

HEL XAQIIQOYINKA.

KALA DUWANAANSHANA DELTA: WAXAAD U BAAHAN TAHAY INAAD OGAATO

Fayrasyadu had iyo jeer way is beddelaan. Marka isbeddel weyn dhaco, saynisyahannadu waxay ugu yeeraan isbeddel cusub. Noocyada qaarkood waxyeello yar bay leeyihiin, halka kuwo kalena ay khatar yihiin.






Kala duwanaanshaha Delta waa mid ay saynisyahannadu aad uga walaacsan yihiin maxaa yeelay aad bay u fududahay in la qaado uuna ku fido dadka kale waxayna sababi kartaa jirro aad u daran.



Dad badan oo da 'walba leh ayaa ku xanuunsanaya Delta, oo ay ku jiraan dadka waaweyn, dhalinta iyo carruurta.

TALLAALADU WAXAY KA ILAALIYAAN NOOCA DELTA

Habka ugu fiican ee naftaada, qoyskaaga, iyo bulshadaada looga ilaalin karo nooca Delta waa in si buuxda loo tallaalo. Tallaaladu waa:

- 
BADBAADO: Tallaalka waxaa lagu xaqiijiyay inuu badbaadiyay malaayiin qof, oo ay ku jiraan kuwa jinsiyado, qowmiyado iyo da'a kala duwan ah. Waxay aad ugu dhowdahay inaad si daran ugu xanuunsan doonto COVID-19 ama nooca Delta marka loo eego tallaalka.
- 
WAX KU OOL AH: Tallaalku wuxuu kaa difaacayaa inaad qaaddo COVID-19 iyo noocyadiisa Delta. Tallaalku wuxuu kaloo kaa hor istaagayaa inaad si xun u xanuunsato oo aad dhimato haddii aad xanuunsato.
- 
BILAASH: Tallaaladu waa u bilaash qof kasta, iyadoon loo eegin xaaladdaada socdaalka ama haddii aad leedahay aqoonsi ama caymis caafimaad.



Haddii aan lagu tallaalin, waxaad aad ugu dhowdahay inaad ku qaaddo cudurka isbeddelka Delta, aad u xanuunsato, oo aad ugu faafiso dadka kale.

WAXAD KU JOOJIN KARTAA NOOCYADA KHATARTA AH ADIGOO ISTALLAALAYA



Noocya badan oo khatar badan sida Delta ayaa soo baxay maxaa yeelay dad ku filan lama tallaalo. Waxaa jiri kara noocyo badan sida Delta mustaqbalka. Habka ugu fiican ee lagu badbaadin karo naftaada, qoyskaaga, iyo bulshadaadaba waa in sida ugu dhakhsaha badan loo tallaalo. Caawinta joojinta COVID-19.



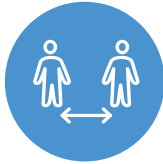
Tallaalada qaarkood waxay u baahan yihiin laba qaybood. Waxay qaadataa laba toddobaad kadib tallaalkaaga ugu dambeeya si aad u hesho badbaadinta ugu badan.

KA ILAALI NAFTAADA IYO BULSHADAADA DELTA

Nooca Delta wuxuu si fudud ugu faafaa si ka duwan noocyada kale ee COVID-19. Haddii aadan si buuxda isu tallaalin, naftaada iyo bulshadaada ku ilaali:



Xirashada maaskaro.



Ku dhaqan kala fogaynta bulshada.



Ka fogow la kulanka dad badan.



Jeermiska ka dil meelaha taabashada badan.



Si joogto ah u dhaq gacmahaaga.

Khubaro badan oo caafimaad ayaa weli ku talinaysa in dadka la tallaalay ay sidoo kale sameeyaan taxaddarradan, gaar ahaan haddii ay ag joogaan dad badan ama ku urursanayaan gudaha.



WAXAD KU JOOJIN KARTAA KHATARAHA NOOCYADA KHATARTA AH ADIGOO ISTALLAALAYA

CAAWI JOOJINTA COVID-19.