PORTLAND PUBLIC SCHOOLS

Ka Soo Laabashada Fasaxa Jiilaalka

Bulshada Qaaliga ah ee PPS,

Waxaan idiin rajeynaynaa inaad intii aad ku jirteen fasaxii jiilaalkaa aad si fiican u nasateen taasi oo ay ku jirto farxadi. Haddaba marka aad dib ugu soo dhaweyneyno ardayda iyo shaqaalaha dhismayaasha dugsiyada berito, waxaynu ka warqabnaa in maskaxda in badan oo inaga mid ah ay ku jirto korodhka tirada xanuunka COVID-19 nuuciisa cusub ee Omicron soo ritay. Waxaan sii wadi doonaan inaan si dhow ula socono saameynta xanuunka COVID-19 ee goboladeena iyo sammeyntii ugu dambeysay ee uu ku yeeshay noocani cusub Omicron dugsiyada. Waxaan la shaqeyneynaa hay'adaheena maxalliga ah iyo hay'adaha caafimaadka dadweynaha gobolka, sidoo kalena Waaxda Waxbarashada Oregon, sidii aan wax ka bedel cusub ugu sameyn lahayn ee loo baahan yahay, habraacyada nabadgelyada iyo caafimaadkeena sidii aan u ilaalin lahayn nabadgelyada iyo caafimaadka ardayda iyo shaqaalaha, iyada oo ardaydeenu waxbarashadooda sanad-dugsiyeedka oo dhan ku qaadanayso fasaladii dugsiyadooda.

Haddaba marka aynu berito dugsiga ku soo noqono, qof kasta oo inaga mid ah wuxuu qaban doonaan qeybtii ku soo hagaagtay sida: inaad xirato afsaabka, gacmihiina oo aad dhaqdaan, inaad kala fogaataan, iyo inaad qaadataan tallaalka iyo/ama tallaal xoojiyaha, inaga oo ilaalinayna nabadgelyada nafteena, ardayda fasaladeena, asxaabteena, iyo bulshooyinkeena.

Halkani waxaan idiinku soo gudbineynaa waxyaabo aan rabno inaan idin xusuusino oo ku saabsan nabadgelyada iyo caafimaadka oo muhiim ah inaad ogaataan:

Isbaaritaanka Maalinlaha ah ee aad Iska Baarayso Jiradda
Iyada oo aan isku dayeyno inaan sidii aan u yareyn lahayn khatarka xanuunka COVID-19 inaad qaadaan, ka hor inta aanad iman dugsiga maalin kasta, fadlan waxaad iska baartaa calaamadaha lagu garto xanuunka COVID-19. Waa kan meesha aad ka heli karto linkiga aad tixraaca ku sameyneyno marka aad isbaarayso xanuunka (self-screening checklist) .

Haddii shaqaale ama arday leeyahay mid ka mid ah calaamadaha lagu garto xanuunka ee lagu taxay liistada isbaaritaanka, waa inay guriga iska joogaan iyaga oo soo wargalinaya maqnaashahooda iyo calaamadaha ay isku arkaan dugsiga ama mas'uulka ku haboon inuu wargaliyo.

Haddii marka lagu baaro aad jawaabta soo baxdaa tahay inaad xanuunka qabto, fadlan waxaad xasuusnaataa inaad soo wacdo dugsigaaga sidoo kale haddii aad shaqaale tahay waxaad wargalisaa qofka madaxda kuu ah.

Qaato Tallaalka iyo Tallaal Xoojiyaha
Waxaa la ogaaday in tallaalku yahay waxa kaliya ee xanuunka COVID-19 ay kaga nabadgali karaan ardayda iyo shaqaaluhu sidaas awgeed waxaan ku boorineynaa dhammaan inaad tallaalka qaadataan ama aad qaadataan tallaal xoojiyaha si uu idiinka ilaaliyo fayriska xanuunkani. Waxaan aad ugu hanweynahay in Degmada Multnomah, bulshada ku nooli ay sii wadaan inay si fiican uga jawaaban tallooyinka caafimaadka dadweynaha ee loo soo jeediyo qaadashadooda, in ka badan boqolkii 44 caruurta da'doodu u dhaxayso 5 sanno ilaa 11 jir waxay qaateen tallaalka qeybtiisii koowaad inta la ogyahay ilaa maanta, iyo in ka badan boqolkiiba 85 dadka waaweyni inay qaateen tallaalka COVID-19.

Haddii aad wali raadineyno tallaalka COVID-19, waxaan halkan idiinku soo qoreynaa dariiqooyin badan oo aad ku helayso meesha kuugu dhow ee aad ka qaadan karto tallaalka isaga oo bilaash ah:

- Waxaad isticmaashaan agabkani fudud ee ay sameeyeen OHSU si aad u hesho tallaalka ama tallaal xoojiyaha. Haddii aad doorbido, waxaad sidoo kale qabsan kartaa ballan ama waxaad weydiisaa su'aalo adiga oo wacaya khadka OHSU ee 833-647-8222, maalmaha shaqada saacadaha u dhaxeeya 8:00 subaxnimo ilaa 5:00 fiidkii.
- Xarumaha Caafimaadka Ardayda ee Degmada Multnomah oo ku yaala dhismayaasha shan dugsi sarre oo Dugsiyada Dadweynaha Portland(PPS) ah, kuwaasi oo iminka bixinaya tallaalada COVID-19 iyaga oo siinaya ardayda da'doodu u dhaxeyso 5 sanno ilaa 11 sanno. Rug kasta oo caafimaad waxay waqtiyo gaar uga dhigtay tallaalka. Waxaad fiirisaa saacadaha iyo sida ballamaha loo qabsado.
- Degmada Multnomah waxay si joogta ah ugu qabaneyso in tallaal laga qaato rugaha caafimaadka ee ku yaala Lloyd Center maalinta Tallaadada saacada marka ay tahay 2:00 casarkii ilaa 8:00 habeenimo. Rugahani caafimaad waxay ku yaalaan dabaqa labaad ee ku dhow dukaanka hore ee Sears meeshii uu ku yaalay. Ka fiiri macluumaad dheeraad ah halkan.
- Dadka raadinaya inay qaataan tallaalka ama qaatay tallaal xoojiyaha waxay isticmaali karaan agabka Hay'adda Caafimaadka Oregon Tallaalka Waxaan Ka Qaatay Oregon iyada oo sidoo kale uu kaa caawin karayo inaad ka raadiso goobaha laga helo marka la iska baarayo xanuunka COVID-19.

Waa inaad Xirato Afsaabka(Mask)
Dugsiyada Dadweynaha Portland(PPS) waxay sii wadayaan meelmarinta shuruuda ah inay dhammaan dadka waaweyn iyo ardaydu ee gobolku ay xirtaan afsaabka mar kasta, iyada oo aan loo eegeyn in aad tallaal aad qaadatay iyo in kale. Si loo xakameeyo fiditaanka fayriskani cusub ee Omicron, PPS waxay sii wadi doontaa shuruuda ah in la xirto marka bannaanka la joogo iyo marka basaska dugsiyada lala socdo afsaabka. PPS waxay soo iibsatay in ka badan 1 malyuun oo afsaab ah kuwasi oo ku haboon inay qaataan da' kasta iyo sii wadista in la gaarsiiyo afsaabyada marba sidii loogu baahdo.

Isbaaritaanka Ardayda ee COVID-19 iyo Barnaamijka Isbaaritaanka

Barnaamijka Ku Salaysan Isbaaritaanka Xanuunka COVID ee Hay'adda Caafimaadka Dadweynaha Oregon waa agab kale oo inaga taageeraya sidii aan ugu soo noqon lahayn dugsiyada inaga oo bedqabna. Ardaydu waxay haystaan fursada ay iska diiwaangalin karaan si joogta ah iyaga oo **iska baaraya OHSU.** Haddii aad xiiseyneyso inaad ka qeybqaadato, fadlan waxaad fiirisaa barnaamijka isbaaritaanka ee linkigani iyada oo aad la shaqeyneyso dugsigaaga sidii aad u buuxin lahayn waxyaabaha lagaaga baahan yahay in la sii daayo. Baaritaankani wuxuu ku siinayaa inaad hore ka ogaato COVID-19, xitaa marka ayna dadka ka muuqan wax calaamadaha lagu garto xanuunka COVID-19-.

Ardayda aan qaadan tallaalka, waxaan bilaabi doonaa maalinta Arbacada ah ee bisha Janaayo tahay 5ta **Barnaamijka baaritaanka** , kaasi oo hoos u dhigi doona waqtiga ay ardaydu ay kaga maqnaanayaa iskaliyeynta dugsiga. Waxaad naga caawin kartaa sidii aan u dedejin lahayn habka la isku diiwaangalinayo ee foomka oggolaanshaha baaritaanka BinaxNOW, kaasi oo ah aan siiineynay ardayda iyo shaqaalaha calaamadaha xanuunka leh ilaa xilligii gu'ga ee dugsiyadeena. PPS waxay ka qeybqaadan doontaa barnaamijka Isbaaritaanka oo ay meelmarinayaan hay'adaha   OHA iyo ODE oo kaashanaya MESD (Addeegyada Degmada Waxbarashada Multnomah). Waxaad ka heli kartaan foonka oggolaanshaha dugsigiina, ama waxaad kala soo degi kartaan linkiga xagga hoose, ka dibna waad saxeexeysaan iyada oo ka dibna aad ku soo celineysaa dugsiga .

- Foomka oggolaansha ardayd da'doodu tahay 15 sanno iyo ka weyn
- Foomka oggolaanshah waalidka iyo daryeelayaasha ardayda da'doodu ka hooseyso 15 sanno

Barnaamijka baaritaanka waxaa loogu tallogalay dadka aan tallaalka qaadan, dadka calaamaduhu ka muuqdaan ee jooga goobaha waxbarashada dugsiyada halkaasi oo dhammaan dadka joogaa ay xiran yihiin afsaabka. Barnaamijka Baaritaanka, ardayda la kulanta dadka qaba xanuunka COVID-19 ee dugsiyada way iman karayaan iyaga oo goobaha dugsiyada lagu baarayo maalmo gaar ah inta ay ku jiraan labada todobaad. Ardayda ay ka sii muuqdaan calaamadaha xanuunka iyaga oo jawaabta baaritaankoodu waxba laga heli waayey uma baahna inay iskaliyeeyaan.

Wax badan ka ogow baaritaanka ku saabsan sida la iskaga baaro COVID-19 ee ku yaala Degmada Multnomah kuwaasi oo ay bixinayaan saaxiibadeena caafimaadka maxalliga ah halkani.

Ugu dambeyn, halkan waxaad ka heli jawaababha su'aalo kooban oo laga yaabo inaad isweydiineyso bilaabitaanka dugsiga:

Haddii uu xanuunka COVID-19 dadka u soo dhacayaa ay badanayaan,maxay tahay sababta loogu noqon waayey in ay ardaydu waxbarashada guryaha ku qaataan?
Xogta la ururiyey ayaa waxay inoo sheegeysaa inay dugsiyadu ku jiraan meelaha ugu nabadsan ardayda- iyada oo dhammaan la wada xiran yahay afsaab, la kala fogaanayo, tallaalan yahay, iyo in la isbaarayo. Inta badan, COVID-19 wuxuu ku fidayaan meelaha

aan caadiga ahayn, bulshada, iyo guryaha ka baxsan dugsiyada goobahaa oo ay yar tahay sida ay isku ilaaliyaan —goobaha waalidka iyo caruurtu ku ciyaaraan, meelaha ay qoysasku ku kulmaan, munaasabadaha bulshada, goobaha bannaanka ee laga ganacsado,gaadiidka dadweynaha, iwm. Waxaan rabnaa intii aan kari karno ee suurtagal ah inaan ardaydeena ku hayno dugsiyada, in ku dhow labo sanno cilmi baaristu waxay na tuseysaa inay dugsiyadu yihiin goobaha ugu fiican waxbarasho ahaan, bulsho ahaan, maskax ahaan, jir ahaan, iyo shucuur ahaanba. Waxaan qof kasta weydiisaneynaa, shaqaalaheena iyo ardaydeenu inay si dhow u raacaan habraacyada nabadgelyada ee COVID, kuwaasi oo ah habkeena ugu fiican ee lagu xakameynayo fiditaanka xanuunka iyo dhammaanba saameynta xanuunadani fidaya.

Miyey PPS wax ka bedel ku sameyn habka iskaliyeynta si ay ula jaanqaado tilmaamaha ay cusbooneysiisay CDC?

Bishii Diisembar 27, 2021, Xarunta Xakameynta Xanuunada Faafa (CDC) waxay soo daysay tilmaamo cusub oo lagu yareynayo waqtiga ay dadku iskaliyeynayaan. Waqtigani, waxaan sii wadaynaa in dhammaan xubnaha PPS iyo ardaydu iskaliyeyaan 10 maalmood. Waxaan raaci doonaa tilmaamaha gobolkeena iyo hay'adaha caafimaadka magaalooyinka iyo Waaxda Waxbarashada Oregon ee sida uu saameyn ugu yeesho tilmaamahani cusubi dugsiyadeena. Waxaan qorsheyneynaa inaan siino tilmaamahani cusub shaqaalaheena iyo qoysaska sida ugu degdeg badan ee suurtagala ah.

Ilmahayga dhawaan ayaa la tallaalay. Sidee ayaan u soo gudbiyaan caddeyntiisa tallaaladiisa?

Waxaad caawin kartaa dugsigaaga inaad ka diiwangaliso ardaygaaga tallaalada COVID-19 adiga oo tagaya ParentVue. Halkan waxaad ka heli kartaan macluumaadka aad idinla wadaagnay 12/16/21: Diiwaangalinta Tallaalada COVID 19. Macluumaadkani wuxuu naga caawinayaa inaan la xiriirno shuruudaha iskaliyeynt ee ardayda ku dhawaaday dadka qaba xanuunka COVID 19 ee dugsiga. Haddii aanad wali sameyn, fadlan waxaad tixgalisaa inaad diiwaangaliso ardaygaaga tallaaladiisa COVID 19; waxaad u baahan doontaa kaadhadhka tallaalka iyo inaad geli karto ParentVue. Halkan waxaad ka heli tilmaamaha la raaco oo ugu dambeeyey ee macluumaadkani: Tilmaamaha ParentVue (ParentVue directions). Waxaad sidoo kale nuqul keeni kartaa tallaalada ardaygaaga xafiiska dugsigiisa haddii aad doorbido.

Waan kaaga mahadcelineynaa aaminaada Dugsiyada Dadweynaha Portland sidii ay ugu abuuri lahaayeen xiriir iyo jawi waxbarasho oo nabada ah ardaygaaga. Berito ayaan is arki doonaa