

Ledh

Ma jirto heer ledh aamin ah oo ku jirta jirka. Ledh waxay dhaawici kartaa cid kasta, laakiin carruurta yar-yar iyo dumarka uurka leh halis gaar ah ayay ugu jiraan. Dhaawaca ay sameeyso ledh waxa laga yaabaa inaanay waligeed tagin. Ledh jirka ku jirtaa waxay:

- Dhaawici kartaa maskaxda, kelyaha iyo nidaamka neerfaha
- Hoos u dhigi kartaa koritaanka iyo horumarka
- Adkeyn kartaa barashada
- Dhaawici kartaa maqalka iyo hadalka
- Sababi kartaa dhibaatooyin dabeecadeed

Carruurta yar-yar waxay ledh ku gaari karaan cunitaanka, calaalinta ama jiqitaanka alaabta lagu rinjiyeeyay ledh. Walxaha birta ahna waxay ka koobnaan karaan ledh. Muddo kadib dusha rinjiga ledh ayaa jajaba noqdana dhasaan la arki Karin oo sumeeya guryaha iyo ciida. Dhaska ama ciida ayaa ku dhaga alaabta carruurta ku ciyaarto, faraha iyo walxaha ay carruurta afka gashadaan.

Rinjiga Ledh

Dhaska ka imaada rinjiga ledh ayaa ah isha ugu weyn ee dhalisa summowga ledh ee carruurta. 1978 ayaa laga mamnuucay ledh in guryaha lagu rinjiyeeyo. Badanka guryaha la dhisay kahor wakhtigaa ayaa ka koobnan kara ledh. Carruurta waxay gaari karaan ledh marka ay socdaan mashruucyada dayactirka ama meel kasta oo rinjiga ledh si khaldan loo simay, xoqay ama gubay. Waxay neefsan karaan dhaska ledh sidoo kale gelin karaan dhaska afkooda.

Ledh-ta ku Jirta Deegaanka

Ciidu waxay koobnaan kartaa rinjiga ledh ee ka jajaba guryaha dibadooda iyo qiiqa baabuurta wakhtigii baasiinta ledh-ta leh la isticmaali jiray. Ka ilaali carruurta inay ku ciyaaraan ciida. Iska jir ciida sumaysan ee dhinacyada guryaha gaboobay, wadooyinka agtooda taasoo laga yaabo inay guriga gaari karto.

Biyaha la cabo ayaa ka koobnaan kara ledh oo ka timid ledh-ta beebabka biyaha, qasabadaha ama alxanka. Sii daa biyaha ilaa ay qaboobaan, markad sameynayo cunto, cabitaan ama caanaha dhallaanka.

Ilaha Kale ee Ledh

Carruurta waxay ka heli karaan summowga ledh ilo kale oo aan ahayn rinjiga ledh. Alaab badan ayaa ka koobnaan karta ledh.

Ledh-ta goobaha shaqada iyo dharka waalidka

- Shaqada dhismaha iyo dayactirka
- Dayactirka baabuurta iyo ka shaqeynta baytariyada
- Qasabadaha
- Meelaha wax lagu alxamo ama la isugu dhajiyo

Ledh-ta ku jirta dheriyaha iyo suxuunta gacmaha lagu sameeyo

- Weelka quruurada laga sameeyay, sida dheriga digirta
- Digsiyada birta ah ee leh alxanka ledh.

Ledh-ta ku jirta alaabta

- Alaabta carruurta ku ciyaarto ee jawharadaha ah laguna sameeyay dalal kale
- Alaabta carruurta ku ciyaarto ee lagu sameeyay dalalka kale.
- Alaabta la isku qurxiyo ee carruurta
- Nac-naca lasoo dejiyey gaara ahaan Mexico
- Qasaacadaha cuntada ee lasoo dejiyey
- Furayaasha birta ah
- Alaabta la isku qurxiyo iyo daawooyinka guriga ee lasoo dejiyey.

Ledh-ta ku jirta farsoomyinka iyo isboortiga qaar

- Muraayadaha sharaxaada leh
- Rasaasta
- Jilaabka kalluumaysiga
- Sawirada farshaxanada

Si joogto ah u hubi komishanka badbaada ee **macmiilka** si aad u ogaato alaabta dib loogu yeeray ee leh khataraha ledh. www.cpsc.gov



Ka Hortagga

Summowga ledh waa mushkilad caafimad oo halis ah laakiin laga hor tagi karo. Ka ilaali carruurtaada ilaha ledh. Haddii aad tahay kireyste guri la dhisay kahor 1978, mulkiiluhu waa inuu raadiyo jajabka iyo qolofa rinjiga una hagaajiyo qaab aamin ah. Waxaad sidoo kale uga caawin kartaa ka hortaga summowga ledh adigoo u dayactiraya gurigaaga xaalad fiican, una nadiifinaya hab ka amaan ah ledh, oo cunaya cuntooyin caafimad leh.

Joogtee



- Hubi jajabka, qolofa, soo fuqay ama dilaaca rinjiga.
- Ka jooji carruurta inay helaan jajabka, qolofa, soo fuqay ama dilaaca rinjiga ilaa inta la hagaajinayo.
- Ku rakib daaqadaha la geliyo si ay u bixiyaan dul siman oo loo nadiifin karo
- Isticmaal dhaqanka shaqada ka amaanka ah ledh sida sulubid qoyan iyo xoqid qoyan
- Ha isticmaalin mashiinka alwaaxda ama mashiinka masaabiirta hana qalayl xoqin ama camuud qalalin.

Nadiifi



- Kaliya isticmaal nadiifiye leh kala miiraha HEPA oo si tartiib ah u faaraji.
- Masax sagxada halkii aad **fiiqi** lahayd.
- Isticmaal shukumaano qoyan oo la tuuri karo si aad si qoyan u nadiifiso xakabadda daaqadaha iyo meelaha kale.
- Kaga tag kabaha albaabka si aad uga hortagto ciida ka kooban ledh inay guriga soo gasho.
- Dhaq badanaa alaabta carruurta, si aad uga saarto dhaska ledh een la arkayn.

Si Caafimad Leh Wax u Cun



- Caruurta sii miro, khudaar iyo badeecadaha caanaha laga sameeyay, iyo sidoo kale cuntooyinka ayroon ku badantay
- Ka beer khudaarta iyo beeraha kale ee cuntooyinka kale ciid aan lahayn ledh.
- Socodsii biyaha ilaa ay qaboobaan markaad sameynayso cunto, cabitaan ama diyaarinta caanaha
- Meydh gacmaha carruurta gaara ahaan ka hor cuntooyinka iyo hurdada.
- ku sii carruurta cuntooyinka fudud miiska ama kursigooda dheer.

Ka Baaritaanka Ledh Ilmahaaga

Habka aad ku ogaan karto haddii ay ilmahaaga gaartay ledh waa baaritaanka dhiiga ee ledh, ilmahaagu waa inuu baaritaan dhiiga ee ledh da'da 1 haddana da'da 2.

Hel Macluumaad Badan oo Kale

Ka wac waaxda caafimadka ee Vermont halkan 802-865-7786 ama si bilaash ah Vermont halkan 800-439-8550 macluumaad badan oo kale kuna saabsan ilaha ledh iyo summowga ledh, ama adiga oo booqanaya mareegtan healthvermont.gov.