

# Markuu xanaaqu iga bato oo aan ku sigto inaan dilaaco...



Warbixin iyo wacyigelin ku socota waaliinta iyo dadka kale ee waawayn



Wadankan Noorway waa ka mabnuuc in caruurta la garaaco. Maxaa marka la sameeyaa, markaan rajo dhigno, caroono, oo aanaan arkin xal kale? Ma ka badbaadi karnaa inaan ku dhacno xaalad wareegta oo xanuun badan?

Mar marka qaarkood waxa aan waalid ahaan la kulanaa wax ka baxsan dulqaadkeena, sida

- Marka uu ilmaheena yari diido inuu seexdo oo aan waalid ahaana daalno oo aan qarika u saaranahay inaan quusano.
- Marka uu ilmaheena 3 jirka ah wax walba diido oo wax maqli waayo
- Marka uu ilmaheena 9 jirka ah keeno wadahadal aan dhamaan oo dulqaadka naga dhameeya
- Marka ilmaheena dhalinyarada ahi ay guriga u soo hoydaan xilli ka duwan kii lagu balaamay.
- Marka ilmuhu / ama dhalinyaradu u dhaqmaan si ka duwan sida aan waalid ahaan u aragno sida saxda ah ee ay tahay inay tarbiyadoodu noqoto.

Waalid badan ayaa dareema miciin la'aan markay xaalada haan oo kale la soo gudboonaa daan, oo waxay si kadis ah ugu ficil tamaan si wa'eer leh, xanaaq leh, iyo iyagoo rajo dhiga. Mar marka qaarkood waxaa dhacda inaan waalid ahaan u daalno sababo aan ilmaha shuqul ku lahayn aawadood, oo uu dulqaadkeenu dhamaad joogo. Anaga- ama inta nagu hareersanba- waxaan dareena inaan ku dhow nahay inaan qaraxno oo u adkeysan wayno waxyaabo yar yar oo aan marka xaalado kale lagu jiro u aragno wax aan wax ka soo qaad lahayn.

Mar marka qaarkood waxaa dhacda inaan ilmaha ula dhaqano si aan wanaagsanayn oo ay ka mid yihiin: Maagid, gili giliid, jurgayn, iyo dharbaaxid. Marka qofku rajo dhigo ma ariko siyaabo kale oo uu ku ficil cellin karo. Waxaana badanaa natiijadu noqotaa inuu qofku ka qomameeyo ficilkii ka dhacay oo ay sii korodho rajo dhigid iisii.

Arintani ma tahay mid aad iska dhex garanayso? Haday haa tahay, keli kuma tihid middan. Waalidii badan ayaa dareema miciin la'aan markay xaaladahaan oo kale ay ku yimaadaan.

Dalbo in lagu caawiyo hadii aad dareemaysa inuu koontaroolku kaaga dhumayo si aan adiga iyo ilmahaagaba u wanaagsanayn. Waxaad arintan kala hadli kartaa kalkaalisada caafimaadka ama qof kale oo aad ku kalsoonaan karto si ay kaaga caawiyaa sidaad ku heli lahayd siyaabo kale oo aad ku xallin karto xaaladaha adag ee kula soo gudboonaada. Arintan xiriir kala soo samee intaanay dhibaatooyinka sii kordhin. Waxaa haboon in laga hor tago dhibaatooyinka intaanay sii kordhin.

Waxaad caawimo ka heli kartaa meelahan:

- Laamaha caafimaadka iyo adeegyada caafimaadka ee dugsiyada
- Xanaanaada caruurta
- Adeega daryeelka caruurta
- Talo siiyaha dugsiyada
- Adeega waxbarida iyo ciilmi nafsiga
- Taleefoonka loogu talo galay inay soo wacaan dadka waa wayn iyo caruurta walwalsan oo u furan dadweynaha maalmaha shaqada inta u dhaxaysa 09:00 ilaa 15:00, taleefankiisuna yahay : 810 03 940 ama ciirwaan ka boostada ee barta inter-nett-ka ee [bekymring@vfu.no](mailto:bekymring@vfu.no)

Hadii xaaladahaani yimaadaan ama dhacaa habaynka horaantiisa ama saqda dhexe oo aad fursad u halayn inaad la xiriirto meelaha kor ku xusan waxaad wici kartaa:

- Taleefoonka SOS- ama Kaniisada SOS oo lambarkeedu yahay: 81 5 33 300.
- Taleefoonka caawinada ee loogu talo galay caafimaadka maskaxda oo lambarkiisu yahay: 810 30 030 ama barta inter-nett-ka ee: [www.sidetmedoid.no](http://www.sidetmedoid.no)

Labadan adeeg waxay furan yihiin oo la heli karaa maaliin iyo habeenba.



Barnaamijka wacyigalinta waalidka waa fursad ay ka faa'iidayaan karaan waalidiinta leh caruurta da'doodu u dhaxayso 0 ilaa 18 sano. Hadafka barnaamijkaani waa in adiga waalidka ah (aabe iyo hooyoba) aad ku kalsoonaato inaad samayso wixii caruurtaada u wanaagsan. Barnaamijkaani wuxuu ku da'een siin doonaa waxyaabaha wanaagsan ee aad caruurtaada u qabato. Haddii aad u baahantahay, waxa kale oo lagaa caawin karaa in aad hesho siyaabo ama xeelado kale oo badeli kara sidaad ilamahaaga ula macaamisho. Barnaamijka wacyigalinta, waalidiinta wuxuu fursad kuu siinayaa inaad hesho kooxo waalidiin kale oo aad iswaydaarsataan xirfadaha waalidnimo iyo caawin ku aadan sidii aad u heli lahayd xal ku anfaca.

Degmooyin badan oo waawayn ayaa ku bixiya fursadan wacyigalinta waalidiinta luuqado kale oo ka duwan afka noorwiijiga.

Caawimo ku siinaysa xirfad

[www.bufetat.no/foreldreveiledning/](http://www.bufetat.no/foreldreveiledning/)