

Sharciyada iyo xeerarka cusub ee wajiga labaad oo khuseeya ilaa iyo 27 Mai

Xasuusnow hal mitir kala fogaanshaha , gacmo nadiif ah , gurigana joog haddii aad xanuunsantahay .

Xidhiidhka bulshada

- Lama ogola booqasho wixii ka badan toban qof
- Haddii martidu isku meel kaliya yihiin waad ka badan kartaa toban laakiin waa in ay kala fogaadaan hal mitir
- Waxaa fiican in lagu kulmo bannaanka
- Caruurta isku xannaanada ah ama isku dugsiga ah way is booqan karaan
- Booqashooyinka lama tirinayo kuwa xanuunka aanan qaadeyn (ilaashan ama tallaalan) oo ma khuseyso tirada xaddidan laakiin waa in la ilaaliyaa kuwa qaadaya oo lakala fogaado

Safarka (dhoofka

Safarada dibadda waa in dib loo dhigtaa haddii aaney aheyn kuwo lagama maarmaan ah .

- Safarada guddaha ee wadanka guddihiisa waa la oggol yahay laakiin dadka aanan tallaalneyn waa in si dheeraad ah u foojignaadaan oo ay is ilaaliyaan oo iska jiraan meelaha uu ku badan yahay xanuunku .
- Laga bilaabo maanta waad u safri kartaa norway gudeheeda
- Dadka u safraya degmooyinka sharciyada fudud waa iney raacaan sharciyada iyo xeerarka degmooyinka ay asal ahaan kasoo jeedaan arintaasi waxay khuseysaa dadka aanan tallaalneyn.

Dugsiyada iyo xannaanooyinka caruurtu waxay raacayaan shuruucda taraafikada midabyada casaan, huruud, doog dugsi kasta iyo xannaano kastana waxay raaceysaa qiimeynta degmooyinkooda .

Waxbarashada sare

- Way furanyihiin kulamada waxbarasho iyo baadhis jooqta ah
- Is diiwaangalinta ardeyda iyo kuraasta ay fadhiyaan si ay u fududaato helista qofkii qaadey

Shaqooyinka

Xafiisyada Guryaha lagu shaqeeyo waa in lasii wado dhamaan qofkii ay u suurogaltahay amba waqtiyo kala duwan in la shaqeeyo.

Ganacsiga

Goobaha ganacsigu waa furanyihiin iyadoo la ilaalilnayo shuruucda ka hor tagga faafista xanuunka .

Meelaha ganacsiga ma khuseyso sharciga isku imaatinka xafladaha laakiin waxaa saaran iney qoraan oo ay diiwaan galiyaan macmiilka soo booqday ee oggol diiwaangalinta .

Ispoortiga iyo waqtivadda tamashlaha

- Dadka ka weyn 20 sano way ciyaari karaan ciyaaraha lasoo qabanqaabiyo ee guddaha ilaa 20 qof maadaama halmitir lakala fogaanayo . Sidoo kale waxay ku ciyaari karaan bannaanka 30 qof haddii ciyaartu tahay tu abaabulan oo qabanqaabsan maadaama la ilaalinayo kala fogaanshaha .
- Kooxo badan way ku isku soo ururi karaan wayna ku ciyaari karaan meel kaliya maadaama ay kala fogyihiin oo ay ilaalinayaan shuruucda kala fogaanshaha .
- Caruurta iyo dhalinyarta ka yar 20 sano way ciyaari karaan oo ay tabobaran karaan dhamaan ciyaaraha kala duwan ee ispoortiga ah mana khuseeyo sharciga kala fogaanshuhu markey adagtahay in lakala fogaado .
- Haddii caruur ama dhalintu tartan kooxeed la ciyaarayaaan koox degmo kale waa loo oggol yahay haddii xaalada faafista xanuunku fasaxeyso.
- Kooxaha degmooyinka yaryar waa isku safri karaan haddii ayna jirin cid kale oo ay la tartamaan isla degmadooda maadaama xaalada degmada kale ee faafista xanuunku isku mid yihiin.
- Waxaa si guud loogu talinayaa in bannaanka lagu qabto wixii ciyaaro ah ama hawlo kale (aktivitet).

Isboortiga xirfadleyda

- Ciyaaraha xirfadleyda isboortiga waa la oggol yahay guddaha iyo dibadaba sidii caadiga aheyd.
- Waxaa la furey tartanka dhamaan kooxoaha kala heer duwan sida koobka Post Nord -ligaen saddex usbuuc ka dib wajiga labaad haddii xaalada xanuunku saamaxdo.

Xafladaha iyo isku imaatinka qorsheysan

- Waxaa lagu dhiirigalinayaa foorjignaanta iyo qorsheyn fiican dhamaan xafladaha iyo isku imaatinka si looga fogaado faafista xanuunkan.
- Iska ilaali inaad ka qayb gasho xaflad degmo kale haddii degmadaada xanuunku ku badan yahay

Shuruucda iyo xeerarka la raacayo xafladaha

- Ugu badnaan 20 qof xafladaha gaarka ah ee guddaha hoolalka wixii ka baxsan guryahay tusaale ahaan hoolalka dhalashooyinka . halka la oggol yahay 30 xafladaha bannaanka lagu qabanayo. Caruurta isku xannaanada ah ama isku dugsiga ah way kulmi karaan haddii dad waaweyn caawinayaan .
- Ugu badnaan 50 qof ayaa guddaha hoolasha xaflad rasmi ah ku qabsan kara iyadoo ayna jirin meelo loo asteeyey . Laakiin ilaa 100 qof ayaa iskugu iman kara xaflad iyo isku imaatin qorsheysan kasoo qaybgalayaashu ka yaryihiin 20 sano jir oo isku degmo ah .

- Ugu badnaan 200 oo qof ayaa isku iman kara xaflad ama isku imaatin guddaha ah haddii loo asteeyo qofwalba meel u gaar ah .
- Ugu badnaan labo boqol oo qofood ayaa isku imankara bannaanka amba lix boqol oo qofood haddii loo qaybiyo sadex kooxood 200 qof oo ay u dhaxeeyso labo mitir koox walba .
- Dhamaan qabanqaabiyayaasha waxaa saaran ilaalinta shuruucda iyo xeerarka ka hortagga faafista xanuunka ilaalinta meelaha loo asteeyey qof walba iyo isku dubbaridka ,dabagalka fulinta hawshaasi
meelaha lagu caweeyo

- Lama soo gali karo loomana adeegi karo waana in la joojiyaa adeega cuntada cabista saacaddu markey tahay 24:00 habeenimo
- Waxaa saaran ganacsatada makhaayadaha ilaalinta shucuucda iyo xeerarka koronaha diiwaan galin, kala fogaansho gudo iyo dibadba

Baadhitaan

Dawladdu waxay kordhineysaa in dadweynuhu iska baadho xanuunka gaar ahaan meelaha uu ku badanyahay oo loo diyaariyey meelo la iskaga baadho .

Qofku wuu is baadhi karaa isagoo caafimaad qaba amba shakisan waana bilaash isbaadhistu .

Waxaa kale oo la bilaabi doonaa baadhitaano degdeg ah meelaha xafladaha .

Fiirogaar ah: dadka ilaashan waxaa loo jeedaa dadka si buuxda loo tallaaley amba uu ku dhacey xanuunku ee shaybaadhka dawladda lagasoo hubiyey lix bilood ka dib