

WAA MAXAY SABABTA AY ENGLAND QIIQ LA'AANTA U GELAYSO?

Sharciga cusub ee qiiq la'aanta waxaa loo bilaabayaa si qofwalba looga ilaaliyo waxyeellooyinka ka yimaadda nuugidda qiiqa sigaarka dadka kale.

Qiiqa sigaarka dadka kale ee aad nuugto waxaa ku jira in ka badan 4,000 oo kiimikooyin ah, kuwaasoo ay ka mid yihiin in ka badan 50 keeni karta cudurka kansarka.

Hoos joogga muddada badan waxaa ku kordhi karta halista in la qaado cudurro daran sida kansarka sanbabbada, wadne xanuunka ama kicinta calaamadaha cudurka naqaska. Caafimaadka carruurta ayaa sidoo kale halis ugu gala cudurka daran ee neefsashada iyo cudurka dhimashada kadiska ah ee ilmaha (sudden infant death syndrome) (SIDS).



GARGAARKA U DIYAAR AH SIGAAR-YACABKA IYAGU RABA IN AY JARAAN

Qiyaas ahaan boqolkiiba 70 (70%) sigaar-yacabku waxay sheegaan in ay rabaan in ay iska joojiyaan cabbitaanka sigaarka markaasna sharciga cusub ee qiiq la'aanta ayaa bixin kara dhiirrigelin dheeraad ah oo sidaan lagu sameeyo. Haddii aad rabto in aad jarto, waxaa jirta taageero aad u fiican oo bilaash ah oo aad ka heli karto adeegga caafimaadka qaran (NHS). Waxaa taas ka mid ah:

- **Adeegyada Joojinta Sigaarka ee NHS ee xaafadaha** – si aad u hesho adeegga xaafaddaada, si bilaash ah u soo wac Khadka caawinta ee Cabbitaanka sigaarka ee NHS (NHS Smoking Helpline) oo ah 0800 169 0 169, booqo **gosomefree.co.uk**, telefoonka qoraalka ee 88088 ugu soo dir farriinta 'GIVEUP' (ka hadh) iyo summadaada boostada (postcode) oo buuxda ama weydii xafiiska Takhtarka Guud, farmashiilaha ama isbitaalka xaafaddaada.
- **Khadka caawinta ee Cabbitaanka sigaarka ee NHS** – waxaad la hadli kartaa la taliye takhasus leh haddii aad soo wacdo 0800 169 0 169 (khadadku waxay furan yihiin maalinwalba laga bilaabo 7da subaxnimo ilaa 11ka habeenimo).
- **gosomefree.co.uk** – il internet oo aad ka heli karto dhammaan talobixinta, warbixinta iyo taageerada aad u baahan tahay si aad isaga joojiso joojintaasna u xafiddo.
- **Together (Wadajir)** – barnaamijkan taageerada gelitaankiisu waa bilaash, waxaana loogu talagalay in uu kaa caawiyo joojinta cabbitaanka sigaarka iyadoo la isticmaalayo cilmi baaris caafimaadeed iyo weliba fikradaha dad sigaar-yacab hore u ahaan jiray. Waxaad dooran kartaa in lagu soo diro emailyo, farriimo qoraal ah ee telefoonka gacanta, baakaddo waraaqeed iyo in lagu soo waco. Si aad warbixin dheeraad ah u hesho soo wac Khadka caawinta ee Cabbitaanka sigaarka ee NHS oo ah 0800 169 0 169 ama booqo **gosomefree.co.uk**

Si aad u hesho warbixin dheeraad ah oo ku saabsan sharciga cusub ee qiiq la'aanta ee England khuseeya ama si aad u codsato nuskhado nooc kale ah, booqo boggayaga internetka: **smokefreeengland.co.uk** ama soo wac khadka warbixinta ee qorshaha Qiiq la'aanta England (Smokefree England) oo ah **0800 169 169 7**.



SMOKEFREE



ENGLAND QIIQ LA'AAN AYAY GELAYSAA MAALINTA 1 JULY 2007

Sidan ayuu sharciga cusub ee qiiq la'aantu kuu saamayn doonaa.



SMOKEFREE

NHS

QIIQ LA'AANTA ENGLAND

Maalinta 1da July 2007da, ku dhawaad dhammaan meelaha dadku wadaagaan iyo meelaha shaqada ee wada xiran ee ku yaalla England waxay noqon doonaan meelo qiiq la'.

Wixii goortaas ka dambeeya, meelahaas sigaar dib looguma cabbi doono – waxayna taasi noqon doontaa sharci darro.

Waxaa lagu qiimaynayaa in sharciga cusubi uu caawin doono badbaadinta nafta kumanaan qof tobanka sano ee soo socda, waxuuna dhalin doonaa meelo sidii hore ka caafimaad badan kana nadaafad badan oo uu qof walbaaba ku cawayn karo kuna shaqaysan karo.



Meelwalboo ay ka muuqdaan calaamadahan mamnuucaya sigaar lagu cabbo waxay noqon doontaa sharci darro in meelahaas sigaar lagu cabbo.

MEELAHEE NOQON DOONA KUWA QIIQ LA'AAN DOONA?

Sharciga cusub ee qiiq la'aantu waxuu khusayn doonaa ku dhawaad dhammaan meelaha dadku wadaagaan iyo meelaha shaqada ee wada xiran. Waxaa kuwaas ka mid ah bobyada, meelaha habeenkii lagu tunto (clubs), baarasha, makhaayadaha, dukaannada, xafiisyada iyo warshadaha.

Wixii goortaaas ka dambeeya lama oggolaan doono qolalka shaqaaluhu sigaarka ku cabbaan iyo goobaha gudaha ee sigaarka lagu cabbo, qofkii markaas raba in uu sigaar cabbo waxaa khasab ku noqon doonta in uu dibadda ula baxo.

Gaadiidka dadweynaha iyo gawaaridda shaqada ee ay mar keliya isticmaalayaan laba qof ama in ka badan waxaa iyagana sidoo kale loogu baahan doonaa in ay qiiq la'aadaan.



WAA MAXAY GANAAXYADU?

Dalalka kale ee qiiq la'aanta wada, sida Ireland, Scotland iyo New Zealand, addeeciddu aad ayay ugu badan tahay, shuruucduna si dakhso badan ayay iskood u dhaqan galeen.

Hase yeeshee, qofkii addeeci waaya sharciga cusub ee qiiq la'aantu waxuu geysan doonaa gaf dembiyeed waxaana ku wajahi kara ganaax ilaa iyo £200 ah oo looga qaadayo sigaarka uu ku cabbo meel qiiq la'aantu qabato.

Caddadyada go'an ee ganaaxa iyo ganaaxa ugu sarreeya ee u yaalla gaf kasteba waxay ku qeexan yihiin halkan hoose.

- Sigaarka lagu cabbo meelaha ama gawaarida qiiq la'aantu qabato:** caddad go'an oo ganaax oo £50 ah ayaa la saarayaa qofka sigaarka cabbaya. Ama ganaax ugu sarreeya oo £200 ah haddii ay maxkamadi dacwad ku oogto oo ay denbiga ku hesho. (Ganaaxa go'an waa la dhimayaa oo waxuu noqonayaa £30 haddii 15 maalmood lagu bixiyo.)
- Haddii la muujin waayo calaamadaha mamnuucaya cabbitaanka sigaarka:** caddad go'an oo ganaax oo £200 ah ayaa la saarayaa qofka maamula ama leh meesha ama gaariga qiiq la'aantu qabato. Ama ganaax ugu sarreeya oo £1000 ah haddii ay maxkamadi dacwad ku oogto oo ay denbiga ku hesho. (Ganaaxa go'an waa la dhimayaa oo waxuu noqonayaa £150 haddii 15 maalmood lagu bixiyo.)
- Haddii meesha qiiq la'aantu qabato la horjoogsan waayo wixii sigaar ah ee lagu cabbo:** ganaax ugu sarreeya oo £2500 ah ayaa la saarayaa qofka maamula ama xukuma meesha ama gaariga qiiq la'aantu qabato haddii ay maxkamadi dacwad ku oogto oo ay denbiga ku hesho. Gafkaasi ma leh caddad go'an oo ganaax.