

Somaliska

XARUNTA CAAFIMAADKA WAALIDKA  
IYO CARUURTA

KUSOO DHAWOOW  
**3-sanno oo  
booqasho!**



## Salaam masuul!

Booqashada 3-sann ah, waxaad la kulmi doontaa kalkaaliso iyo dhakhtar. Sidii hore, waxaanu la socon doonaa caafimaadka, korriinka iyo korriinka ilmahaaga. Mararka qaarkood dhakhtarku wuxuu sidoo kale fiiriyaa xubinta taranka ee raga iyo dumarka oo way baadhi karaan. Waxaan sidoo kale ka faa'iidayaan doonaa inaan ku weydiinno dhowr su'aalood oo dheeraad ah oo ku saabsan luqadda ilmahaaga iyo sida ay u horumartay. Filo in booqashadu ay qaadata ugu yaraan 30 daqiiqo.

Waxaan kuu soo diri doonaa xogwaraysi si looga jawaabo. Soo qaado foomka marka aad na soo booqato. Adiga oo ah waalidka dhalay ilmaha ayaa ugu aqoon badan waxayabaha ku saabsan ilmahaaga inta lagu jiro booqashadana waxaad dabcan weydiin kartaa dhammaan su'aalaha aad rabto. Tusaale ahaan, su'aalaha ku saabsan barbaarinta, caafimaadka ilmaha iyo korriinka, hurdada, cuntada, caadooyinka musqulaha iyo wanaaggaaga waalid ahaan.

Carruurta waxay jecel yihiin inay ogaadaan waxa dhici doona, si la mid ah annagoo dad waaweyn ah. Iyadoo laga caawinayo faylkan, waxaad u diyaarin kartaa ilmahaaga adigoo u sheegaya waxayabaha ku saabsan booqashada iyo waxa uu ilmuhu mari doono.

Waxa kale oo lagu siin doonaa booqasho xarunta caafimaadka carruurta marka ilmahaagu gaadho da'da 4 iyo 5 sanno jir



Sawir koodka QR ama booqo wabsaaytka [1177.se/jamtland-harjedalen/barn](https://www.1177.se/jamtland-harjedalen/barn). Waxaa jira xaqiiqooyin iyo talo ku saabsan caafimaadka carruurta, korriimadooda, xuquuqdooda, xanuunkooda iyo daryeelka. Macluumaadka ku saabsan barbaarinta waa la akhriyi karaa.



## Salaam carruureey!

Hadda waa waqtigii booqashadaada 3-sano ah” ee xarunta caafimaadka carruurta. Booqashadan, adiga iyo waalidkaa(waalidiinta) waxaad la kulmi doontaan kalkaalisada iyo dhakhtarka labadaba.

Tani waa waxa aad samayn doonto inta lagu jiro booqashadaada:

Waa lagu cabbiri doonaa waxaana lagu qaadi doonaa si loo arko inta aad kortay ilaa booqashadi ugu dambeysay.





Ku bood guud ahaan lugtaada oo cagaagan oo kor iyo hoos u bood



Sawir



Laag kubbadda



Eeg sawirada



Ciyaar



Hel boolbaro aad ku ciyaarto



Dhakhtarka ayaa ku baadhi doona  
Wuxu dhegaysanayaa wadnaha  
iyo sambabada



Eeg afkaaga iyo ilkahaaga



Wuxuu eegi doonaa dhagahaaga



Si fiican ayuu uga dareemayaa caloosha



Mararka qaarkood dhakhtarku wuxuu sidoo kale  
fiiriyaa xubinta taranka ee raga iyo dumarka oo  
wuu baadhi karaa xiniinyaha.

Haddii aad wax su'aalo ah qabtid ka hor  
booqashadaada, fadlan la xidhiidh  
xarunta caafimaadka ilmahaaga.