



do 1 thing

Himilada Do 1 Thing waa inay ku dhaqaajiso ashkhaasta, qoysaska, ganacsiyada iyo bulshadu inay u diyaargarobaan halisaha oo dhan ooy noqdaan qaar masiibada u adkaysta.

YOOLKA: Yeelo awood aad kula xidhiidho xubnaha qoyska xilliga masiibada.

Qorshaha Xidhiidhka Bulshada

Wakhtigan waxa jira qaabab badan oo la iskula xidhiidhi karo. Waxaan ku wada xidhiidhi karnaa tilifoonada gacanta, internetka, iyo iimaylka, laakiin masiibadu wax bay beddeli kartaa. Aaladahan waxa dhici karta in la waayo. Biraha tilifoonada gacan si dhakhso ayey u buux dhaafiyaan dad isku dayaya inay la xidhiidhaan asxaab iyo qoysas. Haddii korontadu ka go'an tahay gurigaaga, tilifoonada bilaa xadhiga ahi, internetka, iyo iimaylku midkoodna shaqayn maayo.

Dooro mid kamida waxyaalahan soo socda si aad u samayso bishan si aad si fiican ugu diyaargarawdo:

- Yeelo tilifoon xadhig leh iyo beetariga baabuurka si tilifoonkaaga gacantu u shaqeeyo haddii korontadu go'do.**

Tilifoonada bilaa xadhiga ah shaqayn maayaan masiibada sababtoo ah waxay u baahan yihiin koronto ka badan ta ay ka helaan foon jaakiska. Tilifoonadii hore ee lahaa xadhiga ku xidhan madaxa ayaa ku shaqayn kara xiitaa haddii korontadu go'do. Hubso inaad ugu yaraan leedahay hal tilifoon oo xadhig leh gurigaaga waa intaayoo korontadu go'daaye.

Ku hayo beetari baabuur gaadiidkaaga si aad tilifoonkaaga gacanta ugu dabayso. Haddii korontadu go'do gurigaaga, wali waxaad ka dabayn kartaa tilifoonkaaga gacanta baabuurkaaga.

Haddaanad lahayn tilifoonka xadhiga ood isticmaasho tilifoon gacmeed, xasuusnaw in biraha tilifoonka gacantu ay mashquuliyaan wicitaanada gurmada. Si kastaba, farriin qoraal ah ood ka dirto tilifoonkaaga gacanta ayaa dirmi karta marka wicitaanadu aanay baxayn. Hubso qof kasta oo qoyskaaga ahi inuu sida loo diro loona helo farriimaha qoraalka ah.



Xasuusnaw, waligaa ha wicin 911 si aad macluumaad uga hesho waxa socda xaalad gurmada ah. Kaliya wac 911 haddaad dhaawac tahay ama caawimo u baahan tahay.

Qorshe diyaari sida qoyskaagu isku xidhiidhi karaan xilliga masiibada.

Qorshe diyaari markaa waxaad si joogto ah u wada xidhiidhi kartaan qoyskaaga xilliga masiibada. Ku dar lambarrada tilifoonada ee dhammaan xubnaha qoyska iyo kuwa kusiin kara caawimo dheeraad ah, sida daryeelayaasha. Sidoo kale ku dar dhammaan lambarrada shaqada, dugsigi, iyo daryeelka maalinta, hadday jiraan. Foom boorso gacmeedka leeg ood isticmaali karto si aad ugu qorto macluumaadkan ayaad ka heli kartaa www.ready.gov. Hubso xubin kasta oo qoyska ahi inay haysato nuqul kamida qorshaha xidhiidhka. Ku dheji qorshaha xidhiidhka tilifoon yaala gurigaaga, kuna dar baagaaga bixista sidoo kale.

Debadda Mantadaqadda Xidhiidhka

Wicitaanada tilifoonada deegaanka iyo kuwa masaafadda fogi waxay ku shaqeeyaan mareego kala duwan. Marka mareegta deegaanka la buux dhaafsho, waxa dhici karta inaad wali awoodi karto inaad wacdo masaafadadaha fog. U dooro qof jooga debadda wicitaanada deegaanka lala xidhiidhaha “debadda mantadaqadda”. Hubso dhammaan xubnaha qoysku inay qaataan lambarkan tilifoonka. Hadday wax dhacaan iyadoo qoyskaagu kala maqan yahay ma awoodi kartaan inaad isla xidhiidhaan, xubin kasta oo qoyska ahi waxay wici kartaa lala xidhiidhaha “debadda mandaqadda” una dhaafi kartaa farriin kuwa kale.



Badbaado iyo Caafimaad

Barnaamijka Laanqayrta Cas ee Badbaado iyo Caafimaad waa qaab qoysasku iskula xidhiidhaan marka masiibo kala kaxayso. Booqo websaytka www.safeandwell.org imika oo tus xubnaha qoyska sid uu u shaqeeyo.

Ka dhig ciwaanka websaytka qayb kamida macluumaadka gurmada xubin kasta oo qoyska ahi sidato. Haddaad kala luntaan masiibo, hubso in qof kastaa yaqaano inuu websaytka furto si uu u galiyo macluumaad iyaga kusaabsan, iyo sida loo helo macluumaadka kuwa kale kusaabsan.

Barnaamijka Hadday Dhacdo Xaalad Gurmada ahi (ICE) lambarrada loo galinayo tilifoonada gacanta qoyska oo dhan.

Haddaad dhaawacan tahay, oonad hadli karin, jawaabayaasha koowaad iyo shaqaalaha cusbitaalku waxa dhici karta inayna garanayn sida lola xidhiidhayo qoyskaaga isla markaasba. Haddaad leedahay tilifoonka gacanta, waxaad siin kartaa lambarrada tilifoonada lala xidhiidhayaashaada xaaladda gurmada jawaabayaasha koowaad iyo shaqaalaha cusbitaalka.

1. Ku qoro lala xidhiidhayaal cusub tilifoonkaaga gacanta ama buugaaga tilifoonada.
2. Magacaw ICE-ga lala xidhiidhaha.
3. Gali lambarrada tilifoonada qofka aad jeclaan lahayd in la ogaysiiyo gurmada caafimaad.