

## **Macluumaad loogu talagalay rakaabka Qorshaha Gaadiidka Bulshada ee Magangelyodooka**

Coronavirus waxay u keentay isbedelo badan ururkeena iyo sida aan ugu gudbino adeegyada bulshadayada. Si looga caawiyo xaqiijinta amniga labadiinaba iyo kooxdayada, waxaan diyaarinay dhowr talaabo oo loogu talagalay inay dhamaanteen ilaashadaan sida ugu macquulsan.

### **Si loo ilaaliyo amnigaaga, waxaan leenahay:**

1. Waxay sameysay qiimeyn qatar ah si ay nooga caawiso inaan ogaano khataraha uu abuuray virus-ka COVID-19, iyo sida aan uga shaqeyn doono maamulida iyo xakameynta kuwan.
2. Meelaha taabashada laga nadiifiyo baabuurkeenna heer sare, oo ay ku jiraan qabashada iyo albaabada.
3. Waxaan hubinay in darawalladayadu aysan lahayn wax calaamado ah, oo ay wataan qalab difaaca oo habboon, ayna si joogto ah u nadiifinayaan gacmahooda.
4. U qorsheeyey fadhiga gawaaridan rakaabka inay markasta fariistaan kursiga hore ee rakaabka. Qofka labaad waa inuu sidoo kale la fariisto kursiga dambe ugu badnaan 2 rakaab ah waqti kasta (haddii ay isku reer yihiin).
5. Ku tababaray wadayaashayada darawalada nadaafada iyo nadaafada.
6. Waxaa loo diyaariyey inay baabuurtu si hawo leh u ilaaliso.
7. Ballanqaad in aanaan raaci doonin rakaab ka badan inta hal safar lagu badbaado.

### **Waxaan kaa codsaneynaa inaad:**

- Tixgeli beddelka kale si aad u hesho adeegyo sida; ikhtiyaarrada bixinta, ka hor intaadan jaale dhigan. Fadlan ogow: Tilmaanta dowladda waxay sheegaysaa in kaliya 'safarrada muhiimka ah' lagu sameeyo adeeggan. Waxaan kaliya sameyneynaa gaarsiinta cuntada/badeecada ama waxaan u qaadnaa dadka ballamo caafimaad.
- Fahmaan inaan u baahanahay inaan wax ka weydiino caafimaadkaaga iyo xaaladdaada.
- Ha isku dayin inaad safarto haddii adiga ama qof kale oo reerkaaga ka mid ahi uu leeyahay astaamo COVID-19 ah, oo ay ku jiraan heerkul ka sarreeya kan caadiga ah, qufac cusub oo isdaba-joog ah, iyo/ama dhadhan/ur la'aan.

# Xidho weji daboolan haddii aadan awoodin caafimaad ahaan.

- Isticmaal qalabka nadaafadda ee gacanta lagu siiyay (markii aad gaariga fuushan tahay).
- Noo soo sheeg haddii aad u baahan tahay wax caawimaad ah oo ku saabsan safarkaaga markaad ballansaneyso.

o Haddii aad u baahan tahay taageero dheeri ah, oo ay ka mid tahay ka degida / ka degida gaariga, xirashada suunkaaga ama qaadashada wax iibsiga, waxaan ku faraxsanahay inaan ka kaxeyno qof kale reerkaaga ah si aan kuu siino caawimaaddan haddii ay sidoo kale astaamo la'aan yihiin.

- Ka ilaali masaafada ugu badan ee suurtoogalka ah darawalka.

**Waad ku mahadsantahay wada shaqeyntaada!**