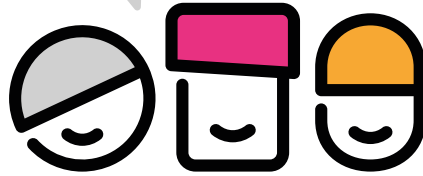


It's OK to ask...



## me + my medicines

### Waa maxay Me + My Medicines?

Me + My Medicines waa olole heer sare oo caafimaad oo ay soo saareen ayna hogaamiyaan bukaanadu si looga caawiyo bukaanada inay helaan dheefo dheeraad ah iyo qiimo wayn oo ay ka helaan daawooyinka loo qoro.

Axdiga Isgaarsiinta Daawooyinka waxa uu ku dhiirigeliyaa bukaanada inay waydiiyaan, dhakhaatiirtuna inay taageeraan dadka si ay wax uga waydiiyaan daawadooda, inay ku heshiiyaan hab la wadaago si looga gudbo arin kasta oo ku xeeran daawadooda.

### Axdiga

Anigoo ah xirfadlahaaga caafimaadka waxaan rabaa inaad naga caawiso inaan sida ugu wanaagsan uga faa'idaysato daawooyinkaaga, si aan taas u sameyno waxaan u baahanahay inaan wada shaqeyno.

Anigoo ah xirfadlahaaga caafimaadka waxaan kaa caawin karnaa oo aan kaala talin karnaa daawooyinkaaga. Waxaad tahay khabiir marka ay timaado waayo aragnimadaada iyo aragtida ku saabsan sida daawooyinkaagu u saameeyaan adiga iyo nolol maalmeedkaaga.

In aan daacad ka ahaado fahamkaaga iyo dareenkaaga ku aadan daawooyinka ayaa iga caawinaysa inaan si ficlan u fahmo oo aan u qadariyo xaaladdaada.

Waan ku dhageysan doonaa, oo aan ixtiraami doonaa waxaad ii sheegto si aan masuuliyada u wadaagno oo aan uga wada shaqayno iyo si aan faa'idada ugu habboon uga hesho daawooyinkaaga.

Tani waxay naga caawin doontaa inaan si furan uga sheekeyno daawooyinkaaga, si aad u dareento kalsooni in go'aanka aan wada gaarno uu yahay mid dantaada ah oo ku saleysan duruufahaaga.

This was shared with: / Tan waxaa lala wadaagay: .....

on: / Imarkay ahayd: .....

by: / kahor: .....

