

### **FOOLKAANOYINKA**

Foolkaane uu waa dalool uu dhagax dhalaashani uga soo duso oogada Dhulka. La mid maaha buuraha kale oo hoos laga soo riixo korna loo riixo, ee foolkaanuhu wuxuu u dhismaa walxaha ku yimid qaraxa — sida maraaro laafa, dambas quban iyo deeb ah oo guudka sare ku urursama. Marka uu cadaadiska ka dhex jira dhagax cufani aad u kordho, ayaa uu qaraxu dhacaa.

Maraykan wuxuu lambar saddex yahay oo ay Jabbaan iyo Indoneeshiya keliya uga horreeyaan tirada foolkaanooyinka firfircoon. Ilaa 1980, ilamaa iyo shan foolkaane ayaa sanadkii ka qarxaysay Maraykanka.

Qaraxyadu ay u badan waxay ka dhacaan Alaska iyo Hawaii. Xajmi qulqula ayaanay foolkaanooyinku uga qarxaan Washington, Oregon, iyo California, celceliska hal ama laba qarnigii kasta.

Sidoo kale, markii ay foolkaanooyinka qulqulaayi qarxaan, daadad dafle ah oo ah (dambas karaya iyo dhagax) laafa qulqulaysa iyo daad xaabqaad ah ayaa kharribi kara meelo 10 iyo ka badan oo mayl shisheeya. Lahaara-ha ayaa qarqin kara dooxooyinka 50 mayl ka xiga biyo qulqulka.

Jasiiradda Hawaii (tan ugu weyn jusurka Hawaii) ay ka dhacaan kumannaan dhulgariir oo la xiriira foolkaanooyin firfircoon sanad kastaba. Iyadoo inta badan ay yihiin kuwo ka yar in la dareemi karo, haddana tobankii sanoba mar ayuu dhulgariir weyn oo sameeya qasaare ballaaran gilgilaa guud ahaanba jasiiradda.

Foolkaanooyinku waxay sababaan khasaaroyin baahsan oo dadka dili kara, hantidana burburin kara. Qaraxyo waaweyn oo dillaaca ayaa khatar gelin kara dad u jira boqollaal mayl oo xitaa saamayn kara cimilada adduunka.

Kataraha Foolkaanada waxaa ka mid ah

- Gaasas sun ah
- Daad dambas-dhiiqo ah iyo laafa
- Daadad xawli ah
- Dhulgariir
- Qaraxyo dillaaca

Dillaacyadu waxay ahaan karaan kuwo aamusan, oo soo saara laafa qulqulaysa oo dhullka ku siqda oo ku socota xawliga 2 ilaa 10 mayl saacaddiiba (mph). Dillaaca qarxa wuxuu xaddi ilaa tobannaan mayl ah atmoosfeerka sare ugu tuuri karaa googgo' gaas iyo dhagaxyo jajaban ah, taasoo dambas sii baahisa boqollaal mayl oo ur-hoosaadda ah.

**FOOLKAANOYINKA (WELI SOCDA)**

Qulqulka laafa waa qulqul dhagax Milan ah oo ama tartiib uga soo shubma daloolka ama dillaac qarax u soo baxa sidii rubbineeto laafa ah. Kulaylkooda aadka u badan awgiis, qulqulka laafadu waa khatar dabeed oo aad u weyn. Qulqullada laafadu waxay burburiyaan wax kasta oo ay maraan , laakiin inta badan tartiib bay u socdaan oo dadku way ka hor wareegi karaan. Xawaaraha ay laafadu ku maro dhulka waxay ku xiran tahay dhawr saameeye oo kala ah:

- Nooca laafada soo dillaacday.
- Janjeedhka dhulka.
- Xaddiga laafa ee ka soo baxaya daloolka.

Qaraxa foolkaane waxaa la socon karaan khatarro kale oo dabiici ah oo ay ka mid yihiin:

- Dhiiqo-guur (daadxoortu ay ku jirto)
- Daadad xawli ah
- Dab duureed
- Sunaamiyo
- Dhulgariirro

Taariikh ahaan, daadxoortu ay ahayd khatarra foolkaano tan ugu halisan. Daadxoortu waa dhiiqo guuraysa ama qashin socda oo inta badan ka kooban walxihii foolkaanada oo markaa hareer socda foolkaanaha. Qulqulkaa dhiiqada, dhagaxa iyo biyaha ah ayaa ku ordi kara dooxo iyo kannaalba xawli 20 ilaa 40 mayl ah saacaddii waxaanay socon karaan in ka badan 50 mayl.

Uga dig kooxda inay daadxoortu dhici karto markii ay qaraxdo foolkaane iyo markay si deggan u unkantaba. Biyaha abuura daadxoorta waxay ka iman karaan baraf dhalaalay, roob daran, ama biyo-qabad dillaacay.

### FOOLKAANOYINKA (WELI SOCDA)

Dambaska foolkaane runtii waxa weeye jabab dhagaxyo ah oo khafiif dhalo oo kale ah oo saamayn kara dadka iyo qalabka boqollaal mayl ka durugsan duddunta foolkaano. Dambaska foolkaane wuxuu:

- Sababi dhibaato neefsashada ah oo daran.
- Yarayn aragtida.
- Sumayn sahayda biyood.
- Sababi duufaanno maayadeed.
- Qashqasaadi hawlwadidda matoorrada.
- Soo dumin saanqaafyada.

Tallaabooyinka muhiimka ah ee u diyaarsanaanta qarxidda foolkaane waa:

- Faham khatarta. Waqti u qaado aad ku barato khatarta qarxida foolkaane ee aaggaaga.
- La hadal wakiilkaaga caymis. Soo ogow waxa uu daboolayo ama aanu daboolayn caymiskaaad haysato haddii uu foolkaane qarxo.
- Diyaarso guntin sahay musiibo ah, oo ay ku jiraan ookiyaalaha iyo maaskarada siigada oo loo diyaariyo xubnaha qoyska oo dhan.
- Horumari qorshe bixitaaneed. Qof kastoo qoyskaaga ah waa inuu og yahay meesha uu aadayo haddii ay khasab noqoto in la tago.
- Raac amarrada is-raridda. Joogista guriga si aad qarax u bacleesho, haddii aad joogto aag khatareed, waa wax aad u halis ah. Qaado talada madaxda maxalliga ah.
- Ka dheerow aagagga dug-hoosaadka iyo dooxada webiyada oo hoos u socota. Wasaqda iyo dambaska waxaa qaada dabaysha iyo cuf-isjiidadka. Joog meesha aadan halis hor leh ugu jirayn khataraha qarxidda foolkaane.
- Haddaad joogto bannaanka, naftaada ka dhawr dambaska dhacaya. Dambaska foolkaane wuxuu dhaawac daran u geystaa marinnada neefsashada, indhaha, iyo boogaha furan, maqaarkana wuu cuncuniyaa.
- U diyaarsanow khataraha la socda. Ogow si aad u dhiifoonato oo aad u yarayso khatarta kugu iman karta.

**FOOLKAANOYINKA (WELI SOCDA)**

Qaado tallaabooyinkan qaadaan si aad naftaada uga dhawrto dambaska dhacaya:

- Xiro shaar gacmo dheer ah iyo surwaal luunge.
- Isticmaal Ookiyaale si aad indhahaaga u dhawrto.
- Xiro muraayadaha indhaha meeshii aad ka xiran lahayd bikaac ururisada indhaha la gesho.
- Isticmaal maaskarada siigada ama wejigaaga ku dul qabo maro qoyan si ay kuugu caawiso in aad neefsato.
- Ka dheerow aagagga uu ka dhacayo dambaska foolkaane. Qurubyada dhalada ah oo aadka khafiifka u ah ee dambaska foolkaane wuxuu kordhiyaa khatarta caafimaad ee carruurta iyo dadka ka jirran habdhiska neefsashada, sida kuwa qaba neefta, burukiitada raagtay, ama imfiseema.
- Saqafyada ka nadiifi dambaska dhaca. Dambaska dhacaya waa ulays wuxuuna dumin karaa saqafyada, gaar ahaan markii uu roobku qooyo. Aad u taxaddar markii aad ka shaqaynaysid saqaf.
- Iska jir gaari ku wadista dambas-dhaca culus. Wadiddo waxay kaakicin kartaa dambas foolkaaneedka oo xiri kara matoorka, istaajinna kara baabuurrada. Qaybaha dhaqaaqa, oo ay ku jiraan jijimaha, bareegyada, iyo dabka ayaa dhaawacmi kara xoqitaanka dartiis.
- Haddii aad qabto jirro neefsashada ah, ka dheerow in aad is gaartaan in kasta oo dambas ah. Ku jir gudaha inta uu sarkaal caafimaad oo maxalli ah uga talinayo in ay hagaag tahay in bannaanka loo baxo.