

Iska difaac adiga iyo dariskaada dabka

Ka hortaga dabka

- Alabtaada markasto gurigaada soo gasho ama dhigo maqaasiinkaada.
- Hoolka jaranjarada iyo wadooyinka la maro markii dhismaha guriga laga bixi waa in marnaba lagu arkin warqado joornaal, baakad iyo kursiga ilmaha lagu riixo.
- Haddii uu dab kaco dhaqso buu ku faafi iyo waxaa ka imaan qiiq sun ah.
- Haddii ilbaabaha maqaasinka hoose iyo meesha wax la dhigto oo saqafka sare ee guriga markasto ey qufulanyahiin waxaa nusqaami halista oo dab meelaha laga shido.



Ha xannibin wadada jaranjarada ama meelaha laga baxo

- Hoolka jaranjarada iyo meelaha laga baxo waa iney firaqo ahaadan oo waxbo la dhigin, sidaa haddii gurigaada dab ka kaco uga bixikartid.
- Shaqaalaha ambalaska iyo kuwa shaqaalaha baadbaadinta degdega waa iney wadada si fudud usoo marikaran sidey qofka xanuunsan ama dabka wax uga qabtan.



Haddii ey meel gubaneyso sidan suubi

Dabka meeshiisa ku xir!

Haddii gurigaada uu guban:

- Ka soo bax guriga iyo marka aad soo baxdiin xir ilbaabka guriga.
- Ilbaabka wuxuu celin dabka iyo qiiqa sunta inuu faafo.
- Soo wac 112 iyo u sheeg iney meel gubaneyso.

Gurigaada joog

Haddii qofkale gurigiisa dab ka socdo iyo hoolka jaranjarada iyo meesha laga baxo ey qiiq noqoto:

- Joog gurigaada.
- Soo wac 112 iyo u sheeg iney meel gubaneyso.
- Shaqaalaha baadbaadinta ku sug gurigaada oo ayaga baa kaa caawin ka baxida guriga.

