



Posted: September 18, 2023

BCCS waxay soo saartaa hab-maamuusyada ka jawaabida deg-dega ah ee CUSUB

Qoysaska BCCS ee Qaaliga Ah,

Laba iyo tobankii bilood ee la soo dhaafay, Xarunta Dugsigayada Bulshada ee Brooklyn waxa ay si adag u shaqeyeen si ay u cusboonaysiiyaan kaabayasha amniga iyo anshaxa jawaabta caadiga ah. Sannadkan, waxaanu soo saaraynaa hab-maamuuska ka jawaabida deg-dega ah ee sanad dugsiyeedka 2023-2024 oo la cusboonaysiiyay si aan u wanaajino daah-furnaanta haddii ay dhacdo xaalad deg-deg ah oo loo dhiso luuqad joogto ah oo fudud.

Waxaan la shaqaynay Mu'asasada *I Love You Guys* si aan u cusboonaysiiino habraacyadayada xaaladaha deg-degga ah, anshaxa jawaabta, iyo luqadda degdegga ah ([halkan guji si aad wax badan uga oggaato mu'asasada](#)). Intaa waxaa dheer, waxaan si dhow ula shaqeynay magaalada Xaruntooda Brooklyn si aan u hubinno in hab-maamuuska jawaabtayadu ay buuxiyaan ama dhaafaan tallooyinka anshaxa jawaabta caadiga ah.

Xubnaha shaqaaluhu waxay heleen tababar hordhac ah bishii hore waxaanu qaban doonaa tababar iyo dhoolatus dugsi sanadka oo dhan. Horey u socoshada, waxaan qorsheyneynaa inaan isticmaalno erey-bixinta soo socota haddii ay dhacdo xaalad deg-deg ah:



HAYNTA

"Haynta" waxa loo isticmaali doonaa xaalad ay ardayda iyo shaqaaluhu si ku meel gaadh ah ugu sii sugnaan doonaan fasalladooda taas oo ay ugu wacan tahay dhacdo/xaalad ka dhacday dhismaha. Fasalka dhexdiisa, maalinta dugsigu waxay u socon doontaa sidii caadiga ahayd ilaa haynta laga qaadayo.



AMNIGA

"Amniga" waxaa loo isticmaali doonaa xaalad ay jirto khatar suurtagal ah oo ka baxsan dhismaha. Dhammaan albaabada waa la sugi doonaa waxaana la oggolaan doonaa gelitaanka xaddidan ee booqdayaasha. Inta lagu jiro amniga, maalinta dugsigu waxay u sii socon doontaa si caadi ah gudaha dhismaha.



BANDOOGA

"Bandooga" waxaa loo isticmaali doonaa xaalad ay khatar deg-deg ah ka jirto gudaha dhismaha ama ay suurtagal tahay in ay ku soo dhawaadaan dhismaha. Dhammaan albaabada waa la sugi doonaa, lama oggolaan doono dadka soo booqda, iyo dhammaan hawlgallada caadiga ah ee maalinta dugsiga ayaa joogsan doona.



DAADGURAYNTA

"Daadguraynta" waxaa loo isticmaali doonaa marka xaaladdu aysan ammaan ahayn. Dhammaan ardayda iyo shaqaaluhu waxay ka bixi doonaan meesha ugu dhow oo ay kala kulmaan meel horay loo sii go'aamiyay.



HOYGA

"Hoyga" waxaa loo isticmaali doonaa xaalad ay cimiladu ama xaaladaha deegaanku aanay ku badqabin meel ka baxsan dhismaha oo hoyga dhismaha ayaa loo baahan yahay.

Marka aan sii wadno soo bandhigista nidaamyadan, waxaan ka abuuray boos [waabsaydada](#) si qoysaska iyo xubnaha bulshada ay tixraacaan. Haddii aad wax su'aalo ah ka qabto anshaxa cusub, fadlan la xidhiidh maamulahaaga ama maamulka degmada.

Waad ku mahadsan tahay inaad nagala shaqeyso waxbarashada ilmahaaga.

Si daacadnimo ah,

Dr. Carly Baker, Kormeeraha Guud