














Erey-bixinta Baraha Bulshada

Madalka-ka	Sharaxaada	Ujeedada ama Qiimaha	Hagidda Da'da	Ilaaha Dheeraadka ah
<p>Discord-ka</p>  <p><i>*Looma oggola isticmaalka degmada</i></p>	Discord-ka waa aallada wadasheekeysii muqaal, cod, iyo qoraal.	Isticmaalayaashu waxay la xiriiri karaan oo ay lakaashan karaan asxaabtooda mawduucyo kala duwan.	13+ Badbaadada Discordka & Shuruudaha Da'da	<ul style="list-style-type: none"> Aaga nabdoon discord-ka oo leh Tilmaamo loogu talagalay Qoysaska iyo Barayaasha sida loo xakameeyo qofka khibradiisa Tusaha ugu dambeeya ee Qoyska ee Discord-ka
<p>Facebook-ga</p>  <p><i>*Looma oggola isticmaalka aqoonyahanka laakiin waxaa loo isticmaalaa isgaarsiinta dugsiga FWPS iyo degmada</i></p>	Facebook-ga wuxuu u oggolaanayaa dadka isticmaala inay abuuraan astaamo ay kula xiriiraan kuwa kale khadka tooska ah iyadoo adeegsanaya qoraallo wadaag, sawirro, fiidiyowyo, iyo xiriiriyeyaal.	Isticmaalayaashu waxay ku biiri karaan wada sheekeysiga waxayna wax ku biirin karaan fikrado dadka wadaaga danaha ama ilaalinta cilaqaadka fogaanta.	13+ Shuruudaha Da'da Facebook-ga	Facebook-ga Portal-ka waalidiinta
<p>Fortnite-ga</p>  <p><i>*Looma oggola isticmaalka degmada</i></p>	Fortnite-ga waa ciyaar badbaado oo ay ciyaartoydu ku dagaalamaan inay noqdaan kuwa ugu dambeeya.	Isticmaalayaashu waxay horumariyaan xeelad ay kula ciyaaraan asxaabta iyo kuwa kale ee ka socda adduunka oo dhan.	Ma jirto shuruud da'da oo yar 13+ lagutaliyey (fur muujinta wada sheekaysiga iyo rabshada ficilka - ka eeg faahfaahinta Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Fortnite-ga)	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Fortnite-ga
<p>Instagram-ga</p>  <p><i>*Looma oggola isticmaalka degmada FWPS</i></p>	Instragram-ga waa aalada lagula wadaaga sawir iyo muqaal.	Isticmaalayaasha ayaa ku xidhi kara oo ka faalloon kara qoraalada asxaabta, qoyska, hogaamiyayaasha fikirka, dadka caanka ah, iyo xayeeysinada.	13+ Badbaadada Instagram-ga iyo Shuruudaha da'da	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Instagram-ga
<p>Minecraft-ga</p>  <p><i>*Minecraft-ga: Daabacaadda Waxbarashada ayaa la oggolaaday oo loo isticmaalaa FWPS</i></p>	Minecraft-ga waa ciyaar laga dheelo aduunka oo ay isticmaalayaashu ku dhisi karaan shay kasta iyadoo adeegsanaya qaab dhismeedka dhismaha.	Isticmaalayaashu waxay u fakaraan si hal abuur leh iyadoo isticmaalaya joomatari iyo juquraafiga si ay u dhisaan, u sahamiyaan, oo ay ula wadaagaan saaxiibdooda iyo qoyska.	Ma jirto shuruud da'da oo yar Macluumaadka Koontada Minecraft-ga ee Isticmaalayaasha Kayartahay da'dooda 13	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Minecraft-ga

Erey-bixinta Baraha Bulshada

Madalka-ka	Sharaxaada	Ujeedada ama Qiimaha	Hagidda Da'da	Ilaaha Dheeraadka ah
Pinterest-ga  <i>*Looma ogola isticmaalka degmada FWPS</i>	Pinterest waa mareego loogu talagalay in lagu helo oo lagu wadaago danaha iyada oo loo marayo sawirro, daabacid, iyo xiriiriyeaal.	Isticmaalayaashu waxay heli karaan daabacadyaal iyo boodhadh si ay u ogaadaan waxa ku saabsan waxa ay xiiseeyaan.	13+ Shuruudaha Da'da Pinterest-ga	Dhammaan waxa ku saabsan Pinterest-ga
Roblox-ga  <i>*Looma ogola isticmaalka degmada FWPS</i>	Roblox-ga waa qalab dhisme cayaartoy badan leh oo ay ka kooban tahay isticmaale.	Isticmaalayaashu si halabuur leh ayay u dhisi karaan ciyaaraha, u tartami karaan, oo ay la wadaagi karaan abuurkooda asxaabta, qoyska, iyo isticmaalayaasha kale.	Ma jirto shuruud da'da oo yar 13+ lagutaliyey (fur muujinta wada sheekaysiga – ka eeg faahfaahinta Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Roblox-ga)	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Roblox-ga
Snapchat-ka  <i>*Looma ogola isticmaalka degmada FWPS</i>	Snapchat-ka waa aalad fariin loogu talagalay wadaagida sawirrada, fiidyowada, qoraalka, iyo sawirrada oo baaba'a ka dib markii la eego.	Isticmaalayaashu waxay khibradooda la wadaagi karaan saaxiibada ama qoyska iyada oo aan macluumaadka lagu kaydin onlayn.	13+ Qaanuunka Khaaska ah ee Snapchat-ka (eeg shuruudaha da'da ee hoos timaada ciwaanka "Caruurta".)	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Snapchat-ka
TikTok-ga  <i>*Looma ogola isticmaalka degmada FWPS</i>	TikTok waa barnaamij muuqaal ah oo u oggolaanaya isticmaaleyaasha inay abuuraan oo wadaagaan fiidiyowyo 15-ilbiriqsi ah mowduuc kasta ah.	Isticmaalayaashu waxay isticmaali karaan bedelida kalarka gaarka ah iyo is shaandheynta si ay u abuuraan oo ay ula wadaagaan fiidiyowyo qoyska, asxaabta, iyo macaamiisha.	13+ ayaa koonta u isticmaali kara si dhamaystiran Caruurta ka yar 13 sano waxay abuurii karaan koonto leh helitaan muuqaal xaddidan Badbaadada TikTok-ka & Shuruudaha da'da	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee TikTok-ka
Twitch-ga  <i>*Looma oggola isticmaalka degmada FWPS laakiin waxaa loo isticmaali jiray in lagu baahiyo tartannada robotics-ka heer gobol iyo heer qaranba</i>	Twitch waa adeeg baahinta tooska ah halkaas oo isticmaalayaashu ay si toos ah ugu baahin karaan internetka.	Isticmaalayaashu waxay la falgali karaan kuwa kale ee xiiseeya mawduucyada isku midka ah sida tooska ah.	13+ Badbaadada & Shuruudaha Da'da Twitch-ka	Tusaha kama dambaysta ah ee Waalidiinta ee Twitch-ka
Twitter-ka  <i>*Looma ogola isticmaalka aqoonyahanka laakiin waxaa loo isticmaalaa isgaarsiinta dugsiya FWPS iyo degmada</i>	Twitter-ka waa goob war iyo shabakad bulsheed halkaas oo isticmaalayaashu ay wadaagaan farriimo gaagaaban oo loo yaqaan tweets.	Isticmaalayaashu waxay la xiriiri karaan kuwa kale waxayna la wadaagi karaan farriimaha daawadayaal badan.	13+ Shuruudaha Da'da Twitter-ka	Aasaaska Twitter-ka

Erey-bixinta Baraha Bulshada

Madalka-ka	Sharaxaada	Ujeedada ama Qiimaha	Hagidda Da'da	Ilaha Dheeraadka ah
YouTube-ka  <i>*Loo oggolaaday isticmaalka xaddidan ee FWPS oo leh fiidiyowyo la shaandheeyay oo keliya oo laga heli karo aaladaha degmada FWPS</i>	YouTube-ka waa goob wadaag muuqaal ah halkaas oo isticmaalayaashu ay ku daawan karaan oo ay ku daabici karaan fiidiyowyo si ay ula wadaagaan.	Isticmaalayaashu waxay u isticmaali karaan YouTube-ka meel hal abuur leh si ay ula wadaagaan waxayaalaha ay kahadlayaan.	13+ Shuruudaha da'da ee akoonnada Google (oo ay ka midyahay YouTube-ka)	Tusaha ugu dambeeya ee waalidka ee YouTube-ka Caruurta
WhatsApp-ka  <i>*Looma ogola isticmaalka degmada FWPS</i>	WhatsApp-ka waa aalad farimo u ogolaanaya isticmaalayaasha inay soo diraan fariimo, sawiro, maqal, ama muuqaal.	Isticmaalayaashu waxay la xiriiri karaan oo ay lakaashan karaan asxaabtooda mawduucyo kala duwan.	13+ Shuruudaha Da'da WhatsApp-ka	Qiimaynta Qaanuunka ee WhatsApp Messenger-ka
Zoom-ka  <i>*Loo oggolaaday isticmaalka FWPS oo leh xisaabaadka macallimiinta iyo aqoonyahannada waxay ku biiraan macallinka ama maamulaha oo abuuray shirar</i>	Zoom-ka waa kulan-fiidyow ama qalab-waraysi-fiidyow.	Isticmaalayaashu waxay si humaag ah ula kulmi karaan kuwa kale dhacdooyinka ama fursadaha iskaashiga.	16+ sameysan karaa koonto Looma baahna da'da yar si loogu biiro kala-fadhiga Zoom-ka Shuruudaha Da'da Zoom-ka (ka eeg hoosta ciwaanka "7. Isticmaalka la damacsan yahay" cinwaanka)	Tusaha ugu dambeeya ee waalidka ee Zoom-ka

Common Sense Family Ultimate Guides

For more information and videos on these platforms and more, click the following link or scan the QR code.

bit.ly/FamilyUltimateGuides



Eray-bixinta Baraha Bulshada

Erey ama Istaraatiijiyadda	Sharaxaada	Saamaynta	Qalabka Muujinaya
Muuq	Sida uu u eg yahay jiliinka ciyaaryahanku ciyaarta dhexdeeda. Waxaad ku habeyn kartaa sifooyin, qalab, iyo dhar, iyo kuwo kale.	Eray lagu dhisayo muuqaalka ee aqoonyahankaaga ciyaar gaar ah ama qalab dhijitaal ah.	Ku dhawaad ciyaar kasta iyo madal warbaahinta bulshada.
Ciyaar	Erayga isticmaal-dhammaan ee tartanka, xirfadlaha ama ciyaaraha dugsiga ku salaysan halkaasoo ciyaartoygu (badanaa horyaalada ama kooxaha) waji-kawaji.	Waxa uu yeelaa ciyaaraha tartan ahaan waana nooc ka mid ah madadaalada onlaynka ah iyo mid qofeedba.	Ciyaaro iyo goobo kala duwan sida Twitch-ka, Youtube-ka, iyo qaar kaloo badan.
Caraysiin (ama iska dhigid)	Si ula kac ah oga caraysiin, u dhibaateyn, ama u geysasho dhib ciyaartoy kale oo ku jira ciyaarta fiidyaha, mararka qaarkood iyada oo loo marayo cod ama sheeko qoraal ah.	Nooc ka mid ah dhibaateynta dhijitaal ah iyo cagajuglaynta. Caraysiintu waxay saamayn joogto ah ku yeelan kartaa qofka la bartilmaameedsanayo iyo qofka caraysiinaya, oo ay ku jiraan dhibaato shucuureed oo bulsheed iyo ka joojin/mamnuucid goobaha ciyaaraha.	Ciyaar kasta oo iskaashi ama madal (<i>oo leh ciyaar kasta, sheekeys, ama is dhexgalka codka</i>).
Damiin	Waxaa loola jeedaa cayaaryahan aan khibrad lahayn; laga soo qaatay "cusub."	Eray dhayalsan kara oo ka caraysiin kara ciyaartoyga saaxiibka ah iyo xubnaha bulshada dhijitaal ah.	Ciyaar kasta ama madal kasta.
Karayn	Waxaa loogu dhawaaqaa "ka-rayn" (sida ka-xa-yn), ereygani waa kala duwanaanshaha "lahaanshaha".. In qof lag raayo waxay la macno tahay in gabi ahaanba laga adkaado. Tusaale: "Saddex jeer oo isku xigta ayaan kugu garaacay Fortnite! Adiga gabi ahaanba waa lagaa raayay!"	Ereyga aan kor u qaadin ciyaar wanaaga oo kor u qaadi karta waqtiyada tartanka si xun.	Ciyaar kasta.
Maqaarka	Erayga loo isticmaalo in lagu qeexo habaynta muuqa cusub ee ciyaartoydu iibsanaa karaan ama urursan karaan.	Ma laha saameyn togan ama taban laakiin waa erey u gaar ah muuqaalka muuqa ciyaaraha.	Ciyaar kasta.
Codyar	Aflagaadada sida caadiga ah waxaa loo isticmaalaa in lagu qeexo ciyaartoyda da'da yar (sababtoo ah codadkoodu ma qoto dheera. Ogoow: Tan waxaa guud ahaan loo isticmaalaa in lagu madadaysto ciyaartoyda labka ah, laakiin waxaa jira — dabcan — noocyo badan oo kale oo ciyaartoy ah oo leh codad kala duwan.	Erayga lagu dhayalsanayo ciyaartoyda waana nooc ka mid ah cagajuglaynta.	Ciyaar kasta ama madal kasta.
Dhidid	Erayga qeexaya ciyaartoyga is-adgeeya, tusaale ahaan, qof jidkooda ka leexda si uu ugu guulaysato si xad dhaaf ah oo aan loo baahnayn.	Eray si xun u bartilmaameedsan kara ciyaartoyda ama u xukumi kara qaabka ciyaarta shaqsigu.	Ciyaar kasta.
Burburtay	Laga adkaaday. Tan waxaa badanaa loo adeegsadaa erayga "hel wreckd."	Ereyga aan kor u qaadin ciyaar wanaaga oo kor u qaadi karta waqtiyada tartanka si xun.	Ciyaar kasta.