BØRN OG UNGE
Aarhus Kommune

AKHRI

– WADA AKHRISKA ADIGU IYO ILMAHAAGA 0-3 SANO

Min lille bog om

ADIGU WAALID AH AAD BAAD MUHIIM UTAHAY

Markaad ilmahaaga la akhrido oo aad kala hadasho ilmaha buugta, waxaad xoojineysaa luqadda ilmaha iyo aqoonta buugaagta iyo qorista. Waxa muhiim u ah sida ilmahaagu ula xiriiro dadka kale oo uu fahamsan yahay adduunka ku wareegsan.

- **Ilmuhu wuxuu bilawdaa dhageysiga hore ee erayadaada iyo sheekooyinka**
- **Waxaad xoojineysaa luqadda ilmahaaga markaad wax akhrido oo aad kala hadasho ilmaha buugaagta**

AKHRI

– WADA AKHRISKA ADIGU IYO ILMAHAAGA EE XANAANADA CARRUURTA

U AKHRI ILMAHAAGA

Sida ugu dhakhsaha badan ee aad u bilaabi karto akhriska ilmahaaga aad u fiican.

Bilowga, waxaad buugaag u akhriyi kartaa ujeedooyin sahlan iyo ereyo abuuraya dareenka guud, waxayna ku siiyaan wax aad ka hadasho.

Waxay noqon kartaa tilmaam iyo dareenka buugag oo aad u ogolaato in ilmuhu taabto oo uu fiiri fiiriyo bogga. Ilmuhu wuxuu si tartiib tartiib ah u heli doonaa rabitaan akhris ah.

- Tilmaan ereyada, sawirrada iyo muujinta jihada akhriska
- Caadooyinka akhriska wanaagsan waxay qaadataa wakhti. Inta badan ee aad akhrido, way ka sii badan tahay rabitaanka akhriska ilmahaaga

KALA HADAL ILMAHAAGA BUUGGA

Waa fikrad wanaagsan inaad ilmahaaga kala hadasho buuggan, ka hor, inta lagu jiro iyo kadib akhrinta.

Wadahadalka ku saabsan buugga, waxa cunugaagu u baahan yahay, inaad u sheegto sawirada iyo waxyaabaha ku jira buugga

Markaad weydiiso su'aal furan oo xiiso leh, Ilmahaagu si firfircoon uga qaybqaato wadahadalka ku saabsan buugga. Waxay ka caawisaa luqadda ilmaha iyo rabitaanka inay sheegto.Sii waqti badan inaad dhageysato ilmahaaga iyo waqtiga si aad uga jawaabto.Jawaabaha waxay noqon karaan luqadda jirka iyo wajiga.

Waxaad ka caawin kartaa ilmahaaga inuu erayada ku qoro sheekada iyo faahfaahin ku saabsan sharaxaad. Inta badan aqoonta waxyaabaha uu ilmahaagu leeyahay iyo ereyada badan ee ilmahaagu yaqaano oo uu isticmaalo, cunugaagu wuu fiicnaanayaa inuu fahmayo waxyaabaha ku jira buu-gaagta. Sharax oo ku tuso ereyada iyo sawirrada erayada ilmahaaga.

Waxaad ka heli kartaa caawimo akhriska xaashida ”Sida loo akhriyo ilmahaaga”.

- U sheeg ama u sharax erayada sawirrada iyo waxyaabaha ku jira buuggan.
- Ku celi waxa uu ilmuhu ku yiraahdo si sax ah oo u sharax ama u sii ballaari.
- Ha ka boodin ereyada aad u maleyneyso inay adag tahay ilmahaag.

- Inkasta oo ilmahaagu aanu wali ku hadli karin, ilmuhu wuxuu kula xiriirayaa adiga oo isticmaalaya dhawaaqyo, luqadda jirka iyo wajiga ah.
- Waxaad ilmahaaga ka aawineysaa inuu erayada ku dhawaaqyada ilmaha, luqadda jirka iyo wajiga.

WADAJIRKA KU SAABSAN BUUGGAN

Markii aad wax la akhrineysid cunugaaga, waxaad abuureysaa daqiiqad xiriir ah oo idinka dhexeysa.

Tusaale ahaan, u akhri markaad joogto miiska ilmaha lagu beddelo, sariirta ama wada fadhiista adinku oo sku dhow dhulka iyadoo ay suurogal ay tahay isla xariirinta indhaha.

Waa fikrad fiican in la akhriyo isla buuggaagta dhawr jeer. Markasta oo buugaagta la akhriyo, ereyo cusub ama mowduucyo ayaa soo baxa oo aad ka hadli kartaan.

Haddii cunugu uusan dooneynin inuu maqlo sheekada, u sheeg waxaad ka arktaan sawirada.

- **Akhriska daqiiqaddu waxay abuurtaa isu soo dhawaansho iyo Isla wada joogo.**
- **Raac ama fiiri waxa uu ilmuhu xiiseeyo inuu ka hadalo iyo waxa uu jecel yahay.**
- **Khasab ma ahan inaad buugga aqrisid bilow ilaa dhamaadka.**

LA CIYAAR LUQADDA IYO WAXA KU JIRA

Waxay fududeyn kartaa fahamka canuggaagaee ficilka buugga haddii aad ”la cayaarto buugga”.Waxaad noqon kartaa shakhsiyaadka ama dadka buugga ku jira ama waxaad u isticmaali kartaan waxyaabo la taaban karo sheekada.

- **Sharxi oo soo bandhig ereyada buugga ku jira, waxyaabo la taaban karo, si toos ah dhaqdhaqaaqyo jirka iyo luqadda jirka**
- **Haddii suurtagal ay tahay la ciyaar ficilka buuggan**

KULA CIYAAR LUQADDA, QORAALKA IYO WAXA KALE OO KU JIRA

Cunugaada wuxuu fahmayaa luqada, markii aad ku ciyaareysan luuqada. Waxaad ugu dhawaaqi kartaan ereyada iyo magacyada si cad ama xiiso leh.

Markaad tusto wax qorista maalin kasta, tusaale ahaan buugaagta, calaamadaha wadada iyo marka aad qoreyso liiska iibka,cunugaada wuxuu aqoon u yeeshaa akhrinta iyo qorista.

- La hees ilmahaaga oo la ciyaar heeso oo ka kooban ereyo isku mid ah, gaar ahaan heesaha carruurta
- Ka dhig cunugaaga wax garad oo inuu ka warqabo qorista, tus cunugaaga inaad akhrin kartaa oo qori kartaa.
- Tilmaan ama farta ku fiiq qoraalka oo ka hadal sida xarfaha iyo ereyadu u muuqdaan una dhawaaqaan

KA RAADI BUUGAAG DHEERI AH

Waxaad ka deeynsan kartaa buugaag dhawr ah maktabadda, lajbareeriga ama barta internetka ee www.aakb.dk.

Suurtagal ahaan, hel maktabadda si ay kaaga caawiso helitaanka buugaag wanaagsan. Waxaad ka heli kartaa fikradaha buugaagta kale www.aarhus.dk/read

EReolen waxaad kaloo ka amaahan kartaa buugaagta elektaroonigga ah iyo buugaag maqal ah.

KALA HADAL CUNUGGAAGA LUQADDA AAD KU FIICANTAHAY

Haddii aad ku hadasho luqad aan ahayn af deenish, waxaad sidoo kale isticmaali kartaa luqadda markaad ka hadlayso buugga. Ilmahaaga kula hadal luqadda aad ku fiican tahay. Waxaad kaga hadli kartaan ereyada iyo oraahda luuqada deenishka iyo luuqadiina hooyo ee ilmaha.

AKHRISO WAX BADAN MACLUUMAAD DHEERAAD AH EE READ

Waxaad ka akhrisan kartaan wax ku saabsan READ – waxaa kale oo ku saabsan akhriska iyo helitaanka buugaagta qalab badan ah oo ku qoran luqado badan oo kala duwan websaydhka www.aarhus.dk/read

Aarhus Kommune, 2019