



Daryeelka Ilmaha iyo

Caafimaadka Ilmaha

XAASHIDA MACLUUMAADKA WAALIDKA

Ilaalinta Bay'ada

'Hoos u dhig, dib u isticmaal, dib u rog, dayactir, dibna uga feker'. Daryeellayaal ahaan tusaya carruurta sida loo ilaaliyo bay'ada, malaha waan ku celcelin karaa erayo muujinaya in dib wax loo isticmaalo adoo weliba ku daraya **diidmada**.

Hoos u dhig: • Isticmaalka biyaha • Isticmaalka korontada • Waxa ka soo baxa qashinka, kuwaas oo ay ku jirto cuntadu

Dib u isticmaal: Dib u isticmaal qalabka iyo waxyaallaha haraadiga ah mar kasta oo suurtagal ah. Mararka qaarkood shey ayaa loo isticmaali karaa ujeedooyin kala duwan – tusaale ahaan, wargeys ayaa loo isticmaali karaa jardiin bacrimiye. Qalabka baakadaynta ayaa laga samayn kara waxyaalla lagu cayaaro.

Dib-u-rogid: Dib u rog galaaska, balaastikada iyo xaashiyaha waxa ka soo baxa adoo geynaya adeegyada dib u rogida agtaada ah. Dib u rogidu waxay kaloo ku lug yeellan kartaa gudbinta waxyaallaha aadan u baahnayn inaad isticmaasho mar dambe.

Dayactir: Dayactir sheyga intii aad tuuri lahayd. Carruurta ayaa laga qaybgelin karaa xarakaadka dayactirka asaasiga ah waxayna ka baran karaan xirfada xalinta iyo gacan wax ka qabashada iyagoo weliba baranaya iyo in sheygu aanu noqon qashin marba hadduu jabo ama wax gaaraan.

Dib uga fekerida: Baro in siyaado u isticmaalida tamartu ay khasaarayso khayraadka una baahan tahay dib u fekerid. Ma jiraa hab aan bay'ada wax yeellayn oo wax loo samayn karo? Ma u baahanahay inaan sidaas samayno? Qiima noocee ah ayay ku fadhidaa?

Diidmada: Diid baakadaynta aan muhiimka ahayn iyo waxyaallaha hal mar la isticmaalayo marka ay jiraan wax dib loo isticmaali karo. Waxaan kaloo dib u eegi karaa diidmada in aan qayb ka noqono wadida joogtada ah ee gadashada waxyaalla cusub kana fogaano cadaadiska ii dhehda ganacsiga.

Kuwaan ayaa ah dhowr talaabo oo yaryar ah oo lagu bilaabo u hogaansanaanta ilaalinta bay'ada:

- Ku bedel guluubka nalalka kuwa cimriga dheer, isla markaana dhowra korontada
- Isticmaal wax dib loo rogi karo 'cagaar' nadiifiyayaal, halkii sun laga isticmaali lahaa
- Cab biyaha tuubada halkii aad gadan lahayd biyo dhalo ku jira oo hal mar la isticmaalo meel fogna laga keenay
- Xaashiyaha musqusha oo aan la bedelin waxay badbaadiyaan dhirta waxayna hoos u dhigaan isticmaalida kiimikada khatarta ah
- Hoos u dhig isticmaalida balaastikada, kuwaas oo ay ku jiraan baagaga balaastikada ka samayn
- Hoos u dhig qashinka ka yimaada cuntada adiga oo bixinaya inta ugu yar 'dabadeedna kordhinaya' haddii intii hore la dhamaysto
- Abaabul habka-qurminta cuntada harta (waxa xayawaanka ka yimaadaa kuma **jiro**) iyo waxyaallaha jardiinada
- Hoos u dhig isticmaalida qalajiyayaasha
- U lebis siyaalla wanaagsan oo ku haboon hawada, tusaale ahaan qaadashada dhar diiran ama khafiifa halkii aad ku tiirsanaan lahayd qaboojiye ama kululeeye.

Carruurta waa fekerayaal hal-abuur leh kuwaas oo laga yaabo inay ku raaxaystaan ka qaybgelidaan, iyo weliba inay door ka qaataan fikradaha hal-abuurka leh wixii ku saabsan dabeecada adduunka iyo dhowrida bay'ada.

Xaashidaan macluumaadka waalidka waxaa lagu helli karaa luqadaha bulshada waxaana lagala soo bixi karaa websaytka Early Childhood Connections oo ah www.econnections.com.au

DA'DAALKA



ROYAL CHILDREN'S HOSPITAL

WAXAA TAAGEERAY DEEQDA
WAXBARASHADA KA TIMID



WAXAA KAALMEEYEEY GOLAHA
AQOONSIGA DARYEELKA
ILMAHA EE QARANKA



WAXAA TAAGEERAY



Australian Government
Department of Families,
Community Services and
Indigenous Affairs