Verdal kommune

KU SOCOTA ADIGA WAALIDKA CARRUURTU U JOOGTO RUGTA XANNANADA CARRUURTA

Til deg som barnehageforelder

Waxaa wadajir u sameeyay shaqaalaha rugaha xannaano kuwa brifaatiga ah iyo ku dowladda hoose ee Degmada Verdal ee carruurta tirada yar

RUGAHA XANNAANO EE NORWAY - MAXAY YIHIIN?

Rugaha xannaano carruur ee Norway waxay ku shaqeeyaan sharciga u degsan rugaha xannaano (sharciga xannaano) ee soo baxay 17. juni 2005.

Waalidka ayaa mas'uulka ka ah in carruurtu bartaan afka norwiijiga helaana saaxiibo. Waalidiinta iyagaa u codsan ilmahoodo rug xannaano, buuxinaya araajida loogu talagalay. Dowladda hoose waxay direysaa waraaqo sida loo kala helay rugaha xannaano. Waalidiintana waa iney qoraal ku caddeeyaan iney aqbaleen booskaa la siiyay.

Dheel/ciyaar dowr fiican ayey ka ciyaareysaa rugaha xannaano ee norway. Ciyaarta iyo daryeelka waxay siin ciyaalka in ay si fiican u wada joogaan. Ciyaartu qasab maaha anagaana mas'uul ka ah in ay ilmuhu helaan waqti, meel ay ku ciyaaraan iyo qalaba. Shaqaalaha rugta ka shaqeeya baa la jooga ciyaalka waxayna siiyaan talo.

Ciyaarta ilmaha ee dibadda iyo gudaha waxay kor u qaadeysaa indha adeygnimadooda iyo xiisahooda ay u qabi doonaan dugsiga.

XIRIIRKA GURIGA – RUGTA XANNAANO

Si aan ilmahaaga u xafidno waxaan u baahan nahay wadahadal fiican na dhex maro waalidka.

Rugta xannaano foom muhiim ahayaa laga buuxinaa waalidka. Carruurtu markey billaabaan xannaanada, maalmaha hore waa iney waalidiintu la joogaan. Waxay la joogitaankaaga ku baran shaqaalaha iyo wadci maalmeedka rugta xannaano. Shaqaalahana waxay is baranayaan ilmahaaga, intaad nala joogto. Waxaan ka heshiin saacadaha aad joogeyso iyo marka aad soo noqoneyso. Si carruurtu meesha u bartaan asxaabna uga helaan waa lagamamaarmaan in ay ilmuhu maalin walba yimaadaan rugta xannaano.

Xiriir maalmeedka:
Waalidka iyo shaqaalaha waxay kulmayaan maalin walba marka la keenayo ilmaha iyo marka la wadayo. Waana muhiim in hadal la isweydaarsado. Tusaale ahaan hadduu qof kale keenayo ama wadayo ilmaha, ama ilmuhu hurdo xumo ku dhacdo ama ay la kulmeen waxyaabo mecno ama dowr ka ciyaari kara joogitaankooda rugta xannaano.

Kulanka waalidiinta:
Shirarka waxay dhacaan qiyaasta 2 jeer sannadkii ama sidii loogu baahdo. Shirarka waxaa looga hadlayaa carruurtaada iyo sida ay ku yihiin rugta xannaano. Waxyaabaha aan ka wadahadleyno waxaa ka mid ah: ciyaarta, saaxiibtinimada, horukaca ilmaha iyo waxyaabihii kale ee ay waalidiintu rabaan in laga wadahadlo. Shirka waxaa ka qeyb qaadanaya qof shaqaalaha ka mid ah iyo waalidiintiina. (Waqtiga shirka waalid waa qiyaasta 30 daqiiqadood).

Shirarka guud ee waalidiinta:
Shirarka waa kuwo la qabto 2 ilaa 3 jeer sannadkii, shirkaa oo ay isugu imanayaan dhamaan waalidiinta. Tusaale ahaan waxaa uu noqon karaa shirkaa mid loogu talagalay carruurta loo diyaargareynayo in sanndka danbe billaabana dugsiga hoose, ama shir u gaar ah waalidiinta ajnebiga ah. Shirarkaa waxaa guud ahaan looga hadlayaa guud ahaan carruurta oo dhan iyo gaar ahaan kaaga.

Jiro/xanuun
Carruurta marka ay xanuunsadaan, waxaa u roon in ay guriga joogaan. Rugta xannaano uma suurowdo in ay hayaan ilmo xanuunsan. Waxaa laga yaaba inuu xanuunka qaadsiiyo ama ku daarto ilmo kale. Haddaadan hibin in uu imaneynin ilmahaa rugta fadlan taleefan noo soo dir.!

MAXAA LOOGA BAAHAN YAHAY ILMAHA IN AY SOO GASHTAAN?

KULEYLAHA [sommer]
Dhar suuf ama cudbi ah, 1-funaanad iyo shaati. Kobo isboorti ama sandal/dacas. Koofi qoraxda ka celisa wey u roon tahay ilmaha yaryar.

DAYR [Høst]
Dhar dabeysha laga gashto, koofi iyo gacmo gashi qafiif ah.

Roob markuu da'o: Jaako iyo surwaal roob, funaanad dhogor ah ama mida la yiraahdo (fleecegenser), kobaha roobka iyo iskaalsooyin culus.

QABOOBAHA [Vinter]
Dhar isku joog ah ee culus lana yiraahdo (Bobledress), funaanada dhogor ah ama mid la yiraahdo iyo surwaalkeeda (fleecegenser, fleecebukse), gacmo gashi, koofi iyo cimaamad. Kobo qaboobe iyo iskaalso culus, ha ahaato iskaalso dhogor ah. Mararka qaar roob ayaa da'a, markaana waxaa u baahan nahay dharka roobka.

GU' [Vår]
Dhar dabeysha laga gashto ama dhar roob. Maxaa yeelay kuleyle ayaa bilaaban, markaana dhar qafiif ah ayaa loo galin karaa carruurta.

Carruurta waa in dhar loo dhigaa rugta xannaano. Maxaa yeelay waxaan u baahan karnaa in aan dharka ka bedelno.
Shaqaalaha rugta weydii haddii aad caawimo u baahato su'aalna qabto.
Waxyaabaha aan kaa caawimi karno waxaa ka mid ah tusaale ahaan dharka ay ilmuhu u baahan yihiin, iyo meesha aad ka iibsan karto dharka iyo qalabka carruurta.

CAADOOYINKA IYO CIIDAHA

Rugta xannaano waxay u dabaaldegaan caadooyinka iyo ciidaha.

Rugta xannaano waxay ku casuuntay adiga iyo reerkaaga ka wada shaqeyn caadooyinka iyo maalmaha ciidaha, kalana xiriir shaqaalaha rugta carruurtaadu dhigato.

QAWAANIIN

Waxaa carruurta rugta xannaano la qoraa gu'ga. Markaad ogolaato in ilmahaagu billaabaan rugta waxaad heshiis la galeysaa rugta xannaano. Ilmuhu booska wey haysanayaan ilaa iyo inta ay ka billaabaan dugsi ama aad fasaxdo booska taa oo qoraal ah markaad soo qorto. Haddii aad rug kale raadsaneyso waa in aad iyadoo qoraal ah codsataan
Haddii aad rabto in aad waqtiga wax ka bedesho, waa in aad codsi qoraal ah u soo qortaan madaxa. Codsigiinana waa in aad soo qeexdaan.

Markaad ka tanaasushaan booska, waa in aad qoraal na soo gaarsiisaan loona soo diraa madaxa. 12 maalmood ka hor intaan laga tagin rugta xannaano.
Booska laga tanaasulayo ama aan la rabin waxay billaaban 1da bisha may, waana in la bixiyaa lacagta bisha juun. Codsi in laguu dhaafo lacagta waxaa loo soo qorayaa madaxa.

Waqtiga la furo rugta

Rugta xannaano waqtiyadii furitaan waa kala duwan yahay.
Sannadka gudihii ruguhu waxay xirnaan 5 maalmood oo ah maalmo qorsheyn.
Rugaha xannaano wey kala duwan yihiin.
Kala hadal shaqaalaha fiiri websidka internett ee rugaha kala duwan.

Fasax

Carruur walba waxay leeyihiin 4 usbuuc oo fasax ah, ugu yaraan 3 usbuuc ee isku xiga la qaato, sannadka gudihii. Ilmaha markey fasax tagayaan waa in shaqaalaha lagala balamaa. Bisha ugu danbeysa ee lacag bixinta waa Juli.

Lacag bixin

a. rugta xannaano bil walba lacag ayey soo dalacan ahna kharashka lagu dhigto. Haddii lacagta rugta lala daaho, heshiis kale ee lacag bixintana jirin welina aan la bixin, taasi waxay keeni kartaa in aad lumisiin booska rugta xannaano.

b. Carruurta u baahan barbaarin khaas ah, waxaa bixinaya dowladda hoose, qeybtii lacageed ee ku aadaneyd waalidiinta inta ay joogaan rugta lana siinayo barbaarin khaas ah