Guddida Waxbarashada Gobolka Utah

Khataraha Beenta ah ee Dugsiyada Utah:

Hagaha Waalidka/Mas'uulka

Khataraha beenta ah waxay noqon karaan qaar walaac iyo arbush ku keena dugsiyada iyo bulshadooda. Waxay saamayn ku yeelan kartaa sida ardaydeenu u dareemaan, sida ay u fikiraan iyo sida ay u dhaqmaan. Waa wax caadi ah in ardaydu ay dareemaan murugo ama cabsi ka dib khatar been ah. Inkasta oo khatartu been tahay, haddana falcelinta iyo dareenada cidda ku lugta leh waa dhab..

Fiiro gaar ah u yeelo habdhaqankaaga iyo habdhaqanka ilmahaaga. Ilmahaagu wuxuu muujin karaa habdhaqan ama carqaladayn ka baxsan xakamaynta, taas oo macnaheedu tahay inuu la kulmayo xusuuso iyo dhibaatooyin dhacdada uu ka dhaxlay.

Ardaydu waxay u dhaqmi karaan si sidii hore ka duwan, waxay noqon karaan kuwo walwalsan, kacsan, iyo/ama dadka ka dheeraanaya.

Falcelinta Caadiga ah

- Inuu dareemo daal/kacsanaan, dagaal bato
- Madax xanuun ama calool xanuun
- Garaaca wadnaha oo degdeg ah
- Dareen fudayd ama cabsi
- Dhib ku qaba hurdada, cunista ama dhammaystirka hawlmaalmeedka

- Waxa dhib ku ah xoog saaridda
- Ka fogaanaya saaxiibada ama qoyska
- Aan doonayn inuu hadlo
- Aan rabin in ay jiraan agtiisa waxyaabo xasuusinaya wixii dhacay

Fikradaha Soo Bixi Kara:

- Rumaysan in wax xun ay dhici doonaan ama ay mar kale dhici doonaan
- Sawirro ama dib u soo celinta dhacdada
- Qarowyo

Qoysasku waxay dib u dhisi karaan ammaanka iyagoo ka qaybgalinaya hawlaha caadiga ah, sida waqtiga cuntada, dhiirigelinta wadahadalka iyo fahamka, jimicsiga dulqaadashada, oo u dulqaadanaya falcelinta kala duwan ee ka dhasha dhacdada.

Hawlaha kale ee waxtarka leh waxaa ka mid noqon kara, dhageysiga, dejinta, ciyaarista geem, aadidda shaneemada, iyo u samaynta waxyaabo fikir u baahan midba midka kale.

Marka loo Raadinayo Taageero Dheeraad ah

Xasuusaha hore oo si joogto ah dhacaya	**Luminta xiisaha waxqabadyada**
Dareemidda "kacsanaan" ama "ka feejigan" khatarta, adigoo si fudud u sasaya ama u boodaya	**Ay kugu adag tahay hurdada, dhibaatooyinka diirad saarista ama fiiro siinta**

Ka gu'idda dadka kale, ka fogaanshaha bulshada

Khayraadka

- SafeUT
- 9-8-8
- Hoggaamiyeyaasha Diinta ama shakhsiyaadka kale ee gaarka ah ee aaminka ah
- Adeegaha bulshada dugsiga ama dhakhtarka cilmi-nafsiga dugsiga
- Helitaanka taageerada caafimaadka maskaxda bulshada