Badbaadada Baaskiilka
Bicycle Safety (Somali)

Baaskiilladu (mootooyinka) waa qaab xiiso badan oo lagu jimicsado laguna safro. Kahor inta uusan wadin, uxir ilmahaaga koofiyad si fiican ugu habboon madaxiisa. Koofiyaddu waxay ilaalisaa wejigaaga, madaxaaga, iyo maskaxdaada haddii aad ka dhacda. Xirashada koofiyaddu waxay kaa caawisaa inay kaa ilaaliso dhaawacyada madaxa iyo suurtagalnimada dhimasho haddii aad shil gasho.

Doorashada Koofiyada Badbaada

- U oggolow ilmahaaga inuu ka qayb qaato doorashada koofiyadiisa. Tani waxay ka caawin doontaa in ay xiiseeyaan xirashada koofiyadda.
- Kahor inta aadan iibsan koofiyad:
  - Dooro koofiyad si fiican u deeqayso, raaxo leh, oo si ammaan ah u galayso.
  - Hubi in ay leedahay calaamadda badbaadada ee Guddiga Ammaanka Alaabta Macaamiisha Mareykanka (CPSC).
- Ilmahaaga wuxuu u baahan doonaa koofiyado cusub inta uu korayo. Sannad walba hubi koofiyadooda si aad u xaqiijiso in ay weli ay la-egtahay.

©1994 Waxaa dib loo eegay 2025, Nationwide Children's Hospital
Sii socda…

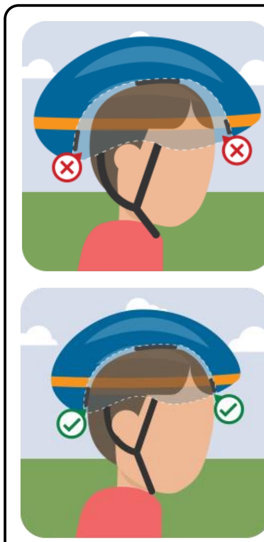
Sida Loo Xirto Koofiyada Baaskiilka

- Hubi in foodda ay daboolan tahay. Koofiyaddu waa in si hoose oo siman loogu xidhaa foodda hore. Waa in aanay ka badnayn hal ilaa laba farood oo u dhexeeya sunniyaha iyo daboolka gudaha ee koofiyadda (Sawirka 1). Koofiyaddu waa inaysan aad ugu leexan hore ama gadaal.

Illaha sawirka: Wasaaradda Ammaanka Gudaha ee Mareykanka, Maamulka Dab-damiska Mareykanka (U.S. Department of Homeland Security, U.S. Fire Administration)

Sawirka 1 aad

- Ha ka tagin meel bannaan oo u dhexeysa daboolka gudaha ee koofiyadda iyo madaxa (Sawirka 2). Suumanka dhinacyadu waa in ay sidoo kale sameeyaan qaabka 'Y' oo ka hooseeya dhegaha.
- **HAD IYO JEER** xiro suunka garka. Koofiyaddu waa in ay si adag madaxa ugu fadhido. Waa inaysan u siib-siibanin dhinac ilaa ku dhinac ama hore ilaa gadaal. Ha ka tagin in ka badan 1 ilaa 2 farood oo bannaan hoosta suunka.
- Haddii ilmuhu shil galo, isla markiiba u beddel koofiyaddiisa. Xitaa dildillaacyo yaryar ayaa hoos u dhigi kara awoodda koofiyadda ee ka hortagga dhaawac mustaqbalka ah.



Illaha sawirka: Wasaaradda Ammaanka Gudaha ee Mareykanka, Maamulka Dab-damiska Mareykanka (U.S. Department of Homeland Security, U.S. Fire Administration)

Sawirka 2 aad

Talooyin Waxtar Leh

- Ilmahaaga ku dhiirrigeli inuu xirto koofiyad marka uu baraf-dul-socod samaynayo ama uu wado baaskiil, skutarka (baaskiilka yar ee la riixo), ama looxa lugu dul soconayo. Tani waxay ka caawin doontaa inay la qabsadaan xirashada koofiyadda.
- **HAD IYO JEER** Ilmahaaga ku dhiirrigeli inuu xirto koofiyad marka uu wadayo baaskiilkiisa.

- Marka aad baaskiil la wado ilmahaaga, xiro koofiyaddaada. Waxay wax ku bartaan iyaga oo ku daawanaya.
- U sheeg ilmahaaga inaad ku faanaysid xirashada koofiyaddiisa.

Sawirka 3aad
Calaamadaha gacanta

Talooyin Badbaado oo Ku Saabsan Baaskiil Wadista

- Ha raacin wax ka badan hal qof baaskiil.
- Ku soco hal saf oo keliya. Ha ku wadin baaskiilka agagaarka dadka kale ee baaskiil wata.
- Fiiri dhammaan jihooyinka kahor intaadan waddada gudbin.
- Baaskiilka lug ku gudbi markaad ka talaabayso isgoysyada mashquulka ah adigoo maraya jidka dadka lugaynaya.
- Raac dhammaan calaamadaha taraafikada iyo nalalka.
- Labada gacmoodba ku hay birta baaskiilka.
- Baaskiilka ku wado jihada gaadiidku u socdo ee taraafikada.
- Ha wadin baaskiilka habeenkii ama marka roobka socdo.
- Fiiri hore iyo gadaal kahor intaadan u leexan midig ama bidix. Isticmaal calaamadaha gacanta si aad u muujiso jihada aad u leexan doonto (Sawirka 3aad).
  - **Bidixda**: Gacantaada bidix si toos ah u toosi.
  - **Midigta**: Gunta gacanta bidix u laabi oo gacanta kor ugu qaad adigoo sameynaya qaabka “L”. Waxaad sidoo kale toosin kartaa gacantaada midig oo aad bannaanka keeni kartaa.
  - **Jooji**: Gunta gacanta bidix u laabi oo gacanta hoos u toosi si aad u sameyso qaabka “L.” ee rogan.
- Hubi baaskiilka ilmahaaga si aad u xaqiijiso in uu ku deeqaayo oo dhammaan qaybihiisuna si fiican u shaqeynayaan. Tani waxay ka mid yihiin taayirrada, lugaha, iyo bareegyada.