

د کور خونديتوب

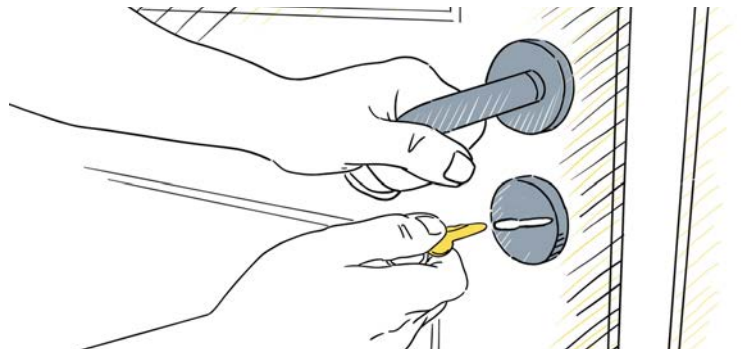


ستاسو، او هغوکسانو لپاره چې ورسره ژند کوی او ګاونډیانو دپاره د کور د ساتنې او خونديتوب په اړه پوهاوي اړینه ده.

د کور لومړني خونديتوبونه

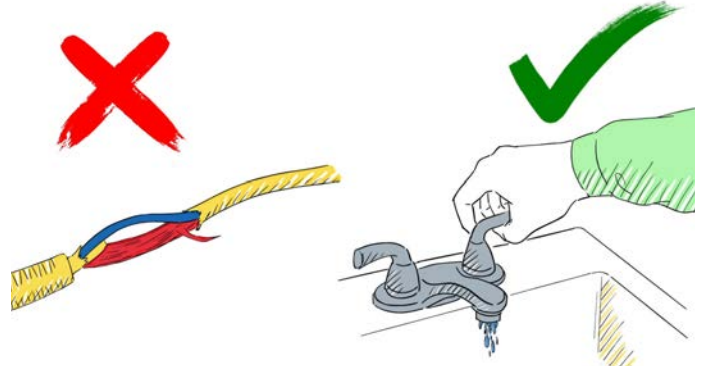
کله چې تاسو خپل نوي کور ته کډه کړئ، نو هڅه وکړئ ترهرڅه دمخه له خپلو نږدې ګاونډیانو او خوا او شا خلکو سره لیده کاته وکړئ. کله چې تاسو د خپلې ټولنې سره آشنا شوی، نو په کومه ټولنه کې چې اوسېږئ، ستاسو دپاره به دا اسانه وي چې پوه شئ چې آیا هرڅه سم دي او یا داسې ناپېژانده کسان شتون لري چې تاسو یې نه پېژنئ.

ددې دپاره چې ټول خوندي ووسي، نوبه دروازې تل وتړئ (قلف یې کړئ). پردوته خپل کور ته د ننوتلو اجازه مه ورکړئ. کله چې په کور کې نه یاست، نو د کور کړکۍ بندې کړئ.



کله چې د اوزد مهال لپاره له کوره لیرې چپرته ځئ، نو د کور څراغونه یا تلویزیون په اتوماتیک ډول اعیار کړئ ترڅو پرتاکلي وخت روښانه شي.

په پای کې، د کور د توکو او د تشناب د آسانتیاوو څخه څرنګه چې لارښوونه شوې کار واخلي. د بېلګې په توګه، د برېښنا له کارلو بډلې (خراب شوي) مزې مه کاروئ او د لاس مینځلو (دست شوي) شاور او د حمام اوبه چې کله یې نه کاروی په بشپړه توګه بندې کړئ.



د اور وژنې خونديتوب

ددې دپاره چې خپل کور د اورلګېدنې څخه خوندي وساتي، نو باید پوه شئ چې د اور وژنې د آلې څخه څرنګه ګټه واخلي او همداراز باید پوه شئ چې د لوګي د کشفوولو آلې فعاله دي او کارکوي. که تاسو په کراپې کور کې وسېږئ نو ستاسو د کور مالک تاسو ته باید د اور وژنې آلې او د لوګي د کشفوولو آلې برابر کړي. هڅه هم د لوګي د کشفوولو آلې بطری مه لېرې کړئ. که د لوګي د کشفوولو آلې د بیب غږ یا اوزکوي نو بطری یې بدلې کړئ.

د خونديتوب اړوند څو مهم ټکي په لاندې ډول دي:

- د خپلې کورنۍ د غروسره په شریکه د اورلګېدنې پروخت د وتلویو پلان چمتو او مشق او تمرین یې کړئ. د لوګي د کشفوولو آلې په منظمه توګه چېک کړئ.

- د منقل برنرونه، گرم قابونه، بخاری اونورګرم شیان بې ځایه مه اېږدئ. د منقل یا بخاری سرپوښ هیڅکله د ځان یا کور د تودوخې لپاره مه کاروئ. هیڅ ډول توکي د بخاری سره نږدې مه اېږدئ.



• لگېدلي شمعونه يا خوشبويئ توكي بي
خايه مه اېزدي.

• كله چې په كوركي نه ياست نو د كالي وينځلو
او كالي وچولو ماشينونه چالان مه پرېزدي.

• كه د كاليو (جامو) وچولو ماشين لري نو د ياد
ماشين د لېنټ فېلتر په منځمه توگه پاك كړئ.

• اورلگيد او لايټر د ماشومانو د لاسرسې څخه لېرې
او خوندي وساتئ.



د 9-1-1 شمېرې سره اړيکه نيول

که د ژوند د گواښلو اړوند کومه پېښه رامنځته شي او په هغې کې د پوليسو، اور وژني (اطفایې) يا د روغتیايي بېړنۍ مرستې پلي ته اړتیا پیدا شي نو تاسو باید پوه شئ چې د بېړنۍ مرستې لپاره د 9-1-1 سره څرنگه اړيکه ونیسئ. د 9-1-1 سره د اړيکو نیولو څو بېلگې په لاندې ډول دي:

• یو پردی یا اجنبي وگړی ستاسو کورته د ننوتلو هڅه کوي یا ستاسو د کورنۍ غړي گواښي.

• که چېرې تاسو د اور وژني د آلې په کارولو سره د اور مخنیوی نشئ کولای.

• که چېرې په کورنۍ کې څوک بې هوښه شي یا سمه ساه (نفس) نشي اخیستی او یا هم ډېره زړه بوژنو کې پېښه یې لرلي وي.



د خونديتوب د یادو ټکو په عملي کولو سره تاسو کولای شئ د ځان او خپلې کورنۍ د پاره یوه خوندي او آرامه چاپېریال رامنځته کړئ.

Cultural Orientation Resource Exchange

For more information, visit Settle In at settlein.us.org.