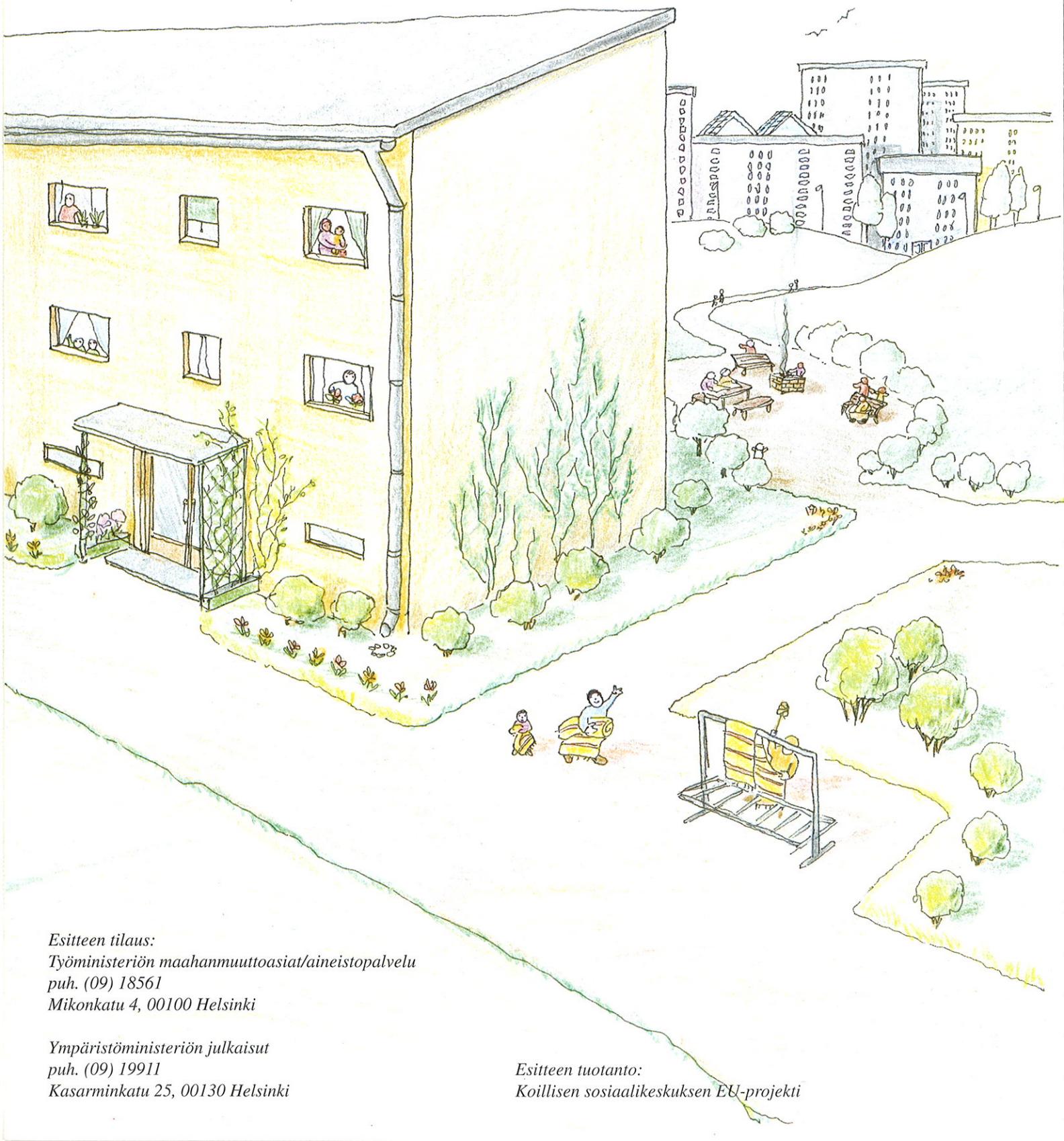




TILMAANBIXIYAH A KU SAABSAN GURYAH EE LOOGU TALAGALEY AJAANIIBTA U SOO GUURTEY FINLAND



Esitteen tilaus:
Työministeriön maahanmuuttoasiat/aineistopalvelu
puh. (09) 18561
Mikonkatu 4, 00100 Helsinki

Ympäristöministeriön julkaisut
puh. (09) 19911
Kasarminkatu 25, 00130 Helsinki

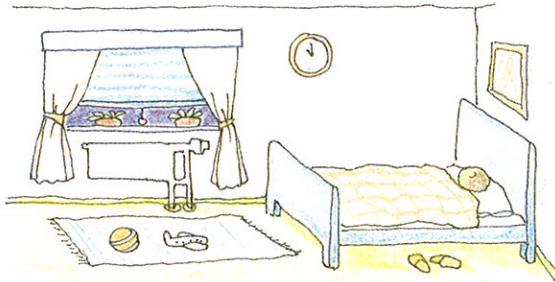
Esitteen tuonti:
Koillisen sosiaalikeskuksen EU-projekti



1. WAX YAR OO KU SAABSAN DHAQANKA FINNISHKA

Finnishka dhaqankooda ayaa waxaa ka mid ah in aan si fiican loola sheekeysan qof aan la garaneyn. Hadal la'aantaasna waxaa laga yaabaa in aan ka aheyn xanaaq ama cunsuriyad. Finnishku wey ixtiraamaan (qaderiyaan) qofka kele haddii uusan u keeneynin wax arbushaad ah. Markey yimaadaan wax ka wada dhexeeya qofka kale, ka dib ayaa la wada hadlaa laakiin intaa ka hor, isu soo dhowaansho ma jirto (saaxiibtinimo).

Finnishku waxay jecelyihiin hadal yaraanta(buuq la'aanta). Haddii meesha dadka ka wada dhaxeysa ama balakoonka lagu buuqo qaar badan oo Finnish ah ayaa waxay dereemey in degananshaha guriga la arbushayo.



Maalamaha shaqada Isniinta ilaa Jimcaha 22:00 ilaa 07:00 subaxnimo, Sabtida iyo Axada 23.00 ilaa 08:00 Saacadahaas inta u dhaxeysa waa xiliga shanqaryarida. Waxaa wanaagsan xiligaas in la yareeyo hadalka iyo wixii kale ee keeni kara buuq (sanqar) sida muusiga, codka dheer, IWM. Deriskana la siiyo xasilloon habeen. Habeen soo jeedkuna derisku wuxuu ku beereyaa xanaag, waxayna u xanaaqayaan qofka si joogtada ah habeenkii u arbusha (ku buuqa).

Haddii xaflad aad guriga ku dhiganeysaan waxa wanaagsan xaflada ka hor inaad ogeysiisaan deriska saacadaha xafladu ay soconeysyo.

2. SHARCIYADA KU SAABSAN DEGAANKA



Degane walba markuu ilaaliyo(dhowro), xeerarka guriga iyo kuwa guud ee magaalada ay u dejisey guryaha, wada deganaansha iyo nabada guriga aad ayey u wanaagsanaaneysaa. Haddii qof dhowr jeer uu jebiyo sharciyadaas guud waxuu marka hore helayaa digniin, ka dibna in laga saaro guriga haddii uusan joojin jebinta sharciyadaas.

Ijaarka (kirada) hadaad la daahdo waxaa muhim ah inaad si deg geg ah aad ula xiriirtid ruuxii ama sharikaddii kaa ijaartey guriga. Haddi aan ijaarka (kirada) la bixin waxaa ku xigta in lagaa saaro guriga.

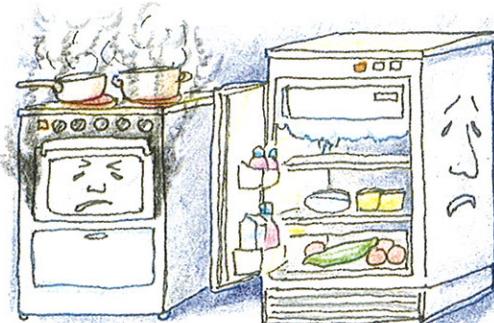
3. GURIGA DHEXDIISA

Haddii hawada guriga dhexdiisa aysan is bedelin oo hawo nadiif ah oo ku filan aan soo gelin waxaa laga qaadi karaa madax xanuun, qandho jirkoo is cun cuna iyo calaamadaha neefta siiba caruurta.

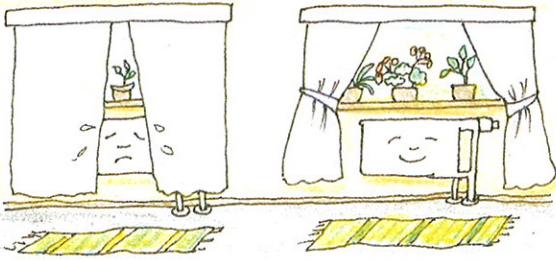


Musquusha (suuliga) qubeyska, qubeyska ka dib waa la furi karaa alaabka mushqusha si qoyaanka iyo

uumiga uu uga baxo. Qolalka waxaa loo leyrin (aariyeyn) karaa adigoo daaqadaha oo dhan mar wada fura wax yar ka dibna (xira)xidha. Lama ogola in illaa jarjanjaraada (sallaanka) ay gaarto hawadaas.



Qof walba nadaafada gurigiisa asaga ayaa ka mas'uul ah. Iisticmaalka faraha badan ee shooladaha raashiinka waa in la iska ilaaliyaa, sidoo kale qaboojiyaha iyo qeybtiiisa barafka waxa wanaagsan in la daryeelo iyadoo markii mudo la joogaba laga dhalaalinayo barafka.

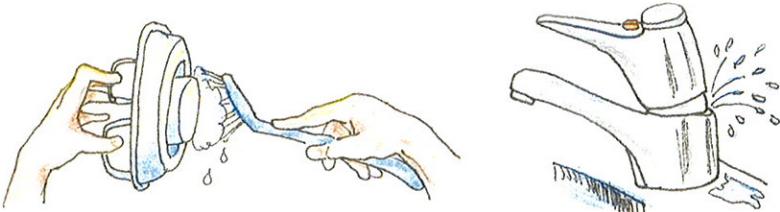


Deganaha guriga inuu ilaaliyo godadka musqusha (suuliga) iyo kijinka si aan u gelin godadkaas wax xira meesha biyaha ay maraan.

Hiitarada waxaa ku dhex jira mitir cabira kuleylka guriga gudihiiisa. Haddii lagu daboolo hiitarada daah culus hiitaradu ma shaqeeynayaan umana soo gudbinayaan kuleyl ku filan guriga intiisa kale, markaa ma wanaagsana in wax lagu daboolo.

Haddii guriga laga helo cayayaan waxyeelo leh, waxaa wanaagsan in cayayaankaas lagu soo rido koombo (gasac) afka ka xiran ka dibna la tuso dayactirayaasha guriga si aysan guriga oo dhan ugu fidin

Balakoonka waxaa wanaagsan in uu ahaado nadiif. Laakiin ma wanaagsana in lagu dhaqo biyo soconaya oo gaaraya deriska kaa hooseeya. Lama ogola in wax lagu jafo ama wax lagu dubo, dhar waa lagu qallajin karaa haddii dharka aan dibada laga soo arkeynin.



Haddii ay jiraan wax u baahan sameyn (hagaajin) waxaa wanaagsan inaad si degdeg ah ula xiriirtid sharikada guriga qeypta sameyska qaabilسان.

Shoolada cunta karinta iyo fiiltarka hawada (qashinceliyaha) waxa wanaagsan in laga nadiifiyo dufanka iyo boorka (habaaska). Sidoo kale tubada (tuunbada) hawada qaada si hawada guriga dhexdiisa ay mar walba u ahaato mid cusub oo nadiif ah.

4. MEELAHA LAWADA WADAAGO (KORIDHOORADA)

Meelaha dadka ka dhaxeysa (wadiiqadaha) waxaa wanaagsan in loo maro si hadal la`aan ah qashinkana laga ilaaliyo. Alaabna lama ogola in la dhigto meelahaas. Bakhaarka (makhsinka) baaskiilada waxaa lagu xareeyaa baaskiilada iyo gawaarida caruurta lagu riixo.



Alaabta dheeraadka ah ee aadan ku isticmaaleynin guriga waxaad ku xareyn kartaa bakhaarkaaka (makhsinkaaga) hoose.

Alaabka weyn ee dibada habeenkii waa la xiraa markaa ka dib ma wanaagsana in wax



la geliyo sida dhagax ama ul (qori), sababtoo ah qof kasta ayaa soo geli kara sida tuug ama dad keena buuq.

SAUNA	PESUTUPA
18-19 INA HEBEL	8-10 IVAN IVANOVITS
19-20 MATTI MEIKÄLÄINEN	12-14 JOHN DOE
20-21 IVAN IVANOVITS	14-16 INA HEBEL
21-22 SVEN SVENSSON	20-22 MATTI MEIKÄLÄINEN

Sawnada iyo mashiinka dharka (Qasaalada) ayaa inta badan muranka (khilaafka) uu ka dhashaa (ka yimaadaa) sidaa daraadeed waa inaad waqtii horey u qabsataa, markaad leedhay keliyana aad aadaa (tagtaa). Qofna ma doonayo in waqtigisa laga isticmaalo.

5. GURIGA DIBADIISA

Qashinka waxa wanaagsan in la kala saaro oo bac (kiish) lagu xiro ka dib la geeyo meelaha loogu tala galey. Wey wanaagsantahay in aad horey u ogaatid meelaha lagu kala rido noocyada qashinka sida sunta, biraha, dhalooyinka (quraaradaha) iyo qashinka kaleba.





Gawaaridu waxay leeyihiin meelo Baarkin ah oo loogu talagaley. Guriga hortiisa ama meelaha lagu lugeeyo (socdo) lama ogala in la dhigto, sababtoo ah in aan wadada laga xirin gawaarida gargaarka deg degga ah si ay u istaagaan albaabada ay u socdaan hortooda.

Kadiifadaha iyo bustayaasha sariiraha waxaa lagu hurgufi (jafi) karaa meelaha loogu tala galey oo keliya iyo saacada loogu tala galey.

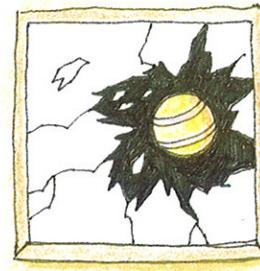
Caruurta waxay leeyihiin meelo loogu tala galey oo ay ku ciyaraan, meelahaas oo reer walba caruurtooda alaabtey ku ciyaraan ka qaadaan ciyarta ka dib. Haddii alaabtaas lagu hilmaamo (iloobo) meelahaas **Lama ogola** dad kale iney qaataan oo ay geystaan guryohooda.



Xayawaanada la dhaqdo guriga banaankiisa ayaa lagu xanaaneeyaa, waxa wanaagsan in ay ku xirnaadaan xarig marka dibada loo saarayo si aysan wax u yeelin dadka deriska ah. **Lamana ogola** in loo dhoweeyo meelaha ay caruurta ku ciyaraan.

6. CAYMISKA GURIGA

Waxaa wanaagsan in guriga la geliyo caymis, laakiin ma aha mid khasab ah. Caymiskaas wuxuu magdhow u yahay (bixiyaa) hadii alaabta guriga taala ay ku yimaadaan waxyeelo ama la xado. Gurigu waa inuu la haadaa qalabka digniinta dabka, haddii kale caymiska ma bixinayo wax maqdhow ah. Weyddii sooshalkaaga inta suurtagalka ah ee uu kaa bixinayo caymiska guriga.



7. XAFLADA WADAJIRKA IYO HAB DHAQAN WANAGA

Kuleylaha iyo qaboobaha ka hor ayaa la qabanqaabinayaa nadaafad la nadiifinayo guriga banaankiisa ubaxyadana dib u habeyn ayaa lagu sameynayaa. Waxaa la rajeynayaa deriska oo idil iney ka qeyb qaataan nadaafadaas. Isla markaana derisku wey isku baran karaan.

8. GUDIGA GURIGA

Inta badan guri kasta wuxuu leeyahay gudi. Shir la isugu yimaado ayaa lagu doortaa gudigaas, waxaa wanaagsan in laga qeyb galoo shirkas. Waxaa suurta gal ah in lagu doorto haddaad raali ka tahay. Gudigaas waxay la xiriiraan madaxda sharikada ayagoo u gudbinaya deganayaasha guriga waxay doonayaan iyo waxay ka dacwoonayaaba. Haddii aad kala kulantey degaanka wax dhib ah waad u sheegi kartaa gudigaas.



**TELEFOONO NAMBAR IYO WAXYAABO
KALE OO U BAAHAN IN LA XASUUSTO:**

TELEFONKA DABDEMISKA IYO WAXYAABAHA KHATARTA OO DHAN _____

BOOLIISKA _____

RUGTA CAAFIMAADKA _____

DHAKHTARKAAGA KHAASKA AH _____

KALKAALEYAHA CAAFIMAADKA/ KALKAAALISADA _____

MEELAHA CARUURTA CAAFIMADKOODA LAGALA SOCDO (lastenneuvola) _____

XARUNTA SUNTA _____

BOLIKILIINIKADA (BUKAAN SOCOD EEGTADA) ISKA LEH HEEGANKA _____

XANAANADA CARUURTA (PÄIVÄKOTI) _____

DUGSIGA HOOSE _____

DUGSIGA DHEXE _____

DUGSIGA SARE _____

ISKUULO (ISKOOLO) KALE _____

XAFIISKA SOOSHALKA _____

XAFIISKA KELADA _____

XAFIISKA SHAQADA _____

XAFIISKA SHIKADA GURYAHA _____

DACAYTIRAH A GURYAHA _____

MADAXA GUDIGA GURIGA _____