

## Kusoo dhawaada rugta caafimaadka carruurta!

Ilmahaagu wuxuu hadda ku dhex jiraa da'da 3 sano sidaas darteed waxaad kusoo dhawaataan inaad rugta caafimaadka carruurta noogu timaadan kulan ku saabsan caafimaadka.

Kulanka waxaan ka wada hadli doonaa caafimaadka iyo koritaanka ilmaha. Waxaad la kulmi doontaan dhakhtar iyo kalkaaliso labadaba.

Usoo diyaargarow kulanka adigoo adiga iyo ilmuuhu isla fiirinasaan buugga caafimaadka ilmaha iyo sawirrada aan lasoo dirnay. Usoo qaado buugga caafimaadka kulanka.

Waxaad soo diyaarsan kartaa suaalo iyo wax aad isweydiinasid oo aan ka hadli karno.

Wakhtiga kulanka .....taariikhda..... saacada.....

Haddii wakhtigu awsan kugu haboonayn , nala soo xiriir sida ugu dhaqsiyaha badan.

Waxaa telefoonka la iga helaa ....., saacada la isku hubo ..... kulanku wuxuu qaadanaya qiyaastii 30 daqiqo.

Salaan wacan

Kalkaalisada rugta caafimaadka carruurta