

# Fayruska-Corona

## Halkaan waxaad ka aqrisataa:

- Maxey yihiin nidaamka • Xanuunadee ayaad qabi kartaa • Sidee ayaa loo baarayaa

### Fiidkii iyo Habeenkii waa in guriga la joogaa

Banaanka lama aadi karo inta u dhexeysa 10 saac habeenkii ilaa 4ta iyo barka subixii.

Waxaa lagu ganaaxi karaa €95,- haddii aad banaanka joogto.

Waxaa **banaanka aadi kartaa** haddii shaqadaada lagaaga baahan yahay. Markaa qaado warqad cadeyn oo shaqadaada aad ka heysato. Warqadaasi shaqada ayaa lagaa siinaaya.

### Waxaa kaloo **banaanka aadi kartaa**:

- Haddii xaalad deg deg dhib ah. Tusaale ahaan inaad daryeel caafimaad u baahan tahay.
- Inaad eeyga banaanka u waday.
- Inaad qof daryeesho aad u aado.
- Aasitaan darteeda
- Imtixaan darteeda.

Markaa qaado warqad ay ku Qoran tahay sababta aad banaanka u joogto ku qoran. Warqadan waxaa la dhahaa Warqada cadeynta habeenkii 'Eigen verklaring Avondklok'. Waxaa websayt-ka [www.rijksoverheid.nl](http://www.rijksoverheid.nl) ayaad warqad banaan ka soo dejineysaa oo aad buuxineysaa.

### Talloyinka gudaha iyo banaanka

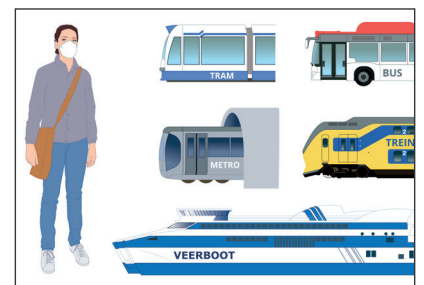
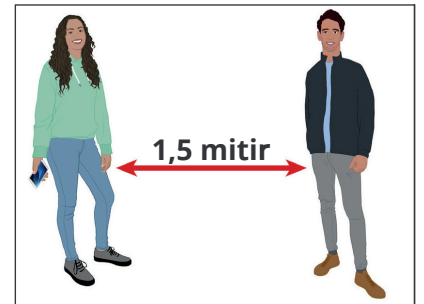
- Waa inaad mar walba ka fogaataa 1,5 mitir dadka kale.
- Ilmaha ilaa 13 jir wey isu dhawaan karaan iyo dadka weyn weyn u dhawaan karaan.
- Sida ugu badan guriga joog.
- Ka shaqey guriga, ilaa haddii aysan si kale suuroobin.
- Guriga ugu badnaan 1 qof ayaa maalintii ku soo booqan kara.
- Banaanka waxaad kula ballami kartaa ugu badnaan 1 qof maalintii.
- Waxaa ugu badnaan aadaa 1 jeer maalintii qof hadaad soo booqaneyso.

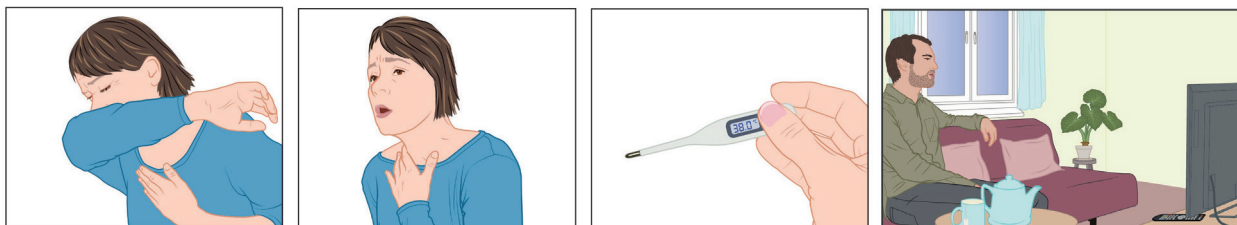
### Maskarka afka: waa waajib qof walba laga bilaabo 13 jir

- Xiro maskarka afka dhismooyinka gudahooda. Tusaale ahaan dukaamada iyo istaashoonka gaadiidka dadweynaha.
- Xiro maskarka afka iskuulka dhexdiisa. Waxaa keliya aad maskarka afka fureysaa markaad casharka ku jirto.
- Waa inaad maskarka afka xirataa markaad gaadiidka dadweynaha raaceyso.

### Safarka:

- Waxa keliya aad gaadiidka dadweynaha raacdaa hadii ay lagama maarmaan tahay. Waa inaad maskarka afka xirataa.
- Ha aadin waddan kale, ilaa hadii ay lagama maarmaan tahay.





## Markaad jiran tahay: waxaad sameysaa baaritaan iyo joog guriga

Waxaad sameysaa baaritaan-Corona iyo joog guriga haddii 1 ama ka badan calaamadahan qabto:

- ka badan 37,5 darajo
- neefsashada ku dhibeyso.
- mar keliya carfiska iyo dhadhamiska kaa tago.
- qufaca
- hindhiska
- diif sankah
- dhuun xanuun

Markuu jiro **xumad** ama **neefsashada ku dhibeyso** waa in qof walba oo gurigaaga deggan, guriga **joogaan**. Haddii aadan xanuun lahayn ha **sameynin** baaritaanka. Xumad waa marka ay xaraarada ka badan tahay 38 darajo.

### Baaritaanka

Baaritaanka- Corona waa lacag la'aan

Waxaad ballan u sameysan kartaa 2 qaab:

1. Combiyutarka: Aad [www.coronatest.nl](http://www.coronatest.nl). waxaad u baahan tahay DigiD-gaaga.
2. Telefoonka: Wac **0800-1202**.

Guriga joog ilaa aad natiijada ka hesho GGD.

Laguuma oggola in lagu soo booqdo ilaa aad natiijada hesho.

GGD ayaa kuu sheegeysa markaad banaanka aadi karto.

### Dhaqtarka qoyska

Waa muhiim markaad xanuuno Corona leedahay aadan **aadin** dhaqtarka qoyska. Waa inaad horta wacdaa .

Waxaad websaytka [www.Thuisarts.nl](http://www.Thuisarts.nl) ka heleysaa warbixin dheeraad oo Corona ku saabsan.



## Ma qabtaa su'aalo kale oo ku saabsan Corona fayruska:

La xariir **0800-1351**