duwan ayay u kala wareegeen.

Mar walba waxaan qalbigayga ku hayay rajada ah in dadku nabad ku wada noolaadaan, is fahmaan isla markaana ay awoodaan inay noloshooda dhistaan iyaga oo aan ka baqayn dagaal ama rabshad. Fikraddaasi weligeed igama lumin. Xitaa maanta way ka sii xooqeysatay.

Isla markaana waxaan qaatay xaqiiqda ah in dunidu aysan hal habeen isku beddelayan. Inkastoo aan jeclaan lahaa in nabaddu noqoto wax dabiici ah oo qof walba doorto, haddana xaqiiqadu waxay marar badan ina tusaysaa in qalalaaso dhashaan, amniga la wiiqo isla markaana dadka looga baahan yahay inay awoodaan inay si sax ah u dhaqmaan xilliyada adag.

Sanadkii u dambeeyay waxaan bilaabay inaan difaaca dalka iyo diyaar-garowga xaaladaha adag u arko si cusub. Arrintu kuma koobna oo keliya ciidanka ama hubka. Waxay sidoo kale ku saabsan tahay inaan awoodno inaan is caawinno, degganaanno, qaadanno masuuliyad isla markaana aan si wanaagsan u dhaqanno marka ay dhacaan waxyaabo lama filaan ah.

Inkasta oo difaaca dalka uu la xiriiro waajibaad iyo masuuliyad, haddana waa inuu noqdaa fursad u furan qof kasta oo doonaya inuu ka qayb qaato xoojinta amniga bulshada. Waxa aan xitaa ka sii muhiimsan u arkaa in dadka ugu badan ee suurtagalka ah ay bartaan sida loo dhaqmo xilliyada qalalaasaha — iyadoon loo eegayn asal ahaan qofka, jinsigiisa ama inuu soo maray adeegga milatariga iyo in kale.

Waxaan rajeynayaa in dadka ka qayb qaata adeegga milatariga ama hawlaha difaaca dalka ee iskaa wax u qabso ah ay u arkaan arrintaas ugu horrayn masuuliyad muhiim ah. Ma aha fursad lagu ammaano hubka ama awoodda, balse waa hab lagu ilaaliyo nololsha, bulshada iyo dadka u baahan caawinta.

Waxaan ku kalsoonahay in ciidamada Finland ay u jiraan difaaca dalka, ee aysan u jirin weerar ama duullaan. Sidaas darteed aniga ahaan waa muhiim in difaaca dalka iyo diyaar-garowga xaaladaha adag looga hadlo dhinacyada nabadda, masuuliyadda iyo sinnaanta.

Dunida waxaa ka dhici kara qalalaaso noocyo badan leh, mana aha oo keliya dagaallo. Waxaa dhici kara masiibooyin dabiici ah, koronto go'do, weerarro dhanka internetka ah, cudurro faafa ama xaalado carqaladeeya nolol maalmeedka bulshada. Xilliyadaas kuma filna in hal koox oo keliya ay taqaan sida loo dhaqmo. Diyaargarowga xaaladaha adag waa inuu noqdaa aqoon iyo masuuliyad uu qof walba leeyahay.

“Arrintu kuma koobna ciidanka ama hubka oo keliya. Waxay sidoo kale ku saabsan tahay inaan garanayno sida aan isu caawin karno, u degganaan karno, masuuliyad u qaadan karno, una dhaqmi karno marka ay dhacaan wax lama filaan ah.



MVM waxay dooneysaa inay ka shaqeyso sidii dhallinyaro badan ay u heli lahaayeen habkooda ay kaga qayb qaataan diyaar-garowga xaaladaha adag, gargaarka iskaa wax u qabso ah iyo amniga bulshada.

Shaqadan waxaa si gaar ah looga qabtaa heerka bulshada dhexdeeda — iyadoo lala kulmayo dhallinyarada, la dhageysanayo su'aalhooda isla markaana la dhisayo kalsooni.

Marka dhallinyaradu dareemaan inay bulshada qayb ka yihiin, waxay sidoo kale u arki karaan amniga, caawinta iyo difaaca bulshada inay yihiin arrimo iyaga quseeya oo ay masuuliyad ka saaran tahay

SI WADAJIR AH AYAAN U DHISAYNAA MUSTAQBAL AMMAAN AH



KA-QAYBGAL

Codka dhallinyarada waa la maqlaa. Dhallinyaradu waxay ka qayb qaataan qorshaynta iyo horumarinta hawlaha.



KALSOONI

Wadahadal furan iyo is-ixтираam waxay gacan ka geystaan dhisidda kalsoonida u dhexeysa dhallinyarada iyo wakiillada hay'adaha dowladda.



AMMAAN

Aqoonta, xirfadaha iyo diyaargarowgu waxay dhallinyarada ka caawiyaan inay si kalsooni leh ula dhaqmaan xaaladaha kriziska, iyagoo la shaqaynaya dadka kale.



MASUULIYAD

Qof kasta wuu saameyn ku yeelan karaa isbeddelka. Xitaa ficillada yaryar ee maalinlaha ah waxay gacan ka geystaan dhisidda bulsho xooqgan oo adkaysi leh.



MUSTAQBAL

Si wadajir ah — aan ugu soconno hadafkeena guud: Finland ammaan ah, cadaalad leh oo midaysan.

Dareenka ka mid ahaanshaha bulshada waa furaha isdhexgalka iyo la qabsiga bulshada

## Aragtida Khabiirka

# Ammaanka Finland wuxuu inaga wada dhexeeyaa dhammaanteen



**A**mniga Finland wuxuu ku dhisan yahay kalsooni, wada qaadashada masuuliyadda iyo inaan cidna laga tagin ama laga saarin bulshada dhexdeeda.

Sidaas darteed shaqada uu qabto Ururka Diyaargarowga iyo Difaaca Qaranka ee Muhaajiriinta, MVM ry, waxay muhiimad weyn u leedahay amniga guud ee Finland.



Amniga kuma dhismo oo keliya shaqada hay'adaha dowladda, ciidamada difaaca ama go'aannada siyaasadeed. Wuxuu ka bilowdaa nolol maalmeedka. Wuxuu ka muuqdaa in dadku yaqaannaan sida loo dhaqmo xaaladaha adag, fahmaan sida bulshadu u shaqeyso isla markaana ay dareemaan inay qayb ka yihiin Finland iyo amnigeeda. Awoodda ugu weyn ee amniga guud waxay ku jirtaa dadka.



Finland waxay leedahay taariikh dheer oo la xiriirta rabitaanka difaaca dalka iyo adkeysiga bulshada xilliyada qalalaasaha. Heer caalami ah, qaabka amniga guud ee Finland waxaa loo arkaa mid ka mid ah awoodaha ugu waaweyn ee dalka. Fikradda ugu muhiimsan ee nidaamkan saldhigga u ah waa in amniga lagu dhiso wadajir — iyadoo ay iska kaashanayaan hay'adaha dowladda, shirkadaha, ururrada iyo muwaadiniinta.



Qaybtaas guud gudaheeda, MVM ry waxay ka qaadanaysaa door aad muhiim u ah.



Waa arrin muhiim ah in muhaajiriinta ku nool Finland ay ka qayb qaataan shaqada amniga, diyaar-garowga iyo difaaca dalka ee iskaa wax u qabso ah. Isla markaasna waxaa sii xoogeysanaya midnimada bulshada iyo kalsoonida dadka dhexdeeda. Dareenka amniga wuxuu ka dhashaa marka dadku dareemaan inay wadaagaan hal bulsho isla markaana ay qayb ka yihiin mustaqbal wadajir ah.

**Amniga marna waa inuusan u kala qaybsamin "annaga" iyo "iyaga kale". Ammaanka Finland waa arrin inaga wada dhexeysa dhammaanteen**



Jawiga amni ee maanta si degdeg ah ayuu isu beddelayaa. Saameynta isku dhafan, khataraha internetka, faafinta xogta saameynta leh iyo horumarka tiknoolajiyadda waxay taabanayaan bulshada oo dhan. Isla markaana xilliyada qalalaasaha waxaa sii muuqata muhiimadda ay leedahay awoodda qofka, diyaargarowga iyo kartida dadka ay si wadajir ah ugu shaqeyn karaan. Sidaas darteed waa muhiim in xogta amniga iyo diyaar-garowgu gaaraan qof kasta oo Finland ku nool.



Waxa sidoo kale muhiim ka dhigaya shaqada MVM ry waa habkeeda wax ku oolka ah. Ammaanku ma aha oo keliya qorshayaal ama hadallo munaasabado laga jeediyo. Waa xirfado dhab ah, tababaro, iskaashi iyo dhisidda kalsoonida bulshada. Qof kasta oo la tababaro wuxuu isla markaas xoojinayaa awoodda Finland ay ugu adkeysan karto qalalaasaha.



Bulshada Finland waxay xooggan tahay marka dadku dareemaan inay qayb ka yihiin dhismaha. Ruuxda difaaca dalka laguma abuurto qasab. Waxay ka dhalataa dareenka ah in dalkani yahay dal wadajir ah oo mudan in la ilaaliyo lana difaaco.



Anigu shaqsi ahaan waxaan muddo dheer ka soo shaqeynayay arrimaha amniga, amniga guud iyo difaaca dalka. Sidaas darteed waxaan si wanaagsan u fahamsanahay in ammaanku uusan waligiis noqon wax dhameystiran. Waxaa la dhisaa maalin kasta iyadoo la wada shaqeynayo. Isla markaana waxaan sidoo kale ogahay in awoodda ugu weyn ee Finland ay mar walba ahayd kartida ay dadku ugu midoobaan waqtiyada adag.

Sababtaas darteed ayaan shaqada MVM ry ugu arkaa mid aad u qiimo badan oo muhiim ah.

Ammaanku wuxuu u wada yaallaa qof walba. Marka amniga si wadajir ah loo dhiso, Finland-na way sii xoogeysaneysaa.

Jarno Linnell

# Ammaanka wadajirka ahi wuxuu u baahan yahay qof walba

Amniga guud ee Finland wuxuu ku dhisan yahay iskaashi u dhexeeya hay'adaha dowladda, ururrada bulshada iyo shaqsiyaadka. Aqoonta iyo xirfadda qof kasta waxay yeelan kartaa muhiimad marka bulshada ay wajahdo xaalado qalalaaso ama carqalado nolol maalmeedka saameeya.

Wareysigan, Antti Pekko Puhakka oo ka shaqeeya amniga gudaha ayaa sharxaya sababta uu waqtigiisa firaqada ugu bixiyo howlaha iskaa wax u qabso ee la xiriira ilaalinta bulshada iyo diyaar-garowga xaaladaha adag — iyo sababta sidoo kale aqoonta dadka asal ahaan muhaajiriinta ah ay muhiim ugu tahay xoojinta amniga wadajirka ah ee bulshada.



## DOORKA HOWL-KA ISKAA WAX U QABSO EE AMNIGA GUUD



### Taageerada noloshayda:

Waxaan ahay shaqaale dowladeed oo muddo dheer ka soo shaqeeyay dhammaan heerarka maamulka: degmo, gobol iyo hadda dhowrkii sano ee ugu dambeeyay heer dowlad dhexe. Waxbarashadaydu waxay ku saleysan tahay isku dhaf amniga iyo cilmiga injineernimada ee bani'aadamka. Inta badan waxbarashadayda waxaan ku soo qaatay Scotland, halkaas oo aan ku noolaa shan sano. Kahor intaanay Finland dib ugu soo laaban, waxaan sidoo kale ku noolaa dalal kale sida Netherlands iyo Hungary. Waxaan si qoto dheer u xiiseeyaa dadka kala duwan, gaar ahaan qof walba sida uu yahay. Hadda waxaan ka shaqeeyaa arrimaha hay'adaha amniga gudaha ee Wasaaradda Arrimaha Gudaha Finland.



### Howlaha iskaa wax u qabso:

Waxaan qayb weyn oo waqtigayga firaqada ah ku bixiyaa mashaaric kala duwan oo la xiriira amniga guud ee bulshada. Markii Ruushku uu ballaariyay dagaalka gardarrada ah ee uu ku qaaday Ukraine sanadkii 2022, xiisaha ku saabsan ilaalinta shacabka rayidka ah ee Finland si aad ah ayuu u kordhay. Helsinki waxay leedahay taariikh dheer oo tababarro ku saabsan ilaalinta shacabka, balse baahida soo korortay sanadkii 2022 waxay keentay in si weyn loo ballaariyo hawlahaas.

Falalka lagu hayo shacabka rayidka Ukraine waxay ahaayeen sabab muhiim ah oo igu dhalisay inaan ku biiro hawshan. Muddo ka dib, doorkaygu wuxuu noqday mid sii ballaaran oo muhiim ah gudaha hawshan iskaa wax u qabso ee aan si ula kac ah u nidaamsanayn. Hay'adda Maanpuolustus Koulutusyhdistys (MPK) waxay bixisaa tababaro kala duwan oo taageera difaaca bulshada iyo hay'adaha dowladda. Tababaradaas waxaan kula kulmaa dad badan oo kala duwan oo doonaya inay kordhiyaan aqoontooda iyo xirfadahooda si ay u xoojiyaan diyaar-garowga bulshada.

Nidaamka amniga guud ee Finland wuxuu ku dhisan yahay masuuliyadda qof walba uu ka qaato diyaar-garowgiisa gaarka ah. Qof kasta wuxuu awood u leeyahay inuu xoojiyo amniga wadajirka ah isagoo horumarinaya xirfado iyo aqoon laga faa'iido karo marka xaalado adag dhacaan.



### Talooyinkayga akhristayaasha asal ahaan muhaajiriinta ah

Amniga iyo diyaar-garowgu ma aha wax ku kooban koox gaar ah. Waa wax qof walba uu ka qayb qaadan karo. Haddii aad rabto, waxaan sii turjumi karaa qaybta "talooyinka" si ay ugu ekaato qoraal wargeys oo dhammeystiran ama wareysi si buuxda loo diyaariyey.

Ku dhiirranow inaad dadka kula kulanto sida shaqsiyaad gaar ah. Taladaas waxay khuseysaa qof walba. Fikirka "amniga iyo iyaga" waa wax dabiici ah dadka, laakiin marka la eego sida bulsho u shaqeeyso, waxa muhiim ah waa in la helo waxyaabaha dadka mideeya iyo danaha wadajirka ah ee muhiimka ah. Marka aan si wadajir ah u eegno, "annaga" waxay noqotaa mid xooggan. Ku dhiirranow. Horumari aqoontaada iyo xirfadahaaga. Bulshadeennu waxay u baahan tahay qof walba, iyadoo loo eegayn asal ahaan. Dhammaanteen waxaan leenahay xirfado iyo aqoon ka caawin kara dadka kale marka ay xaalad adag timaaddo.

Bulshada Finland waa mid mudan in la ilaaliyo lana difaaco. Adiguna waxaad hubaal ahaan taqaannaa waxyaabo badan oo faa'iido leh oo aanan anigu aqoon.

*Qaabka Finland ee amniga guud wuxuu ku dhisan yahay masuuliyadda qof kasta ka saaran diyaargarowgiisa gaarka ah. Mid kasta oo naga mid ah wuu xoojin karaa amniga guud, isagoo horumarinaya aqoontiisa iyo xirfadihiisa. Xaalad degdeg ah, xitaa khibradda qofku u leeyahay goobtiisa shaqo ama noloshiisa waxay noqon kartaa mid muhiim ah oo waxtar u leh dadka kale.*



## Wararka

# MVM ayaa helaya ammaan: Muhaajiriintu waxay noqdeen qayb firfircoon oo dhisa amniga

Maqaal ballaaran oo lagu daabacay majaladda Suomen Sotilas (4/2026) ayaa si muuqata u iftiimiyay shaqada qiimaha leh ee Ururka Diyaargarowga iyo Difaaca Qaranka ee Muhaajiriinta (MVM ry). Hawlaha ururka ayaa si gaar ah si togan loogu soo dhoweeyay warbaahinta Finland iyo guud ahaan bulshada, waxaana loo arkaa inay xoojinayaan amniga guud ee dalka.

Maqaalku wuxuu carrabka ku adkeeyay in MVM ry ay buuxinayso meel muhiim ah oo ka maqan nidaamka diyaargarowga Finland. Sida uu sheegay agaasimaha guud Shaho Jaff, ururku wuxuu xaqiijinayaa in aqoonta ku saabsan sida loo dhaqmo xilliyada qalalaasaha ay gaarto sidoo kale dadka asal ahaan muhaajiriinta ah.

«Waxaan dhisaynaa Finland ay qof walba oo deggen uu qayb ka yahay xalka, ee uusan noqon oo keliya qof la caawiyo»

ayuu Jaff ku soo koobay fariinta ugu weyn ee ururka

Shaqada ururka ayaa sidoo kale taageero xooggan ka heshay siyaasiin sare. Xubnaha baarlamaanka iyo guddiga difaaca, Paula Werning iyo Jarno Limnell, ayaa maqaalka ku ammaanay MVM ry inay kaalin muhiim ah ka ciyaareyso xoojinta adkeysiga bulshada. Sida ay sheegeen, ururku wuxuu noqday buundo muhiim ah oo ka caawisa in si wanaagsan loo adeegsado aqoonta luqadeed iyo dhaqameed ee muhaajiriinta. Soo dhaweynta wanaagsan ayaa sidoo kale muujisay in ururku si degdeg ah ugu dhex milmay nidaamka rasmiga ah ee amniga dalka. MVM ry waxay si dhow ula shaqeysaa Ururka Tababarka Difaaca Qaranka (MPK), waxaana sidoo kale lagu daray Ururka Ururrada Difaaca Finland. Intaa waxaa dheer, ururku wuxuu faafiya xogta isagoo adeegsanaya majalladdiisa dijitaalka ah ee Kantama.

Maqaalka Suomen Sotilas wuxuu si cad u muujinayaa in shaqada MVM ry ay ahayd mid bulshada Finland ay si weyn ugu baahnayd.



Maqaalka oo dhammeystiran halkan ka akhri:  
Suomen Sotilas 4/2026  
[www.suomensotilas.fi](http://www.suomensotilas.fi)

## Wararka

# Kannaalka SPEK: Horumarinta wargelinta khataraha iyo xoojinta amniga guud

Waxaan halkan ku faafinaynaa war-saxaafadeedka Golaha Ururka Dhexe ee Badbaadada Finland (SPEK), oo ka hadlaya horumarinta nidaamka wargelinta khataraha iyo xoojinta amniga guud ee bulshada. Kannaalku wuxuu si gaar ah u muujinayaa sida wargelinta khataraha loo gaarsiin karo dhammaan dadka ku nool ama ku socda Finland — iyadoon loo eegin luqadda ama kooxda ay ka tirsan yihiin.

Arrintan waxay muhiim gaar ah u leedahay Kantama majaladda, maadaama helitaanka xogta amniga, luqad fudud iyo wargelin luqado badan ku qoran ay yihiin shuruudo muhiim ah si qof walba uu u dhaqmi karo si sax ah marka khatar dhacdo

## KANNAALKA GOLAHA SPEK

Digniintii khatarta ahayd ee Jimcihii laga bixiyay Uusimaa, oo ku saabsan drone ku soo wajahan Finland, ayaa muujisay baahida degdegga ah ee loo qabo nidaam wargelin khatar oo shaqeeya si degdeg ah, si digniinaha loo gaarsiyo dhammaan muwaadiniinta ay khusayso — iyadoon ku xirnayn xaaladaha farsamo ee apps ama caqabadaha kale.

Wasiirka Arrimaha Gudaha Mari Rantanen ayaa hore u sheegtay inay dedejiisay horumarinta nidaamka digniinta. Golaha SPEK waxay qabaan in nidaamkan si degdeg ah loo hirgeliyo. Wax badan ayaa dhici kara ka hor sanadka soo socda, sidaas darteed waxaa muhiim ah in hadda si degdeg ah loo hagaajiyo habka wargelinta khataraha ee ku meel gaarka ah. Sidoo kale waa in si sax ah loo maareeyaa xaaladaha marka ay dhammaadaan

“Macluumaadka ku saabsan khataraha waa inuu gaaro dhammaan dadka ku nool Finland ama dalka dhexdiisa ku sugan. Kooxaha luqadaha kala duwan iyo kooxaha kale ee gaarka ah waa in sidoo kale la tixgeliyaa



## NIDAAM KELIYA KUMA FILNA

Si kastaba ha ahaatee, nidaam keliya ma xallin karo dhibaataada haddii ay jiraan dhibaatooyin kale oo ku saabsan fulinta wargelinta. Ugu dambayn, arrintu ma aha oo keliya tiknoolajiyad, balse waa fahamka guud ee xaaladda, isku dubbaridka iyo hoggaaminta xaaladda, iskaashiga, go'aannada, tilmaamaha cad ee waxqabadka, iyo sidoo kale ilaalinta dareenka amniga ee dadka.

Wargelinta khataraha waa in sidoo kale lagu tixgeliyaa kooxaha kala duwan ee bulshada, sida muhaajiriinta, dadka safarka ah, dadka waayeelka ah, dadka awood ahaan xaddidan iyo carruurta. Waalidiin badan ayaa muujiyay jahawareer ku saabsan sida carruurta loola hadlo xaaladahan. Tilmaamaha waa inay noqdaan kuwo cad oo qof walba si fudud u fahmi karo. Daraasad hore oo SPEK ay sameysay ayaa sidoo kale muujisay in waalidiin badan ay ka welwelsanaayeen sida carruurta u maarayn lahaayeen xaalad haddii ay keligood ku sugnaadaan.

Wargelinta khatarta waa in ay sidoo kale gaarto dadka si joogto ah u socda ama u kala guuraya aagagga kala duwan. Haddii digniin hal mar oo keliya loo diro dadka horey u joogay goobta, waxaa dhici karta in aysan gaadhin dadka soo socda ama ku sii jeeda halkaas.



## AMMAANKA GUUD EE FINLAND WUXUU U BAAHAN YAHAY ISKAASHI XOOGGAN

Khataraha amni ee cusub waxay sidoo kale caqabad ku yihiin waaxda samatabbixinta, isla markaana waxay si cad u muujinayaan muhiimadda iskaashi dhow oo u dhexeeya hay'adaha dowladda, shirkadaha, bulshada rayidka ah iyo muwaadiniinta. Isla markaas, iyadoo la horumarinayo nidaamka wargelinta khataraha, waxaa sidoo kale lama huraan ah in la xoojiyo tababarada diyaargarowga iyo wadaagga xogta.

Tababarada waa in si ballaaran loogu soo daro dhammaan dhinacyada kala duwan — hay'adaha dowladda, ururrada bulshada iyo ganacsiga — heer deegaan, heer gobol iyo heer qaran. Tababarada noocan ah waxay suurtageliyaan in caqabadaha la sii saadaaliyo isla markaana si wadajir ah loo xalliyo ka hor inta aysan xaaladdu ka sii darin. Iskaashi xooggan wuxuu si toos ah u saameeyaa adkeysiga amniga guud ee Finland.

Marka laga soo tago iskaashiga, waa in sidoo kale la xaqiijiyaan in adeegyada samatabbixintu helaan kheyraad ku filan. Waxaa hadda si gaar ah muhiim u ah in la fahmo in adeegyada samatabbixintu ay yihiin tiir muhiim ah oo ka mid ah amniga gudaha, maadaama ay door weyn ka ciyaaraan xaalado badan oo khatar ah iyo xaalado degdeg ah.



*Guddoomiyaha Golaha Ururka Dhexe ee Badbaadada Finland (SPEK) waa*

**Paula Risikko**



Bayaanka oo dhammeystiran waxaad ka akhriin kartaa bogga SPEK:

[www.spek.fi](http://www.spek.fi)