



Biyo socda

Xaydo oo gacmaha si fiican u qooy

Saabuun mari

Qiyaas fiican oo saabuun ah

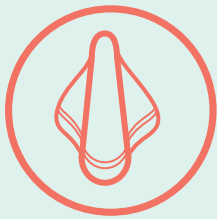


Xoogaa ku daa

Saabuunta gaarsii faraha dhexdooda iyo sidoo kale faraha afkooda. In ku siman muddo 20 illaa 30 sekan ah ku wad.

Hoos dhig

Gacmaha hoos-dhig biyaha dhinac kasta. Saabuunta iska biyo raaci



Qallaji

Sida ugu wanaagsan waa in istiraasho halmar la isticmaalo lagu qallajiyo

Way fududdahay

Ha hilmaamin!

Virus-yada iyo
Bakteeriyada gacmaha
ayay fariistaan

Sidaas darteed
Cuntada kahor
Suuliga kaddib
Guriga markaad timaado
Marka aad sanku iska
nadiifiso

Gacmaha dhaqo

