

Soo bandhigida FLASH ee Dugsiga Sare

Waalidiinta io Masuuliyiinta Qaaliga ahoow;

Ardaygaagu wuxuu bilaabi doonaa cutubkooda caafimaadka galmada ee fasalkeena. Waxaan baran doonaa manhajka FLASH. Ujeeddooyinka manhajka FLASH waa in laga hortago uurka dhallinta, STDs (Cudurada Lagu kala Qaado Galmada), iyo rabshadaha galmada; si loo wanaajiyo wada xiriirka qoyska ee ku saabsan xiriirka iyo mowduucyada caafimaadka galmada; iyo in la kordhiyo aqoonta ardayda ee ku saabsan caafimaadka galmada. FLASH waxay baraysaa ka fogaanshaha galmada iyo sidoo kale cinjirka galmada iyo xakameynta dhalmada. Waxay sidoo kale baraysaa xirfadaha wada xiriirka ixtiraamka leh iyo cilaaqaadka wanaagsan.

FLASH waxay ixtiraamtaa qiimaha qoysaska ay ka leeyihiin mowduucyada caafimaadka galmada. Markay ardaydu weydiyaan su'aalaha ku saabsan qiyamka, FLASH waxay macallimiinta faraysaa inay: ka jawaabaan qaybta dhabta ah ee su'aasha, ogeysiiyaan inay dadku leeyihiin qiyamyo badan oo kala duwan oo ku saabsan mowduuca, una diraan ardayda qoysaskooda si ay u bartaan qiyamkooda gaarka ah. FLASH sidoo kale waxay leedahay Shaqooyinka gurigay ay ku sameeyaan Qoyska ee cashar kasta sidaa darteed ardaydu waxay kala hadli karaan xubin qoyska katirsan mawduucyada lagu barto fasalka. Ardayda waligood lama weydiinayo inay qoyskooda la wadaagaan waxay ka hadlayaan. Waxaan rajeyneynaa inay tani ku siin doonto fursad macno leh oo aad ku wada sheekaysan kartaan.

Casharrada FLASH ee lagu barta Dugsiga Sare ayaa hoos ku qoran. Haddii aad wax su'aalo ah qabtid, waan ku farxi lahaa inaan kula hadlo.

1. Dejinta Cimilada
2. Nidaamka taranka
3. Uur
4. Hanuuninta Galmada iyo Aqoonsiga Jinsiga
5. Baabiinta Fikradaha ku saleysan Jinsiga
6. Xiriirada Caafimaadka qaba
7. Xoogid iyo Oggolaansho
8. Badqab Onlayn ah: Kahortaga Rabshadaha Galmada
9. Ka fogaanta
10. Qaababka Ka Hortagga Dhalmada
11. Kahortago HIV iyo STDs (Cudurada lagu kala Qaado Galmada) kale
12. Kondhomyada kahortaga uurka, HIV iyo STDs (Cudurada lagu kala Qaado Galmada) kale
13. Baarista HIV iyo STDs (Cudurada lagu kala Qaado Galmada) kale
14. Xiriirka iyo Go'aan Qaadashada
15. Horumarinta Caafimaadka Dugsiga