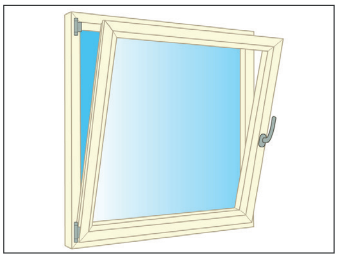
Fayruska-Corona

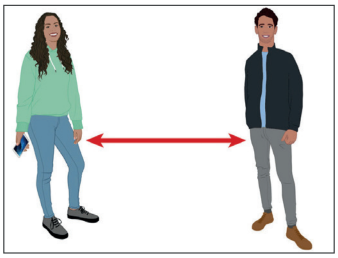
Halkan ka aqriso: • Nidaamka dowlada • Xanuunada corona leedahay • Baarista • Tallaalka

Talooyin si aan leysku qaadsiinin

Gacmaha ku dhaq saabuun markaad guriga imaado ama aad qof soo booqato.



Haddii aad meel guda-ha joogto sida guri ama xafiis? Markaasi dariis-hada fur.



Waa inaad 1,5 mi-tir aad dadka kale ka fogaataa. Tani waa waajib.

Dadka gacanta ha ku salaamin.

Shaqadda
Shaqada guriga.
Haddii ay noqoto inaad shaqo aado, waai naad 1,5 mitir aad dadka ka fogaataa.

Booqashada
Guriga ugu badnaan 2 qof ayaa ku soo booqan kara.
Tani ma khuseyso caruurta ilaa 13 jirka ah.
Waxaa booqasho aadaa ugu badnaan 1 mar maalintii.
Ma aadeysaa booqasho ama malagu soo booqanayaa?
Samey tijaabada aad guriga ku sameyneyso.
Isku day inaad inta badan inaad guriga joogto.

Markaad jiran tahay: waxaad sameysaa baaritaan iyo joog guriga
Sidoo kale haddii aad talaalan tahayna samey sidan!
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

Corona
Corona ma qabtaa? Markaa waa inaad guriga joogtaa, qof kasta oo guriga joogana waa inuu guriga joogaa. Waa inaad sidaa yeeshaan xataa haddii aad tallaalantihiin.
Qof ka mid ah gurigaaga ma qabaa Corona? Markaa adigana waa inaad sidoo kale guriga joogtaa.

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.

Maskarka afka

Maskarka afka waa waajib meelaha badankooda , sida:

- Dhismaha gudahiisa, sida dukaamada, maqaayada iyo shineemada
- Haddii qof kugu soo dhawaanaayo, sida tima jaraha ama dhaqtarka
- Taksiga, tram-ka, baska, metro-ga iyo tareenka dhexdooda. Sidoo kale xarunta tareenka iyo meelaha baska laga raaco
- Garoonka diyaaradaha iyo diyaaradaha dhexdooda
- Iskuulka: laga bilaabo fasalka 6 marka la soconaayo iskuulka gudahiisa

Waxaa lagu ganaaxi karaa 95 euro ah haddii aad samen weydo.

QR-code-ha mar mar waa waajib

Meelaha qaarkood waxaad u baahan tahay QR-code-ka.
Waxaa QR-code-ka lagu siinayaa haddii:
- Haddii aad si buuxda u talaalan tahay
- Corona ay kugu dhacday oo aad ka bogsatay
- Haddii aad is baartay oo natiijo nagatif ah heysato oo ugu badnaan 24saac gudahooda.

Soo dejiso app-ka loo yaqaan Coronacheck oo taleefoonka ah. Waxaa meesha gelisaa QR-code-ka. Waad heli kartaa QR-code-ka oo **warqad ah** . Kala xariir 0800-1421.

Tallaalka
Tallaalka ka hortaga Corona wuxuu kaa badbaadinaayaa fayruska-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.
20 december - versie 35

PHAROS
EXPERTISECENTRUM GEZONDHEIDSVERSCHILLEN