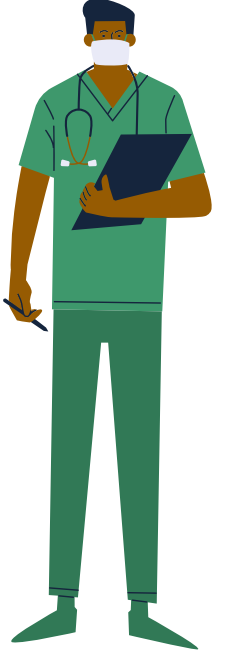


MACLUUMAAD DEG DEG AH

cusbooneysiiyay Maarso 30, 2020

loo cusbooneysiiyay qodobbada xeerka ee ugu dambeeyay ee Abriil 3, 2020



YAAN LA XIDHIIDHI KARAA HADDI AAN XANUUNSANAYO?

Haddi aad leedahay astaamaha sida qandho ama xumad ka sareysa 37,5° C iyo/ama neefsashada oo kugu adkaata, ha u tagin dhaqtarka ama qolka gargaarka degdegga ah, waxaad wacdaa dhaqtarka qoyska ama ka carruurta. Si looga fogaado khatarta dheeraadka ah ee suurtagalka ah ee faafinta cudurka, daryeelka caafimaadka ayaa laga bixin doonaa meel fog.



HADDII AAN LAHAYN DHAQTAR QOYS AMA KA CARUURTA AYAAN WACI KARAA?

Wac nambarka bilaashka ah ee Wasaaradda Caafimaadka (khadku wuxuu u furan yahay xaaladaha degdegga ah oo kaliya): 1500

Ama Wac nambarada xaaladaha gurmada: 112 ama 118

Ama wac nambarada soo socda, oo la xirriran gobolka talyaaniga ee aad joogto:

Basilicata **800 99 66 88**

Calabria **800 76 76 76**

Campania **800 90 96 99**

Emilia-Romagna **800 033 033**

Friuli-Venezia Giulia **800 500 300**

Lazio **800 11 88 00**

Lombardia **800 89 45 45**

Marche **800 93 66 77**

Piemonte **800 19 20 20 / 800 333 444**

Provincia autonoma di Trento **800 86 73 88**

Puglia **800 713 931**

Sicilia **800 45 87 87**

Sardegna **800 31 13 77**

Toscana **800 55 60 60**

Trentino-Alto Adige **800 751 751**

Umbria **800 63 63 63**

Val d'Aosta **800 122 121**

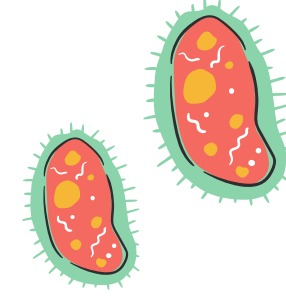
Veneto **800 46 20 40**



Taleefanka waxaa ku jawaabi doona hawl wadeenayaal takhaasus leh, waxayna ku weydiin doonaan macluumaad ku saabsan caafimaadkaaga si ay u fahmaan sida ay kuu caawin karaan. **Xitaa haddii aadan haysan ogolaanshiyaha joogitaanka, koodh cashuureed, kaarkaaga aqoonsiga ama waraaqado kale oo aqoonsi ah waa lagu caawin mana jiro shaqaale caafimaad oo ku cambaarayn karaa ama ku ashkatayn karaa!**

COVID-19: MAXAA KA DHACAYAA TALYAANIGA?

COVID-19 waa cudurka faafa oo u sabababay nooca cusub ee fayraska Koronavirus, waxuuna u ku faafaa qof ilaa qof. Wuxuu ku faafaa dhibicyo aad u yaryar, sida candhuufta ama xaakada, oo ka soo baxa habdhiska neefmareenka qofka xanuunsan marka u qufaco, hindhiso, hadlo ama neefsado. Caabuqa cudurka Coronavirus wuxuu ku dhici karaa qof kasta, iyadoon loo eegayn da'da, dhalashada, midabka maqaarka, lab iyo dheddig iyo diinta!



Dhibaataada ugu weyn ee cabuuqa coronavirus u sababay waxaa ka mid ah dhibaataada nidaamka caafimaadka haysata gobolada uu ku badan yahay sida Lombardia, Veneto, Emilia-Romagna, Piemonte si kasto dhibaataadani ay haysato talyaaniga oo dhan. Sidaas darteed waxaa u muhiima caafimaadkeenna iyo ta dadka hareeraheena, **in aynu ixtiraamno qawaaninta ay dajisay Dowladda Talyaanigo ee hadafka u ah yareynta dhaq dhaqaaqa dadka gud ahaan dalka talyaaniga oo dhan, marka laga reebo waxa si daruuriga ah lagama maarmaanka u ah.**

Qawaanintani waa la xayirayaa marka xaaladda degdegga ah laga baxo. Si fiican ula soco waxa ku saabsan qodobbada meesha yaala maxaa yeelay iyagu way isbaddali karaan toddobaad kasta. Waxaad booqotaa goobta <http://www.integrazionemigranti.gov.it/Pagine/default.aspx>.

Qawaanintu ayaa dhigaya in qofku banaanka uu bixi karo oo keliya sababahan soo socda:

- Sababo caafimaad oo deg deg ah
- Baahiyo shaqo
- Baahiyo sida iibsashada cuntada, daawooyinka ama alaabada lama huraanka ah

Si loo fuliyo dhammaan talaabooyinkan aan caadiga ahayn in loo ixtiraamo, booliska, booliska degmada, ciidanka ayaa ku samaynaya kontarool ama roondo waddooyinka, dadka lugeynaya, gaadiidka dadweynaha ama gaadiidka gaarka loo leeyahay.

Markii lagu joojiyo, waa inaad tustid caddeynta caddeynasa sababta aad u soo baxday, cadeyntaas waad buuxineysaa oo waad saxeexaysaa. Foomka cadeynta waxaad ka helaysa gobta:

https://www.interno.gov.it/sites/default/files/allegati/nuovo_modello_autodichiarazione_26.03.2020_editabile.pdf

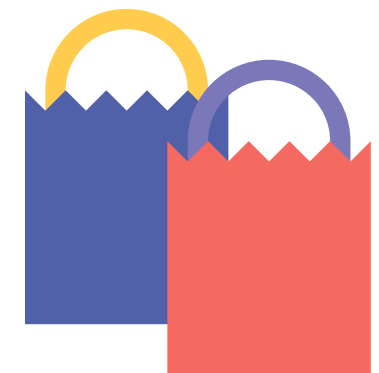
Aad ayey u muhiim tahay in waxa aad caddeynasid ay la mid nogoto sababta dhabta ah ee bahidaada, waayo kontarool ayaa la sameyn doonaa oo **haddii ay been tahay cadeyntaadu ama sababta baahidaada, waxaad halis ku jirtaa inaad lagugu ganaaxo € 400 illaa € 3,000.**

Dadka la karantiimeeyay, waayo cudurka ayaa laga helay, haddii ay ku xadgudbaan mamnuucida bixitaanka gurigooda, waxaa la xiri doonaa 3 ilaa 18 bilood iyo waxaa lagu ganaaxayaa € 500 ilaa € 5000.

Haddi aad ka baxdid guriga oo aad shaqo tagtid, waxaa waajib ah inaad qaadatid caddeyn ka timid cidda aad u shaqayso iyo/ama heeshiiska shuruudaha shaqada. Mararka qaarkood waxaad lagu weydiin karaa lambarka telefoonka cidda aad u shaqayso iyo/ama shirkada/haayada/iskaashiga aad la shaqayso.

Haddii aad uga baxday guriga sababo caafimaad awgeed, waxaa waajib ah inaad qaadatid shahaado caafimaad ama wax kale oo u dhigma oo muujinaya ujeedada baahida daryeelka caafimaadka.

Haddii aad guriga uga baxday si aad u adeegsatid raashin, waxaa lagugula talinayaa in aad aado dukaanka kuugu dhow iyo inaad kaydisid rasiidka, haddii ay kontarool dheeraad lagugu sameeyo.



MAXAA NOLOSHAYDA ISKA BADALAYA?

Adeegyo badan oo dowladeed ayaa la yareeyay si loogu oggolaado hawl wadeennada inay ka shaqeeyaan guriga.

Xafiisyada Socdaalka ee Booliska ayaa xiran: siidaynta ama cusbooneysiinta ogolaanshaha deganaanshaha waa la hakiyay; si kastaba ha noqotee, ogolaanshaha deganaanshaha dhacayaa inta u dhexeysa 31 Janaayo iyo 15 Abril 2020 wuxuu ansax noqonayaa illaa 15ka Juun 2020; Codsiga cusbooneysiinta waa in la sameeyo taariikhdaas ka dib. Waxaa wali suurtagal ah in la weydiisan karo xarunta dhexe ee booliiska ballanta si loo soo bandhigo dalabka magangalyada. Dhageysiga Guddiga Gobollada ee Aqoonsiga Magangalyada Caalamiga ah, racfaanka maxkamadaha, nidaamka la xiriira wareejinta Dublin, dhalashada iyo isku keenida qoyska waa la hakin karaa ama wax lagaa badali karaa ilaa xaalada ay caadi kusoo laabato.

Iskuulada dhammaan way xiran yihiin: caruurta iyo ardayda waxay guriga joogi doonaan ilaa dib loo furo. Iskuulada ayaa qorshayay barashada fog si ay ardaydu u si wataan waxbarashadood.

Dukaamo badan iyo meherado badan ayaa xiran. Adeegyada daruuriga ah waxay furan yihiin saacado dhimis xitaa Axadaha.

Waxba ha ka warwarin, cuntada, daawooyinka iyo waxyaabaha kale ee lagama maarmaanka ah marwalba waa la heli karaa, marka looma baahna in wax la kaydiyo.

Markaad tagto dukaamada furan, waxaad arki doontaa dad saf ku jira oo hal mitir u dhaxeeyo mid kasta oo sugaya inay galaan dukaamada, tani sidoo kale waxay ka dhici doontaa meesha lacagta lagu bixiyo. Tani waxay sidoo kale ka dhici kartaa isbitaallada hortiisa, degmooyinka caafimaadka iyo qalliinka ASL. Had iyo jeer raac tilmaamaha shaqaalaha jooga albaabka iyo haddii aad shaki ka qabtid weydii macluumaad.

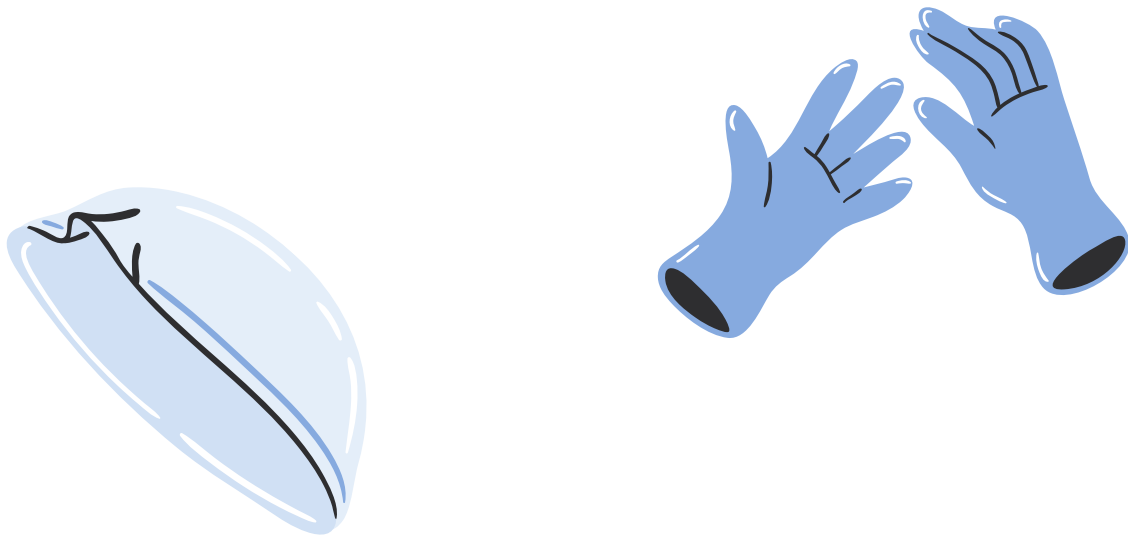
Xusuusnow, si kastaba ha noqotee, markaad banaanka u baxeyso waa inaad 1 mitir u jirtaa dadka kale.

Xaaladda degdegga awgeed, u safarka iyo ka imaashaha dalalka kale, ayay mas'uuliyiinta qunsuliyada iyo shirkadaha duulimaadka xaddideen iyo joojiyeen.

Waqti haddaa la joogo, suuragal maaha in laga qeyb qaato adeegyada diinta. Wixii macluumaad ah ee ku saabsan sida aad u gudan karto waxyaabaha ku saabsan diintaada, ka hubi wasiirka cibaadada.

GURIGA

Ku nadiifi sagxadaha iyo alaabta aalkolada ku saleysan klorine oo gacmahaaga dhaq mar walba. Ilaa iyo hada ma jiraan wax caddeyn ah oo ah in bini'aadanku iyo xayawaanadu ay isku gudbiyaan cudurka COVID-19.



SHAQADA

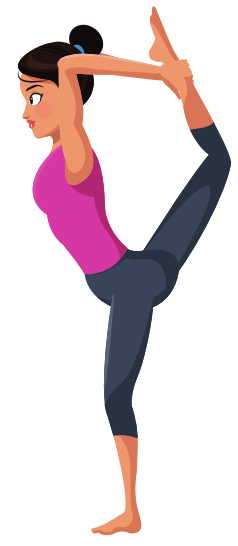
Haddii shaqadaada aan la xayiran, ku dadaal inaad adiga iyo dadka kula shaqeenaya aad 1 mitir inii dhaxeeyo. Loo shaqeeyuhu waa inuu dammaanad qaado oo u bixbixiyo shaqaalihiisa galoofyada iyo maaskaro.

**MAXAA WAAJIB AH IN AAD SAMEEYSO?
LA SOCO TILMAAMAHA OO LA WADAAG MACLUUMAADKAN
ASXAABTAADA IYO QOYSKAAGA!**

Cudurka cusub ee Coronavirus: maxaad sameyn kartaa si aad si wanaagsan u maamushid xaaladdan?

Xaaladda degdegga ah ee u sababay Coronavirus-ka cusub ayaa nolosheena u keeneysa is-beddelo lama filaan ah waana caadi in la dareemo cabsi, walwal, jahwareer, murugo iyo xanaaq. Wakhtiyadan adag oo kale waxaa inoo muhiim ah in uu qof walba ilaaliyo naftiisa iyo nafaha ku xereeran, tusaale ahaan xulaashooyinka ama go'aanada aynu hadaba samaynayno, ha ahaato wax weyn ama wax yarba, ha noqdaan kuwa wanaagsan oo surtagal ah. Halkan hoose waxaa ku yaal talooyin faa'iido leh oo si wanaagsan loola wajihi karo wakhtigan la joogo:

- Xarumo lagu kalsoon yahay xogta ka qaado, iyo kala soco cubsooneysiinta shabakadaha rasmiga ah. Ka fikir oo qorshee xaaladaada shaqsi ahaaneedka, oo dammanad qaad nabadgalyadaada nabadgalyadaada. Diyaarso qorsho kaas oo saadaalinaya waxaad samayn lahayd iyo cidda aad la xiriiri lahayd haddii aad u baahato caawimaad.
- La xiriir dadka aad aaminto iyo kuwaad jeceshahay. Ku dadaal inaad in kugu filan seexatid iyo nasatid. Maalintii naso oo samee waxyaabaha aad jeceshahay.
- Ka fogow raadinta joogtada ah ee macluumaadka, yaree adeegsiga warbaahinta iyo warbaahinta bulshada. Markaad hesho macluumaadka aasaasiga ah ee lagama maarmaanka u ah maareynta xaaladda degdegga ah, hubi cusbooneysiinta bogagga hay'adaha iyo ilaha lagu kalsoon yahay sida, tusaale ahaan, Wasaaradda Caafimaadka (<http://www.salute.gov.it/portale/home.html>) , ama Machadka Caafimaadka Sare (<https://www.iss.it/>).
- Daryeel naftaada iyo ta dadka hareerahaaga jooga, tusaale ahaan cun cunto dheeli tiran, si joogta u jimicso iyo hagaaji gurigaaga. Haddii ay tahay inaad guriga joogto, qorshee boosaskaaga shaqsiyeed iyo, haddii ay dhacdo inaad dad kale la nooshahay, ku heshiia maareynta meelaha iniga wada dhexeeya.
- Ehelka iyo asxaabta kula xidhiidh telefoonka, maqal iyo muuqaal ba iyo baraha bulshadaa. Guriga ku Isticmaal fikradahaaga hal-abuurka leh oo isku day inaad ka fikirtid waxaad sameyn lahayd marka xaaladdan laga baxo.
- Xusuusnow sidaad uga gudubtay waqtiyadii adkaa ee ku soo maray oo una xalli si isku mid ah xilligan xaadirka ah. Weydiiso caawimaad markii aad u baahatid oo sii caawintaada markii aad karto.



Talooyin si loo caawiyo carruurta sidii ay ula qabsan lahaayeen xaaladdan:

Caruurtaadu waxay u baahan yihiin feejignaan dheeri ah xilliyadan adag. Ku dadaal inay dareemaan jaceylkaaga, inaad dhageysatid oo aad lahadashid adigoo u gudbinaya amni iyo taageero. U sharax iyaga waxa dhacaya iyo waxa ay samayn karaan xaaladdan si ay u fahmaan oo ay dareemaan deganaan iyo kalsooni. Adeegso ereyo fudud iyo tusaalooyin hal abuur leh si aad u caawiso in carruurta ay la qabsadaan xaaladdan.



Waa inaad carruurta u noqotid tusaale wanaagsan. Ku caawi iyaga inay dareemaan nabadgelyo adoo dhawraya qorshaha hawl-maalmeedka lana ciyaar. Haddii ay tahay inaad guriga la joogto, u samee jadwaal oo u aybi maalinta, wakhtiga ciyaarta, ka daraasadda iyo ka nasashada. La soco macluumaadka ay carruurtaada la xiriiri karaan sida warbaahinta, warbaahinta bulshada iyo wax kale oo ilaali wanaaggooda.



Waxaa lagula talinayaa in xaaladaha degdegga ah carruurta ay la joogaan waalidkood ama ay la joogaan dad si joogto ah u daryeela. Haddii ay lagama maarmaan tahay in la kala kaxeeyo, waa in la dammaanad qaadaa xiriir joogto ah.

