



Ila Akhri Boorsada Dhabarka

Waxaa kuu kenay Children's Dental Services

Waayo, maxaad ugu malayn in carruurta oo da '5 iyo ka weyn

Akhri buugan ku saabsan dadka waawayn ee wax xanaaneeyaa:

Baro dhamaan dhaqanka iyo caadooyinka ilkaha ee dunida iyo waxa carruurta dalalka kale sameeyaan wakhtigay ilkuhu liqliqanayaan. Waxaad la yaabi doontaa qaar ka mid ahi inay kula mid yihiin ama ay kaa caado duwan yihiin. Dhamaadka buugga ee akhristuhu bixiyaa xaqiiqooyinka "ilko" weyn.

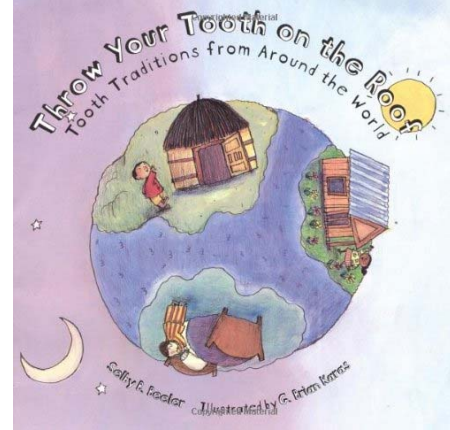
Ka hor inta aadan akhrin, kala hadal ilmaha (carruurta) arinta ku saabsan dhaqanka iyo meesha ay ka yimaadeen.

Waydii ilmaha (carruurta) arinta ku saabsan qaar ka mid ah caadooyinka qoyskooda. Qoyskooda ma leeyihiin caado ilko dhaca ku saabsan?

Marka aad akhriyi, tilmaanwadama kala duduwan ee aduunka (eek u yaala khariirada aduunka) ilmaha amaba carruurta markaa akhri wadanka iyo dhaqankiisa.

Ka dib markii aad akhriday buugga, waydii ilmaha (carruurta) :

- Imisa wadan ayaa dhaqankoodu u isticmaala inay barkinta hoos galiyaan ilkaha dhaca?
- Imisa wadan ayaa dhaqankoodu aasa marka ay ilkuhu dagaan?
- Imisa wadan ayaa dhaqankoodu tuuraa ilkuhu markay dhacaan?
- Imisa wadan ayaa dhaqankoodu side dhaqanka dalal badan oo ka mid xayawaan?
- Eegida khariirada, miyaad aragtaa calaamad kasta?
- Maxaad u malaynaysaa in ay jiraan calaamado?



Hees Heesta:

“Oh Marka ilkahayga, soo baxaan”

Gabya habayn ah “Oh When the Saints Go Marching In”

Oh marka ilkahayga, soo baxaan
Oh marka ilkahayga soo baxaan
Waan cadayna, waan findhiciina, wanaan luqluqna
Oh marka ilkahayga soo baxaan!

Oh marka huuro ka saaro
Oh marka huuro ka saaro
Waan heesa, waan qosli, waan farxa
Oh marka huuro ka saaro!

Waxqabadka:

Bani aadamku waxay leeyihiin laba nooc ama sad oo ilka ah, laakiin xayawaanka qaarkii in ka badan bay leeyihiin, qaarna noockaliyay leeyihin! Ku caawi ilmaha (carruurta) intaad sameysid xoogaa baadhis ah oo ku saabsan xoolaha kala duwan oo ilkhooda. Qaar ka mid ah xayawaanka baadhidoodu xiiso ayay yihiin: sida Nibiriga, jirka, lo'da iyo masaska. Iyada oo ku xidhan da'da ilmaha (carruurta), qor ama sawir si ay waxyaabaha ka ogaadaan.

Waxaa kuu keenay:

