

Fatahaadda

Xiliyada fatahaada, biyaha ayaa ku fataaha dhulka angagan. Adiga, gurigaaga, iyo hantidaada ayaa waxaa laga yaabaa in ay waxyeleeyaan biyaha. Raac talooyinka si aad ubadbaadid.

Si aad taageera u heshid ama macluumaad, ka garaac nambarka 2-1-1 telefoonkaaga ka dibna sheeg luqadda aad ku hadasha. Qof ayaa su'aalahaada kaga jawaabi doona afkaaga.

Taxadarka Fatahaada waxey micnaheedu tahay fatahaad ayaa ka dhici karta deegaankaada.

Digniinta Fatahaada waxey micnaheedu tahay fatahaad ayaa goor dhow dhici doonta ama weyba ka dhicihaysaa deegaankaaga.

- **Dhageysa raadiyaha.**
- **Dhageysa idaacadaha raadiyaha _____** si aad luqaddaada ugu heshid macluumaad. Siiwad dhageysiga ilaa aad ka maqasha luqaddaada si aad u ogaatid waxa socda iyo waxa aad sameynsa.-AMA-
- Waa inuu jiraa qof fahmaaya luqadda Ingriiska si uu kugu dhageysta raadiyaha oo uu ugaada waxa dhacaaya iyo waxa aad sameyneysa.

Diyaar noqo.

- Haddii aad haysato moobayl, haa lahaada dab ku fila.
- Haddii aad ku nooshahay il-biyood ama wabi agtiisa ama meel xeeb ah, waxyaabaha muhiimka ah urar qeybaha sare uu gurigaaga. Waxyaabaha banaanka la dhiga sida baasakilada gudaha soo geli.
- Qolka qabeyska, dararka, iyo jaagagga kabuuxi biya nadiif ah. Biyahaan waxaa loo isticmaali karaa cabid, dhaqid, iyo nadiifinta musqusha.
- Guriga joog haddii aan lagu amrin inaad kabaxda. Haddii lagu amra, aad goob dhul sare. Ka fogow ila-biyoodyada iyo wabiyaasha.

Babaad xiliga fatahaada.

Guriga:

- Haddii biyaha ay kusoo dhawaanayaan gurigaaga, iska bax, haa sugin- banaanka ubax meel sareysa aad.
- Haddii aad taabatay biya dhulka ku jira, gacmahaada ku dhaq saabuun iyo biya qaboow oo nadiif ah.
- Haa cabin ama haa cunin wax ay gaareen biyaha dhulka ku jira.
- Haddii aad u baahanta inaad hesho hoy, ka garaac nambarka 2-1-1 telefoonkaaga ka dibna sheeg luqadda aad ku hadasha.
- Haddii gurigaada fatahaad ay gaartay, waxaa laga yaabaa inaysan badbaadadaada ku jirin inaad ku laabata ilaa ay kasoo eegaan saraakiisha.

Banaanka:

- Ka fogow biyaha fatahada. Biyaha waxay ahaan karaan kuwa ku quusin kara si dhakhsi ah ayeyna sara ukici karaan.
- Haa dhex soconin biyaha fatahaada. Xitaa biyaha aan jirkaaga oo dhan qarin Karin si dhakhsi ah ayey usocon karaan, waxeyna noqon karaan khatar.
- Haddii aad maqasha biya, jeesa ka dibna aad meel kale.
- Ka fogaow khadadka korontada ee soo dhacay. Awoodda korontada waxey ku jiri kartaa biyaha, wey ku waxyeleeyn kartaa ama wey ku dili kartaa.

- Haa galin guri fatahaad leh haddii aadan hubin in korontada laga jaray.

Baabuurka dhaxdiisa:

- Haddii ay khasab tahay inaad kaxeysa baabuur, isticmaal wadooyinka lagu badbaadi kara oo kali.
- Haa kukaxeynin baabuurka meelaha la dhigay jidgooyooyinka.
- Haa isticmaalin wadooyinka lasaaray calaamadda xirnaashaha.
- Haa kukaxeynin baabuurka biyaha fatahada dhexdooda. Xitaa biyaha aan badneyn baabuurka wey qaadi karaan.
- Haddii uu baabuurkaaga kudama biyaha dhexdooda, kabax baabuurka ka dib aad meel dhul sare leh.
- Haa kaxeynin baabuur habeenki marka uu jira mugdi.

Fataahad • Soomaali • Maayo 2012