



Fayraska corona ee cusub

La cusbooneysiiday 06.06.2020

SIDA LOO ILLAALIYO NAFSADAADA.



Xaanshida xaqiiqda

Warbixin muhiim ah oo ku saabsan cudurka fayraska Corona iyo sharciyada la xiriiro hab dhaqanka iyo nadaafada.

Hadeer, si adag ugu hogaansan sharciyada cusub:



Haddii ay jiraan astaamo cudurka ah, halagu baaro islamarkiiba oo guriga joog.



Wixii ujeedooyinka raadraacida, fadlan bixi sharaxaadaha xiriirka marwalboo suurtoagal ah.



Haddii tijaabada ay wanaagsantahay: Gooniyeynta. Haddii ay jiraan taabashada qof laga helay: is karantiil.

Joogtey inaad raacdid sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Ma rabno in faytaska corona cusub uu faafo markale.



Ka fogow.



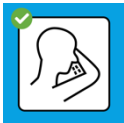
Tallooyinka: Xiro maaskaraha haddii aad ka fogaanshaha aysan suurtoagal aheyn.



U dhaq gacmahaaga si balaaran.



Ka fogow gacmo salaamida.



Ku qufac oo ku hindhis istiraasho ama qalooqa garabkaaga.



Kaliya diiwanka taleefonka kadib iyo hab dhaqanka dhaqtarka ama qeybta gurmada.



Haddii ay suurtoagal tahay, sii joogtey inaad ku shaqeysid xafiiska guriga.

Su'aalaha inta badan la is weyddiyo iyo jawaabaha ku saabsan fayraska corona ee cusub

Tan iyo 6 Juun, ganacsiyo badan iyo xarumaha dib ayaa loo furay, iyo dhacdooyinka ay la jiraan illaa 300 oo qof waa la ogolyahay. Shardiiga midaan waa afkaaraha illaalada. Haddii xiriir dhow la sameeyo, xogta xiriirka waa in la aruuriyaa. Tani waxay hubineysaa la raad raaci karo ee dhacdada qofka dhawaan qaaday. Dhammaan dadkaas ku lugleh waa inay sidoo kale u suurtoogashaa raacida sharciyada nadaafada iyo anshax - diyaariyayaasha, ka qeybqaatayaasha, shaqaalaha, macaamiisha, macalimiinta, ardayda, tababarayaasha, ciyaaraha iyo tababarayaasha.

Joogtey inaad raacdid sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Wax walba kadib, fayraska corona cusub waa inuusan u faafin si balaaran markale.

Caabuqa iyo halisaha

Maxay nadaafadaan iyo sharciyada hab dhaqanka sidaas muhiim ugu yihiin?

Fayraska Corona waa fayras cusub ee la dagaalama aadanaha **weli malahan cirbad looga hortago (farmasooyin difaacid)**. Waxay u hogaamin kartaa **caabuqyo badan iyo cuduro**. Waa inaan sidaas darteed yareynaa faafida fayraska Corona sida ugu badan ee suurtoogalka ah. Waa inaan si gaar ah u illaalinaa dadka qabo halista sareeyso oo jiroodka halista ah. Kuwaan waa kuwa ka weyn 65 sanno jirka iyo kuwa leh jiro hore. Xaaladahaan hore u jiray:

Kuwaan waa:

- **Dadka da'dooda ah 65 iyo ka weyn**
- **Dadka weyn ee qabo xaaladaha horay u jiray ee xiggo:**
- **Dhiig karka sareeyo,**
- **Sonkorta,**
- **Cudurka wadnaha,**
- **Cudurada neefsashada daran,**
- **Kansarka iyo**
- **Cudurada iyo daaweynada yareeyo difaaca jirka.**

Ama la jirto:

- **culeyska daran (cayilka, BMI ee 40 ama ka badan)**

Haddii aadan hubin haddii aad tahay mid ka mid ah dadka nugul ee gaarka ah, fadlan la soo xiriir dhaqtarkaaga.

Haddii aan dhammaanteen raacno sharciyada anshaxa iyo nadaafada, waxaan sidoo kale si wanaagsan u illaalin karnaa dadkaan. Qaabkaan, waxaan sidoo kale ku caawineynaa hubinta in dadka qabo jirooyinka halista ah ay sii wadaan in si wanaagsan loogu daaweeyo xarumaha caafimaadka. Tani sababtoo ah waxay ku jirtaa qeybaha daryeelka degdega, qolalka daaweynta iyo qalabka neefsashada waxaa loo heli karaa baaxad xadidan.

Maka weyntahay 65 ama ma qabtaa mid ka mid ah xaaladaha horay u jiray ee kor ku qoran?

Kadib tallaabooyinka xiggo way quseysaa:

- Waxaad uga tagi kartaa gurigaaga haddiiba aad si adag u raacdid sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Ka fogow meelaha dadka badan (tusaale ahaan, saldhigyada tareenka, gaadiidka bulshada) iyo saacadaha degdega (tusaale ahaan, adeegashada Sabtida, safrida)
- Ka fogow taabashada aan muhiimka aheyn oo ka fogow baaxad ugu yaraan labo miitir dadka kale.
- Haddii ay suurtoogal tahay, yeelo saaxib ama daris kuu sameeyo adeegashada adiga ama uga dalbo onleen taleefonka. Waxaad sidoo kale ka heli kartaa adeegyada taageerada hay'ado dhoor ah, oo dhinaca maamulka deegaankaaga ama Intarneetka.
- Wixii ganacsiga iyo kulamada gaarka ah, doorbido isticmaalka taleefonka, Skype ama qalabka la midka ah.

Haddii aad u baahantahay inaad dhaqatar aragtid, ka xey gaarigaaga ama baskiilka ama lugey. Haddii

taasi aysan suurtoagal aheyn, kadib qaado taksi. Ka fogow ugu yaraan labo miitir baaxad ah dadka kale oo raac nadaafada. Tallooyinka: Xiro maaskaro haddii aad ka fogaanshaha aysan suurtoagal aheyn.

Haddii aad shaqada joogtid oo aad halis ku jirtid sabab la xiriirto jiro hore, badroonigaaga waa inuu ku illaaliyaa.

Waxaad ku heli kartaa warbixin wax ku ool ah dhinaca Unia Switzerland: Xaquuqaahaaga shaqada <https://www.unia.ch/de/arbeitswelt/von-a-z/coronavirus>

Ma leedahay hal ama ka badan oo aastaamaha jirada sida qufaca (caadi ahaan qalalan), dhuun xanuun, neefsashada oo yaraata, qandhada, dareenka qandhada, murqo xanuunka ama lumitaanka lama fillaanka ah ee urta iyo/ama dhadhanka? **Kadib soo wac dhaqtarkaaga ama isbitaalka islamarkiiba. Sidoo kale dhammaadyada isbuuca.** Qeex aastaamahaaga oo dheh inaad ka mid tahay kuwa ugu badan ee halista ku jiro.

Sidee ayuu ku gudbaa fayraska corona ee cusub?

Fayraska corona ee cusub wuxuu gaar ahaan ku gudbaa dhinaca taabashada dhow oo muddada dheer: haddii aad ka fogaatid baaxada ka yar 2 miitar oo dadka xanuunsan.

Gudbinta waxay ku dhacdaa

- **dhibcaha:** Haddii qofka jiran hindhiso ama qufaco, fayrasyada waxay si toos ah u geli karaan unugyada xabka ee sanko dadka kale, afka ama indhaha.
- **dhinaca gacmaha:** caabuqyada dhibcaha ee qufaca iyo hindhista waxay noqon karaan gacmaha. Ama hal taabasho sagxada oo fayraska uu xaadir yahay. Waxay gaaraan afka, sanko ama indhaha markii aad taabatid iyaga.

Goorma ayaad qaadsantahay?

Ka taxadar in qof walba oo la xanuunsado cudurka fayraska Corona inuu yahay mid faafo muddo dheer. Taasi waa:

- **Hal maalin ka hor** aastaamaha bilowdo - taasi waa, ka hor inta aadan ogaan inaad qaadsantahay.
- **Adiga oo qabtid aastaamo, si gaar ah ayaad u qaadsantahay.**
- **Illaa ugu yaraan 48 saacadood kadib** markii aad dareentid caafimaad buuxo markale. Marka ka fogow oo ugu dhaq gacmahaaga si joogta ah saabuun.

Ma inuu qof walba ku xirtaa maaskaraha bulshada?

Maya, kulama talineyno dadka dhaqaatiirta ah inay ku xirtaan maaskaraha bulshada. Midaan si ku fillan uguma illaalisu iyaga caabuqa fayraska corona. **Marka laga reebo: ka fogaanshaha baaxada oo aan suurtoagal aheyn.**

Si kastaba, maaskaraha wuu ka illaalin karaa qofka horay u qaadsan inuu dadka kale qaadsiiyo.

Waxaan ku talinaa xirashada maaskaraha haddii aadan ka fogaan karin baaxada 2 miitir ee dadka kale. Wixii isticmaalida gaadiidka bulshada waxaan si xoogan ugu talineynaa xirashada maaskaraha.

Waa inaad xirataa maaskaraha haddii aad isticmaashid adeega halka afkaarta illaalada qeybta ganacsiga waxay u baahantahay inaad xiratid maaskaro.

Waxaa dheer: Raac sharciyada baaxada iyo nadaafada.

Miyaa awowga/ayeyda loo ogolyahay inay daryeelaan carruurta ay awowga/ayeyda u yihiin?

Dadka ka weyn 65 si gaar ah ayay halis ugu jiraan. Waa inay si gaar ah u illaaliyaan nafsadooda. Tani inta badan waxay quseysaa awowga/ayeyda sidoo kale. Ugu dambeyntii, awowga/ayeyda waa inay u go'aansadaan nafsadooda haddii ay rabaan inay daryeelaan carruurta awowga/ayeyda u yihiin. Haddii aan ku talino awowga/ayeyda:

- Inay raacaan sharciyada nadaafada iyo anshaxa, tusaale ahaan u dhaqida si joogta ah gacmahaaga, aadan la wadaageyn galaasyada carruurta oo aad ka fogaaneysid waaladiinta.
- Ka fogaanshaha meelaha leh qiyam sare oo dad ah, sida saldhigyada tareenka ama gaadiidka bulshada inta lagu jiro saacadaha mashquulka.

Ha daryeelin carruurta haddii adiga ama canuga jiranyahay, xittaa haddii aastaamaha ay dhexaad yihiin.

Aastaamaha, baaritaanka iyo daaweynta

Waa maxay aastaamaha cudurka ee fayraska corona?

Aastaamaha xiggo waxay dhacaan inta badan:

- Qufaca (inta badan qalalan)
- Dhuun xanuun
- Neefsiga oo yaraada
- qandhada, dareenka qandhada
- Murqo xanuunka
- Lumitaanka lama filaanka ah ee dareenka ur iyo/ama dhadhanka

Aastaamaha dhifka ah

- Madax xanuunka
- Aastaamaha caloosha
- Indho bararka
- Hindhista

Aastaamaha waxay ku kala duwanyihiin darnaanta oo sidoo kale dhaxaad ayay noqon karaan. Dhibaatooyinka sida hargabka sidoo kale waa suurtoagal.

Haddii aad qabtid hal ama ka badan oo aastaamaha caadiga ah, malaha waxaa ku gaaray fayraska corona ee cusub.

Xaaladaas darteed:

- **Guriga joog.**
- **Samey baaritaanka fayraska corona (fiiri ciwaanada webka ee sadarka xiggo) ama soo wac dhaqtarkaaga. Uga jawaab dhammaan su'aalaha baaritaanka onleenka ama dhinaca taleefonka sida wanaagsan ee aad awoodid. Dhammaadka saxida, waxaad heleysaa tallo tallaabo ah iyo, haddii ay muhiim tahay, tilmaamaha nafsadaada lagu baarayo.**
- **Aqri tilmaamaha "gooniyeynta" (<http://www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads>) oo u raac si iswaafaqsan.**

Haddii aad ka weyntahay 65 ama aad qabtid jiro hore, kuwa xirggo ayaa quseeyo: Haddii aad qabtid hal ama ka badan oo aastaamaha caadiga ah, soo wac dhaqtarka islamarkiiba. Xittaa dhammaadyada isbuuca.

Ma hubtaa sida loo dhaqmo?

Oo fayraska corona fiiri <https://check.bag-coronavirus.ch/screening>, kadib markii aad ka jawaabtid dhoor su'aalood waxaad ka heleysaa tallo tallaabada ah Xafiiska Faderaalka ee Caafimaadka Bulshada (oo af Jarmal, Faransiis, Talyaani iyo Ingiriis).

Websaydka Canton of Vaud ee <https://coronavirus.unisante.ch/evaluation> waxaad ka heleysaa fiirinta corona oo 8 luuqado kale.

Fiirinta fayraska corona looma badeli tallada caafimaadka xirfadlaha, baaritaanka ama daaweynta. Aastaamaha lagu qeexay fiirinta waxaa kale oo ay ka dhici kartaa sida la xiriirto cururka kale oo u baahan nidaam ka duwan.

Marwalba la tasho dhaqtarka haddii aad qabtid wax aastaamaha muuqdo oo ka sii daro ama ku walaaciyo.

Sidee ayuu cudurka loogu daaweeyo fayraska corona ee cusub?

Daaweynta waxay ku xadidantahay yaraanshaha astaamaha. Bukaana waa la gooniyeeyaa si looga illaaliyo dadka kale. Haddii cudurka uu daranyahay, daaweynta waxay ku jirtaa qeybta daryeelka degdega caadi ahaan waa muhiim. Sida waafaqsan xaaladaha qaarkood, neefsashada muhiim ayay noqon kartaa.

Ma qabtaa cabashooyin, ma dareemeysaa jiro ama astaamaha aan la xiriirin fayraska corona cusub?

Cabashooyinka caafimaadka, jirooyinka iyo astaamaha aan la xiriirin fayraska corona ee cusub waa inaad sii joogteysaa inaad si dhab ah u qaadatid oo aad daaweysaa. Caawin ka heshid oo aadan sugin waqti aad u badan: soo wac dhaqtarkaaga.

Warbixin Dheeraad ah

Ma inaan ku isticmaalaa maaskaro tareenka, baska ama taraamka?

Muhiim ma ahan inaad ku xiratid maaskaro gaadiidka bulshada xamuulka fudud. Si kastaba, inta lagu jiro saacadaha mashquulka - ama haddii aadan ka fogaan karin baaxad 2 miitir ah dadka kale - waa inaad xirataa maaskaro. Way xittaa ka wanaagsanaaneysaa ka fogaanshaha gaadiidka bulshada inta lagu jiro saacadaha mashquulka.

Shirkadaha gaadiidka SBB iyo Postbus waxay u hormariyeen afkaaraha illaalada oo qeybta oo dhan.

La tixgeliyo safrayaasha markii la isticmaalayo gaadiidka bulshada. Oo laga taxadaro:

- Ka fogaansho ku fillan oo joogsiyada, horida miisaska tikidhada iyo mashiinada tickedka
- Qeybin wanaagsan oo gaariga dhexdiisa
- Samey leen oo boos ku fillan oo aad ku baxdid

Imisa qof ayaa loo ogolyahay inay kulanto?

Ugu badnaan 30 qof ayaa loo ogolyahay inay ku kulmaan meelaha bulshada, oo wadooyinka lugeynta iyo darjiimada. Si kastaba, ka fogow baaxad 2 miitir dadka kale oo raac sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Sharciga baaxada ma quseeyo qoysaska ama dabaqyada la wadaago.

Haddii kooxda ka koobanyihiin wax ka badan 30 qofoof, booliska waxay ku soo rogi karaan ganaax oo qof walba oo kooxda ka mid ah.

Ka bilow 6 Juun, dhacdooyinka bulshada iyo gaarka ah oo leh illaa 300 qof way dhici kartaa. Kuwaan waxaa ku jiro: Dhacdooyinka qoyska, bandhigyada, xafladaha, bandhigyada masraxa, shaashadaha filimka iyo usu imaanshooyinka siyaada iyo bulshada. Waxay ku xirantahay qaabka dhacdada, afkaaraha illaalada ama liiska ka qeybgalka waa muhiim. Ka fogow baaxad 2 miitir dadka kale xittaa inta lagu dhacdooyinka oo raac sharciyada nadaafada iyo anshaxa.

Wixii dhacdooyinka gaarka ah ma jiraan afkaaraha illaalada loo baahanyahay. Si kastaba, diyaariyayaasha waa inay hayaan liiska xaadirka oo ay ku jiraan faahfaahinada xiriirka (magaca koowaad, dambe, lambarka taleefonka).

Fadlan ogow:

- Dhacdooyinka ka dhacayo banaanka malaha waxay wataan halis ka yar oo caabuqa badelkii dhacdooyinka ciriiriga ama leh qolalka hawada liito. Si kastaba, sida quseyso ka qeybqaate walba, masuuliyadaada shaqiga waa muhiim. Sidaas darteed, haka qeybqaadan dhacdooyin aad u kala duwan. Tani waxay adkeyneysaa raadraaca xiriiradaada.
- Ka fogow baaxad 2 miitir dadka kale xittaa dhacdooyinka oo raac sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Haddii qof qabo fayraska corona kasoo qeybgalo dhacdada aad adiga sidoo kale ka qeybgashay, waxaad uga fogaan kartaa karantiilka adiga oo si adag u sameynayo sharciyadaan.

Dhacdooyinka balaaran oo leh dad ka badan 1,000 qof waxaa laga filanayaa inay mamnuuc ahaato illaa 31 Agoosto 2020.

Maxaan niyada ku hayaa markii aan booqanayo howlgalada cuntada?

Isticmaalida waa in lagu sameeyaa boos fadhiyo.

Sidoo kale waad booqan kartaa howlgalada cunto bixinta oo kooxyada balaaran. Shardiiga ayaa ah in

- dadka ku jiro kooxda is garanayaan, marka raadraaca xiriirkaas wuu dhici karaa haddii ay muhiim tahay,
- ugu yaraan hal qof waa inuu ka tagaa faahfaahinada xiriirkooda.

Marwalba raac tilmaamaha shirkada inta lagu jiro booqasho walba..

Waxa dhaco haddii tirada caabuqa cusub aysan yaraan laakin badiso markale?

Waxay ku xirantahay sida xaalada u hormarto. Haddii tirada caabuqa cusub korodho markale, Gollaha Faderaalka waxay dib u dhigeysaa tallaabooyinka qafiifinta ee la qorsheeyay ama qeyb ahaan la soo celiyo tallaabooyinka qafiifinta horaan loo soo bandhigay. Saxitaanada waxaa kadib sidoo kale lagu sameynayaa afkaaraha illaalada.

Raadinta Caawinta.

Maxaan sameyn karaa haddii isbitaalka aan luuqadeyda looga hadlin ama laga fahmin?

Weydii turjubaan markaas bilowgaba. Waxaa sidoo kale jiro adeegyada turjubaanka oo dhinaca taleefonka. Haddii turjubaanada xirfadlaha loo yeero, looma baahno inaad la imaatid qaraabadaada kulanka turjubaanka oo waa laga illaalinayaa caabuqa. Waxay xaq u leeyihiin inay fahmaan oo fahmeen inta lagu jiray waxqabadyada caafimaadka. Ogeysii shaqaalaha isbitaalka in qarashaadka turjubaanka inta lagu jiro masiibada Corona waxay ku daboolanyihiin caymiska caafimaad.

Ma inaad guriga joogtaa oo ma u baahantahay cunto iyo daawo?

Ama ma jeclaan laheyd inaad caawisid?

Fiiri xaafadaada kuu dhow:

- Ma weydiin kartaa qof caawin?
- Ama ma jiraan qof walba oo aad siin kartid caawintaada?

Dooqyo badan:

- La xiriir maamulka deegaankaaga
- Isticmaal App «Five up»
- Ka fiiri www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Kuwa xiggo weli waxay quseysaa qoraalkaan: Sharciyada anshaxa iyo nadaafada waa in marwalba la hubiyaa oo la kormeeraa.

Ma leedahay carruur?

Carruurta waa inaysan daryeelin awowga/ayeyda ama dad kale gaar ahaan u nugul. Hubi in carruurta ku ciyaaraan kooxyo **shan ugu badnaan**. Kooxyada carruurta waa in wadajir lagu hayaa, tusaale ahaan sida la midka ah carruurta waa in marwalba wada ciyaaraan. Iyo iyada oo carruurta ay ciyaarayaan, dadka weyn waa inaysan ku kulmin kooxyo.

Maka walaacsantahay ama ma u baahantahay qof aad la hadashid?

Halkaan waxaad ka heleysaa warbixin:

- Intarneeetka ee www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / www.salutepsi.ch
- Wadatashiga taleefonka ee 143 (Die Dargebotene Hand)

Maku dareentaa halis guriga? Ma raadineysaa caawin ama illaalo?

- Ee www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch waxaad heleysaa lambarada taleefonka iyo ciwaanka i-meelka oo qalab qarsoodi ah iyo illaalada inta lagu jiro Switzerland.
- Xaalada **degdega**, soo wac booliska: lambarka taleefonka **117**

Lambarada taleefonka muhiimka ah:

- **Wacitaanka ambalaansaha gurmada** (Sanitätsnotruf) **144**: Tani waxaa la helayaa agagaarka saacada inta lagu jiro Switzerland oo dhammaan gurmadyada caafimaadka.
- **Infoline** oo fayraska Corona ee cusub: Su'aalaha fayraska Corona waxaa looga jawaabaa adiga oo wacayo **058 463 00 00**.
- **Qadka Corona ee HEKS/EPER** oo 10 luuqadood ah (Albaniyaan / Carabi / Bosniyaan-Serbiyaan-Karooshiyaan / Kurdish / Baashiyaan, Dari / Boortaqiis / Isbaanish / Tamil / Tigrinya / Turkish): **Lambarka 0800 266 785** wuxuu ka jawaabaa wax ku saabsan xaalada Corona ee Switzerland oo bixiyaa warbixin ku saabsan bixinada caawinta. Warbixin dheeraad ah waxaa laga helayaa: <https://www.heks.ch/was-wir-tun/heks-mehrsprachiges-hilfetelefon#plakate-und-videos>
- **Haddii aadan laheyn dhaqtarka qoyska: Medgate** waa diyaarintaada sida waafaqsan **0844 844 911** 24 saacadood maalintii, 7 maalmood isbuucii, 365 maalmood sannadkii.

Ku laabashada Shaqada

Gollaha Faderaalka waxay sii wadayaan inay ku taliyaan ka shaqeynta guriga haddii ay suurtoagal tahay, sidoo kale ka fogaanshaha rarka buux dhaafa ee gaadiidka bulshada. Si kastaba, badroonigaaga ayaa go'aansado haddii iyo goorta ay tahay inaad shaqada ku soo laabatid.

Haddii aad shaqada joogtid oo aad halis ku jirtid sababtoo ah jirooyinka hore, badroonigaaga waa inuu ku illaaliyaa.



Baaritaanada gayraska corona iyo joojinta raadraaca taabashada silsiladaha caabuqa.

Maxay labadaan tallaabo sidaas muhiim ugu yihiin.

Si markaas loogu noolaado ku dhawaad nolol "caadi ah", dhammaan dadka qaba aastaamaha cudurka waa in laga baaraa fayraska corona ee cusub isla markiiba - xittaa qabaan aastaamo dhexaad ah. Waxaa dheer baaritaanka, sidoo kale waa muhiim in dadka oo dhan sheegaan sharaxaadaha xiriirka oo raadraaca, tusaale ahaan maqaayadaha. Sababtoo ah dadka qaadsan horay ayay u qaadiin karaan iyaga oo weli caafimaad dareemayo. Marka baaritaanada iyo joojinta raadraaca taabashada silsiladaha caabuqa.

Markii baaritaanka fayraska corona laga helo, kadib raadraaca taabashada ayaa bilaabato..

- Maamulka cantonal waxay la shaqeeyaan dadka caabuqsan si ay u go'aansadaan cida uu isaga ama iyada taabashada dhow la sameeyeen.
- Maamulada waxay ogeysiiyaan dadka taabashada wax ku saabsan caabuqa suurtoogalka ah iyo sida loo sii wado.
- Xittaa haddii dadkaan aysan qabin wax aastaamo ah, waa in la karantiilaa. Tani waxay quseysaa toban maalmood kadib taabashada ugu dambaysay ee dadka qaadsan.
- Haddii aysan jirin caabuq la helay inta lagu jiro muddadaan, maamulada way ka qaadaan karantiilka markale.

Markii qofka la soo xiriiraan maamulka horaan u qabo aastaamaha jirada.

- Qofka waa in la gooniyeeyaa islamarkiiba oo laga baaraa fayraska corona cusub.
- Haddii baaritaanka fayraska corona laga helo, raadraaca taabashada waxaa sameynayo maamulada.

Markii aastaamaha cudurka ugu dhacaan qofka karantiilka dhexdiisa.

- Qofka waa inuu islamarkiiba lagu meeleeeyaa gooniyeyn iyo
- Qofka waxaa laga helay fayraska corona cusub.
- Haddii baaritaanka fayraska corona laga helo, raadraaca taabashada waxaa sameynayo maamulada.
- Sababtoo ah qofka horaan ayuu u karantiilanyahay, meeshaas waa inay jirtaa dhoor, haddii ay wax jiraan, oo dadka taabashada dhow ah. Silsilada caabuqa horaan ayay u carqaladeysay karantiilka.

App-ka Raadraaca Taaabshada SwissCovid

BAG ayaa dhawaan bilaabeyso app si loo xakameeyo fayraska corona cusub. App-ka wuxuu ogeysiinayaa dadka taabasho dhow la yeeshay qofka qabo cudurka, laakin aanan u garaneyn iyaga shaqsi ahaan. Qarsoodiga isticmaalaha waa mudnaanta ugu sareyso - ma jiraan xog shaqsiyeed oo lagu keydiyo gudaha.

Tani waa sida aan u illaalino nafsadeena (So schützen wir uns).

Gollaha Faderaalka (Bundesrat)

Waa maxay fayraska corona ee cusub? **Waa maxay SARS-CoV-2 iyo waa maxay COVID-19?**

Fayraska corona ee cusub waxaa laga helay Shiinaha dhammaadka 2019 sabab la xiriirto dhacdada aan caadiga aheyn ee hargabka ee bartamaha Shiinaha ee caasimada Wuhan. Fayraska waxaa lagu magacaabay SARS-CoV-2 oo ka mid yahay isla qoyska sida cudurada fayraska Cudurka Neefsiga Middle-East (Middle-East Respiratory Syndrome MERS) iyo Cudurka Neefsashada Daran (Severe Acute Respiratory Syndrome SARS).

Cudurka waxaa sababay fayraska corona ee cusub ee si rasmi ay ugu magacaabeen WHO ee 11 Febraayo 2020: COVID-19, si gaaban «cudurka fayraska corona 2019» ama af Jarmal micnaheedu waa « Coronavirus-Krankheit 2019».

Warbixinta hadeer la heli karo waxay soo jeedineysaa in xayawaanada ay u gudbiyeen fayraska aadanaha iyo in hadeer ku faafayo qof ku qof. Asalka deegaanka malaha waa kaluun iyo suuqa xayawaanada ee caasimada Wuhan, kaas oo maamulada Shiineeska ay hadeer xireen.

Warbixin dheeraad ah:

www.bag-coronavirus.ch

www.bag.admin.ch/neues-coronavirus

(Jarmal, Faransiis, Talyaani, Ingiriis)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH