

XUSUUSIN MUHIIM AH OO BULSHADA AH

Ka qayb qaado sidii bulshada Mainstreet looga dhigi lahaa meel ammaan ah, raaxo leh oo qof walba soo dhoweynaysa.

1. GOBOLO SOO DHAWEEYN LEH

- Waddooyinka, jaranjarooyinka, hoolalka iyo meelaha laga soo galo ka ilaali qashin iyo alaab gaar ah sida baaskiillo, alaabta carruurta, boorsooyin iyo cunto. Alaabta lagu reebo meelaha la wadaago waa laga qaadi karaa.
- Dhammaan qashinka iyo haraaga cuntada ku rid weelasha loogu talagalay.
- Si degdeg ah u qaad saxarada xayawaanka guriga oo si habboon u tuur.

2. CIYAAR MADADAALO LEH OO AMMAAN AH

- Waddooyinka, jaranjarooyinka iyo hoolalka ka ilaali ciyaarta, carruurtana mar walba ilaali.
- U isticmaal meelaha loo qoondeeyey ee barxadda ciyaarta bannaanka. Carruurta ka fogee meelaha baabuurta la dhigto, meelaha laga soo galo iyo sariiraha ubaxa.
- Baaskiillada, mootooyinka yaryar iyo skateboard-ka ku isticmaal waddooyinka lugaynta. Carruurtu waa inay galaan oo keliya dhismayaasha ay deggan yihiin ama loo oggolaaday inay booqdaan.

3. GOBOLO AMMAAN AH

- Albaabbada dhismaha xir oo waligaa ha ku qaban si ay u furnaadaan, hana u oggolaan dadka aadan aqoon inay soo galaan.
- Kaliya dadka aad taqaan u fur intercom-ka ama albaabka u hay. U sheeg maamulka dadka wax iibinaya/raadinaya inay galaan ama wixii walaac amni ah.
- Albaabbada guriga, balakoonka iyo gaariga xir. Si degdeg ah uga warbixi qufulo, albaabbo ama daaqado dhaawacmay, dhaqdhaqaaq laga shakiyo iyo arrimaha amniga.
- Ogow meelaha laga baxo marka ay xaalad degdeg ahi dhacdo, hana taaban qalabka dab-damiska ama qalabka digniinta dabka haddii aysan jirin xaalad degdeg ah.

4. BAARKIN AMMAAN AH

- Ku dhig gaarigaaga booska lagu qoondeeyey, kana ilaali waddooyinka dab-demiska iyo meelaha aan baarkin loogu talagelin. Gawaarida dheeraadka ah ku dhig waddada.
- Gaarigaaga xir, alaabta qiimaha leh ka qari indhaha, hana ka tegin gaariga oo shaqaynaya adigoo ilaalin.
- Hubi hareerahaaga ka hor intaadan gelin ama ka bixin gaariga.

5. HAWO NADIIF AH

- Sigaar cabista, vaping-ka iyo isticmaalka cannabis looma oggola gudaha guryaha ama meelaha gudaha ee la wadaago.
- Sigaar cabistu waxay ku kooban tahay meelaha bannaanka ee loo qoondeeyey, ugu yaraan 5 mitir u jirta albaabbada, daaqadaha iyo meelaha hawadu ka soo gasho.

6. U DIYAAR GARGAARKA QABOYAH

- Ka ilaali 4–6 inji oo bannaan hareeraha kuleyliyayaasha darbiga hoose si hawadu si fiican ugu wareegto.
- Daaqadaha iyo albaabbada balakoonka xir marka cimiladu qabow tahay si looga hortago in tuubooyinku barafoobaan.
- Albaabbada dabka xir oo thermostat-ka ku hay heerkul raaxo leh marka aad maqantahay.
- Isla markiiba soo sheeg meelaha biyuhu ka daadanayaan, oo xir daaqadaha furan ee meelaha la wadaago haddii ay suurtagal tahay, ama maamulka ogeysii.

7. GURYO RAAKO LEH

- Soo sheeg dhibaatooyinka dayactirka iyo calaamadaha cayayaanka ee gurigaaga ama meelaha la wadaago sida ugu dhakhsaha badan si si degdeg ah wax looga qabto.

