

SSPF/DSBF – Waa dallad wada shaqayn ay ku midaysan yihiin dugsi, sooshaalka, booliiska iyo firiitidka.

Wadajir baan ku gaari karnaa in ilmuhu ugu barbaaro si nabad ah Kalmar kommun.

Kamuunka Kalmar waxaa wada shaqeyaa iskuulaka, sooshaalka, booliiska iyo firiitidka. (SSPF/DSBF) si looga hotrago in dhalinyaradu ku dhacdo denbiyo oo ayna ku biiraan kooxaha danbiilayaasha ah, siiba kuwa khatarta ugu jira iney ka mid noqdaan kooxahaas.

Waa maxay SSPF/DSBF?

SSPF waa wada shaqayn xor ah oo ka dhaxaysa, dugsi, sooshaalka, booliiska iyo firiitidka oo kuna wajahan waalidiinta iyo da'yarta da'doodu u dhaxayso 10 ilaa 16 sano.

Hadafka iyo goolka wadashaqaynta SSPF/DSBF

Hadafka wada shaqayntani waa ka warqabid da'yarta da'doodu u dhaxayso 10 ilaa 16 sano, kuna sugan khatarta iney ku biiran dambiilayaasha, lagana arko calaamad aha inay u janjeeraan dhankaas. Si wada jir ah anaga iyo waalidka dhalintaas, waxaan ka wada shaqayn doonaa si aan wax ugu badalno dhaqanka da'yarta muujiya calaamadah iney khatar ugu jiraan inay ku dhacaan danbiyo. Goolkuna waa in da'yarta magaalada Kalmar helaan dugsi fiican iyo nolol ka madax banaan denbi ku dhicid iyo isticmaalid maandooriye/daroogo.

Calaamadaha muujinaya wewelka laga qabi karo ilmaha waxaa ka mid ah:

- Iskuulka oo in badan laga maqnaado
- Dagaal iyo xanaaq badni
- Gelid falal danbiyeed.
- Wewel ku saabsan dhalinta ay la saaxiibeen.
- Cabid khamri iyo isticmaal daroogo.
- Wel wel ku saabsan wakhtiyada ay socdaan iyo meelaha ay tagaan.

Maka wel welsantahay ilmo yar iyo mid dhalinyaro ah dhaqankiisa?

Hadii aad ka walwalsantahay qof aad taqaan waxaad lasoo xiriiri kartaa qofka ka tirsan daladeena SSPF/DSBF? Oo la tasho.

Dallada wada shaqaynta SSPF/DSBF iyo sidey isugu xirantahay una wada shaqeyaan.

Xubin daladda ah ayaa la xirrireysa waalidka oo diyaarinaysa kulan dalladda ah. Waxaa kaloo xataa suurta gal ah in kulanka laga qayb geliyo qof kaloo loo arko inuu wax ku biirin karo. Ujeedada kulanka waa in sawir buuxa laga helo xaaladda ilmahaasi ku sugan yahay marka hore, markaa si wada jira, waalidka iyo inta keleba ula yimaadaan nooca caawimada ah ee loo fidin karo ilmahaas.

Tusaale caawimada loo fidin karo:

- **Caawimada waalidka la siin karo :** Sooshaalka wuxuu sameyn karaa inuu reerka la teliya in kooban ama lagu xiro reerka talooyin joogto ah.
- **Kaalmada ilmaha/da'yarta:** Sooshaalka wuxuu siin karaa caawimaad iyo talooyin xaaladda markaa ilmuhu ku jiro ah, sida siduu daroogada iyo wixii la mid ah u joojin lahaa, isagana dhaafi lahaa tegidda meelah xun xun. Sooshaalka wuxuu kaloo samaynkaraa in uu reerkoo idil la fadhiisto kalana hadlo xaalka iyo inuu ilmahana gooni ula hadlo.
- **Caawimaadda iskuulka.** Waxaa ka mid ah, casharadoo laga caawiyo, talooyin uu siiyo macalinka fasalka iyo kuraatarka oo hadii loo baahdo u samayndoona jadwal waxbarasho oo ardayga ku haboon.
- **Wada shaqeyn xaga denbiyada.** Booliiska wuxuu kaa caawin doonaa inuu kula socodsiiyo in ilmahaadu la socdo dad danbiilayaal ah, tagana meelaha ay dadkaasi ku

badan yihiin. Waxay kaloo siin karaan talooyin iyo inay isha ku hayaan lasocodka ilmahaada.

- **Caawinaadda laga heli karo goobaha firiidka.** Ilmahaada ama da'yarta waxay firiidka ka heli karaan waxyaalo ay ku mada daashaan, kagana maarmaan inay meelaha war wareegaan, goobtana waxaa jooga dad waaweyn oo mas'uul ah.

Haddii kaalmo kale loo baahdo

Mar mar waxaa suurto gal ah in ilmahaadu u baahdo kaalmo intaa dheer. Markaa iyada ah dalladan wada shaqaynta ah, waxay la xiriiri karaan meesha caawinaadda noocas ah laga heli karo.

Waa in waalidku fasaxaa marka hore in arrimaha iyo macluumaadka ilmaha la heli karo

Dalladda wada shaqeynta ee SSPF/DSBF waxay ku dhisan tahay in marka hore waalidku ogolaado si qoraal ah in warbixinada ilmaha ay wada wadaagi karaan shaqalaha iskuulka, sooshaalka , booliiska iyo firiidka, si ay uga wada shaqeeyaan caawinaadda ilmaha.

Warbxin intaa dheer waxaad ka heli kartaa qaybta internetka ee Kalmar kommun.

Macluumaadka qofka u qaabilsan dalladda wada shaqaynta SSPF/DSBF ee kamuunka Kalmar:

Karin Kangefjård

Telefon: 0480-45 00 00 (växel)