



# Dugsiyada Dadweynaha Portland (PPS) Waxay Ka Dhigi Doonaan Xidhashada Af-saabka Ardayda iyo Shaqaalaha Ikhtiyaari

Qoysaska iyo Ardayda Qaaliga ah ee PPS,

Laga soo bilaabo markii uu xanuunku dunida ku faafay, waxaa ina hagaayey caafimaadka dadweynaha, wararka cusub ee ku soo kordha sayniska iyo hadba in lala jaanqaado iyada oo lagu salaynayo xogta cusub ee la helayo, iyo in lagu saleeyo wixii aan ka baranay inay inagu hagaan jawaabta laga bixinayo xanuunka COVID-19.

**Laga bilaabo maalinta Isniinta, Maarso 14keeda, Dugsiyada Dadweynaha Portland (PPS) waxay uga guuri doonaan xidhashada af-saabka(mask) inuu noqdo mid ikhtiyaari ah oo ay ku xiran tahay qofku inuu xidho iyo inuu iska daayo dhammaan shaqaalaha iyo ardayda dhismayaasha PPS oo dhan.** Tani waxay la jaanqaadey tilmaamaha cusub ee caafimaadka dadweynaha kuwaasi oo ay siidaysay Xarunta Xakameynta Cudurada Faafa(CDC), Hay'ada Caafimaadka Oregon(OHA), Waaxda Waxbarashada Oregon(ODE) iyo Caafimaadka Dadweynaha Degmada Multnomah.

Halkan kala soco sababta aan go'aankan u qaadaneyno:

- Todobaadkani, [WAAXDA WAXBARASHADA OREGON/HAY'ADA CAAFIMAADKA OREGON](#) iyo [Caafimaadka Dadweynaha Degmada Multnomah](#) waxay labaduba sii daayeen tilmaamihii ugu dambeeyey oo ka tarjumeysa dhammeystirka agabka [Heerarka Bulshada ee Xanuunka COVID-19 iyo tilmaamaha cusub ee CDC](#). Agabkani wuxuu inaga caawinayaa haddii aynu nahay PPS iyo qof kasta oo inaga mid ahba inaynu qaadno tallaabooyin aynu kaga hor tageyno oo ku salaysan xogtii ugu dambeysay ee deegaankeena laga soo ururiyey COVID-19. Heerarka uu taagan yahay waxay noqon karaan mid hooseeya, dhexdhexaad ah, ama sarreeya iyada oo lagu go'aan qaadano marka la eego inta sariirood ee cusbitaalka la isticmaalay, inta cusbitaalka la dhigay, iyo wadartga tirada inta qof cusub ee xanuunka COVID-19 u soo dhacay bulshadeena.
- Waqtigan aynu ku jirno, Degmada Multnomah waxaa la soo bandhigay in "**heerka bulshada xanuunka COVID-19 uu yahay mid hooseeya.**" Iyada oo lagu saleeyey — iyo waliba inayna jirin nuuc cusub oo cudurka faafaya oo muuqda- Degmada Multnomah waxay go'aansatay waqtigani inayna meel marin in xidhashada af-saabka ee dadweynaha deegaanku noqdo mid ku waajiba bulshada.
- Xogtii ugu dambeysay ee ay soo saartay Jaamacada Sayniska iyo Caafimaadka Oregon (OHSU) waxay muujineysaa in wax ka yar boqolkiiba 14 waqtigani ahna dadka degan Oregon ay nugul yihiin inay qaadi karaan xanuunka COVID-19. Heerarka tallaalka iyo tallaalka la xoojiyey ee Degmada Multnomah aad iyo aad buu u sarreeyaa. Intaas waxaa dheer, tirada shakhsiyaadka uu ku dhacay noocii cusubaa ee Omicron taasi oo la aaminsan yahay inuu siiyey heerka bulshada difaac ay kaga hortagi karaan COVID-19 ugu yaraan saddexda bilood ee soo socda.

Marka laga yimaado in laga guuro xidhashada af-saabku inay noqoto mid qofku go'aankeeda leeyahay oo ikhtiyaari ah, waxaan sii wadi doonaa inaan hakino dabagalkii guud ee lagu sameyn jiray cid la soo sheego inay qaaday xanuunka iyo kaarantiinka dugsiyada. Waqtigani aynu ku jirno, caafimaadka

dadweynuhu waxay xaqiijinayaan in dabagal lagu sameeyo dadka qaba xanuunku inayna ahayn mid waxtar leh maadaama uu hoos u dhaca degdeg ah ku imanayo fiditaankii fayriska Omicron.

Marka lagu saleeyo casharadii laga bartay labadii sanno, waxaan sii wadaynaa in:

- Todobaadle OHSU u siiso barnaamijka baaritaan ku salaysan baaritaanka degdeg ah qofkii iska dareema inuu leeyahay calaamadaha lagu garto xanuunka iyaga oo joogta dugsiga.
- La isticmaalo faltarada sifeeya hawada ee MERV13 HVAC iyo in bishani la bilaabi doono in faltarada laga bedelo hawo sifeeyaasha lala guur guuri karo.
- La wargaliyo qoysaska iyo shaqaalaha haddii qof la ogaaday inuu qabo xanuunka COVID-19 uu joogay goobta inta lagu gudo jiray xaalada xanuunka lagu kala qaadi karo.

Waxaan sii wadaynaa in loo baahan yahay in dhammaan dadku ay joogaan guriga muddo dhan shan maalmood marka ay leeyihiin [calaamadaha cudurka faafa ee COVID-19](#). Maalinta lixaad, dadku waa ay soo noqon doonaan, haddii ayna lahayn wax qandho ah 24 saacadood ee ugu dambeeyey, iyada oo lagu dhiirigalinayo inay xirtaan af-saabka muddo shan maalmood ah.

Waxaan ogsoonahay in heerarka xirashada af-saabka(mask) ee bulshadeena dhexdoodu uu kala gedisan. Haddaba bulsho ahaan, waxaan u rajeyneynaa inaan arki doono inay is-daryeelaan iyo isfaham ka dhex abuurma midba midka kale. Waxaan qorsheynaa inaan wadaagno qoysaska agabyada dugsiyada sidii aan u abuuri lahayn jawi soo dhaweyn leh isla markaas nabadgelyo leh xubin kasta oo ka mid ah shaqaalaha iyo ardayda iyo in la xushmeeyo go'aanada gaarka ah ee qofku ka qaato badbaadadda COVID-19, oo ay ka mid yihiin isticmaalka af-saabyada.

Isbedelkani maantu wuxuu ku yimid ugu yaraan labo sanno ka dib markii aan xirnay dugsiyadeena ee aan u guurnay inay ardaydu waxbarashadooda ku qaataan guryahay dhinaca fogaan-arraga. Haddaba maanta waxaan ku suganahay meel wanaagsan bulsho ahaan iyada oo aan dariiqooyin fara badan oo aan kaga ilaalineyno nafta iyo midba midka kale xanuunka COVID-19, kuwaasi oo ay ka mid yihiin tallaalka, tallaalka xoojiyaha, helitaanka baaritaanka, helitaanka af-saabyo ta'yadoodu aad u sarreyso iyo in kor loo qaaday goobahay hawadu ka soo gasho dhismayaasha. Marka aynu dib u milicsano dhammaan wixii dhacay labadii sanno ee la soo dhaafay, waxaynu ognahay in bulshadeenu adkaysi muujisay sidaas darteed, waxa aynu bilaabi doonaa inaan dib ugu laabno sidii aan u hagi jirnay nolosheenii caadiga ah laga bilaabo bisha Maarso 14keeda.

Waad ku mahadsan tihii taageeradiina joogtada ah.



PORTLAND PUBLIC SCHOOLS

