

STAY SAFE MN

Waxa aad samaynayso intaad sugayso Natiijada baaritaanka COVID-19



Kadib marka lagu baaro



- Guriga joog oo ka fogaow dadka kale haddii:
 - Aad qabto astaamaha xanuunka.
 - Qof jooga gurigaagu uu qabo COVID-19
 - Aad la joogtay qof qaba COVID-19.
- Haddii aaddan qabin astaamaha aaddana la joogin qof qaba COVID-19, uma baahnid inaad guriga joogtid intaad sugayso natiijooyinka baaritaankaaga. Xiro maaskaro una jirso ugu yaraan 6 dhudhun dadka kale ee aan guriga kugula noolayn. Haddii aad biloowdo inaad dareento wax astaamo ah, guriga joogo oo ka fogaow dadka kale.
- Biloow inaad dagsato qorshaha waxa aad samaynayso haddii lagaa heli caabuqa waayo waxaad u baahan doontaa inaad guriga joogto ugu yaraan 10 maalmood.
- Qoro liiska dadka aad la joogtay dhawaanahaan. U sheeg inaad qabi karto COVID-19 ayna tahay inay ka fogaadaan dadka kale ilaa ay jawaabtaada helaan.
- Haddii lagu baaray sabab la xariirta inaad la joogtay qof qaba COVID-19 aaddana qabin astaamaha, waa inaad guriga joogtaa 14 maalmood haddii xataa baaritaanku kaa waayo caabuqa waayo wali waad jiran kartaa.
- Haddii lagu baaro sabab la xariirta qaliin caafimaad ood mari doonto aaddana qabin astaamaha xanuunka, qasab maaha inaad guriga joogto intaad sugayso natiijooyinka baaritaanka.
- Waxay qaadan kartaa dhawr maalmood inaad hesho natiijada baaritaanka. Waxaad ku heli doontaa natiijooyinka baaritaanka barta iimeelka, fariin qoraaleed iyo/ama wicitaanada taleefanka.
- La soco astaamahaaga. Haddii astaamahaagu kasii daraan, la xariir dhakhtarkaaga daryeelka caafimaadka. U sheeg dhakhtarkaaga in lagaa baaray cudurka COVID-19.



Haddii caabuqa lagaa helo



- Tani waxay ka dhigan tahay inaad hadda qabto COVID-19.
- Guriga joog.** Shaqaalaha caafimaadka Dadwaynaha ayaa kusoo wacaaya. Waa muhiim inaad taleefanka ka qabato. Waxay ku waydiin doonaan su'aalo ku aaddan dadka laga yaabo inay kula joogeen ee kaa qaadi kara COVID-19, sida dadka kula joogay iyo meelaha aad booqatay.
- Sidoo kale waxay ku siin doonaan xog dheeraad ah oo ku aaddan waxa ay tahay inaad samayso iyo mudada aad guriga joogayso.



Haddii caabuqa lagaa waayo



- Tani waxay ka dhigan tahay **inaaddan** hadda qabin COVID-19. Hase yeeshee, wali aad caabuqa qaadi karto ama u jiran karto waqti kasta. Waa inaad sii wadaa qaadista talaabooyin si aad u difaacdo naftaada iyo dadka kale uguna difaacdo COVID-19.
- Haddii aad qabto astaamaha COVID-19, la hadal dhakhtarkaaga ama adeeg bixiye kale oo caafimaad si aad u waydiiso helitaanka baaritaan kale.

Macluumaad dheeraad ah

Webseetka Department of Health's COVID-19

<https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/>

Laynka Gurmadka Tooska ah ee Minnesota Helpline 651-297-1304 ama 1-800-657-3504

(Isniinta ilaa Jimcada: 9 a.m. ilaa 4 p.m.).



Minnesota Department of Health | health.mn.gov
651-201-5000

La xariir health.communications@state.mn.us
si aad u codsato xogta oo qaab kale ah.

11/17/2020 (Somali)