

# OGOW

# XUQUUQDAADA

Warqad yar oo macluumaad ah oo qeexaysa  
xuquuqdaada markaad ka shaqaynayso Maraykanka.  
Khadka Tooska ah ee ka ganacsiga dadka ee Qaranka  
1-888-373-7888 (gudaha Maraykanka)





## OGOW XUQUUQDAADA

Waxaan kalsooni ku qabnaa inaad ku yeelan doonto joogitaan abaal-marin leh gudaha Maraykanka. Si kastaba ha ahaatee, haddii ay xaalado xun dhacaan, waxaad leedahay xuquuq oo waxaad heli kartaa gargaar!

Waxaad Xaq U Leedahay:

- Si cadaalad ah lagu siiyo Mushahar Xaq ah Ka xorow takoorka
- Ka xorow dhibaataaynta galmoodka iyo dhiiq-miirashada galmo
- Hayso goob shaqo oo caafimaad qabta oo ammaan ah Codso
- caawimo ururka shaqaalaha, soogalootiga, iyo kooxaha
- xuquuqda shaqaalaha Ka tag xaalad shaqo oo xun

**HADDII LAGU xumeeyo, kala xidhiidh khadka taleefoonka ka ganacsiga dadka ee qaranka**

**1-888-373-7888 (gudaha Mareeykanka), qoraal "caawin" TO 233733 (gudaha U.S.) AMA**

**EMAIL NHTRC@POLARISPROJECT.ORG.**

**Khabiirro tababaran ayaa had iyo jeer diyaar u ah inay ku caawiyaan in ka badan 200 oo luqadood. Uma baahnid inaad bixiso magacaaga AMA IS AQOONSIIN. Wax badan ka baro**

**[WWW.TRAFFICINGRESOURCECENTER.ORG.](http://WWW.TRAFFICINGRESOURCECENTER.ORG)**

Haddii aad ku jirto khatar degdeg ah, wac booliiska 911 (gudaha U.S.).

U sheeg xaaladda degdegga ah, goobtaada iyo lambarka taleefanka aad ka wacayso.

Weydiiso turjumaan haddii aadan ku hadlin Ingiriisiga.

Marka booliisku yimaado, waxaad tusi kartaa buug-yarahan oo aad u sheegi kartaa xadgudubka lagugu sameeyay.

Haddii aad hesho A-3, G-5, H, J, NATO-7, ama B-1 shaqaale guri oo aan haajiriin ahayn, waa inaad heshaa buug-yarahan inta lagu jiro waraysiga fiisahaaga. Sarkaalka qunsuliyada waa inuu xaqiijiyaa inaad heshay, akhriday, oo aad fahantay waxa ku jira buug-yarahan ka hor inta aanad helin fiisaha. Haddii aadan haysan, sarkaalka qunsuliyadda waa inuu ku bixiyaa buug-yaraha oo uu kaala hadlo. Intaa waxaa dheer, sarkaalka qunsuliyadda waa inuu ka jawaabaa su'aalo kasta oo aad ka qabto macluumaadka ku jira buug-yaraha.

# XUQUUQDAADA OO aan loo eegin XAALADDA VISA

Haddii aad aaminsan tahay in xuquuqdaada lagu xad gudbay, u sheeg hay'ad dawladeed, urur shaqaale, urur aan dawli ahayn, ama urur kale oo ku caawin kara. Haddii aadan ku hadlin Ingiriis, codso turjumaan.

## 1. Xaqa aad u leedahay in si cadaalad ah lagu bixiyo

- Waxaad xaq u leedahay in lagu siiyo dhammaan shaqada aad qabato.
- Waxaad xaq u leedahay in aad kasbato ugu yaraan mushaharka ugu yar ee federaalka ee shaqooyinka badankooda. Ka eeg [www.dol.gov/whd/minimumwage.htm](http://www.dol.gov/whd/minimumwage.htm) ugu yaraan federaalka hadda.
- Waxa laga yaabaa inaad xaq u yeelato inaad hesho wax ka badan mushaharka ugu yar ee dawlada dhexe haddii:
  - Waxaad ka shaqaysaa gobol, magaalo, ama degmo leh ugu yaraan mushaharka.
  - Heshiiskaaga shaqo/barnaamijka fiisahaagu wuxuu u baahan yahay wax ka sareeya qaddarka.
- Waxa laga yaabaa inaad xaq u yeelato mushaharka saacadaha dheeraadka ah ee hal jeer iyo badh ah qaddarka mushaharka saacaddii ee saacad kasta oo aad shaqaysay in ka badan 40 saacadood toddobaadkii. Tusaale ahaan, haddii heerka mushaharkaaga caadiga ah uu yahay \$10 saacaddii, loo-shaqeeyahaagu waxa laga yaabaa inuu ku siiyo \$15 saacad kasta oo aad shaqeyso in ka badan 40 saacadood hal toddobaad gudaheed.
- Haddii loo-shaqeeyahaagu uu lacag ka qaato jeegaga mushaharka, tan waxaa loo yaqaanaa dhimis. Loo-shaqeeyahaagu waa inuu si cad kuugu caddeeyaa dhimis kasta oo lagaa jaray jeegaaga mushaharka.
- Ka jarista waxa ay noqon kartaa sharci darro haddii lagugu daayo wax ka yar heerka mushaharka sharci ahaan loo baahan yahay ka dib marka lagaa jaro. Loo-shaqeeyaha sida caadiga ah lagama jari karo kharashka dirayska, qalabka badbaadada, qalabka loo baahan yahay, saadka, qalabka ama kharashka qorista.
- Qaybaha fiisaha qaarkood, waa in guriyaynta lagu bixiyaa lacag la'aan.
- Ka jarista sharciga ah waxaa ka mid ah kuwa aad doorato, sida caymiska caafimaadka, lacagaha ururka, ama mushaharka hormariska, iyo sidoo kale ka jarista loo shaqeeyaha ay tahay inuu sameeyo sababo la xiriira ganaax ay maxkamadu amartay ee masruufka ilmaha ama masruufka, ama dacwadaha kicitaan. Waxoogaa ka reeban, dadka haysta fiisaha muhaajiriinta ee ka shaqeeya Maraykanka

TALO: Keen buug-yarahan gudaha Mareykanka si aad mustaqbalka u tixraacdo.



TALO: Iyada oo ku xidhan muddada aad joogtid, waxa laga yaabaa in lagaa baahdo in aad caymis caafimaad leedahay inta aad joogto Maraykanka. Waxa kale oo laga yaabaa inaad u qalanto caawimo dhaqaale si aad hoos ugu dhigto kharashka caymiska caafimaadka.

waxay ku xiran yihiin dakhliga federaalka iyo gobolka iyo canshuurta shaqada. Adiga iyo loo-shaqeeyahaagu waxa aad ku heshiin kartaan in cashuurta dakhliga si toos ah looga gooyo jeegaga mushaharka. Loo-shaqeeyahaagu guud ahaan wuxuu si toos ah uga reebayaa canshuuraha shaqada, oo ay ku jiraan canshuurta Lambarka Bulshada iyo Medicare.

## 2. Xaqa aad u leedahay inaad ka xorowdo takoorka

- Waa sharci darro in loo-shaqeeyahaagu uu si ka duwan ama si xun kuugula dhaqmo shaqada sababtoo ah da'daada (haddii aad tahay 40 ama ka weyn), lab iyo dhedig ama lab ama dhedig, isir, asal qaran iyo qowmiyad, midabka, diinta, macluumaadka hidaha (ay ku jirto taariikhda caafimaadka qoyska), ama naafo. Loo-shaqeeyahaagu waxa laga yaabaa inaanu si ka duwan kuula dhaqmin sababtoo ah waxaad tahay naag ama sababtoo ah waxaad tahay uur, nuujin, ama laga yaabo inaad uur yeelato.

## 3. Xuquuqdaada inaad ka xorowdo dhibaataynta Galmada iyo Ka faa'iidaysiga Galmada

- Waa sharci darro in loo-shaqeeyahaagu uu ku dhibaateeyo galmo. Loo-shaqeeyahaagu waa inaanu samayn wax faallooyin galmo ama jinsi ku salaysan oo gaf ah.
- Waa sharci darro in loo-shaqeeyahaagu uu ku xumeeyo galmo, oo ay ku jiraan:
  - Dalbanaya inaad samayso fal galmo kasta;
  - Ku taabashada qaab galmo ah;
  - Ku qasbida, ku khiyaamaynta ama ku qasbida inaad samayso fal galmo ah.

## 4. Xaqa aad u leedahay Goob shaqo oo caafimaad iyo badbaado leh Shaqaale gudaha Mareykanka, waxaad xaq u leedahay badbaado, xaalado shaqo oo caafimaad qaba oo ay ku jiraan:

- Daawaynta Caafimaadka: Waxaad xaq u leedahay inaad u sheegto cidda aad u shaqayso ee dhaawacyada iyo cudurrada la xiriira shaqada. Haddii aad ku dhaawacanto ama aad ku xanuunsato shaqada, waxaad raadsan kartaa daaweyn. Inta badan, shaqada la xidhiidha

TALO: Kahor intaadan u bixin Mareykanka, talo ka hel ururada shaqaalaha soogalootiga ama shaqaalihii hore ee soogalootiga. Waxay ku siin karaan magacyo iyo lambaro dad ama hay'ado aad la xiriiri karto haddii aad qabto dhibaatooyin ama su'aalo marka aad joogto Mareykanka.



dhaawacyada ama jirrooyinka, loo-shaqeeyahaagu waa inuu bixiyaa daawayn bilaash ah iyo qayb ka mid ah mushaharka lumay markii dhaawacmay. Waxa laga yaabaa in aad ka xarayso magdhowga shaqaalaha gobolka aad ka shaqayso.

- Qalabka ilaalinta: Haddii aad la shaqeyso ama agagaarka sunta cayayaanka ama kiimikooyinka khatarta ah, loo-shaqeeyahaagu waa inuu bixiyaa kharashka oo uu bixiyaa qalabka ilaalinta ee looga baahan yahay shaqada (sida neefsiiga ama galoofyada).

- Tababarka: Waxaad xaq u leedahay inaad hesho macluumaad iyo tababaro ku saabsan khataraha, hababka looga hortago waxyeelada, iyo heerka badbaadada iyo caafimaadka ee khuseeya goobtaada shaqada. Tababarku waa inuu ahaadaa luuqad iyo ereyo aad fahmi karto.

- Guriyeynta: Haddii loo-shaqeeyahaagu uu bixiyo guri, waa inay ahaataa nadiif oo ammaan ah. Waa in lagu oggolaado inaad ka baxdo gurigaaga saacadaha aan shaqaynayn.

- Musqulaha: Qolalka musqusha waa inay nadiif ahaadaan oo la heli karo.

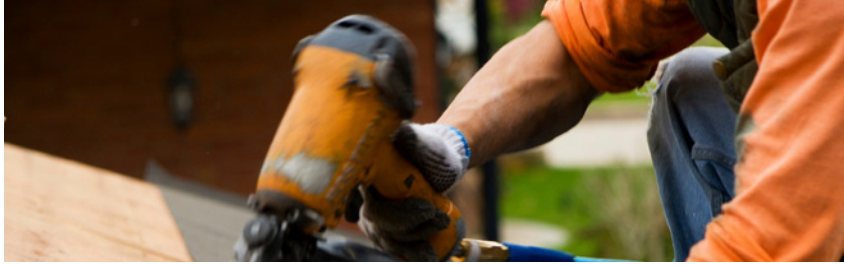
- Loo-shaqeeyahaagu waa inuu ku siiyo marin u helka tas-hiilaadka

- musqusha haddii loo baahdo.

- Biyaha la cabbi karo: Waxaad xaq u leedahay inaad hesho biyo nadiif ah oo la cabbo.

Saabuun iyo Biyo Nadiif ah: Waxaad xaq u leedahay inaad gacmahaaga ku maydho saabuun iyo biyo markaad u baahato gaar ahaan ka dib markaad la tashato sunta cayayaanka/ kiimikooyinka, oo ay ku jiraan khudaarta ama khudradda lagu daweeeyay sunta cayayaanka/ kiimikooyinka.

- Xaaladaha Degdegga ah ee Caafimaadka: Kharashyadaada waa la bixin karaa, markaa waa inaad u sheegtaa cidda aad u shaqayso dhaawacaaga ama jirradaada sida ugu dhakhsaha badan si loo-shaqeeyaha uu u xareeyo waraaqaha lagama maarmaanka ah. Markaad joogto dhakhtarka, rugta caafimaadka, ama isbitaalka, weydii nuqullada waraaqaha ku saabsan xanuunkaaga ama dhaawacaaga.



Haddii aad la shaqaynayso ama aad la shaqaynayso sunta cayayaanka ama kiimikooyinka khatarta ah:

- Waxaad xaq u leedahay inaad ogaato oo aad fahanto kiimikooyinka aad la shaqaynayso, shaqa-bixiyahaagu waa inuu ku siiyaa tababar lacag ah oo ku saabsan
- kiimikooyinka goobta shaqada. Loo-shaqeeyahaagu waa inuu kuu sheegaa meesha iyo goorta sunta cayayaanka lagu buufiyay iyo goorta ay nabdoon tahay in dib loo soo galo aagga la daweeay si looga fogaado soo-gaadhista shil. Ha joogin meel lagu isticmaalo sunta cayayaanka.

#### 5. Xaqa aad u leedahay inaad caawimo ka codsato Ururka, Muhaajiriinta, iyo Kooxaha Xuquuqda Shaqaalaha

- Waxoogaa ka reeban, waxaad xaq u leedahay inaad ku biirto asxaabtaada si aad u waydiiso loo-shaqeeyahaaga inuu hagaajiyo mushaharkaaga ama xaaladaada shaqo. Shaqaalaha badankoodu waxay kaloo xaq u leeyihiin inay samaystaan, ku biiraan, oo ay taageeraan urur shaqaale goobtaada shaqo.
- Marka aanad shaqaynayn, waxaad ka qayb gali kartaa khudbadaha dadweynaha, isu soo baxyada iyo mudaharaadyada lagu taageerayo mushaharka sare ama xaaladaha shaqo ee ka wanaagsan goobtaada shaqada.
- Waxaad xaq u leedahay iyada oo aan loo eegin xaaladdaada socdaalka. Loo-shaqeeyahaagu wax tallaabo ah kama qaadi karo haddii aad xuquuqaahaaga caddayso.

#### 6. Xaqa aad u leedahay inaad kaga tagto xaalad shaqo oo xad gudub ah

- Waxa ugu muhiimsan waa inaad raadsato badbaado haddii lagugu xad-gudbo. Ma aha in aad shaqadaada sii joogto haddii loo-shaqeeyahaagu ku xad-gudbo.
- In kasta oo heerka fiisahaagu aanu sii jiri doonin haddii aad ka tagto loo-shaqeeyahaaga, waxa laga yaabaa inaad beddesho heerka fiisahaaga ama loo-shaqeeyahaaga. Waxaa laga yaabaa inaad u baahato inaad ka tagto Mareykanka si aad sidaas u sameyso. Xitaa haddii heerka fiisahaagu aanu ansax ahayn, caawimo ayaa la heli karaa marka aad ka tagto shaqo-bixiyahaaga xadgudubka leh.
- Waxaad samayn kartaa cabasho rasmi ah ama aad ka dacwoon karto loo-shaqeeyahaaga markaad shaqaynayso ama ka dib markaad ka tagto loo-shaqeeyahaaga. Haddii loo-shaqeeyahaagu uu talaabo ka qaado (ama uu ka aargoosto) samaynta sidaas, waxay ku xadgudbayaan sharciga.

TALO: Talada sharci ee loo-shaqeeyahaaga, qandaraaslaha, ama shaqaaleeyahaaga ayaa laga yaabaa inay eexdo. Ka raadso talo qareen madaxbannaan.

# XUQUUQ DHEERAAD AH OO KU SALAYSAN XAALADDAADA QOF QAARAAN AH

## A-3, G-5, NATO-7, iyo B-1 Shaqaalaha Gudaha

- Loo-shaqeeyahaagu waa inuu ku siiyaa qandaraas shaqo kaas oo u hoggaansamaya sharciga Maraykanka. Qandaraasku waa inuu sheegaa mushaharka saacaddii la siinayo
- shaqaalaha guriga. Mushaharka saacadii ah waa inuu noqdaa kan ugu weyn mushaharka ugu yar sida waafaqsan sharciga federaalka, gobolka, ama deegaanka.
- Loo-shaqeeyayaashu waa inay ku siiyaan qandaraas luqad aad fahmi karto. Hubi inaad taqaan shuruudaha heshiiska oo ha saxeexin dukumeenti haddii aadan garanayn waxa uu leeyahay.

## Shuruudaha Dheeraadka ah ee A-3, G-5, iyo NATO-7 Shaqaalaha Gudaha

*Ugu yaraan, qandaraasku waa inuu ku jiraa qodobbada soo socda:*

- Heshiiska loo-shaqeeyahaagu inuu u hoggaansamo dhammaan sharciyada dalka Mareykanka;
- Macluumaadka inta jeer iyo qaabka lacag bixinta, waajibaadka shaqada, saacadaha shaqada toddobaadlaha ah, fasaxyada, maalmaha jirrada, iyo maalmaha fasaxa; iyo
- Heshiis loo-shaqeeyahaagu aanu kaa ilaalin baasaboorkaaga, heshiiska shaqada, ama hantida kale ee gaarka ah.

## H-2A Fiisaha Shaqaalaha Beeraha ee Ku Meel Gaarka ah

- Waa inaad waligaa bixin khidmad shaqaale qoraya.
- Waa inaad ku heshaa heshiis shaqo oo qoran luqad aad fahmi karto. Waa inay ku jirtaa macluumaad faahfaahsan oo ku saabsan mushaharka, muddada shaqada, saacadaha, faa'iidooyinka (ay ku jiraan gaadiidka, guryaha iyo cuntada ama goobaha wax lagu kariyo), iyo wixii laga jarayo jeeggaga mushaharka.
- Waxaad xaq u leedahay in lagu siiyo si cadaalad ah xataa haddii lagu siiyo qayb yar.
- Loo-shaqeeyahaagu waa inuu bixiyaa ama bixiyo kharashka gaadiidka soo galaya iyo nolol maalmeedka ka yimid meesha aad ka timid inaad u shaqeyso loo shaqeeyaha ilaa goobta shaqada, ama ku soo celiyo kharashyada macquulka ah markaad dhamaystirto kala badh qandaraaskaaga shaqada.

Markaad dhamaystirto heshiiska shaqada, loo-shaqeeyahaagu waa inuu bixiyaa ama bixiyaa kharashka safarkaaga soo noqoshada iyo nolol maalmeedka goobta shaqada ilaa meeshii aad ka tagtay si aad ugu shaqeyso loo-shaqeeyaha. Loo-shaqeeyahaagu waxa laga yaabaa in looga baahdo inuu soo celiyo kharashka safarkaaga soo galitaanka iyo fiisadaada usbuuca ugu horreeya ee shaqada haddii mushaharkaaga laga jaray

kharashyadu way ka yar yihiin mushaharka ugu yar ee Maraykanka. Loo-shaqeeyahaagu waa inuu sidoo kale ku bixiyaa gaadiid ka soo qaadaya guryaha loo-shaqeeyahaagu bixiyo oo ku taga goobta shaqada lacag la'aan.

- Waxa lagaa dhaafay cashuuraha Lambarka Bulshada iyo Medicare ee magdhowga lagu siiyay adeegyada lagu sameeyay ee la xidhiidha fiisahaaga H-2A.
- Guud ahaan, loo-shaqeeyahaagu waa inuu ku siiyaa shaqo tiro saacado ah oo u dhiganta ugu yaraan 3/4 ee maalmaha shaqada ee muddada heshiiska.

## H-2B Fiisaha Shaqaale Aan Beeralayda Ahayn

- Waa inaad waligaa bixin khidmad shaqaale qoraya.
- Waa inaad ku heshaa amar shaqo oo qoran luqad aad fahmi karto.
- Waa inay ku jirtaa macluumaad faahfaahsan oo ku saabsan mushaharka, muddada shaqada, saacadaha, faa'iidooyinka (ay ku jiraan gaadiidka, guryaha iyo cuntada ama goobaha wax lagu kariyo), iyo wixii laga jarayo jeeggaga mushaharka.
- Guud ahaan, loo-shaqeeyahaagu waa inuu ku siiyaa shaqo tiro saacado ah oo u dhiganta ugu yaraan 3/4 ee maalmaha shaqada 12-kasta. muddada toddobaadka.
- Waxaad xaq u leedahay in lagu siiyo si cadaalad ah xataa haddii lagu siiyo qayb yar.
- Loo-shaqeeyahaagu waa inuu ku siiyaa ama kuu soo celiyaa gaadiidka dalka ka soo galaya iyo maciishanka dibadda marka aad dhammayso kala badh wakhtiga heshiiska. Intaa waxaa dheer, loo-shaqeeyahaagu waa inuu bixiyaa kharashyada gaadiidka gurigaaga, oo ay ku jiraan nolol maalmeedka, haddii aad dhammayso muddada shaqada ama uu ku cayriyo loo-shaqeeyahaagu sabab kasta ha ahaatee ka hor dhammaadka muddada aad oggolaatay ee shaqada. Loo-shaqeeyahaagu waxa kale oo laga yaabaa in looga baahdo inuu soo celiyo kharashka safarkaaga soo galitaanka iyo fiisaha usbuuca ugu horreeya ee shaqada haddii mushaharkaaga laga jaray kharashyadaada ay ka yar yihiin U.S. mushaharka ugu yar.

## J-1 Isweydaarsiga Booqdaha Dalku-galka

- DS-2019-kaaga la ansixiyay ayaa sharxayaa taariikhaha barnaamijkaaga, qaybta wax-is-dhaafsigaa, magaca kafaala-qaadayaasha, iyo cidda martigelinaysa ee uu barnaamijka wax-waydaarsigaagu ka dhici doono.
- Kafiilkaagu waa inuu si sax ah u sharaxaa dhammaan kharashyada, shuruudaha, iyo xaddidaadaha barnaamijkaaga beddelka.





TALO: Loo-shaqeeyahaagu waa inuu ku siiyaa waqtigii loogu talagalay. Waa caado dalka Maraykanka ah in shaqaalaha la siiyo hal mar labadii toddobaadba mar.

### Safar Shaqo Xagaaga

- Haddii aanad haysan shaqo hore loo sii meelayn, kafaala-qaadahaagu waa inuu ku caawiyaa sidii aad shaqo u heli lahayd markaad timaadid Maraykanka.

### Tababare ama Tababare

- Kafiilkaagu waa inuu ku wareystaa shaqsi ahaan, telefoon, ama kamarad shabakadeed. Kafiilkaagu waa inuu ku siiyaa qorshaha
- meelaynta layliga ama tababarayaasha (DS-7002) oo ay ku jiraan bayaan qoran oo ah dakhli kasta oo aad heli doonto iyo soo koobida ujeedooyinka tababarka ee barnaamijka.  
Waa in lagu siiyaa ugu yaraan 32 saacadood oo shaqo todobaadkii.
- Kafiilkaagu waa inuu ku siiyaa warbixin qoraal ah oo ku saabsan kharashyada iyo khidmadaha aad bixin doonto iyo qiyaasta kharashyada nolosha ee gudaha Maraykanka.
- Kafiilkaagu waa inuu xaqiijiyaa inaad leedahay caymis caafimaad, inkasta oo kafaala-qaaduhu aanu u baahnayn inuu bixiyo ama bixiyo caymiskan.

#### Au Lammaane:

- Qoyskaaga martida loo yahay waa in ay kaa caawiyaan isdiiwaangelinta iyo ka qaybgalka xiisadaha machad sare oo bixi ilaa \$500 kharashaadka fasaladaas.
- Looma baahna inaad shaqeyso in ka badan 10 saacadood maalintii ama 45 saacadood todobaadkii.
- Lataliyahaagu waa inuu si joogto ah u ilaaliyaa xidhiidhka adiga iyo qoyskaaga martida loo yahay.





TALO: Markaad timaadid Maraykanka, ku hayso baasaboorkaaga iyo dukumeentiyada kale ee safarka meel ammaan ah oo aad ka heli karto mar walba. Waa sharci-darro in loo-shaqeeyahaagu uu qaato baasaboorkaaga.

## KA ganacsiga dadka

Dhibanayaasha ka ganacsiga dadka waxay xaq u leeyihiin ilaalin iyo adeegyo, waxaana laga yaabaa inay xaq u yeeshaan qaar ka mid ah faa'iidooyinka dadweynaha. Ka ganacsiga dadka waa dembi ku lug leh ka faa'iidaysiga carruurta galmo ganacsi, dadka waaweyn ee galmo ganacsi iyada oo la adeegsanayo xoog, khiyaamo ama qasab, iyo qof kasta oo lagu khasbo shaqada. Dembiilayaasha ka faa'iidaysiga noocan oo kale ah, oo ay ku jiraan kuwa shaqada ka ganacsada, tuugada iyo iibsada galmada ganacsiga, waxaa lagu oogi karaa sharciga federaalka iyo gobolka ee ka hortagga ka ganacsiga. Dadka tahriibiya shaqada iyo kuwa galmoodka ka ganacsatiba waxa lagu soo oogi karaa danbi, waxaana sidoo kale laga yaabaa inay wajahaan masuuliyad madani ah. Kuwa soo socda waa calaamado digniin ah oo laga yaabo inay muujinayaan ka ganacsiga dadka.

### Hanjabaado iyo Cabsi

Dadka wax tahriibiya, iyo dadka caawiya, waxa laga yaabaa inay adeegsadaan hanjabaado iyo falal kale oo cabsi gelin ah si ay adiga ama kuwa kaleba u dareentaan cabsi aad isku daydo inaad baxdo.

Tusaale ahaan:

- garaacid, xadgudub jireed, ama xadgudub galmo;
- Hanjabaadaha garaaca, xadgudubka jirka, ama xadgudubka galmada;
- Qufulka ama ka-hortagga shaqaalaha inuu ka tago goobta shaqada ama guriga;
- Hanjabaadaha in lagu waxyeelleeyo adiga ama qoyskaaga haddii aad isku daydo inaad baxdo, ka cabato si xun loola dhaqmo, u wargeliso xaaladda maamulka, ama aad caawimo raadsato;
- Hanjabaadaha lagugu masaafurinayo ama lagugu xidhi karo markaad caawimo raadsato; ama hanjabaad ama waxyeelo loo geysto shaqaalaha kale ee isku dayay inay baxaan, ka cawdaan, ka warbixiyaan xaalada ama caawimo raadsadaan, ama hanjabaad ah in qof kasta oo isku daya inuu baxsado la heli doono oo dib loo soo celin doono.

## Ka-ganacsatada deynta, iyo dadka iyaga caawiya, waxay dalban karaan inaad sameyso

shaqada, adeegyada ama fal galmo ganacsi ( dhillaysi) si deyn loo bixiyo. Marmarka qaarkood deynta waxaa abuura oo soo roga ganacsadaha. Waa sharci darro in dayn loo isticmaalo in lagu qasbo inaad sii waddo bixinta shaqada, adeegyada ama falalka galmada ganacsiga, ama si looga hortago inaad baxdo. Wax-ka-ganacsiyeedyadu waxay wax ka beddelaan deyntaada si ay u adkeeyaan bixinta bixinta waxayna kugu keeni karaan inaad rumaysato inaad ku jirto adeegga tahriibiyaha ilaa deynta laga bixiyo. Tusaalooyinka wax isdaba marinta deymaha waxaa ka mid ah:

- Soo rogida deyn ay adag tahay ama aan macquul ahayn in lagu bixiyo waqti macquul ah oo aan la qiyaasi karin waxa aad heli doonto;
- Soo rogida deyn aanad hore ugu heshiin ama ka weyn dayntii lagu heshiiyey; Diidmada inaad ku dabaqdo dakhligaaga xagga bixinta deynta;
- Diidmada inaad qeexdo inta ay tahay inaad ku sii jirto adeegga tahriibiyaha si aad u bixiso deynta;
- Ku darista khidmadaha gaadiidka, guriyeynta, cuntada, iyo kharashka daynta oo aadan horay u aqbalin; iyo Ku darista eedaha, ganaaxyada ama ganaaxyada jebinta xeerarka, dakhli la'aanta ku filan, ama qabashada shaqada ku filan, adeegyada ama falalka galmada ganacsiga.

## Xeerarka iyo Xakamaynta

Dadka wax tahriibiyaha, iyo dadka caawiya, waxa laga yaabaa inay isticmaalaan xeerar iyo kontaroolo si ay kuugu adkeeyaan adiga iyo kuwa kale inaad ka tagtaan, cabtaan, ama raadsataan caawimo.

Tusaale ahaan:

- Xeerarka ka dhanka ah ka tagista goobta shaqada, ama sharciyo adag oo ku saabsan halka aad tagi karto marka aanad shaqayn;
- Xeerarka ka soo horjeeda ilaalinta baasaboorkaaga, fiisahaaga, shahaadada dhalashada, ama dukumentiyada kale ee aqoonsiga;
- Diidmada helitaanka cunto ku filan, hurdo, ama daryeel caafimaad; ama
- Kahortagga, xaddidida ama la socodka xidhiidhka goyskaaga, shaqaalaha kale, macaamiisha, ama dadka kale ee ka baxsan goobta shaqada, sida shaqaalaha wacyigelinta sharciga ama adeegga bulshada.

## Khiyaanada iyo Beenta

Dadka wax tahriibiyaha, iyo dadka caawiya, waxay isticmaali karaan khiyaano iyo been.

Tusaale ahaan:

- Ballanqaadyo been abuur ah oo ku saabsan nooca shaqada, saacadaha shaqada, shaqada ama xaaladaha nololeed, ama mushaharka;

TALO: Hayso diiwaan tafatiran oo ku saabsan faallooyin kasta oo aan habboonayn iyo/ama tallaabada loo-shaqeeyahaagu kugu geysto oo qor magacyada iyo lambarrada taleefanka markhaati kasta.

- Ballanqaadka shaqo wanaagsan ka dibna looga baahan yahay inaad shaqeyso saacado badan, xaalad adag, ama mushahar ka yar intii lagu ballan qaaday;
- ama Ballanqaadka shaqo wanaagsan ka dibna ku samaynaysa inaad qabato nooc kale oo shaqo, adeegyo, ama falal galmo ganacsi; Tan waxaa ka mid noqon kara ballan-qaadka shaqo ahaan borofisar kalkaaliye caafimaad ah, ka dibna kugu qasbida inaad ka shaqeyso shaqaale ahaan guriga dadka lagu xanaaneeyo, ama shaqo ballan-qaad ah oo nanny ah ka dibna kugu qasbi
- karta inaad gasho qoob-ka-cayaar qalaad ama falal galmo ganacsi ( dhilleysi). Isagoo kuu sheegaya inaad xuuq lahayn; Inuu kuu sheego inaan lagu rumaysan doonin ama lagu masaafurinayo haddii
- aad isku daydo inaad caawimo raadsato; ama ku faraya in aad ka been sheegto aqoonsiga qofka wax tahriibiya.

**Ma lagu tarxiili doonaa haddii aad ka warbixiso xadgudubka? Waxaa jira barnaamijyo lagu ilaalinayo dadka soo sheega xadgudubyada. Waa inaad**

ka cabso inaad caawimo raadsato xataa haddii aad qabto walaac socdaal. Waa inaad la tashataa qareen laanta socdaalka oo aan u shaqayn cida aad u shaqayso.

Haddii aad aaminsantahay in aad tahay dhibane ka ganacsiga dadka ama dambi kale oo halis ah, oo ay ku jiraan kufsiga ama faraxumaynta, waxa laga yaabaa in aad u qalanto xaalad kale oo aan soogalooti ahayn, sida "T" (dhibanayaasha tahriibinta) ama "U" (dhibanayaasha ka ganacsiga ama dambiyada kale ee halista ah) sharci aan soo galooti ahayn ama haddii kale loo ogolaado inay si ku meel gaar ah u joogaan Maraykanka. Kala soocida soo-galootigan waxaa loo sameeyay si loo ilaaliyo dhibbanayaasha. Dad badan oo ku nool Maraykanka ayaan aqoon u lahayn T ama U aqoonsi la'aan waxaana laga yaabaa inaad u baahato inaad u sheegto dadka ku caawinaya.

**Waa maxay adeegyada loo heli karo dhibanayaasha ka ganacsiga dadka?**

Dhibbanayaasha ka ganacsiga ee gudaha Maraykanka waxa laga yaabaa inay u qalmaan dheefaha, adeegyada iyo gargaarka socdaalka ee hoos yimaada barnaamijyada federaalka ama gobolka. Hay'ado badan ayaa kaa caawin kara helitaanka adeegyadan, oo ay ku jiraan daryeelka caafimaadka/ilkaha, daryeelka caafimaadka dhimirka, guriyeynta, kaalmada sharciga socdaalka, iyo baahiyaha kale ee sharci, kaalmada shaqada, iyo faa'iidooyinka dadwaynaha.

# Booqo mareegahaan si aad u hesho macluumaad dheeri ah oo ku saabsan:

- Habka codsiga fiisaha iyo fiisahaaga Maraykanka: [usvisas.state.gov](http://usvisas.state.gov). Ka ganacsiga dadka: [www.state.gov/j/tip](http://www.state.gov/j/tip). Barnaamijka isweydaarsiga fiisaha J-1: [j1visa.state.gov](http://j1visa.state.gov). Sinnaanta, iyo xuquuqdaada inaad ka xorowdo takoorka
- shaqada sababtoo ah jinsiyadaada, midabkaaga, diintaada, jinsigaaga (ay ku jirto uurka), asalkaaga qaranka, da'da (40 ama ka weyn), naafanimada ama macluumaadka hidaha, iyo inaad xarayso dacwad takoor ah: [www.eeoc.gov](http://www.eeoc.gov). Xuquuqdaada badbaadada goobta shaqada, ama haddii aad u malaynayso in shaqadaadu aanay ammaan ahayn oo aad rabto inaad codsato kormeer: [www.osha.gov](http://www.osha.gov).
- Sida aad uga heli karto shaqo-bixiyahaaga mushahar aan la bixin: [webapps.dol.gov/wow](http://webapps.dol.gov/wow).
- Xuquuqdaada in si cadaalad ah lagu bixiyo, oo ay ku jirto sida loo xareeyo cabashada mushaharka: [www.dol.gov/agencies/WHD](http://www.dol.gov/agencies/WHD).  
Xaqa aad u leedahay inaad la kulmin takoorid sababtoo ah heerkaaga
- muwaadinimo iyo inaad xerayso cabasho takoor: [www.justice.gov/crt/filing-lacag](http://www.justice.gov/crt/filing-lacag).  
Xaqa aad u leedahay inaad ku biirto shaqaalaha kale si aad u horumariso mushaharkaaga ama xaaladaada shaqo, oo ay ku jirto sida loo dallaco: [www.nlr.gov](http://www.nlr.gov).
- Xuquuqdaada, waajibbaadkaaga iyo ka dhaafida caymiska caafimaadka: [localhelp.healthcare.gov](http://localhelp.healthcare.gov) (Ingiriis) iyo [ayudalocal.cuidadodesalud.gov](http://ayudalocal.cuidadodesalud.gov) (Isbaanish).

TALO: Waa fikrad wanaagsan inaad xafido diiwaan qoran markasta oo aad shaqeyso. Soo qaado buug xusuus-qor ah oo qor dhammaan maalmaha iyo saacadaha aad shaqeysay, inta lagu siiyay, taariikhaha aad lacagta qaadatay, wixii ka go'ay jeegaaga mushaarka, iyo sababaha laga jaray.

## Tusaalaha diiwaanka SHAQADA Todobaadlaha ah

Shaqaaale:		Kormeere:	
Taariikh	Hawlaha	Saacadaha	Lacag
		Gudaha: _____ _____ Bannaanka: _____ Wadarta: _____	

Buug-yarahaan waxaa la sameeyay iyadoo la raacayo qaybta 202 ee William Wilberforce Sharciga Dib-u-oggolaanshaha Ka-hortagga Dhibanayaasha Ka-ganacsiga ee 2008, Sharciga Dadweynaha 110-457.