



Wararkii u dambeeyey ee Xanuunka Coronavirus

PPS: Maarso 6

Gacaliye Qoysaska iyo Shaqaalaha PPS,

Waxa sii wadnaa maalin walba xidhiidhkii maalin laha ahaa ee aan la sameyneynay Hay'ada Caafimaadka Oregon, Degmada Multnomah, iyo Waaxda Waxbarashada Gobolka Oregon xiriirkaasi oo kuna saabsan xanuunka coronavirus. Kooxdeenii khabiradaha ahaa ee khibradaha kala duwan lahayd waxa ay shirayaan maalin kasta sidii ay u xaqiijin lahaayeen in siyaasada iyo nidaamyada aan ku shaqeyneynaa ay yihiin kuwa la jaan qaadaya marba wixii isbedel ah ee soo cusboonaada, intaas waxaa dheer:

- Waxa aanu ku dadaaleynaa in aan haysano qalabkii nadiifanta ee iskuuladu u baahnaayeen, iyada oo aan dalab fara badan sameynay sidii aan u kayd fara badan u haysan lahayn gaar ahaan alaabada wax lagu nadiifiyo iyo kuwa wax lagu masaxo ee (tusaale ahaan, Clorox, Lysol wax lagu masaxo). Waqtigan xaadirka ah waxa aanu gaadhsiineynaa iskuuladeena qalab dheeraad ah kolba sida aan uga helno dalabkayagii aan ka sugayno ganacsiyada aan xidhiidhka la leenahay.
- Waxa aanu si wanaagsan u sharaxnay iyada oo aan idinla wadaaganay tilmaamaha cad ee shaqaalaha nadiifiyaasheenu raacayaa ee ku saabsan sidii ay mudnaanta u siin lahaayeen nadiifinta oogada fasalada iyo meelaha ardaydu ay isku timaado.
- Waxaanu dib u hagaajinay nidaamka loo marayo marka la nadiifinayo basaskeena iyada oo kor loo qaadayo lana isticmaalayo xaashiyaha dheeraad ah oo jeermiska lagu tirtiro.
- Waxa aanu Degmada Multnomah kala shaqeyneynaa sidii shaqaalaha xafiiska xarunta dhexe u heli lahaa telefoon lambar kuwaasi oo loo tababaray sidii ay uga jawaabi lahaayeen su'aalaha la xiriira xanuunka coronavirus dhammaan luqadaha la taageero ee PPS, maalmaha soo socda.
- Maanta ayaan iskuuladeena u dirnay xaashiyihii Faro-dhaqida ee Xarunta Xakameynta Cudurada (CDC) oo ku qoran dhammaan luqadaha la taageero.
- Maadaama qofkii ugu horeeyey ee qaba cudurka coronavirus laga sheegay Oregon, waxa aanu raacaynaa tilmaamaha ay bixinayaan hay'adaheena caafimaadka dadweynaha ee ku saabsan munaasabadaha kooxaha ay iskugu imanayaan, ayna ka mid yihiin munaasabadii ciyaaraha iyo meelihii ay ardayda faraha badani iskugu imanayeen: Iminka laga bilaabo, munaasabadahani waxa ay u dhacayaan sidii loogu talagalay.

Haddii aad isweydiineyso kaalinta aad ka qaadan karto adiga iyo ardaygaagu, waxa aanu rabnaa in aan ku celino waxa ugu wanaagsan ee aad nagu taageeri kartaa waa in aad si joogta ah u dhaqdo gacmahaaga, afkaaga oo aad daboosho marka aad qufacayso ama hindhiseyso, iyo in aad isticmaasho qalabka gacmaha lagu nadiifiyo (sanitizer). Qolyihiina isku arkaya calaamadaha inuu hargab ama ifilo hayso waa in aad guryaha iska joogtaa sida ay ina farayaan tilmaamaha ay bixiyeen hay'adaha caafimaadka dadweynuhu.

Linkiga hoos ku yaalaa waxa uu yahay agab aad xog fara badan ka heli karto, iyada oo aan sii wadi doono in aan ku darno hadba wixii macluumaadkii cusub ee aan helno pps.net/coronavirus. Maanta waxaan iskuulada u dirnay xaashiyo waaweyn oo ay ku qoran

yihiiin tilmaamaha la raacayo kuwaasi oo ka mid ah waxyaabihii ugu dambeeyey ee shabakadayada aad ka heli kartaan iyaga oo ku qoran PDF, iyo waxa kale oo aad online ka heli kartaan foomam aad ku soo gudbin kartaan wixii su'aalo ah iyo welwel ah ee aad qabtaan. Waxa aanu la socon doonaa koontada iyada oo aan ka soo jawaabi doono wixii su'aalo ah ee aad na soo weydiisaan inta ay doonaan ha noqdeen. Ugu dambeyntii waxa aad [gujin kartaan si aad u hesho agab dukumenti oo dhammeystiran](#) kuwaasi oo loogu talagalay qoysaska iyo ardayda ayna inoogu deeqeen Hay'ada Caafimaadka Dadweynaha iyo Waaxda Waxbarashada Oregon.

Nabadgelyada, caafimaadka iyo fayo-qabka ardaydayada iyo sahaaluhu waa mudnaantayda ugu sareysa. Waxa aanu si xoogan ula shaqeyneynaa hay'adaha aan iskaashiga leenahay ee khabirada caafimaadka dadweynaha sidii loo yareyn lahaan fiditaanka xanuunka coronavirus iyo in aan iskuulada la kulmin wax carqalad ah. Waad mahadsan tihiiin.

Linkyada dheeraadka ah waxaa ka mid ah:

- [Waaxda Caafimaadka Degmada Multnomah](#)
- [Hay'ada Caafimaadka Oregon \(OHA\)](#)
- [Xarumaha Xakameynta Xanuunka](#)
- [Waaxda Waxbarashada Oregon\(ODE\) Tilmaamaha Isgaarsiinta Xanuunka](#)