



Macluumaadka iyo Agabka Ku Saabsan Fasaxa Gu'ga ee La Dheereyey

Gacaliye Waalidiinta PPS,

Habeenkii Khamiistii waxaan idinla wadaagnay in Dugsiyada Dadweynaha Portland **la dheereyn doono fasaxa gu'ga, laga bilaabo maalinta Isniinta**, bisha Maarso 16keeda **iyada oo qorshuhu yahay in ay ardaydu ku soo noqdaan iskuulada maalinta Arbacada, bisha Abriil 1deeda** (shaqaalaha waxaa la rajeynayaa inay shaqada ku soo noqdaan maalinta Isniinta, bisha Maarso 30keeda, labo maalmood ka hor ardayda). Inta lagu gudo jiro waqtigaasi, dhammaan iskuuladii wixii hawlo ahaa ee ka jiray, oo ay ka mid yihiin munaasabadihii ciyaaraha iyo tababaradii ciyaartoygaba waa la joojiyey.

Waxa aan ka warqabnaa qoysas fara badan ayaa ku tiirsanaa iskuulada, iyada oo aan ahayn kaliya dhinaca waxbarashada, laakiin dhinaca cuntada, xannaanada caruurta iyo inay ka helaan addeegyada caafimaadka iyo kaalmooyin kale. Waxa aan sid degdeg ah uga shaqeyneynaa sidii loo heli lahaa dariiqooyin aan addeegyadaasi lagu gaadhsiiyo ardayda iyo qoysaskooda waqtiga lagu gudo jiro fasaxa la dheereyey ee gu'ga:

Cuntooyinka

Quraacda iyo qadada waxaa caruurta da'doodu u dhaxayso 1-18 sanno la siin doonaa maalinta Tallaadada, Maarso 17keeda ilaa Jimcaha, Maarso 20keeda, iyo Isniin, Maarso 30keeda iyo Tallaadada, Maarso 31keeda. Cuntooyinka waxaa laga soo qaadan karaa bannaanka iskuula saacadaha 11:00 subaxnimo ilaa 1:00 duhurnimo goobahani soo socda :

Dugsiga Hoose ee Boise-Eliot/Humboldt - 620 N Fremont Ave

Dugsiga Hoose ee César Chávez - 5103 N Willis Blvd

Dugsiga Dhexe ee George Middle - 10000 N Burr Ave

Dugsiga Hoose ee Grout - 3119 SE Holgate Blvd

Dugsiga Harrison Park - 2225 SE 87th Ave

Dugsiga Lent - 5105 SE 97th Ave

Dugsiga Hoose ee Dr. Martin Luther King Jr. - 4906 NE 6th Ave

Dugsiga Hoose ee Rigler - 5401 NE Prescott St

Dugsiga Hoose ee Rosa Parks - 8960 N Woolsey Ave

Dugsiga Hoose ee Scott - 6700 NE Prescott St

Dugsiga Hoose ee Sitton - 9930 N Smith St

Dugsiga Hoose ee Woodmere - 7900 SE Duke St

Dugsiga Hoose ee Markham - 10531 SW Capitol Hwy

Dugsiga Sarree ee Madison Goobtiisu tahay Marshall - 3905 SE 91st Ave

Dugsiga Sarree ee Franklin - 5405 SE Woodward St

Wixii macluumaad dheeraad ah ee ku saabsan sidii qoysasku cuntaasi u heli lahaayeen, waxaad wacdaa fadlan telefoonka 211 ama waxaad booqataa shabakadani oregonfoodfinder.org.

Manhajka Tay'adiisa Kor Loo Qaaday

Waxa aan ardayda iyo qoysaska ku dhiirigalineynaa inta lagu jiro fasaxaasi in ay waxbarashadii ku dadaalaan. Maktabadaha iskuuladu waa u furan yihiin ardayda sidii ay buug uga daysan lahaayeen ka hor inta aan iskuulka laga tegin maanta. Waxa aan ku dhiirigalineynaa waalidiinta in ay u akhriyaan caruurta ku jirta Pre-K iyo dugsiyada hoose. Macallimiin fara badani sidoo kale waxa ay ardayda soo raacineynaa buugta shaqada, agab la soo daabacay, iyo buug la akhriyo oo ku jin ah fasalada ay dhigtaan ardaydoodu sidii ay u isticmaali lahaayeen inta lagu jiro fasaxa.

Agabkii casharada oo daabacan ee luqada iyo farshaxanka iyo xisaabta waxa ay ardayda iyo qoysasku ay ka heli karaan goobaha iskuulada caruurta cuntada loogu qaybinayo. Agabkan daabacada ah waxa la qaybin doonaa maalinta Tallaadada, Maarso 17keeda iyo maalinta Khamiista, Maarso 19keeda, saacadaha 11:00 subaxnimo ilaa 1:00 duhurnimo. Waxa aanu ardayda iyo qoysaska ku dhiirigalineynaa in ay fursadaasi ka faa'iideystaa agabka lagu qeybinayo.

Codsiyada barashada dijitala ah iyo shabakaduhu waxay leeyihiin qiimo weyn dhinaca agabka sidii loo isticmaali lahaa waqtigani aan ku jirno iminka. Waxa aanu sameyneynaa "Fursado Barashada Maqalka iyo Muuqaalka dhinaca internetka" iridii laga galayey fursadaasi waxa ay diyaar ku noqon doontaa Digital hakani pps.net/coronavirus. Shaqaalaha PPS waxa ay sii wadi doonaan in ay cusbooneysiyaan iridaasi laga galayo waxbarashada muuqaalka iyo maqalka ah inta iskuuladeenu ay xiran yihiin.

Xannanada Caruurta

Shaqaalahayagii shatiyada sharciga ah haystay ee bixinayey daryeelka xannaanada caruuta sida (YMCA, Champions, Camp Fire, iwm.) suurtagal ma noqon doonto in ay addeegyadaasi idin siiyaan daryeelka xannaanada caruurta inta lagu jiro fasaxa gu'ga ee dhismayaashaydu xiran yihiin. Haddii ay caruurtaadu isdiiwaangaliyeen barnaamijka xannaanada caruurta waqtiga gu'ga, waxaa kula soo xiriiri doona addeeg bixiyahaaga wixii macluumaad dheeraad ah.

Barnaamijka Addeegyada SUN

Barnaamijkeenii addeegyada SUN ee aan iskaashiga lahayn suurtagal maaha in ay bixiyaan addeegyadii barnaamijyadaasi inay bixiyaan inta lagu gudo jiro maalmaha iskuuladu xiran yihiin ama inta lagu jiro fasaxa gu'ga. Waxa aan xiriir noo socdaa qolyihii aan iskaashayneyn iyada oo aan idin siin doono wixii macluumaad ah ee aan ka helno.

Xarumaha Caafimaadka

Degmada Multnomah waa ay sii furnaan doontaa meelo ka mid ah xarumaha caafimaadka ardayda inta lagu jiro fasaxa gu'ga. Waxa aad ka heli macluumaad marka aad booqato shabakadani [website](#).

Addeegyada caafimaadka waxa uu diyaar u yahay dhammaan ardayda K-12 ee Degmada Multnomah inta lagu jiro fasaxa gu'ga (Maarso 23keeda ilaa 27keeda) goobtuni waa :

Parkrose Student Health Center

12003 NE Shaver St

503-988-3392

[Spring Break Flyer \(English/ Somali\)](#)

Dhacdadani waa mid aan hore inoo soo marin bulshadeena, iyada oo aan rajeyneyno in addeegyada qaarkooda iyo gargaarka aan kor ku sheegnay ay yihiin kuwa faa'iido u ah qoysaska muddadni aynaan ku talo galin ee fasaxa dheer la galay. Inta lagu gudo jiro fasaxa, waxa aan idinku dhiirigelineynaa qof kasta inuu raaco tallo soo jeedinta in ay iska ilaaliyaan meelaha dadka faraha badani ay ku kulmaan, si joogta aad u dhaqdaan gacmihiina, iyo in aad dabooshaan afkiina marka aad qufaceysaan ama hindhiseysaan. Haddii aad isku aragtaan calaamadaha hargabka ama ifilada waa in aad guryaha iska joogtaan inta uu idinka baxayo calaamadahaasi muddo ku siman 72 saacadood. Haddii aad ka muujisaan walaac ku saabsan calaamadahaasi aad isku aragteen, fadlan waxaad la xiriirtaa takhtar si aad ula tashataan. Waxaad halkan ka heli kartaan wixii macluumaad dheeraad ah iyo agabyo kale oo ku caawiya marka aad gujiso ha pps.net/coronavirus

Waxaan qof walba u rajeyneynaa nabadgelyo iyo caafimaad inta lagu jiro fasaxa la dheereeyey ee gu'ga