SOMALI

Xannaanada carruurta – billow wanaagsan

XANNAANADA CARRUURTA – BILLOW WANAAGSAN

Xannaanada carruurtu waa goob barbaarin oo ilaalisa baahida ay ilmuhu u qabaan daryeelka, ciyaarta iyo waxbarashada, waana tillaabada koowaad ee waxbarashada. Carruuraha Norway ku nool ee ay da'doodu dhexayso hal sano ilaa iyo lix sano badankoodu xannaano carruur ayay dhigtaan.

XANNAANADA CARRUURTA – waa deeq waxbarasho ayada oo waalidka lala yeelanayo wadashaqayn hoose

Xannaanooyinka carruuraha oo dhan kuwa gaarka loo leeyahay iyo kuwa degmadu leedahayba waxay raacaan xeerka xannaanooyinka carruuraha. Waxaa xannaanada carruurta ka shaqeeya macallimiin xannaano carruur oo haysta ugu yaraan saddex sano oo waxbarasho machad ah. Taas oo micnaheedu yahay in ay carruurtaada hayaan dad aqoon leh oo daryeel fiican u leh,kuwaas oo aqoon badan carruurta u leh. Waxaa ilmaha lala soconayaa ayada oo uu xiriir fiican ka dhexeeyo guriga iyo xannaanada carruurta. Wixii su'aal ah ee aad qabto waad la qaadi kartaa shaqaalaha, adigoo soo jeedin kara wixii fikrado ah ee gacan ka geysan kara ka-helitaanka iyo horummarka bulsho ee ilmahaaga. Xiriirka guriga iyo xannaanada carruurtu wuxuu weliba muhiim sii yahay marka ay dhaqammo kala duwan kulmaan.

XANNAANADA CARRUURTA – goob ciyaar, waxbarasho iyo horummar

- Ilmahaaga marka uu xannaanada carruurta joogo waxaa lagu dhex daraa carruur kale. Ilmuhu waxay bartaan midba midka kale dhaqankiisa, luuqaddiisa iyo waxyaalaha uu xiiseeyo. Ilmuhu wuxuu wax bartaa asaga oo carruur kale iyo dad waaweyn la ciyaaraya oo firfircooni la sameynaya. Ilmuhu saaxiibbo ayuu yeeshaa, aqoon bulsho ayuu bartaa – intuusan dugsiga billaabin ayuuna helaa khibrad dhinac walba waxtar u leh.
- Luuqadda ilmaha ayaa lagu kobciyaa xannaanada carruurta. Ilmuhu asagoo carruurta kale la ciyaaraya ayuu fahmaa fikradihiisa, dareenkiisa iyo khibradihiisa. Sidaas ayuuna ilmuhu luuqadda ugu bartaa xannaanada carruurta.
- Ilmuhu hal mar ayuu dhawr luuqadood baran karaa. Xannaanada carruurtu ayada oo waalidka kaashanaysa ayay hubin kartaa in uu ilmuhu barto afka hooyada iyo af norwiijiga labadaba – gurigana afka hooyada – xannaanada carruurtana af norwiijigi.
- Wakhti ayay qaadataa in luuqad la barto. Cilmibaaristu waxay sheegaysaa in ay qaadato sanad ilaa saddex sano in luuqad loo barto si fiican oo dadka lagula hadli karo. Waxbarasho rasmi ah sida akhrin iyo qoris in lagu qaatana waxay qaadan kartaa shan ilaa toddoba sano. Sidaas darteed waa muhiim in goor hore la billaabo xannaanada carruurta si af norwiiji loo barto ka hor intaan dugsiga la billaabin.

Xannaanada carruurta – waalidka ayay fursado siisaa

- Marka ay ilmaha xannaanada carruurta kaaga hayaan shaqaale aqoon leh oo daryeel miiran ah waxay taasi adiga waalidka ah fursad kuu siinaysaa in aad shaqo billowdo ama wax barato.

© Trude Haugen

Meeqa ayuu joogaa booska xannaanada carruurtu?

Waxaa jira qiime aan Norway kor loo dhaafi karin halkii boos ee xannaano carruur ba.
Taas oo micnaheedu yahay in aysan xannaanooyinka carruuruhu waalidka ka dalbi karin wax ka badan qiimaha uu baarlammaanku sanad walba dejiyo. Lacagta cuntada ayaa qiimahaas dheeri ku ah oo aad ayadana bixinaysaa. Xannaanooyinka carruurtu waa ku kala duwan yihiin qiimahaas.

Halkaan ayaad ka helaysaa qiimaha xannaanada carruurta
www.bergen.kommune.no/barnehageplass.

Qoysaska uu dakhligoodu hooseeyo, waxay xaq u yeelan karaan in laga dhimo lacagta ay waalidku bixinayaan.

Halkaan ka akhriso warbixin dheeraad ah oo arrintaas ku saabsan:
www.bergen.kommune.no/redusert-foreldrebetaling

Dooro xannaano carruur oo codso boos xannaano carruur

Waxaad boos xannaano carruur ka codsan kartaa bogga
www.bergen.kommune.no/barnehageplass

Abka codsiga ee dhigitaalka ah (batoonka buluugga ah) ayaad ka helaysaa xannaanooyinka u dhow meesha aad deggan tahay.

Xannaanooyinka carruuraha ee Bergen oo idil na halkaan ayaad ka helaysaa:
www.bergen.kommune.no/barnehager

Xannaanooyinka carruuraha ee agagaarkaaga ku yaalla waxaad ka raadin kartaa
www.barnehagefakta.no

Ma u baahan tahay in lagaa caawiyo sidii aad u codsan lahayd?

Xarunta adeegga dadweynaha ku soo booqo Kaigaten 4, ka soo horjeedka Byparken ama soo wac telefoonka **55 56 55 56**. Haddii aadan lahayn lambar aqoonsi oo norwiiji ah xataa waa lagaa caawinayaa codsiga.

Sawirqaade: Kristin Hauge

Xarunta adeegga dadweynaha ee Kaigaten 4.

Waalidka ay carruur u dhigtaan xannaanada carruurta

© Asle Bentzen

Wadashaqaynta guriga iyo xannaanada carruurta

Si uu ilmuhu uga helo xannaanada carruurta waxaa muhiim in ay guriga iyo xannaanada carruurtu si hoose u wada shaqeeyaan. Arrintaan ayaa culays lagu saaraa Xeerka xannaanooyinka carruuraha iyo xeer-hoosaadka manhajka xannaanooyinka carruuraha iyo hawlahooda. Haddaba, si loo gaaro wadashaqayn wanaagsan ayaa waxaa loo baahan yahay in ay wadashaqayn hoose yeeshaan waalidka iyo xannaanada carruurtu. Maalin kasta ayay is arkaan marka carruurta la keenayo iyo marka la qaadayo, waxay kaloo is arkaan mararka wadahaddalada horummarka ilmaha iyo shirarka waalidka.

Billowga

Billowga koowaad ee xannaanada carruurtu muhiim ayay u tahay qoyska iyo shaqaalaha labadaba. Xannaanada carruurta waxaa laga rabaa in ay ilmaha iyo waalidka labadaba u hubiso in ay kalsooni iyo ammaan dareemaan maalinta koowaad ba. Carruuruhu waa kala duwan yihiin, siyaalo kala duwan ayayna uga falceliyaan billaabidda xannaanada carruurta. Qaar baa degdeg ula qabsada meesha cusub, halka ay qaar kale u baahan yihiin wakhti dheer si ay ula qabsadaan.

Billowga waxaa habboon in uu ilmuhu saacado yar joogo xannaanada carruurta, ayada oo ay la joogaan laba waalid ama midkood. Saacadaha ayaa la kordhin karaa marba marka ka danbaysa. Xannaanada carruurta ayaa idinkala ballamaysa sida ay noqon doonaan maalmaha ugu horreeya. Waxaa muhiim ah in muddadaan ilmaha lala joogo oo laga war hayo. Had iyo jeer u sheega marka aad ka tageysaan. Ilmaha u sheega in ay shaqaalaha xannaanada carruurtu hayn doonaan marka aad maqan tihiin. Taas oo carruurta ammaan gelinaysa, ayaga oo adinka iyo shaqaalaha labadaba ku kalsoonaan doona.

Qaar badan oo xannaanooyinka carruuraha ka mid ah ayaa jecel in ay waalidka la hadlaan isla marka ay carruurtu xannaanada carruurta billaabaan ba. Wadahadalkaas oo ay xannaanada carruurtu ilmaha ku baranayso. Halkaas oo aad ku sheegi kartaan wixii baahi gaar ah ee uu ilmuhu qabo. Waxay taasi la xiriiri kartaa cuntada, hurdada iyo waxyaalaha uu ilmuhu xiiseeyo, cidda loo oggol yahay in ay ilmaha waddo ama waxyaalo kale oo loo baahan yahay in ay xannaanada carruurtu tixgeliso. Kulankaas ayay xannaanada carruurta laftigeedu ku helaysaa fursad ay idinku siiyo warbixinno muhiim ah.

© Marte Rosenvinge

Warbixinta waxyaalaha ka dhaca xannaanada carruurta

Dhammaan xannaanooyinka carruuruhu waxay leeyihiin qorshe-sanadeed kaas oo faahfaahinaya waxa lagu barto xannaanada carruurta. Waxaa kale oo ay xannaanooyinka carruuruhu inta badan bixiyaan warbixinno ay soo raaciyaan warqadda bisha ama warqadda waaxda. Waxaa halkaas laydinku siinayaa qorshaha waxyaalaha dhici doona, sida qiimaynta firfircooniyaasha la qabtay. Qaar badan oo xannaanooyinka carruuraha ka mid ah ayaa si joogto ah u soo bandhiga wixii maalintaas dhacay ayagoo ah sawirro, qoraal ama labadaba. Qaar xannaanooyinka carruuraha ka mid ah ayaa ayaguna warbixinnada lagu kala qaataa si dhigitaal ah.

Wadahadallo aan rasmi ahayn

In badan oo ka mid xiriirka waalidka iyo xannaanada carruurta ayaa ku dhaca nooc wadahadallo aan rasmi ahayn, tusaale ahaan sida wadahadallada ka dhaca meesha dharka laysaga beddelo marka ilmaha la keenayo iyo marka la wadayo. Laakiin markaas dad kale

oo dad waaweyn iyo carruur ba isugu jira ayaa meeshaas jooga. Haddii aad doonaysaan in aad ka hadashaan wax aydnaan doonayn in ay dad kale maqlaan, waxaad codsan kartaan ballan wadahadal oo gaar ah.

Wadahadallada rasmiga ah

Sanadkiiba laba jeer ayay xannaanada carruurtu dadka ugu yeertaa wadahadalka horummarka ilmaha ee khasabka ah. Kani waa wadahadal dhex mara macallinka xannaanada carruurta iyo waalidka ilmaha gaarka ah. Waxaad kulanka uga wada hadli kartaan sida aad u aragtaan baahida, ka helitaan iyo horummarka ilmaha. Haddii aad doonaysaanna waxaad codsan kartaan in ay xannaanada carruurtu turjubaan qabato.

Shirarka waalidka

Hal mar ilaa iyo laba mar sanadkiiba ayay xannaanada carruurtu qabataa shir guud oo waalid, halkaas oo lagu casumo waaliddiinta oo dhan. Shirka waalidka waxaa looga wada hadlaa arrimaha markaas xannaanada carruurte khuseeya, dadkoo dhanna fikraddooda ayay ka dhiiban karaan.

Guddiga waalidka iyo golaha wadashaqaynta

Guddiga waalidku wuxuu ka kooban yahay waalidka carruurta xannaanada carruurta dhigata. Guddiga waalidku waxay ka taxaddarayaan danta guud ee waalidka, ayaga oo gacan ka geysanaya in ay wadashaqaynta xannaanada carruurta iyo kooxda waalidku noqoto mid abuurta bey'ad xannaano carruur oo wanaagsan.

Golaha wadashaqaynta (SU) wuxuu ka kooban yahay waalidka iyo shaqaalaha xannaanada carruurta. SU wuxuu hubinayaa in ay wadashaqayn wanaagsan ka dhexayso xannaanada carruurta iyo guriga ilmaha. Arrimaha xannaanada carruurta muhiimka u ah waxaa looga baaraandegayaa SU. Arrimaha noocaan ah waxaa ka mid ah qorshaha sanadka, miisaaniyadda, beddelaadda nooca shirkadda ama habka agaasinka.

Wakhtiyada la joogayo, keenidda iyo wadidda, jirro iyo fasaxa nasashada ee xannaanada carruurta

© Asle Bentzen

Wakhtiyada la joogayo

Caadi ahaan waxay xannaanooyinka carruuruhu furan yihiin saacadaha 07:30 ilaa iyo 16:30. Xannaanooyinka carruuraha qaarkood baa furan wakhtiyo intaas ka dheer. Xannaanada carruurta ayaa idiin sheegi doonta wakhtiyada furitaanka. Adinka ayaa dooranaya inta uu ilmuhu maalinti joogayo xannaanada carruurta.

Xannaanooyinka carruuruha waxaa inta badan gelinka hore ka dhaca in safarro loo baxo, wakhtiyo la heeso, kooxo ciyaar- iyo kuwo luuqadeed iyo firfircooni kale. Xannaanada carruurta u soo sheeg haddii aad soo daahaysaan. Si ay u shaqaaluhu u ogaadaan in ay ilmaha sugayaan ama in ay billaabanayaan firfircoonidii maalinta.

Keenista iyo wadidda ilmaha ee xannaanada carruurta

Shaqaalaha la hadla marka aad xannaanada carruurta timaaddaan si ilmaha loogu qaabbilo si wanaagsan. Marka aad ilmaha wadaysaan la hadla shaqaalaha, marka aad xannaanada ka tagaysaanna u sheega. Taas ayaa muhiim u ah ammaanka ilmaha iyo in aad kala qaadataan warbixin ilmaha ku saabsan.

Waa muhiim in xannaanada carruurta lala socodsiiyo haddii ay ilmaha wadayaan dad kale oo aan waadiidka ahayn. Markaas ayay xannaanada carruurtu ilmaha arrintaas u sii diyaarin kartaa. Teeda kale, xannaanada carruurta looma oggola in ay ilmaha u dhiibaan dad kale oo aan horey loogu sii sheegin, xataa haddii uu ilmuhu qofka garanayo.

© Trude Haugen

Fasaxyada nasashada iyo maalmaha fasaxa ah

Sanadka waxaa ku jira afar toddobaad oo aan lacag la bixinayn. Shan maalmahaan ka mid ah ayaa ah maalmaha qorshaynta, markaas oo ay carruurtu fasax yihiin. Saddexda toddobaad ee kale waxaa la qaataa fasax nasasho.

Waxaa jira xannaanooyin carruur oo xagaaga oo dhan furan, meesha ay qaar kale xiran yihiin labo-saddex toddobaad si loo qaato fasaxa nasashada. Inta badan waxay xannaanooyinka carruuruhu waalidka ka codsadaan in ay soo gudbiyaan goorta uu ilmuhu qaadanayo fasaxa xagaaga. Ilmuhu xannaanada carruurta ma imaan karo marka loo qoro in uu fasax nasasho qaadanayo.

Haddii uu ilmuhu qaadanayo fasax ka badan toddobaadyadii lagu ballamay, waa in aad taas ku wargelisaan xannaanada carruurta. Xannaanooyinka carruuruhu waa xiran yihiin maalmaha ciidaha ah iyo 17ka maajo. Qaar badan oo xannaanooyinka carruuraha ka mid ah ayaa ciidaha masiixiga ee yuulka, midda booskaha iyo fasaxyada dugsiyada ee dayrta iyo jiilaalka waxay waalidka weydiiyaan in uu ilmuhu maalmahaas fasax qaadan doono iyo in kale. Sababta ay taas u weydiinayaan ayaa ah si ay u sii qorsheeyaan shaqaalaha shaqaynaya.

Jirro

Ilmaha guriga ayaa lagu haynayaa oo xannaanada carruurta lama keenayo haddii ay liidato xaaladdiisa caafimaad ee guud. Xaalad guud oo liidata waxay noqon kartaa daal aan caadi ahayn, lalabbo, caajisnaan iyo cunta xumo. Haddii uu ilmuhu matagayo oo shubmayo guriga ayaa lagu haynayaa ilaa iyo laba maalmood kaddib marka ay calaamadahaasi istaagaan, xataa haddii uusan xummad lahayn.

Sababta ugu muhiimsan ee ilmaha guriga loogu haynayo waa in laga hortago in xannaanada carruurta cudur lagu kala qaado. Teeda kale, ilmuhu darteel dheeri ah ayuu u baahan yahay, xannaanada carruurtuna uma heli karto qof shaqaale ah oo u go’a haynta halka ilmo ee jirran.

Xannaanada carruurta soo waca oo u sheega marka uu ilmuhu jirran yahay. Taasi waxay weliba aad muhiim u tahay marka uu ilmaha ku dhacay cudur la kala qaadi karo.

Daaweyn

Mararka qaarkood daawo ayay ilmuhu u baahan yihiin si ay u caafimaadaan. Sida caadiga ah waalidka ayaa mas'uul ka ah in ilmaha daawada loo siiyo si sax ah iyo wakhti sax ah oo waafaqsan sidii uu dhakhtarku sheegay. Xannaanada carruurta waajib loogama dhigi karo in ay ilmaha daawada siiso, laakiin sida caadiga ah dadka way caawisaa marka ay jirro timaad-do. Taas waa in xannaanada carruurta lagala ballamaa.

Waxaa jira carruur maalin walba daawo u baahan cudur waaraya awgiis. Haddii la doonayo in ay xannaanada carruurtu daawadaas siiso, waa in si gaar ah loogala ballamaa. Markaas waa in shaqaalaha la baraa nidaamka lagama maarmaanka ah ee daawada loo qaato.

Cuntada iyo wakhtiyada cuntada ee xannaanada carruurta

© Asle Bentzen

WAXAA XANNAANADA CARRUURTA LOOGA BAAHAN YAHAY

- in ay hubiso in maalin walba la helo cunto nafaqo leh – ha ahaato mid guriga laga soo qaatay ama mid xannaanada carruurta lagu sameeyay
- in ay hubiso in cuntada iyo cunta-karintuba ay horseedaan cuntada oo lagu farxo, ka-qaybqaadasho, sheekaysi iyo in ay carruurtu wadajir dareemaan
- in waxyaalo kala duwan la dhadhamiyo
- in cuntada lagu cuno biyo ama caano khafiif ah [lett] ama uu dufanku ku yar yahay [skummet]
- in la hubiyo in ay carruurtu biyo cabbaan markay oomaan inta xilliyada cuntada u dhexaysa
- ka fogaadaan cuntada iyo cabbitaanka ay sonkortu ku badan tahay
- ku dadaalaan in ay nadaafadda gacmuhu fiican tahay, weliba marka cuntada la cunayo

WAKHTIYADA CUNTADA

Carruurtu waxay xannaanada carruurta ku cunaan quraac, qado iyo furuut.

Quraac

Carruurta goor hore timaadda xannaanada carruurta quraac ayay cuni karaan haddii ay waalidku taas doonayaan. Qaar badan oo xannaanooyinka carruuraha ka mid ah ayay carruurtu xilligaan yimaadaan ayaga oo wata cunto baakad ku duuban. Waxaa loo baahan yahay in ay cuntada baakadda ku jirto ahaato cunto caafimaadka u roon, nafaqo leh oo laga dhexgayo, oo ay weliba la socdaan khudaar sideedii ah oo jarjaran. Ka fogow cuntada ay sonkortu ku badan tahay. Quraacda kaddib waxaa carruurta la siiyaa caano ama biyo.

Qadada

Xannaanooyinka carruuraha intooda badan waxaa qadada lagu bixiyaa lacagta ay waalidku bil walba bixiyaan. Waxaa jiri kara xannaanooyin carruur oo nimaadyo kale leh. Xannaanadaada carruurta ayaa arrintaan warbixinteeda ku siin doonta. Xannaanooyinka carruuruhu waxay bixiyaan qado kulul ama mid qabow. Qadada qabow aalaaba waa dhawr jeex oo rooti ah oo ay waxyaalo kala duwan korka ka saaran yihiin, kuwaas oo ay carruurtu gacmahooda ku samaystaan ayaga oo dadka waaweyn caawin ka helaya. Qadada kulul waxay aalaaba ka samaysan tahay maraq ama qado kale oo fudud. Qadada waxay carruurtu ku cabbaan caano ama biyo.

Furuut

Xannaanooyinka carruuraha intooda badan furuut ayay maalin walba cunaan. Sida caadiga ah ilmo walba wuxuu soo qaataa hal furuut. Furuutkaas ayaa la googooyaa, si kulli loo dhadhamiyo. Carruurta qaar baa markaan furuutka la cunayo waxay dhammaystaan

cuntadoodii baakadda ugu jirtay ama waxay cunaan xabbad yoogar ah. Carruurtu biyo ayay furuutka ku cabbaan.

Cuntada safarrada loo qaato

In safar loo baxo waa qayb ka mid ah waxyaalaha xannaanada carruurta ka dhaca. Marka safar loo baxayo waxaa sida caadiga ah ilmaha looga baahan yahay in uu wato cunto baakad ku duuban. Waxaa wanaagsan in ay cuntada baakadda ku jirto tahay mid aan u baahnayn in la kuleleeyo ama si gaar ah loo diyaariyo. Waxaa arrintaan ku habboon dhawr jeex oo rooti ah oo ay korka wax ka saaran yihiin. Waxaa weliba fiican in la wato khudaar la googooyay ama furuut. Shaqaalaha xannaanada carruurta ayaa idin siin kara talooyin la xiriira cuntada safarka loo qaato.

Waxyaalo kale

Haddii ay jiraan waxyaalo aysan ilmuhu cuni karin shaqaalaha u sheega. Waxyaalahani waxay noqon karaan kuwa ku salaysan diin, dhaqan ama sababo caafimaad.

Dharka xannaanada carruurta

© Nina Honningsvåg Træet

DHARKA

Waxaa loo baahan yahay in ay carruurtu xannaanada carruurta u soo qaataan dhar aydnaan ka baqayn in ay wasakhoobaan ama dillaacaan. Dharku waa in uu ahaadaa mid si fudud loo xiran karo oo laysaga bixin karo, islamarkaana uu ilmuhu si fiican ugu dhaqdhaqaaqi karo. Bergen roobka ayaa ku badan hawaduna aad ayay isu bedbeddeshaa, oo way adkaan kartaa in ilmaha dhar sax ah loo soo xiro. Looma baahna in ay ilmuhu qarqaraan, laakiin way firfircoon yihiin oo looma baahna in ay qabaan dhar aad u badan oo ka hor istaaga ciyaarta iyo dhaqdhaqaaqa. Shaqaalaha xannaanada carruurta ayaa idinka caawin kara in ay idinla doortaan dhar ku habboon hawada kala duwan.

Calaamadaynta dharka

Waxaa loo baahan yahay in aad dharkoo dhan ku qortaan magaca ilmaha si i uu ilmuhu dharkiisa guriga ugu qaato. Waraaqo inta magaca lagu qoro lagu dhejin karo gudaha dharka ayaa internetka laga dalban karaa. Qalin midab leh oo aan dharka ka go’ayn ayaa isna magaca lagula qori karaa.

Dhar sidee ah ayuu ilmuhu u baahan yahay marka uu xannaanada carruurta joogo?

Marka uu roob da’ayo ama uu bannaanku aad u qoyan yahay ilmuhu wuxuu u baahan yahay dharka roobka iyo kabo goome ah oo dheer [støvler]. Waxaa fiican in uu hal joog oo dharka roobka had iyo jeer ilmaha u yaallo xannaanada carruurta. Marka uu dharkaas roobku wasakh noqdo guriga ayaa loo qaadanayaa oo waa la soo dhaqayaa.

Ilmuhu waa in uu maalin walba wataa kabo xannaanada ku joogo ama dacas [tøfler]. Dhulku sibibix ayuu ahaan karaa, markaasna ilmuhu waa taraarixi karaa haddii uu sagsaan qabo. Waxaa sidoo kale dhici karta in dhulku qoyan yahay, markaasna ilmuhu cagaha ayuu ka qoyayaa haddii uusan qabin kabaha gudaha ama dacas.

© Trude Haugen

© Trude Haugen

© Trude Haugen

© Nina Honningsvåg Træet

Dhar dheeraad ah

Waa iska caadi in ay carruurtu qoyaan oo wasakh isku halleeyaan marka ay ku ciyaarayaan xannaanada carruurta. Waxay markaas u baahan yihiin in ay dharka beddeshaan. Sidaas darteed waa lagama maarmaan in ay dhar dheeraad ah xannaanada carruurta u yaallaan sida kastuumo, sagsaan, sarwaal dheer oo jilcan oo hoosta laga xirto [strømpebukse], funaanad, funaanad dhaxmeed iyo sarwaal. Ayaantiiba mar hubi in uu ilmuhu haysto dharkii dheeriga ahaa ee uu u baahnaa.

Lixda bilood ee xagaaga

Marka ay hawadu yara kululaato ilmuhu wuxuu u baahan yahay dhar iyo kabo kuwii hore ka fudud. Gu'ga iyo dayrta waxaa ku habboon koofi khafiif ah, iyo weliba isku-joogga bannaanka lagu ciyaaro [parkdress] oo aan dhogor gudaha ku lahayn. Marka ay qorrax badan jirto waxaa loo baahan yahay in uu ilmuhu wato kareemka qorraxda oo xooggan. Waxaa ayadana sidoo kale wanaagsan in la soo qaato koofida qorraxda ama koofida afka dhuuban si madaxa qorraxda looga ilaashado.

© Trude Haugen

© Marte Rosenvinge

Lixda bilood ee jiilaalka

Marka uu bannaanku qabaw yahay, ilmuhu wuxuu u baahan yahay isku-joog kulul. Ilmuhu wuxuu isku-joogga ka hoos qabi karaa funaanad kuwa dhaxanta ah ama funaanad kulul [fleece]. Waxaa kale oo ayadana muhiim ah koofi kulul, sagsaan dhogor ka samaysan, kabo kulul oo aan biyaha soo gudbinayn, iyo gacma-gashi kulul. Ogow in ay gacma-gashigu in badan qoyaan, marka waxaa fiican in aad dhawr xabbo soo qaadato.

Dharka loo xirayo marka uu ilmuhu bannaanka jiifo asagoo ku jira gaariga carruurta lagu riixo. Carruurta kuwooda ugu yar-yar maalintii in ay nastaan ayay u baahan yihin. Waxaa jira xannaanooyin carruur oo ay carruurtu bannaanka seexdaan ayaga oo ku jira gaariga carruurta lagu riixo, ayada oo ay shaqaaluhu ka war hayaan. Waxaa wanaagsan buste la dhex gelayo [vognpose], si uusan ilmuhu dhar badan ugu baahannin. Haddii uu buste la dhex gelayo haysto waxaa ku filan dhar dhogor ka samaysan oo khafiif ah xataa haddii ay jiilaal tahay. Shaqaalaha xannaanada carruurta la hadla haddii aad qabtaan wax su'aalo ah oo la xiriira seexashada bannaanka ayada oo lagu jiro gaariga carruurta lagu riixo.

Waxyaalo kale

Ilmaha isticmaala xafaayadda, cinjirka masaasadda ilmaha caanaha lagu siiyo ama kareem ilmaha loo mariyo marka xafaayadda laga beddelayo oo kale [stellekrem] waa in ay kuwaas xannaanada carruurta u yaallaan.

BERGEN
KOMMUNE

Skipnes.no Svanemerket trykksak, 2041 0731 Sawirqaade: © Trude Haugen