

Ku socota waalidiinta iyo masuuliyiinta carruurta dugsiyada hoose ee degmada Gjerdrum

Qaababka kala duwan ee looga falceliyo xaaladaha adag

Carruurta qaabab kala duwan ayey uga falcelisaa xaaladaha adag. Qaarkood wax badan ma a socdaan waxyaalaha dhacaya, halka qaar kalena inta badan ogyihiin wixii dhacaya. Da'da, dabeecadda iyo waxyaalaha/dhacdooyinka hore u soo maray nololsha ilmaha ayaa saamayn leh. Waxa dhici karta inaad ilmahaaga ku aragto falcelinno ay ka midyihiin:

- Baahi dheeraad ah oo ku saabsan inay u dhawaadaan ehelkooda – ka cabsadaan in wax dhacaan.
- Cabsi, werwer, murugo iyo xanaaq
- Hurdo-xumo – dhibaato seexasho, qarow
- Su'aalo iyo walaac ku saabsan wixii dhacay
- Wixii dhacay ayey ku mashquulsanyihiin xilliga la hadlayo, ciyaarayo iyo/ama habdhaqank

Talooyin guud:

- Waa muhiim in waalidku carruurta ula hadlaan qaab ku haboon da'dooda iyo fahamkooda.
- Dhegayso ilmaha! Dhegayso waxa ay ka fekerayaan, oo wadahadalkiina ku salee arrintaas.
- U fiirso falcelinnada kor lagu soo sheegay. Ilmaha ha ku qasbin ka hadalka wixii dhacay, haddii aad dareensantahay in ilmuhu wax werwer ah qabin.

Carruurta jirta da'da iskuulka

- Hadallada carruurta facooda ah ayaa keeni kara faham khalad ah, xan/ku tirti-ku teen, cabsi iyo khayaali. Hubso in carruurta heshay macluumaad sax ah oo weliba weydii qaabka ay wixii dhacay uga sheekaystaan marka la joogo iskuulka. Waxaad ku ogaanaysaa qaabka ilmuhu u fahmay xaaladda.
- Haddii ay kugu adkaato inaad ka jawaabto su'aalaha carruurta, waxa wacnaan karta inaad qaadata wakhti aad ku yara fekerato. Waxaad ilmaha ku dhihi kartaa: «Waa su'aal wacan. Hadda ma hayo jawaabteeda, laakiin waan soo ogaan doonaa, waanan ku siin doonaa jawaabta».
- Haddii ilmahaagu arko carruur kale ama dad waaweyn oo cabsanaya, werwersan, murugaysan ama xanaaqsan, waxa ilmaha loo sheegi karaa sababta iyo waxay ku saabsan tahay. Waxay ilmaha ka caawinaysaa in ay fahmaan falcelinta dadka kale.
- Ogotow in ilmuhu u baahan karo dhawaansho iyo kalsooni dheeraad ah inta lagu jiro wakhtigan. Waxa ka mid noqon kara dhabta, in ay habeenkii soo raadsadaan sasabo ama ay seexdaan nalka oo daaran. In laga qaybqaato ciyaarta iyo hawlaha ilmaha ayaa abuuraya xiriir iyo kalsooni.
- Ha ka cabsan inaad dareenkaaga muujiso marka aad la hadlayso ilmahaaga. Tusaale wacan ayaad u noqonaysaa ilmahaaga haddii aad muujiso dareen oo aad afka ka sheegto waxaad dareemayso. Waa muhiim in ilmuhu arko in waalidku is xakamayn karo, oo aanay kaa awood badan dareennadaadu.
- Caadooyinka iyo hawlaha joogtada ah waxa laga helaa nidaam iyo hab la isku halayn, ilmuhuna wuxu kaga nasan karaa wixii xanuunka ahaa ee dhacay waaxanu ka mid noqon karaa meelo uu dareemayo inuu ka tirsanyahay waxna ka yaqaano.
- Kalsooni ayaad abuuri kartaa haddii aad u sheegtid in caawimo laga helayo meelo badan: dawladda, booliska, shirkadaha caymiska, shaqaalaha caafimaadka, taageerada dadka deegaanka iyo shacabka guud. Ilmaha u sheeg in loo ilaalinayo si wacan isla markaana heli doono caawimada uu rabo.

Ma rabtaa talo iyo caawimo, la xiriir:

- Telefoonka caawinta ee degmada Gjerdrum oo laga helo wadahadal taageero iyo tilmaamo ah. Tel: 481 11 436, xilliyadu furanyahay 10-18.
- Kaalkaalisoo caafimaad iyo macalimada bey'adda ee iskuullada.

Macluumaadka waxa laga soo qaatay:
<https://krisepsykologi.no/hva-skal-vi-si-til-barna-om-skredet-i-gjerdrum/>