

Cudurka Fayraska Korona 2019 (COVID-19)

Weji Xirka iyo Af-xirka Aan Kuwa Caafimaadka Ahayn

Xirashada weji xirka ama af-xirka aan kuwa caafimaadka ahayn ayaa noqon kara hab dheeraad ah oo lagu ilaalin karo caafimaadka kuwa hareerahaaga jooga, gaar ahaan halka kala-fogaanshaha jireed ay adag tahay (tusaale, gaadiidka dadweynaha, marka dukaamada wax laga iibsano). Kuwan waa qaar ka mid ah talooyin ku saabsan af-xirrada ama weji xirrada waxa ay sameeyaan, goorta aad tixgelin karto adeegsiga mid, iyo sida amaanka ah ee loo xirto.

Haddii adiga ama xubin ka tirsan qoysku uu qabo astaamaha cudurka, ama looga shakiyo in uu qabo cudurka COVID-19, raac [tilmaanta iskeliyeynta ama isa-soocidda](#).

Maxay tahay sababta loo adeegsao weji xirka ama af-xirka aan kuwa caafimaadka ahayn

- Cudurka COVID-19 ayaa waxaa laga qaadi karaa shakhsiyadka qaba ee isku arka dhowr astaamo ama kuwa aan astaamoba lahayn oo aan ka warhayn in ay cudurka sidaan.
- Weji xirka ama af-xirka aan kuwa caafimaadka ahayn ayaa waxaa loogu talagalay in dad kale looga ilaaliyo dhibcahaaga caabuqa faafiya.
- Waxaa kaloo ay ka hortagi karaan dhibcaha dadka kale in ay soo gaaraan afkaaga ama sankaga.
- Tixgeli in aad midkood ku xirato meelaha ay bulshadu isugu gudbiso cudurka COVID-19 iyo halka [kala-fogaanshaha jireed](#) aysan suuragal ahayn, tusaale, gaadiidka dadweynaha, dukaamada yaryar ee raashiinka iibiya ama farmashiyeyaasha.

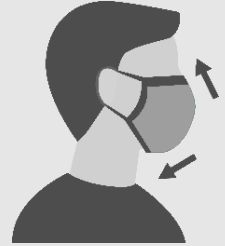
**Waa maxay nooca weji xirka ama af-xirka aan kuwa caafimaadka ahayn ee ay tahay in aan adeegsado**

- Ma jiraan nakshad ama agab gaar ah oo la ogyahay in ay kuwa kale ka wanaagsan yihiin.
- [Hay'adda Caafimaadka Dadweynaha ee dalka Kanada](#) ayaa bixisa tilmaamo ku saabsan sida loo sameeyo af-xirka dharka laga sameeyo.
- Hubso in af-xir kasta oo maro ah in uu ka sameysan yahay ugu yaraan laba lakab iyo in la dhaqi karo dhowr jeer iyada uu uusan qaabkiisa lumin ama xumaan.
- Ha siinin carruurta ay da'doodu ka yar tahay laba sano, ama shakhsiyadka aanan awoodin in ay xirtaan tusaale, xaalad caafimaad, ama aanan awoodin in ay si fiican u xirtaan/isaga bixiyaan.



Sida loo xirto weji xirka ama af-xirka aan ahayn kuwa caafimaadka

- Gacmahaaga ku nadiifi [biyo iyo saabuun ama gacmo nadiifiye alkohool ku jirta](#) ugu yaraan 15 ilbiriqsiyo.
- Hubso in uu si fiican **ula egyahay (in uusan jirin daldalloo u dhaxeeya af-xirka iyo wejiga)** oo uu daboolayo afka iyo sanko, oo ah, laga soo bilaabo indhaha hoostooda ilaa garka hareerahiisa.
- Ku xir xargo ama dhego gashi si uu u noqdo mid raaxo leh, oo aanan caqabad ku ahayn neefsashada iyo aragga.
- **Ka fogaaw taabashada xagga hore ee af-xirka ama weji xirka marka aad xiran tahay** – haddii aad taabato, isla-markiiba gacmahaaga nadiifi.
- Xirnow inta aad raaxo ku qabtid, oo iska bixi marka uu wasakhoobo, qooyamo, waxyeello gaarto ama ay adkaato in lagu neefsado.
- Af-xirkaaga dadka kale hala wadaagin.



Sida la isaga bixiyo oo loo daryeelo af-xirka ama weji xirka aan ahayn kuwa caafimaadka ee la nadiifin karo

- Si taxaddar leh isaga bixi adiga oo keliya ka qabanaya suumanka ama xargaha ka-dibna si toos ah ugu dar dharka wasakhda ah.
- Haddii ay dhacdo in aad adeegsato mar kale ka hor inta aadan dhaqin, hubso xagga hore ee af-xirka in uu isku laaban yahay si aad uga fogaato taabashada xagga hore. Ku kaydi bac isaga u gaar ah, tusaale, bacda warqadda ah.
- Isla-markiiba gacmahaaga ku nadiifi biyo iyo saabuun ama gacmo nadiifiye alkohool ku jirta ugu yaraan 15 ilbiriqsiyo.
- Ku dhaq makiinadda dharka lagu dhaqdo oo si joogto ah loogu daro biyo kulul iyo saabuun, taas oo ay tahay in ay disho fayras kasta.
- [Wasaaradda Caafimaadka](#) waxay haysaa macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida loo adeegsado oo loo daryeelo weji xirka ama af-xirka aan kuwa caafimaadka ahayn.

Ogow

- Weji xirka ama af-xirka aan kuwa caafimaadka ahayn ayaa waxaa laga yaabaa in aysan bixin ilaalin guud oo ka dhan ah walxaha fayraska ah, gaar ahaan haddii aysan si fiican u dhuuqsaneyn.
- Maadaama aanan lahayn heerar la aqoonsan karo oo la tijaabiyay, taabogalnimadooda way kala duwanaa doontaa.