

Talo loogu talagalay qoyska iyo saaxiibada kuwa soo maray dhacdada masiibada

Taageerada uu ka helayo qofka qoyskiisa, saaxiibadiisa iyo shakhsiyaadka kale ee nagu soo-dhow waa muhiim ka gadaal masiibada. Inta ay qaadanayso meel-marinta dhacdooyinka waxay ku xirnaanaysaa sida dhacdada la soo marey ay tahay, heerka uu yahay khatarta dhinteha, dhacdada arga-gaxa leh ee uu soo maray markhaatiga goob-joogaha ah iyo wixii dhaawac ama dhimasho ah ee soo gaaray walaalo ama saaxiib kugu dhow.

Waa maxay ficil celinta caadiga ah ee walwalka daran ?

Waxaa jira wadooyin badan oo kala duwan ee laga yaabo in dadka ay ficil celin ahaan u bixiyaan ka gadaal dhacdooyin masiibo. Badanaa, fal celiska bilowga ah waxay yihiin arga-gax, cabsi iyo murugo. Dadka qaarkood waxay dareemaan jaah-wareer iyo jaah-wareersan. Dhibaatooyin hurdo, bood-bood iyo cabashooyin jirka ah sida madax-xanuun, calool-xanuun iwm, waa kuwo iska caadi ah.

Talo loogu talagalay saaxiibada iyo qoyska kuwa soo maray dhacdada masiibada

- **Dib-u aasaasida amniga**
Ahmiyadda-saar dhabta ah in ay hadda bad-baadsan tahay iyo in khatartii la soo dhaafay.
- **Qof la la hadlo**
Wadajir ahaada. Qaad hindisaha kaddiba gaar. Tusi qofka soo maray dhacdada naxariis iyo shucuur-wadaagis. Dhageyso waxa uu asaga/ayada ay dhahayaan. Dadka qaarkood waxay u baahan yihiin in ay ka hadlaan wax ku saabsan wixii dhacay dhawr jeer, laakin tani laguma dabakhi karo qof-kasta. Waxaad sidoo kale si wadajir ah u sameyn kartaan waxyaabo, siinta caawimaad hawl-qabad gacanta lagu fuliyo ama meesha iska joog.
- **Dib-ugu noqoshada nolol maalmeedka**
Waxaad ku caawin kartaa kuwa aad jeceshahay dib-ugu soo laabashada hawl maalmeedkooda. Tani waxay gaar ahaan lagu dabakhi karaa cunidda iyo jiifka. Ku caawi qofka in uu go'aamiyo waxa kadhigaya asaga/ayada in ay dareemaan fiicnaan (tusalaale ahaan hawl qabadka gacanta laga qabto, lugayn, dhagaysiga muusig). Kuwa awoodi kara, si dhaqso ah ugu soo noqoshada waxbarsho ama shaqo waa ay wanaagsan tahay. Halkan waxaa jira saaxiibo, ardayda saaxiibaada ah iyo asxaabtaada shaqada kuwaas oo ku caawin kara in ay ka fakaraan waxyaabaha kale in muddo ah.
- **Hawl-qabadyo**
hawl-qabad jismiyadeed waxay kugu caawinaysaa in ay kaa yareyso qalalaasaha jir ahaaneed. Ballanqaad in aad ku biirtid lugaynta ama jirdhis ama hawl-qabadyo raaxo-leh ama madadaalo leh.
- **U noqo qof taageera**
Waa muhiim in la garto xanuunka, cabsida iyo tiiraanyada. Sidoo kale waxaa wax-tar leh in qof uu fiiro u yeesho awoodaha qofka. Tayooyinkan waxay caawinayaan qofka la wax yeelleeyay si ay ula qabsadaan iyo si ay u sii-wataan noolashiisa/noolasheeda
- **Dareenka gabood-fal**

Ma'aha mid aan caadi ahayn in aad martid dhacdo dareen gaabood-fal ee la xiriirta masiibooyin, sida fakarka ah in qof uu sameeyn karay wax-badan si loo bad-baadiyo kuwo kale. Inta dhacdadaas lagu guda jiro waxaa muhiim ah in ahmiyada la siiyo dhabta ah in keliya dambilaha uu mas'uul ka ahaa waxa dhacay.