

# Qorshayaasha wanaagsan ee COVID ka looguna talagalay dugsiyada

## Macluumaadka loogu talagalay qoysaska

Waxaan ognahay in wadajirka fasalka dhexdiisa ay tahay waxa ugu fiican waxbarashada ardeydeena, koritaankooda iyo fayoaqabkoodaba. Teeramkan waxaan sii wadaynaa inaan dhaqan gelino dhowr qorshe si ay noogu ogolaadaan inaan ukala hor marino siday u kala mudan yihiin labadaba fayoaqabka ardeydeena iyo jawiga waxbarasho ee wax soo saarka leh ee aan sidoo kale isbedelin.

### Guriga joog haddaad xannuunsaneysid

- Haddii ilmahaagu uu xannuusanayo, waa inaad guriga ku heysaa. Haddii ay muujinayaan astaamo COVID-19, waa inay iska qaadaan COVID-19 baaritaanka (PCR ama RAT) oo ay raacaan tallada Dawlada NSW si ay amaan ah ugu maareyn lahaayeen COVID-19 guriga ([managing COVID-19 safely at home](#)).
- Ilmahaagu waa inuu dugsiya ku noqdaa oo kaliya markaysan lahayn wax astaamo ah.

### Tallaalada

- Tallaalada loogu talagalay COVID-19 iyo jirooyinka kale ee fayraska waa mid ka mid ah siyaalaha ugu wanaagsan ee aad u ilaalin lahayd nafsadaada, qoyskaaga iyo bulshadaba. Tallaalku waa amaan iyo habka ugu wax wxtarsan ee aad ku siin karto nidaamka difaaca jirkaaga caawimaad uu uga hortago jiroon badan.
- Dhammaan shaqaalaha iyo ardayda u qalma waxaa si xoogan loogu dhiirigelinayaa inay tallaalkooda cusbooneysiyaan si ay caafimaadkooda u difaacaan.
- Dhammaan shaqaalaha uga shaqeynaya dugsiyada ujeedooyin khaas ah (schools for specific purposes (SSPs)) waxaa looga baahan yahay inay laba tallaal qabaan oo COVID-19 ama ay heystaan caddeyn caafimaad oo sidaa ka soo horjeeda.

### Baaritaanka degdega ah ee antigen

- Baaritaanada degdega ah ee antigen (Rapid antigen tests (RATs)) waa in la isticmaalaa haddii ilmahaagu uu muujinayo astaamaha COVID-19.
- Ardayda laga helo COVID-19 ee bosatiifka noqda waxaa lagu dhiirigelinayaa inay wargeliyaan dugsigooda oo ay ka diiwaangleiyaan natiijadooda bosatiifka ah [Service NSW](#) si ay uga helaan tallo iyo taageero wakhtigeeda ah NSW Health (Caafimaadka NSW).
- Dugsiyadu waxay heysan doonaan keyd dib loo dhigto oo ah baaritaanada degdega ah ee antigen ee goobaha dugsiya oo loogu talagalay ujeedooyinka baaritaanka dusha kala socodka lacala haddii uu ka dilaaco xannuunku.

### Nadiifinta iyo nadaafada

- Ardeyda waxaa lagu dhiirigelinayaa inay si joogta ah ugu dhaqaan gacmahooda biyo iyo saabuun oo ayna u isticmaalaan qalabka ilaalinta shakhsiyeed sidii looga baahan yahay.
- Maalin nadiifinta dugsiyada oo la xoojiyo waxay xoogga saari doontaa meelaha inta badan la taabto iyo meelaha kale ee dusha adag, meesha albaabka la qabto, sanduuqyada wax la dhigto, nalka meesha laga daaro iyo meelaha gacanta lagu qabsado ee jaranjarooyinka iyo goobaha dhaqdhaqaaqa.

### Wareega hawada

- Hawada cusub waa nooca ugu wax ku oolsan ee wareega hawada si loo yareeyo khatarta isu gudbinta.
- Inta lagu jiro bilaha diiran qaboojiyaha waxaa lala isticmaali doona hababka wareega hawada si loo dheelitiro raaxada hawada diiran.
- Dhammaan goobaha waxbarashada ee dugsiyada dadweynaha waa la jeegareeyey si loo hubiyo heerarka haboon ee wareega hawada iyo hawo nadiifiyayaasha waxaa lagu bixiyey meeshii looga baahnaa.
- Istimaalida goobaha bannaanka way sii soconaysaa in lagu dhiirigeliyo meeshii suurtagal ah.

## Maaskarada

- Xirashada maaskarada ayaa si xoogan loogu dhiirigelinayaa meeshii suurtagal ah ee dhamaan ardeyda, shaqaalaha dadka booqashada ah gaar ahaan gudaha/ama marka kala fogaanta jir ahaan aysan suurtagal ahayn, iyo haddii ay wajaheen COVID-19.
- Xirashada maaskiga way socotaa in laga rabo wakhti kasta shaqaalaha, dadka iskaa ku shaqeeya iyo shaqaalaha kale ee taageera ardaydeena ee khatar weyn ugu jira jiro daran haddii ay qaadaan COVID-19, haddii ay dugsiga u joogaan ujeedooyin gaar ah, xubnaha taageerada ama fasalada caadiga ah ee dugsiga.

## Dadka booqashada ah

- Dadka booqashada ah waxay iman karaan goobaha dugsiga iyadoon loo eegaynin heerka tallaalkooda.
- Dhammaan dadka booqashada ah ee sida tooska ah ula hawlagelaya ardayda goobaha qaarkood ee khatartoodu sareyso ee hawlaha dugsiga iyo bixinta manhajka iyo shirkada caafimaadka la xiriira fayoaqabka ardayda, waxaa laga yaabaa in looga baahdo xirashada maaskiga.

## Nashaadka

- Qiimeynta khatarta amaanka iyo caafimaadka waxaa lagu dari doonaa qoyshaynta nashaadka, oo ay ku jiraan maalin jooga gaaban iyo habeen dhaxa kaamamka.
- Xannaaneeyayaasha iyo waalidiinta waxaa la ogeysiin doonaa inay ka warqabaan khatarta xiriirka wajihida waxayna u baahan doonaan inay nashaadka qaarkii siiyaan ogolaansho.

## Ka jawaabida xaalada dhow dhow

- Dugsiyadu waxay la shaqeyn doonaan kooxda maareynta kiiska fayoaqabka shaqaalaha iyo amaanka, wasaaradda caafimaadka inay uga jawaabaan si ku haboon xaaladaha dhow dhow oo ay ku jiraan haddii ay dilaacdo jirada fayraska.
- Xaaladaha qaarkood, dugsiyada waxaa laga yaabaa inay si ku meelgaar ah ay u soo saaraan qorshayaal dheeraada oo wakhti xaddidan ah si ay u caawiso joojinta taxanaha caabuqa, oo ay ku jiraan u baahashada in la xirto maaski, dib u dhigida ama xaddidida nashaadka aan muhiimka ahayn iyo u tilmaamida kooxaha qaarkood inay fogaan wax ku bartaan.

## Fogaan arag wax ku barashada

- Dugsiyadu waxay sii wadayaan inay isticmaalaan ilaha waxbarashada daabacan ee ay hagayso, dhijitaalka si loo taageero ardayda u baahan inay wax ugu bartaan fogaan arag.

## Adeega Turjumaanka Taleefanka

Haddii aad u baahan tahay macluumaad dheeraad ah fadlan wac maamulaha dugsigaaga. Haddii aad u baahan tahay turjumaan kaa caawiya weydiintaada fadlan ka wac Adeega Turjumaanka Taleefanka 131 450 kuna weydiiso turjumaan luuqadaada. U sheeg xiriiriyaha lambarka taleefanka ee aad dooneysid inaad wacdid, xiriiriyuhuna wuxuu soo gelin doonaa turjumaan khadka taleefanka si uu kaaga caawiyo wada hadalka. Adeegan lacag lagaama qaadi doono.

**Dawlada NSW waxaa ka go'an inay hubiso adeegyada dugsiga inay sii socdaan markay mudnaanta kala siinayaan fayoaqabka iyo amaanka ardeyda iyo shaqaalaha dugsiga.**