

Waalidiinta iyo carruurtooda ba way ku mahadsan
yihiin ka qaybgelida!



Koox-hawgaleedka sinaanta lafaha, Xarunta aqoonta daryeel-caafimaadeedka carruurta
Faktaansvarig: Kathy Falkenstein-Hagander
Giltighetstid: 2021-05-01

KAHORTEGIDA QAABKA MASKAXDA XALLEEFSAN AMA QALLOCAN

Qoraal-warbixineed loogu talagalay waalidiinta qaba carruurta yaryar



Talo kahortegid ku salaysan

Kolba korniinkiisa iyo horumarkiisa wuxuu dhallankaaga barta habka jirka oo idil loo kontroollo. Markii u soo jeedo haddii aad calool-calool u seexiso, waxaa sidaas ku adkaanaayo murqaha oo muhim u ah horumarinta awooda dhaqdhaqaaqa wanaagsan iyo dhelitirnimada jirka. Waxay culayska ka yaraysa dhinaca dambe ee maskaxda. Haddii aan sidaasi loo seexin ama haddii isla sii mar kasta loo seexiyo maskaxda waxay yeelanaysa qaab xalleefsanaan ah. Haddii aad tixraacdo talooyinka fudfudud ee hoos ku xusan waxaad ka hortegi doontaa in dhinaca gadaal ee maskaxda yeelato qaab xalleefsanaan ah:

Madaxa cunugga kolba meel u jeedi markii u dhabar-dhabar u jiifo, wejigiisa mararka qaarkood u jeedi dhinaca bidixda, marar kale u jeedi dhinaca midigta. Ku dhirigeli cunugga in u laf-ahaantiisa madaxa jeediyo, adigoo adeegsanaayo cod, waxyaalaha carruurta ku ciyaaraan iwm. Haddii ay kula noqoto in ubadkaaga u madaxiisa kolba meel u jeedinayn waa inaad kala tashata kalkaalisada caafimaadka joogta rugta daryeel-caafimaadeedka carruurta.



Markii ubadkaaga u soo jeedo adiguna aad ku sugan tahay agagaarkiisa calool-calool u seexi. Ku bilaaw ubadkaaga inaad u seexiso calool-calool kolba qaddar yar iyo dhowr jeer maalintii, sida markii aad xafaayadda ka beddelayso iyo dharka aad ka beddelayso. Cunuugu waxaa loo seexin karaa calool-calool, sida xabadka ama jilbaha qof wayn.



Isagoo calool-calool loo dhigay dhulka busto isku duuduuban hoos dhig xabadka cunugga. Taasoo cunugga u fududaynayso in uu kor madaxiisa u qaado oona gacmahiisa adeegsado. Haddii qaabkaan u badsado, wuu ka heli doonaa in u muddo dheer n sidaas u jiifsado.



Siyaabo kala duwan ubadkaaga u xambaarso. Carruurta yaryar waxay badi ahaan doonayaan in waalidiintooda aysan ka fogan. Ka feker inaad siyaabo kala duwan u ximbaarto, mar dhinaca midigta mar kale dhinaca bidixda. Teeda kale calool-calool ayaa gacnta lagu ximbaari karaa.