



Habraacyo Dheeraad ah oo Loo Diyaariyey Ciyaaraha iyo Bandhigyada Farshaxanada Iyada oo Laga Jawaabayo Fiditaanka Nooca Fayriska Cusub ee Omicron COVID-19

Qoysaska Qaaliga ah ee PPS,

Iyada oo fayriska caabuqa omicron ee COVID-19 uu si xawli ah u fidayo, Dugsiyada Dadweynaha Portland waxay dib u soo celinayaa habraacyo dhinaca nabadgelyada ah ee xilligii gu'ga 2021 kuwaasi oo lagu dhaqi jiray marka ay ardaydu ku jiraan hawlaha manhajyada dheeraadka ah, kuwaasi oo ay ka mid yihiin ciyaaraha iyo bandhiyada farshaxanada.

Shalayto, Waaxda Waxbarashada Oregon(ODE) iyo Hay'adda Caafimaadka Oregon(OHA) waxay soo saareen [tilmaamo cusub](#) markii ay dugsiyada degmadu ay ka soo noqdeen fasaxii xilliga jiilaalka. Hawlaha manhajka dheeraadka, tilmaamahani waxay dugsiyada degmada siinayaa labo arrin oo ay kala dooranayaan: 1) inay hakiyaan hawlaha manhajka dheeraadka ah, ama, 2) inay raacaan [lakabyada habraacyada nabadgelyada oo lagu yareynayo](#) inay raacaan inta lagu jiro maalintii dugsiyada.



Nasiib wanaag, PPS waxay sii wadaysaa inay meelmariyaan tallaabooyinkaasi lakabyada nabadgelyada iyo caafimaad, iyo xaddiga tallaaladeena oo aad u wanaagsan marka la garab dhigo gobolada kale. Iyo sababtoo ah hawlaha manhajyada dheeraadka ahi inay qeybo muhiim u leeyihiin waxbarashada ay ardaydu ku qaadanaayaa fasalada dhexdooda iyo ka qeybqaadashada ardayda PPS, waxaan dooranay doorashada labaad, inaan sii wadno hawlihii manhajyada dheeraadka ah laakiin aad sii adkeyno tallaabooyinka lagu ilaalinayo caafimaadka iyo nabadgelyada. Si loo qabto ciyaaraha, kulanada, iyo in si nabadgelyo leh loo soo bandhigo ee suurtagal ah, waxaan u diyaarinay hawlaha manhajyada dheeraadka ah habraacyo kuwaasi oo lagu guuleystay markii la isticmaalay xilligii gu'ga. Sidaa awgeed:

- Ardayda ciyaartoyga iyo soo bandhigayaasha waa inay mar kasta xirnaadaan afaabka(mask), kuwaasi oo ku jirto marka ay socdaan tartanada iyo bandhigyadu, marka laga reebo mid kaliya:
 - Muusikiistayaasha ku ciyaara qalabka la afuufo oo kaliya ayaa loo ogol yahay inay afaabka la'aan noqdaan iyaguna waana inay addeegsadaan daboolka kaasi oo ay hawadu ka baxayso iyo dhawaaqa codka muusikadu. Kuwa laga reebay waxaa ka mid ah usha la afuudo iyo looxyada sameeya codka muusikada, kuwaasi oo la ogaaday inayna fidin qeybaha fayriska ee faafaya. Muusikiistayaasha waxay sii wadi doonaan inay raacaan habraaca kala fogaanshaha 6 fuudh ee suurtagal ah.
- Way xadidnaan doontaan galitaanka qolalka lagu bedesho dharka .
Ma jiri doono safar habeen lagu dhaxo tartanada ciyaaraha ama bandhigyada.
- Gorgortan kama furna hawlaha manhajyada dheeraadka ah ama ciyaaraha.
- Daawadataasga da'doodu tahay ama ay ka weyn tahay waa inay soo keenaan caddeyn ah inay si dhammeystiran u tallaalan yihiin ama keenaan dukementi caddeynaya inay isa soo baareen 72 saacadood gudahood ka dibna baaritaankoodu COVID-19 yahay mid ayna qabin xanuunka.
- Fursadahani waxay kor u qaadi doonaan baaritaanada COVID-19 iyo suurtagalnimo in lagu soo noqdo iyo in laga qeybqaato ka dib shan ilaa todoba maalmood oo baaritaanku sheegayo in aan xanuun jirin.

Habraacyadani waxay dhaqangali doonaa ugu yaraan ilaa inta laga gaarayo bisha **Febraayo 4**, laakiin waxaynu muujin doonaa dabacsanaan ay ku bedeleyno iyada oo aan kaga falcelineyno xogta iyo tilmaamaha cusub.

Sababtuna waxay tahay iyada oo noocan cusub ee fayriska omicron uu yahay mid si degdeg ah u fidiya, inuu dilaacana ay tahay mid suurtagal ah, taasi oo inoo horseedi karta inay ay arday fara badani ka baaqsadaan inay yimaadaan fasaladoodii waxbarashada iyo in la



joojiyo ama dib loo dhigo ciyaaraha iyo bandhigyada. Waxaan aqoonsan nahay inay jirto khatar weyn marka ay ardaydu ka qeybqaadanayaan hawlaha manhajyada ee dheeraadka ah, kuwasi oo ay ka mid yihiin kuwa qaatay tallaalo dhammeystiran. **Waxaan qoysaska ku dhiirigalineynaa inay ka wada hadlaan khatarta iyo doorashooyinka shakhsiga ah ee badbaadadooda iyo muhiimada ay leedahay in la raaco dhammaan habraacyada nabadgelayo iyo caafimaadka**, sida in si fiican loo xirto afaabka. Xogtu waxay na tuseytay in inta badan xanuunka COVID-19 ay ardaydu ka qaadeen meel ka baxsan dugsiga, sidaas darteed waxaan idinku dhiirigalineynaa qof kasta oo ka mid ah ardaydeenu inuu maanka

ku hayo sidii uu u raaci lahaa habraacyadaasi marka kasta. Waxaan sii wadi doonaa inaan ku tiirsanaano tilmaamaha wanaagsan ee ay bixinayaan ODE, OHA iyo khabiirada caafimaadka dadweynaha iyada oo la qabatimayo habraacyada iyo isbedelada lagu sameynayo habraacyada oo looga dan leeyahay sidii loo yareyn lahaa faafitaanka COVID ee dhismayaasheena.

Waxaan sii wadi doonaa inaan ku boorino dhammaan xubnaha bulshadeena ee u qalma inay fadlan qaataan tallaalka iyo tallaalka xoojiyaha. Tani waa habka ugu wanaagsan ee lagu xakameynayo saameynta fayriska. Waad ku mahadsan tihiiin dulqaadkiina iyo fahamkiina idinka oo gudanaya qeybtiina sidii aad bulshadeenu u noqon lahayn mid ka nabadgesha xanuunkani. Waxaan idiinka mahadcelineynaa taageeradiina anaka oo isku dayeyna inaan sii wadno inay ardaydeenu awood u yeeshaan inay ka qeybqaataan waayo-aragnimada manhajyada dheeraadka ah ee dugsiyada.

Dugsiyada Dadweynaha Portland