



BARO WAX KA QABASHADA DHIBAATOYINKA
WAAWEYN IYO KUWA YARYAR

YAAWAAYE HESA FREDRIK IYO SIDII UU U BADBAADIN KARO NOLOSHEENA?



Hasa Fredrik magaca runtii waa fariin muhim ah dadweynaha (VMA). Waxaa jira habka digninta ah oo ino sheegayaa in ay jirto waax halis ku ah nolosha iyo caafimaadka.

Hesa Fredrik waxu total ahaan yahay 4,500 oo saraan sagafyaha guryaha Iswiiden. Isugeyn digniinta waxa loo diraa iyada oo ah qaylo amese

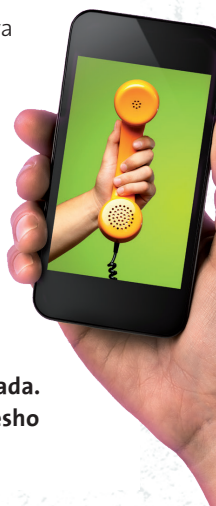
maqal ah dhamaan dibadda guryaha.

Waxaa sidoo kale la diraa digniinta iyadoo la sii mariyo dhinaca idaacada (radio) iyo TV ka iyo teleefonada guryaha iyo inta teleefonada gacanta uu diwaan gashan.

Afar isniinat oo sanad walba ah waxa latijaabiya habka digninta ah sacadu markeytahay kl.15:00. Laarmiga wuxuu ka kooban yahay 7 ilbrigi (sekund) oo qaylin ah iyo 14 ilbiriqsi (sekund) oo aamusnaan ah. Qaylida in khatarti dhamaatay waxaay ka badanan karta 30 ilbiriqsi (sekund) oo deerat ah.

MARKA HESA FREDRIK OO QAYLIYA, WAA IN AAD SI DEG DEG AH:

1. Gudaha guriga gal.
2. Xir albaabada, daagadaha iyo mesha hawada.
3. Dhageyso raadiyaha ama Tv-ga si aad u hesho wixii macluumaad ah.





WAXYAABAHA AY FIICANTAHAY IN AY KU YAALAAN GURIGA.

Qof walba waa in oo masuuliyadisa shakhsiyaan qaadaa una diyaar u ahada dhibaatooyinka iyo naftiisa habku ku noolaan laha dhowr maalmood. Sida hantida dadweeynaha loogu isticmaali laha kuwa aad ugu baahan.

Halka waxaa ku qoran liist ay ku qoran yihiin waxa aad u isticmaali laheed maalin mese dhowr maalmood.

CUNTO & BIYO

- Biyaha, weelash biyaha iyo kiniinyada biyaha lagu nadiifiyo.
- Cuntada oo qaadan karta heerkulka qolka.
- Shooladaha (camping) iyo shidaalka.

DIIRIMAAD & IFTIIN

- Hawakuleelayashii dheeraad ah ama kululeeyayasha.
- Toosh oo batari dheerat wata.
- Shumac, nalalka shidan iyo taraaq.
- Dhar kulul oobustayaal ah.

Ku wa beralayta ah wa in aay hasatay motor ficaan waa hateey korontadu ka tagto.

MACLUUMAAD

- Radio oo batari leeh, "Sola" Beytariyo isticmaalo qorada ama.
- Liiska lambarada teefonka oo wargaad ku goran.

WIXI KALE

- Daawoyika guryaha la ku isticmaalo oo muhimka ah.
- Daryeelka nadaafadda (sabon)
- Lacag caddaan ah.

