



FARXADA KORINTA CARUURTA DHEGAHA LA'A AMA DHEGAHA CULUS

Xaashidda Talooyinka Qoyska



TILMAAMAHA

Fostering Joy waa dadaal waridiinta/xirfadlayaasha loogu dabaal degayaan farxada korinta ilmaha dhegaha la ama dhegaha culus. Fostering Joy waxay siisaa caawimaad waridiinta iyo xirfadlayaasha caawiya ilmaha dhagaha la ama dhego culus dhinaca korinta iyo horamarinta.

Qoysaska isjecel oo iscaawiya waxay siiyaan saldhig adag ilmahooda dhegaha la ama dhegaha culus. Waxayna kadhisaan caruurtooda dhinaca ladhaqanka bulshada iyo caafimaadka. Diirada saarida daqiiqad gaar ah ee farxada leh waxay ka caawisaa qoysaska inay meel iska dhigaan walaacyada dabiiciga ah si ay maskaxdooda ugu jeesato dhinaca isku xirnanta walidka iyo ilmahooda.

Nolosha waxay ubaahantahay in laqaato nasasho gaaban maalin kasta. Taasna waxay waridiinta ka caawisaa inay sahmiyaan ama qadariyaan dhinacyada farxada leh ee nolosha ee katimaada korinta caruutooda. Halkaan ama warqadaan waxaad ka helaysaa tusaalooyin sidaad uheli laheed farxad. Qaado waqti aad ugu debaaldegtu guulaha aad gaarto

- Hel waxaad u mahad naqdo maalin walba.
- Sameeyso daqiiqado yar maalin kasta oo aad kula raaxaysato, qososho ilmahaaga si aad isugu soo dhawaatiin.
- Aduunka ku eeg indhaha ilmahaaga, farxada iyo jacayl.
- La wadaag ilmahaaga waxyaalaha kaa qosliya, waxa ku dareensiiya guul iyo waxa rajadaada cusboonaysiiya ama rajo ku geliyo.
- Raadi dheeli tir iyo barasho, la lugee ilmahaaga, lana sameey Yoogada carruurta, buug xiiso lehna wada akhriya.
- Fadhiga wakhtiga balamaha dawooyinka ku dar tamashle.
- Ku kalsoonow ama aamin samaynta wakhtiga aad ku kobcinayso farxadaada iyo tan ilmahaagaba in ay kacayso kordhinta Natasha iyo xidhiidhka adiga iyo ilmahaaga.
- Ku wada diiwaangelinta safarka qoyskaaga sawirro, fiidiyoow, baraha bulshada, ama joornaal. (Jumlado kooban oo kooban ayaa sameyn doona!)
- Khor taariikhda ilmaha iyo qoyskataas oo ka tarjumaysa sida aad u kusoo gaarteen meesha aad manta joogtaan.
- Yaree waqtiga shaqadaadda waxaadna sameysaa "inaad sameeyso" oo waxaad jeceshahay la samee ilmahaaga socod lug ah, xumbooyin wada afuuf, cunto wada kariya, cayaar peek-a-boo, dheel.
- **Qaddari naftaada iyo waxa aad qabanaysid oo dhan si aad u taageerto uguna doodo ilmahaaga!**

Updated 10/28/2020

Translation into Somali by: Asha Abdullahi