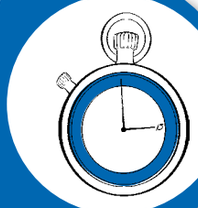
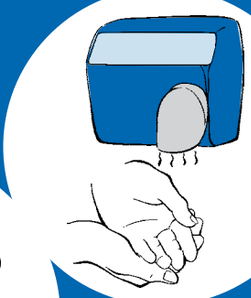
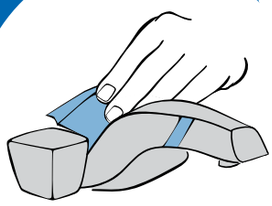
QULQULLINA HARKAA

SAAMUNAA FI **BISHAANIIN** YEROO **DHIQATTU**



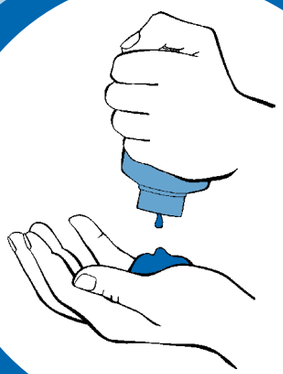




Bakka saamuunaa fi bishaan argamutti akka kanaa gadiitti dhiqadhu

- Harkakee bishaani ho'aan jiisi, saamunaa barruu keetti cophisiiitii hanga hoomachaa'utti harakaa kee lamaanuu waliitti shukkuumi
- Sekondii 10 hanga 15tti harka kee, quba keetii fi qeensa harka keetii cufa waliin gahii
- Bishaan ho'aa jala qabadhuutii harka kee jiis
- Waraqaa harka ittiin goggoffataniin ykn meeshaa harka naamaaf goggoyssutti dhima bahuudhaan harka kee goggoyffadhu
- Waraqaan qabadhuutii boonbaa bishaanii cufi.

ALKOOLIIN MAKAMEE WAAN **QOPHAAWEEN YEROO HARKA HAXAAWWATTU**



Bakka saamuunaa fi bishaan hin argamne fi yoo harki kee garmalee hin xuroofne qofa dhimma itti bahi

- Waan alkooliin makamee qophaawe kanarraa xiqqooshee harkarratti cophsadhu (waan haga saantima tokkoo geessu qicadhu)
- Fiixee quba keetii, harka kee lamaanuu irraa fi jalaan, qeensa kee jidduu waliin gahii shukkuumi
- Hanga harki kee akka gaariitti gogutti waliitti rigi
- Jiisuu ykn goggoyssuu hin barbaachisu

Akeekkachiisa: Meeshaan kun akka yaallootti ibidda qabachuu danda'a; kanaaf jecha osoo harka kee akka gaariitti hin goggoyssin hujii biraatti hin dabrin.

DHUKKUBNI AKKA HIN DADDABARRE GOCHUUF QOODAKEE HIRMAADHU

Oromo

Manitoba