Fayruska-Corona

Halkan ka aqriso:

• Nidaamka dowlada • Xanuunada corona leedahay

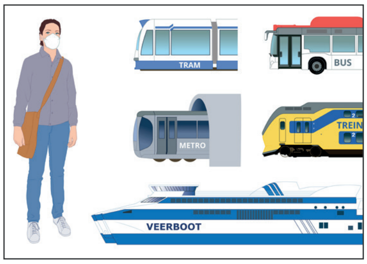
• Baarista • Tallaalka

Talooyinka gudaha iyo banaanka:

- Gacmahaaga ku dhaq saabuunta marka aad guriga imaado iyo marka uu qof ku soo booqdo.
- Guriga ka shaqey haddey kuu suura geleyso. Haddii loobaahdo, xafiiskana waad ka saqeyn kartaa.
- Haddii aad gudaha joogto, tusaale ahaan guriga ama xafiiska? Markaa dariishada fur hadey suura galeyso. Markaasi rajada inaad isqaadsiisaan wey sii yaraaneysaa.
- Hadda waajib ma aha in1,5 mitir la kala fogaadaa, laakiin waa wax ay fiican tahay in la sameeyo.

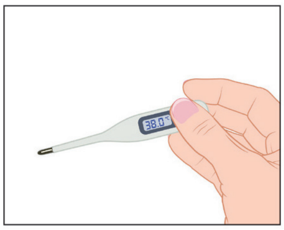
Maskarka afka ee gaadiidka dadweynaha

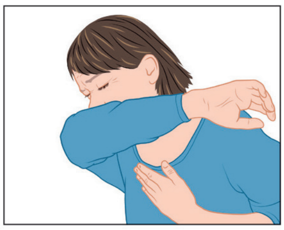
Maskarka afka waa waajib in la xirtaa meelahan:

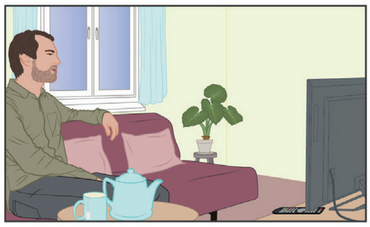


- Tram-ka, baska, iyo tareenka
- Garoonka diyaaradaha iyo diyaarada dhexdeeda
- Taksiga dhexdiisa

Dhamaan meelaha kale qasab ma aha maskarka afka.







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 sanka ah**
- **dhuun xanuun**

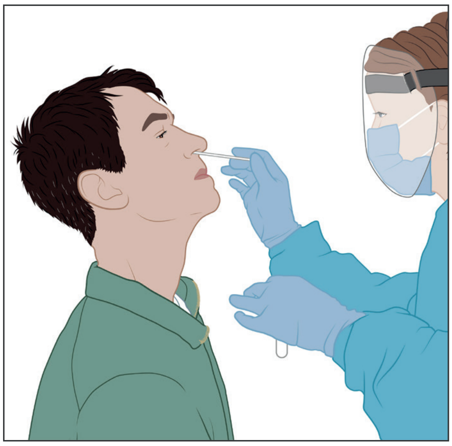
Markuu jiro **xumad** ama **neefsashada ku dhibeyso** waa in qof walba oo gurigaaga deggan, guriga **joogaan**. Haddii aadan xanuun lahayn ha **sameynin** baaritaanka. Xumad waa marka ay xaraarada ka badan tahay 38 darajo.

Baaritaanka
Baaritaanka- Corona waa lacag la'aan

Waxaad ballan u sameysan kartaa 2 qaab:

1. Combiyutarka: Aad www.coronatest.nl. 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 markaaad banaanka aadi karto.



Tallaalka
Tallaalka ka hortaga Corona wuxuu kaa badbaadinaayaa fayrus-ka-Corona.
Waxaa tallaalka u qaadaneysaa cirbad ahaan oo garabka ah.
Tallaalka ka dib kuma xanuunsaneysid fayruska ama wax yar ayaa ku xanuunsanaysaa.

Waxaa Nederland ballan loo sameyn karaa qof walba laga bilaabo 12 jir.

Waxaa websaytka Pharos ku qoran warbixin dheeraad oo tallaalka ku saabsan.

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

Ma leedahay xanuuno kale oo aan ahayn Corona? Markaa dhaqtarka qoyska waad aadi kartaa. Waa muhiim inaad daryeel hesho marka aad u baahan tahay.

Waxaad websaytka 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**

Deze begrijpelijke informatie is gebaseerd op de adviezen van Rijksoverheid.nl en Thuisarts.nl en is getest met taalambassadeurs van Stichting ABC.
23 september - versie 30

PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN