

Mar labaad, hello!

Waxaan rajeynayaa in e-maylkan uu kugu fiicnaanayo, oo wuxuu ku siinayaa macluumaad faa'iido leh oo ku saabsan koorsada Nolol-nololeedka ee ardaygaaga inta ka dhiman simistarka. Saddexdii toddobaad ee la soo dhaafay waxaan falanqeynay xulashooyinka nafaqada ee muhiimka ah ee nolosha ardayga waxaana isku deyey in ay helaan siyaabo lagu hagaajinayo caafimaadka si ay u caafimaadqabaan.

Qaybtan soo socota iyo kan ugu dambeeya waa mid ka mid ah mawduucyada ugu muhiimsan ee aan ka hadleyno dhalinyaradeena maanta. Waxaan qaadan doonaa 3-4 toddobaad ee ku xiga oo ka hadlaya Galmada Caadada ah. Qeybta oo dhan waxaanu noqon doonaa mawduucyo daboolaya sida; waxa ay tahay in la raadsado xaas, is-aruurinta isutagga, lab iyo dhedig anatomiya, sababo haboon iyo mid xunba leh ee xiriirka jinsiga ah ee dugsiya sare (badi xun oo wanaagsan), hababka dhalmada xakamaynta, wadahalad geesinimo leh ee ku saabsan xakamaynta dhalmada / uurka iyo / iyo STD, iyo sidoo kale barista khatarta galmada (STDs iyo uurka). Waxaan sidoo kale noqon doonaa dadka ku hadlaaya martida inay ka yimaadaan Cornerstone si ay uga hadlaan xad-gudubka cilaaqaadka caafimaadka leh, iyo sidoo kale afhayeenka Bloomington Public Health si looga hadlo habka korriinka iyada oo loo marayo qaangaarnimada illaa qaan-gaarnimada.

Waxaan jeclaan lahayn inaad ogtahay in duruufaha ku jira geeddi-socodkan ay tahay mid ku-meel-gaar ah. Waxaan diiradda saareynaa in la baro in xiriirka galmada ee lacag la'aanta ah inta lagu jiro da 'yaraanta uu xoojinayo lixda qaybood ee caafimaadka oo aan ka hadleynay semesterka oo dhan. Waxaan sidoo kale fahamsanahay in ardayda qaarkood ay ku hawlan yihiin doorashooyinkan, iyo in ay ilaaliyaan amaanka iyo wax-barashada waxaan diiradda saareynaa barista hababka ilaalinta dhalmada oo habboon iyo sidoo kale barista khatarta iyo natiijooyinka suurtagalka ah ee galmada la galo.

Sidii aan ku soo qorey emails hore, ma sameyn karno kani kaliya! Fadlan, waan kuu baryayaa, waan idin ku dhiirigelinayaa, waxaan kugu dhiirigelinayaa inaad wadashaqeyn la yeelato ardaydaada. Kala hadal iyaga mawduucyadan oo waydii waxa ay ka fekerayaan iyaga, sida ay u dareemaan mawduucyadan, haddii ay isku khilaafsan yihiin wax kasta, ka dibna ay halkaas u joogaan si ay uga caawiyaan iyaga maalin kasta in ay noqdaan dhalinyaro!

Haddii aad qabto wax su'aalo ah oo ku saabsan qaybta soo socota, fadlan ha ka waaban inaad i weydiiso. Waad ku mahadsantihin taageeradaada, hayso xilli ciyaareed fasax oo cajiib ah.