

# HAGHAGO

## Terabiga hadalka

Terabiga hadalka ayaa lagu bartaa sida hadalka loo maamulo iyo sidii si hagaagsan loogu hadli lahaa. Terabiga hadalka waxaa lagu horumariyaa inuu qofku ogaado in isaga iyo hadalkiisuba fiican yihiin.

Waxyaabaha lagu soo bartay terabiga hadalku waxay kuwo nolosha caadiga ah loo isticimaalo noqonayaan, hadduu qofku iskiis tababar ugu sameeyo oo isticimaalo markay jiraan xaaladaha hadalka ee maalin walba. Terabiga hadalka ayaa laga helaa wararka aasaasiga ah ee ku saabsan haghagada iyo hadal soo saaridda. Hadafkuna waa in haghagada loo arko inay tahay mid ka mid ah waxyaabaha uu qofku dabeecadda u leeyahay. Muddada terabiga hadalku uu soconayo iyo hababka tababarka ee ku haboon waxay ku xiran yihiin hadba qofku siduu yahay. Waxaana la doortaa kuwa qofka haghagada leh baahidiisa ku haboon.

Qofku terabiga hadalka wuxuu heli karaa iyadoo isaga keli ahaan loo siinayo ama isagoo koox la qaadanaya. Dad waaweyn oo badan baa taageero ka hela kooxda ay isku midka yihiin (sidooda oo kale haghagada leh).

## Faahfaahin dheeraad ah

Faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan haghagada, terabiga hadalka iyo waxqabadyada dadka kula midka ah waxaad ka heleysaa rugta caafimaadka, Ururka Haghagayaasha ee Finland iyo Ururka Midowga Terabiistayaasha Hadalka ee Finland.

## Ururka Haghagayaasha ee Finland

[www.ankytys.fi](http://www.ankytys.fi)  
[info@ankytys.fi](mailto:info@ankytys.fi)



Print Mill Oy, 2010 - SOMAU



Ururka Haghagayaasha ee Finland

*Qoraalkani waa mid si fudud loo fahmi karo.  
Qoraalkan waxaa loogu talagalay  
dadka haghagada leh ee dhallinyarada iyo dadka waaweyn ah.*

## Haghago ma leedahay?

Haghagadu waa cillad hadalka ah oo ay dad badan leeyihiin. Finland waxaa jooga ilaa 50 000 oo qof oo hadalkoodu haghago leeyahay. Dhallinyarada iyo dadka waaweyn haghagadoodu caadi ahaan muddo dheer bay soo socotey, sidaas darteed haghagadu hadalkooday ka mid noqotay.

Haghagadu waa wax adduunka oo dhan ka jirta. Dadka haghagada leh haghagada mooyee wax kale kagama duwana dadka kale. Hase yeeshee haghagadu saamayn bay ku leedahay siday dadka haghagada leh isu haystaan inay yihiin iyo siday u haystaan inuu hadalkoodu yahay.

### Warar ku saabsan haghagada

- Si sax ah looma oga waxa sababta u ah haghagada. Qofku siduu yahay iyo deegaanka ayaa saamayn ku yeeshaa inay qofka haghago ku bilaabanto. Qofku inuu sida caadiga si ka fudud haghago u yeesho waa wax inta badan ehelku isu gudbiyaan. Haghagadu ragga ayey kaga badan tahay dumarka.
- Siyaabaha ay haghagadu hadalka uga muuqato waa tusaale ahaan
  - ku soo celcelin aan ku talagal ahayn: "ce-ce-celcelin"
  - codadka oo jiidma: "jjjjjiidma"
  - ama qofka oo uu hadalku ku xidhmo: "h\_\_\_\_\_adal"
- Haghagada waxaa kaloo la xiriiri kara dhaqdhaqaaqyo dheeraad ah oo aan loo baahnayn. Qofka haghagada leh siduu u neefsanayo isbeddel baa ku dhici kara. Codkaa kor u qaadmi karaa. Murquhu inay isgalaan baa badan karta. Haghagadu intay le'eg tahay iyo siday u daran tahay waxay ku xidhnaan karaan hadba xaaladda jirta, oo siyaabo kala duwan bay noqon karaan.
- Inta badan haghagadu qofka hadlaya waxay ku dhalisaa dareemo xooggan.
- Daryeelka haghagada lagu daryeelaa waa terabiga hadalka. Qofku markuu tababarro sameeyo, hadlidda ayaa u fududaata. Waxaa iyana inuu hadalku hagaago wax ka tara, hadduu qofku wax ka beddelo hadlidda siduu u haysto inay tahay.

## Fududaynta hadlidda

Qofka haghagada leh ee dhallinyarada ah ama qofka weyn ah inta badan wuxuu helaa siyaabo uu hadalkiisa kaga dhigo mid si fudud ugu fiicnaada. Dad badan buu hadalkoodu fiicnaadaa, markay u hadlaan si aan degdeg lahayn. Qaarna kalena waxay yiraahdaan, haghagada in laga adkaado waxaa caawiya, haddii rutmiga noloshu yahay mid joogto ah.

Koleyba waxaa muhiim ah inuu qofku ku dhiirado hadalka oo uu hadlo xitaa isagoo haghago leh. Haddii qofka haghagada leh isku dayo inuu haghagada iska ilaaliyo, waxaa dhici karta inay sii badato baqdintii uu hadlidda ka qabey. Inta badan dhibaataada haghagadu leedahay waxaa ka daran dhibaataada ay wadato baqdinta haghagada laga qabo.

Qofka haghagada leh dadka qoyskiisa ah, saaxiibadii iyo dadka kale ee ehelkiisa ah baa u fududayn kara inuu hadlo. Qofka haghagada leh marka lala hadlayo waa inaan loo fiirsan siduu hadalka ugu dhawaaqayo ee waa in loo fiirsadaa hadalka macnihiisa wuxuu yahay. Qofka haghagada leh markuu hadlayo, ma aha in hadalka laga dhexgalo. Waxaana fiican inay xaaladda hadalku tahay mid deggan. Waxaa iyana fiican in qofka haghagada leh qofka la sheekaysanayaa si caadi ah u fiiriyo qofka haghagada leh ee hadlaya, xitaa markuu hadalkiisu haghagada leeyahay.

Dadka haghagada leh mid waliba si isaga u gaar ah buuu u arkaa cilladiisa ah hadalka ku adag. Dadka ehelkaaga ah u sheeg, sidaad rabto inay sameeyaan, markuu hadalkaagu haghago leeyahay.