Is diiwaangeli

Haddii aad jeclaan lahayd in lagula hadlo, fadlan booqo mareegta hoose. Waxaad iska diiwaan gelin kartaa mareegtaas. Haddii aad rabto inaad isdiiwaangelisaan adiga iyo umuliso ama qof kale, weydii haddii ay ku caawin karaan. Kalkaalisada dhalinyarada ah ayaa taleefan ama iimayl kuula soo xiriiri doonta si ballan laguugu qabto.

Wax su'aalo ah ma ka qabtaa wada hadalka?

Haddii aad wax su'aalo ah ka qabto wada hadalka, waxaad wici kartaa ama iimayl u diri kartaa ciwaanka hoose. Ma doonaysaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan daryeelka caafimaadka dhalinyarada? Markaa fadlan booqo mareegta hay'adda.

Faahfaahinta xiriirka

Hay'adda JGZ:

Mareegta:

Xiriirka

Iimayl:

Taleefanka:

Somalisch

Uur leh

Kala hadal su'aalahaaga iyo walaacyada ku saabsan kalkaalisada dhalinyarada

Warqad macluumaad

Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

Uur baad leedahay ama lammaanahaagu uur buu leeyahay. Waqtigan waxaa dhacaya waxyaalo badan. Waxaad umulisada waydiin kartaa su'aalo badan oo ku saabsan uurka iyo dhalmada.

Mararka qaarkood waxaad sidoo kale qabtaa su'aalo kala duwan. Tusaale ahaan, ku saabsan caafimaadkaaga, noloshaada ama imaanshaha ilmaha. Markaa way fiicnaan kartaa in qof kula fikiro wakhtiga uurka. Haddii aad rabto, kalkaalisada dhalinyarada ee xafiiska la-talinta ayaa mar hore kula hadli karta xilliga uurka. Inta lagu jiro wada hadalkan, waxaad weydiin kartaa dhammaan su'aalahaaga oo aad ka hadli kartaa welwelkaaga. Kalkaalisada dhalinyaradu waxay halkan u joogtaa inay ku dhegaysato oo ay kaa caawiso inaad si fiican wax uga fikirto.

Xafiiska la tashiga waa qayb ka mid ah nidaamka daryeelka caafimaadka dhalinyarada. Si wada jir ah adiga, daryeelka caafimaadka dhalinyaradu waxay la socotaa korriinka iyo horumarka ilmahaaga ilaa iyo marka lagu daro inta uu ka gaaro da'da 18. Waxaad kala xiriiri kartaa dhammaan su'aalahaaga ku saabsan barbaarinta, korriinka iyo caafimaadka.

Ma jeclaan lahayd inaad ballan la samaysato kalkaalisada dhalinyarada wakhtiga uurka? Kadibna daryeelka umulisada iyo umusha ayaa dabcan u sii socon doona sidii caadiga ahayd.

Wadahadalka

Kalkaalisada dhalinyaradu way imaan kartaa gurigaaga, laakiin waxaad sidoo kale kula kulmi kartaa meel kale. Wadahadalku waa **bilaash** waana **ikhtiyaari** wax kasta oo aad ka hadashona waa **qarsoodi**. Waxaad waydiisan kartaa qof aad ku kalsoon tahay inuu yimaado balanta sidoo kale.

Dabagalka

Mararka qaarkood way fiicantahay in hal wadahadal lala yeesho kalkaalisada dhalinyarada. Mararka qaar, waxay noqon kartaa mid faa’iido leh in la yeesho wadahadal dheeraad ah, ama dabcan laga yaabo inaad u baahan tahay taageero kale. Kalkaalisada dhalinyaradu waxay ka fikirtaa waxay adiga ama qolo kale (sida dawladda hoose) ay kuu qaban karaan adiga iyo/ama qoyskaaga. Kalkaalisada dhalinyarada waxay sidoo kale kaa caawin kartaa isdiiwaangelinta taageero dheeraad ah. Dhammaan wadahadalada lala yeesho kalkaalisada dhalinyarada waa lacag la'aan.