



CAAWI YARAYNTA FAAFIDDA COVID-19

QAAD TALLAABOYINKA SI LOO YAREEYO FAAFIDDA CUDURKA JEERMISKA KORONOFAYRAS (COVID-19):



raac talada
masuuliyiintaada
caafimaadka dad
waynaha maxaliga ah



ku dhaq gacmahaaga
inta badan saabuun
iyo biyo ugu yaraan
20 ilbidhiqsi



Isticmaal nadiifiyaha
gacanta ee alkoladu ku
jirto haddii saabuunta iyo
biyaha aan la heli karin



ha isku deyin
inaad taabato
indhahaaga,
sankaaga,
ama afkaaga



ka feejignow
udhawaanshaha
dadka jirran



ku qufaca iyo
ku hindhisada
gacanta
shaadhkaaga.
Laakiin maya
gacmahaaga



joog guriga inta badan ee
suuragalka ah haddii aad
u baahan tahay inaad
guriga ka tagto si aad us
amayso kala fogaanshaha
jidhka ah (ugu dhawaan 2)

ASTAAMAHA

Astaamaha COVID-19 waxay
noqon karaan kuwa nuxuus
ah ama aad u halis ah,
waxayna ku qaadan kartaa
ilaa 14 maalmod in ay
soo if baxaan, kadib soo
banbaxa jeermiska



QANDHO

(ka kulayl badan
ama la mid ah 38 °C)



QUFAC



DHIBTA NEEFSASHADA

HADDII AAD XANUUNSAN TAHAY



Isku go'doomi
guriga si aad uga
dhawrto dadka
kale jirro ku
faafta.



Ka feejignow
booqashada dadka waa
wayn, ama kuwa ay
xaaladahaoga
caafimaad liitaan.
Khatartooda in ay
jirrooyin halis ah kiciyaan
ayaa aad u weyn.



Inta aanad
booqan, horay u
wac xirfadlaha
caafimaad
masuuliyadda
caafimaad
ee maxaliga
xaafadda ah.



Haddii ay jiradaadu
ka sii darto, dhaqso
ula xiriir cidda aad ka
hesho xanaano ama
daaryeel caafimaad,
ama maamulka
bukaan eegtada
dadweynaha, raacna
tilmaamahooda.

MACLUUMAAD KA DHEERAADKA AH EE KU SAABSAN COVID-19:

📞 1-833-784-4397

@ canada.ca/coronavirus