FAA'IIDOOYINKA

Booqashooyinka Badqabka

Haddii aad jeclaan lahayd nuqulka warqadan oo talada ah lagu daabacay far waa-weyn ama aad u baahan tahay caawimaad turjumaada hadalka ah ama turjumaad qoraal ah, fadlan wac 1-888-502-4189. Haddii aad leedahay naafo hadalka ama maqalka ah, waxa jira agabka caawiya naafada oo waxaad aad isticmaali kartaa (TTY/TDY/ Luuqada Calaamadaha Mareykanka - wac 1-800-432-9553 ama Gudbinta Gobolka 711). Adeeggyadani waa bilaash.

Waa maxay booqasho badqab?

Booqasho badqab waxa sidoo kale loo yaqaan jidh, sanadle ah, ama baadhid. Booqashooyinka badqabku waxay caawiyaan baaritaanka dhibaatooyinka caafimaadka waxaanay yareeyaan fursada dhibaatooyinka caafimaadka ee mustaqbalka. Booqashooyinka badqabka waxa loogu talo galay da'kasta.

Waa maxay sababta aan dhakhtar u aadayo haddii aanan xanuusanayn?

Tani waxay noqon kartaa mid ka mid ah wakhtiyada ugu fiican ee aad booqatid dhakhtarkaaga. Waxaan ku siin doonaa fursad aad ku hakatid iskuna weydiisid su'aalo ku saabsan sida loo ilaashado caafimaadka.

Maxaa ka dhaca booqashada badqabka?

Waxaad filan kartaa inaad kala hadashid xirfadle daryeel caafimaad ah taariikhda qoyska ilmahaaga, caadooyinkaaga nolosha, iyo cabasho kasta oo caafimaad ah ama arimaha caafimaadka maskaxda.

Adiga ama ilmahaaga ayaa sidoo kale mari doonaa baaritaan jidheed oo ay kujiraan baadhitaano meelamaha muhiimka iyo miisaanka ama baaritaano kala duwan kuna saleysan da'da, khatarta, iyo jinsiga.

FAA'IIDOOYINKA

Booqashooyinka Badqabka

Sidee ayaan u diyaariyaa booqasho badqab?

- Hor u soo qaad warqad iyo qalin-qori
- Soo qaado liiska dhammaan daawooyinka aad isticmaashid
- Dib u eeg qoyskaaga iyo taariikhda caafimaad

Weydii su'aalo!

- Baaritano/talaalo noocee ah ayaa loo baahan yahay si loo ilaaliyo caafimaadka?
- Waa sidee miisaankaygu?
- Maxa loo baahan yahay in aan cuno (ama aanan cunin)?
- Goorma ayey tahay inaan dib usoo noqdo?
- Sidee ayaan u helaa natiijooyinka baadhistayda?
- Miyaan helayaa hurdo igu filan?
- Welwelka ma saameynayaa caafimaadkayga?

Qarash ku baxaayo maa jira?

Booqashooyinka Badqabku ma haystaan iskaashi qarashka la bixiya oona dadka waaweyn waxay yeelan karaan hal (1) badqab booqasho sanadkiiba. Dhammaan booqashooyinka ilmaha iyo dhallinyarada ayaa bilaash ah. Si aad u ogaatid inta jeer ee ayey tahay inaad gaysid ilmahaaga/dhalintaada booqashooyinka badqabka, fiiri: bit.ly/3SU2HUF.

ISKUDUWIDDA DARYEELKA

Isku-dubbaridka daryeelku waa lacag-la'aan waxaana loo isticmaali karaa in lagu caawiyo samaynta ballamaha, in dawooyinka la buuxiyo ama loo habeeyo ballamaha bukaan-socodkaaga. Wac 888-502-4190 si aad ula xiriirto iskuduwaha daryeelka.