

WAA'EE MAARIWAANAA IJOOLLEE UMURIIN ISAANII KURNAN KEESSA TA'EE WALIIN HAASA'UU.

Amanuuf rakkisaa ta'uu danda'a, garuu qorannoon akka agarsiisutti, waa'ee maariwaanaa ilaalchisee, maatiileen fi kunuunsitoonni ijoollee umuriin isaanii kurnan keessa ta'eef madda odeeffannoo hunda caalaa amanamaa ta'uu isaaniiti.

Salphaa taasisaa. Ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e wajjin yeroo **hidhattan uumtan, daangaawwan gopheessitanii** fi **to'attan**, maariwaanaa, alkoolii ykn qorichoota sammuu hadoochan kanneen biroo fayyadamuu dhiisuu ilaalchisee murteewwan fayya-qabeessa ta'an akka godhan gargaaruu dandeessu.

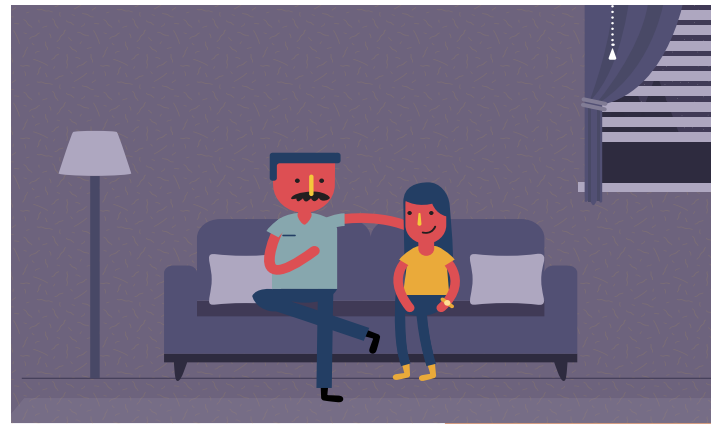


Ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e wajjin haasa'aa

Haasa'awwan dheeraa fi namatti hin tolle jechuu keenyaa miti. Mariiwwan gabaaboo fi idilee ta'an jechuu keenya. Garuu hunda caalaa yeroo baay'ee haasa'uu jechuu keenya. Ijoollee umuriin isaanii kurnan keessa ta'e waa'ee maariwaanaa fi qorichoota sammuu hadoochan kanneen biroo ilaalchisee haasa'awwan itti fufiinsa qaban irratti hirmaachisuun carraawwan waliif qooduufi barachuuf adda hin cinne agamsiisa.

Ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e dhaggeefadhaa

Caalaatti yeroo dhaggeeffattan, ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e eenyu akka ta'anii fi maaltu isaanii barbaachisaa akka ta'e caalaatti hubattu.



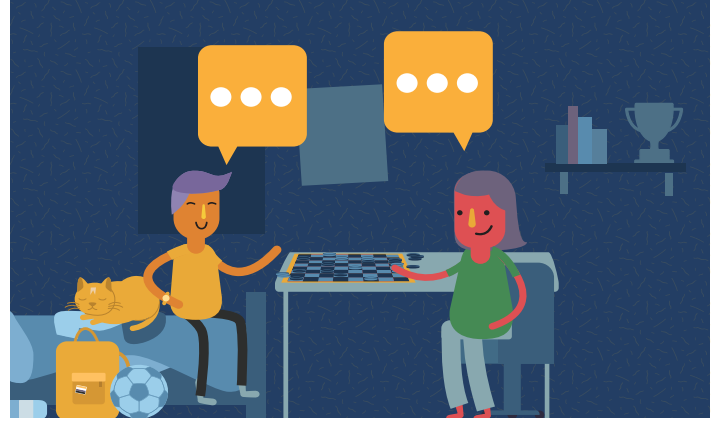
Ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e waliin yeroo dabarsaa

Fiilmii ilaalaa. Deemsa miilaa godhaa. Gochi isinii fi ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e irratti fedhii qabdan kan fedhes ta'u, yeroo maatiiwwan jireenya isaanii keessatti hirmaatan, carraan ijoolleen umuriin isaanii kurnan keessa ta'e maariwaanaa, alkoolii ykn qorichoota kannen biroo fayyadamuu isaanii ni hir'ata.



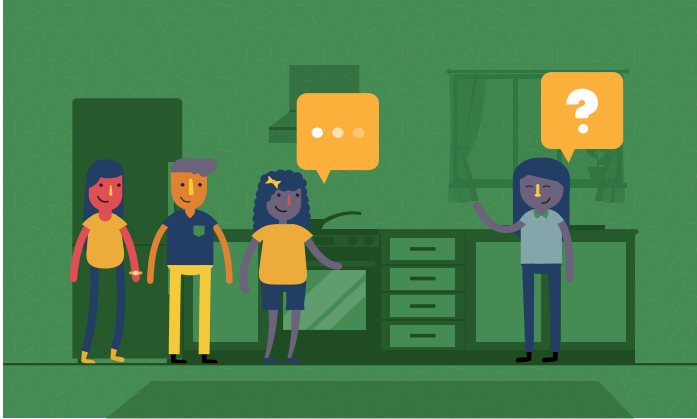
Ifa, murtaa'aa, akkasumas nama kan haala wal irraa hin cinneen hojjetu ta'aa

Danbiwwanii fi sonawwan maatiin maariwaanaa fayyadamuu ilaalchisee qaban barbaachisoodha. Ijoolleen umuriin isaanii kurnan keessa ta'e yeroo danbiwwan ifa ta'anii fi bu'aawwan isaan cabsuun dhufan qopheessitan filannoowwan fooyya'oo ta'an akka godhan qopheessaa jirtu.



Eenyu, maal, eessaa fi yoom jechuun qaafadhaa

Ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e eenyu waliin akka yeroo dabarsaa jiran, eessa akka jiranii fi maal akka hojjechaa jiran baruudhaaf yeroo fudhachuun, karaa biraa ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan ta'eef akka yaaddan itti beeksiftanidha.



Fakkeenya kaa'uu

Maariwaanaa fayyadamuu ilaalchisee illee ijoolleen warra isaanii hordofu. Ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan ta'e biratti maariwaanaa fayyadamuu dhiisaa. Akkasumas, ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan ta'e isatti fayyadamuu isaanii akka hin deeggarre ifa godhaa.



Dabalataan hubadhaa:

- 1 Kunneen gorsawwan barbaachisoo muraasa maatiwwanii fi ga'eessonni amanamoo biroo waa'ee itti fayyadama maariwaanaa irratti ijoollee isaani umuriin isaanii kurnan ta'e wajjin akka haasa'anii fi filannoowwan fayya-qabeessa ta'an gochuu irratti akka isaan gargaaran kan gargaaraniidha. Odeeffannoo dabalataaf, **StartTalkingNow.org** ilaalaa.
- 2 Yoo ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e hiriyaa isaa wajjin haasa'uuf caalaatti itti mijata ta'e, sararri gargaarsaa bilisaa fi icciitii ta'e kan ijoollee umuriin isaanii kurnan keessa ta'e kan leenji'aniin keessummeessamu jira. Ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e gara **1-866-TEENLINK (833-6546)** tti akka bilbilan, ergaa barreeffamaa ergan ykn akka haasa'an jajjabeessaa.
- 3 Ijoolleen keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e maariwaanaa ykn qoricha sammuu hadoochu birootiin rakkachaa jiru jettanii yoo yaaddan, dokara isaanii waliin haasa'aa ykn gara **Washington Recovery Help Line 1-866-789-1511** bilbilaa.

Ijoollee keessan umuriin isaanii kurnan keessa ta'e irratti dhiibbaa guddaa kan gootan isin ta'uu keessan hin dagatinaa.