Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Waaxda Faderaalka Gudaha EDI

Hay'ada Caafimaadka Faderaalka BAG

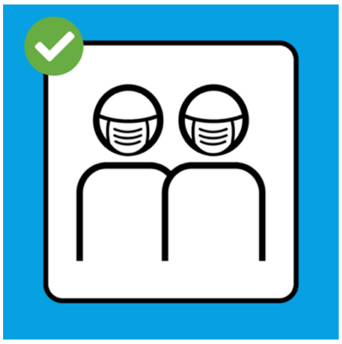
FAYRASKA CORONA WELI WUU JIRAA.
bag-coronavirus.ch

Fayraska corona ee cusub La cusbooneysiiyay 12.08.2020

SIDA LOO ILLAALIYO NAFSADAADA.

Warbixin muhiim ah oo ku saabsan cudurka fayraska Corona iyo sharciyada la xiriiro hab dhaqanka iyo nadaafada.

Maaskaraha qasabka ah ee gaadiidka bulshada

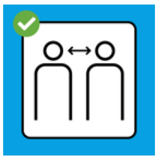


Joogtey inaad raacdid sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Ma rabno in faytaska corona cusub uu faafo markale.

Haddii ay jiraan aastaamo cudurka ah, halagu baaro islamarkiiba oo guriga joog.

Wixii ujeedooyinka raadraacida, fadlan bixi sharaxaadaha xiriirka marwalboo suurtogal ah.

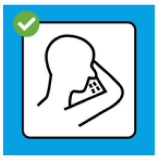
Haddii tijaabada ay wanaagsantahay: Gooniyeynta.
Haddii ay jiraan taabashada qof laga helay: is karantiil.



Ka fogow.

U dhaq gacmahaaga si balaaran.

Ka fogow gacmo salaamida.



Ku qufac oo ku hindhis istiraasho ama qalooca garabkaaga.

Kaliya diiwanka taleefonka kadib iyo hab dhaqanka dhaqtarka ama qeybta gurmadka.

Somali, Somali, Somala, Af-Soomaali

Su’aalaha inta badan la is weydiiyo iyo jawaabaha ku saabsan fayraska corona ee cusub

Iyo qafiifinta tallaabooyinka looga illaalinayo dadka fayraska corana ee cusub, dadk badan waxay markale ku qeybinayaan meelaha bulshada. Bundesrat way sii wadayaan inay si culus ugu tiirsanaadaan masuuliyada shaqsiga. Sharciyada nadaafada iyo dabeecada sidoo kale sida afkaaraha illaalada waxay ahaaneysaa muhiimada oo waa inay ka caawisaa ka hortaga caabuqyada cusub.

Masuuliyada shaqsiga weli muhiim ayay ahaaneysaa: qaabka ugu wanaagsan ee looga illaaliyo nafsadaada caabuqa waa ku dhaqashada joogtada ah ee gacmahaaga saabuun iyo joogteynta ka fogaanshaaga.

Waxaa jiro halis la tixgelin karo oo caabuqa oo baaxada 1.5 miitir lama joogteyn karo. Tani waxay ku dhici kartaa waqti walba, gaar ahaan gaadiidka bulshada. Aragtida korodhka safarka iyo tirada kordheyso oo dacwadaha tan iyo bartamaha Juun, Bundesrat way kordhiyeen tallaabooyinka oo go’aansadeen inay soo bandhigaan maaskarooyinka qasabka ah oo dhammaan gaadiidka bulshada ka bilow 6-da Luuliyo 2020.

Caabuqa iyo halisaha

<u>Maxay nadaafadaan iyo sharciyada hab dhaqanka sidaas muhiim ugu yihiin?</u>

Fayraska Corona waa fayras cusub ee la dagaalama aadanaha **weli malahan cirbad looga hortago (farmasooyin difaacid). Waxay u hogaamin kartaa caabuqyo badan iyo cuduro.** Waa inaan sidaas darteed yareynaa faafida fayraska Corona sida ugu badan ee suurtogalka ah.
Waa inaan si gaar ah u illaalinaa dadka qabo halista sareyso oo jiroodka halista ah. Kuwaan waa kuwa ka weyn 65 sanno jirka iyo kuwa leh jiro hore. Xaaladahaan hore u jiray:

Kuwaan waa:

- Dadka da’dooda ah 65 iyo ka weyn
- Dumarka uurka ah
- Dadka weyn ee qabo xaaladaha horay u jiray ee xiggo:
  - **Dhiig karka sareeyo**
  - **Cudurka wadnaha**
  - **Sonkorta**
  - **Cudurada neefsashada daran**
  - **Kansarka**
  - **Cudurada iyo daaweynada yareeyo difaaca jirka**
  - **culeyska daran (cayilka, BMI ee 40 ama ka badan)**

Haddii aadan hubin haddii aad tahay mid ka mid ah dadka nugul ee gaarka ah, fadlan la soo xiriir dhaqtarkaaga.

Haddii aan dhammaanteen raacno sharciyada nadaafada iyo anshaxa, waxaan sidoo kale si wanaagsan u illaalin karnaa dadkaan. Qaabkaan, waxaan sidoo kale ku caawineynaa hubinta in dadka qabo jirooyinka halista ah ay sii wadaan in si wanaagsan loogu daaweeyo xarumaha caafimaadka. Tani sababtoo ah waxay ku jirtaa qeybaha daryeelka degdega, qolalka daaweynta iyo qalabka neefsashada waxaa loo heli karaa baaxad xadidan.

<u>Maka weyntahay 65 ama ama uurka ma qabtaa mid ka mid ah xaaladaha horay u jiray ee kor ku qoran? Tani waa sida aad u illaalin kartid nafsadaada:</u>

Qaabka ugu wanaagsan ee looga illaaliyo nafsadaada caabuqa waa joogteynta raacida sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Tallooyinka xiggo way quseysaa:

- Si joogta ah ugu wada dhaq gacmahaaga saabuun.
- Ka fogow dadka kale (ugu yaraan 1.5 miitir).
- Raac waajibaadka maaskaraha ee gaadiidka bulshada.
- Sidoo kale sharciyada nadaafada iyo anshaxa markii aad la kulantid saaxibo ama qoys. Tusaale ahaan, taabasho la’aanta isla maacuun markii aad cuntada guraneysid, oo aadan ka cabin isla galaaska, iwm.

- Ka fogow saacadaha degdega ee meelaha leh dadka aad u badan (tusaale ahaan, waqtiyada safarka ee gaadiidka bulshada ama saldhiga tareenka, adeegashada Sabtiyada). Si kastaba, haddii aad joogtid meelaha leh dadka aadka u badan oo aan la joogteyn karin ka fogaanshaha muhiimka ah, waxaan ku talineynaa xirashada maaskaraha nadaafada

Ma qabtaa hal ama ka badan oo aastaamaha jirada sida qufaca (caadi ahaan qalalan), dhuun xanuun, neefsashada oo yaraata, xabad xanuunka, qandhada ama lumitaanka lama fillaanka ah ee urta iyo/ama dhadhanka? **Kadib soo wac dhaqtarkaaga ama isbitaalka islamarkiiba. Sidoo kale dhammaadyada isbuuca.** Qeex aastaamahaaga oo dheh inaad ka mid tahay kuwa ugu badan ee halista ku jiro.

Waxaad tahay uur oo malaha waxaad halis gaar ah ugu jiri kartaa inuu kugu dhaco cudurka Covid-19 oo daran. Maxaad u baahantahay inaad ka taxadartid?

Haddii aad uur tahay, waa inaad ka illaalisaa nafsadaada caabuqa fayraska corona ee cusub haddii ay suurtogal tahay. Waxaan sidaas darteed kugula talineynaa inaad raacdid tallooyinkeena oo dadka halista gaarka ah ku jiro (fiiri jawaabta hore).

Goobta shaqada, badroonigaaga waxaa waajib ku ah Sharciga Illaalinta Dhalmada si loo hubiyo in adiga, sida dumarka uurka ah, waxaa looga illaaliyaa sida ugu wanaagsan oo suurtogalka ah caabuqa fayraska corona cusub. Haddii tani aysan suurtogal aheyn, badroonigaaga waa inuu ku siiyaa badelo. Suurtogal ma ahan in la sii wado shaqadaada, dhaqtarkaaga haweenka ayaa kuu sameyn karo mamnuucida shaqada.

Haddii aad uur tahay, sida waafaqsan natiijooyinka cusub, jirada fayraska corona ee cusub wuxuu u hogaamin karaa xaalad adag oo cudurka ah, gaar ahaan haddii culeyskaaga uu daranyahay, oo da’da weyn ama aad qabtid jorooyin kale, tusaale ahaan. Hadeer la joogo, waxaa weli jiro su’aalo badan oo aan weli laga jawaabin ee la xiriirta uurka iyo Covid-19. Si kastaba, hooyada iyo canuga waa in laga siiyaa illaalo gaar oo ay taxadar la jirto.

Haddii aad la kulantid aastaamaha jirooyinka, soo dhaqtarkaaga haweenka islamarkiiba si aad ugala hadashid tallaabooyinka muhiimka ah.

Sidee ayuu ku gudbaa fayraska corona ee cusub?

Fayraska corona cusub wuxuu u gudbi karaa sida xigto:

- **Haddii ay dhacdo u dhawaanshaha dhow ama muddada dheer**: Haddii aad joogteysid wax ka yar 1.5 miitir oo ka fogaanshaha qofka jiran iyada oo aan jirin illaalada (tusaale ahaan darbiga kala qeybiyaha ama labada qof oo xiran maaskaro). Muddada dheer iyo u dhawaanshada dhow ee qofka jiran, sida badan ee ay u dhowdahay inaad qaadid cudurka.
- **dhibcaha:** Haddii qofka jiran hindhiso ama qufaco, fayrasyada waxay si toos ah u geli karaan unugyada xabka ee sanka dadka kale, afka ama indhaha.
- **dhinaca gacmaha**: caabuqyada dhibcaha ee qufaca iyo hindhista waxay noqon karaan gacmaha. Ama hal taabasho sagxada oo fayraska uu xaadir yahay. Waxay gaaraan afka, sanka ama indhaha markii aad taabatid iyaga.

Goorma ayaad qaadsantahay?

Ka taxadar in qof walba oo la xanuunsado cudurka fayraska Corona inuu yahay mid faafo muddo dheer. Taasi waa:

- **Hal maalin ka hor** aastaamaha bilowdo - taasi waa, ka hor inta aadan ogaan inaad qaadsantahay.
- **Adiga oo qabtid aastaamo, si gaar ah ayaad u qaadsantahay.**
- **Illaa ugu yaraan 48 saacadood kadib** markii aad dareentid caafimaad buuxo markale.
  Marka ka fogow oo ugu dhaq gacmahaaga si joogta ah saabuun.

Aastaamaha, baaritaanka iyo daaweynta

Waa maxay aastaamaha cudurka ee fayraska corona?

Aastaamaha xiggo waxay dhacaan inta badan:

- Qufaca (inta badan qalalan)
- Dhuun xanuun
- Neefsiga oo yaraada
- Xabad Xanuun
- qandhada
- Lumitaanka lama filaanka ah ee dareenka u iyo/ama dhadhanka

Intaa waxaa dheer, aastaamaha xiggo waa suurtogal:

- Madax xanuunka
- Tabar darada guud, aan fududeyn
- Aastaamaha caloosha
- Hindhista
- Muruq xanuun
- Nabraha maqaarka

Aastaamaha waxay ku kala duwanyihiin darnaanta oo sidoo kale dhaxaad ayay noqon karaan. Dhibaatooyinka sida hargabka sidoo kale waa suurtogal.

Haddii aad qabtid hal ama ka badan oo aastaamaha caadiga ah, malaha waxaa ku gaaray fayraska corona ee cusub.

Xaaladaas darteed:

- **Guriga jog oo ka fogow nooc walba oo u dhawaanshaha dadka kale.**
- **Samey baaritaanka fayraska corona (fiiri ciwaanada webka ee sadarka xiggo) ama soo wac dhaqtarkaaga. Uga jawaab dhammaan su'aalaha baaritaanka onleenka ama dhinaca taleefonka sida wanaagsan ee aad awoodid. Dhammaadka saxida, waxaad heleysaa tallo tallaabo ah iyo, haddii ay muhiim tahay, tilmaamaha nafsadaada lagu baarayo.**
- **Aqri tilmaamaha "gooniyeynta" (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downlaods) oo u raac si iswaafaqsan.**

Haddii aad ka weyntahay 65 ama ama uur aad tahay aad qabtid jiro hore, kuwa xirggo ayaa quseeyo: Haddii aad qabtid hal ama ka badan oo aastaamaha caadiga ah, soo wac dhaqtarka islamarkiiba. Xittaa dhammaadyada isbuuca.

Ma hubtaa sida loo dhaqmo?

Oo fayraska corona fiiri https://check.bag-coronavirus.ch/screening, kadib markii aad ka jawaabtid dhoor su'aalood waxaad ka heleysaa tallo tallaabada ah Xafiiska Faderaalka ee Caafimaadka Bulshada (oo af Jarmal, Faransiis, Talyaani iyo Ingiriis).

Websaydka Canton of Vaud ee https://coronavirus.unisante.ch/evaluation waxaad ka heleysaa fiirinta corona oo 8 luuqado kale.

Fiirinta fayraska corona looma badeli tallada caafimaadka xirfadlaha, baaritaanka ama daaweynta. Aastaamaha lagu qeexay fiirinta waxaa kale oo ay ka dhici kartaa sida la xiriirto cururka kale oo u baahan nidaam ka duwan.

Marwalba la tasho dhaqtarka haddii aad qabtid wax aastaamaha muuqdo oo ka sii daro ama ku walaaciyo.

Sidee ayuu cudurka loogu daaweeyo fayraska corona ee cusub?

Daaweynta waxay ku xadidantahay yaraanshaha aastaamaha. Bukaanada waa la gooniyeeyaa si looga illaaliyo dadka kale. Haddii cudurka uu daranyahay, daaweynta waxay ku jirtaa qeybta daryeelka degdega caadi ahaan waa muhiim. Sida waafaqsan xaaladaha qaarkood, neefsashada muhiim ayay noqon kartaa.

Ma qabtaa cabashooyin, ma dareemeysaa jiro ama aastaamaha aan la xiriirin fayraska corona cusub?

Cabashooyinka caafimaadka, jirooyinka iyo aastaamaha aan la xiriirin fayraska corona ee cusub waa inaad sii joogteysaa inaad si dhab ah u qaadatid oo aad daaweysaa. Caawin ka heshid oo aadan sugin waqti aad u badan: soo wac dhaqtarkaaga.

Goorma ayaan iska baaraa fayraska corona ee cusub?

Ma dareentaa jiro ama ma dareentaa aastaamaha fayraska corona ee cusub? Guriga joog, halagaa baaro fayraska corona ama soo wac dhaqtarkaaga ama daryeelka caafimaadka. Uga jawaab dhammaan su'aalaha baaritaanka onleenka ama dhinaca taleefonka sida wanaagsan ee aad awoodid. Dhammaadka saxida waxaad heleysaa tallo tallaabo ah iyo, haddii ay muhiim tahay, tilmaamaha nafsadaada lagu baarayo. Guriga joog illaa iyo natiijada baaritaanka laga helo.

Halkee ayaan ka heli karaa baaritaan?

Baaritaanada waxaa sameeyo dhaqaatiirta, isbitaalada ama xarumaha baaritaanka gaarka loogu tallogalay.

Waad sameyn kartaa baaritaanka fayraska corona. Haddii baaritaanka soo jeediyo in lagu baaro, waxay ku siinayaan tilmaamo oo sida loo sii wado.

Bogga https://www.ch.ch/de/coronavirus/ wuxuu kugu xirayaa websaydyada gobolka. Halkaas waxaad ka heleysaa warbixin ku saabsan fayraska corona cusub iyo sharaxaadaha xiriirka.

Dacwadahee ayay dowlada faderaalka dabooshaa qarashaadka baaritaanka PCR?

Tan iyo 25 Juun 2020, Ururada usutaga waxay qiyaaseen qarashaadka baaritaanka (= baaritaanka biyoolijiga qaabdhismeedka jirka PCR) haddii sharuuda FOPH la buuxiyo. Tani waa xaalada, tusaale ahaan, haddii aad aastaamo qabtid ee u dhiganta Covid-19 iyo dhaqtarkaaga amro baaritaanka caabuqa fayraska corona ee cusub. Fariin ka timid app-ka SwissCovid ee ku saabsan u dhawaanshaha qofka qaadsan sidoo kale waxaa loo tixgeliyaa sharuud.

Haddii sharuuda baaritaanka BAG aanan la buuxin, Dowlada ma bixineyso qarashaadka baaritaanka. Tani waxay noqon kartaa xaalada, tusaale ahaan, haddii aad u baahantahay natiijada baaritaanka oo safarka ama haddii baaritaanka lagu sameeyo kaliya codsiga badrooniga.

Warbixin Dheeraad ah

Halkee ayaan ka heli karaa warbixin badan oo luuqadeyda aan u dhashay?

Bogga websaydka migesplus.ch waxaad ka heleysaa warbixin badan oo lagu xisaabtami karo oo ku saabsan Covid-19 iyo sidoo kale mowduucyada kale ee caafimaadka:
https://www.migesplus.ch/themen/neues-coronavirus-covid-19

Dhacdooyinkee ayaa la mamnuucay?

Dhacdooyinka weyn oo leh wax ka badan 1000 qofood mayaa laga mamnuucay illaa dhammaadka Sebteembar.

Dhacdooyinka gaarka ah iyo bulshada oo illaa 1000 qofood ayaa la ogolyahay. Haddii dhacdo ay ka qeybgalaan wax ka badan 300 qofood, qeybaha 300 qofood mid walba waa in lakala qeybiyaa. Tani sidoo kale waxay quseysaa baararka iyo kalaabyada.

Ka fogow baaxad 1.5 miitir dadka kale dhacdooyinka oo raac sharciyada nadaafada iyo anshaxa. Haddii aadan joogteyn karin baaxadaan, xiro maaskaraha nadaafada.

Dhacdooyinka bulshada, diyaariyaha waa inuu aasaasaa oo fulliyaa afkaarta illaalada. Sida ku saleysan illaalo noocaas ah waa inaad bixisaa sharaxaadaha xiriirkaaga. Xaalad noocaas oo kale waa muhiim inaad sheegtid xogta saxda ah. Tani waa qaabka kaliya oo ay kuugula soo socodsiin karaan maamulada gobolka wax ku saabsan qofka jiran.

Raadinta Caawinta.

Maxaan sameyn karaa haddii isbitaalka aan luuqadeyda looga hadlin ama laga fahmin?

Weydii turjubaan markaas bilowgaba. Waxaa sidoo kale jiro adeegyada turjubaanka oo dhinaca taleefonka. Haddii turjubaanada xirfadlaha loo yeero, looma baahno inaad la imaatid qaraabadaada kulanka turjubaanka oo waa laga illaalinayaa caabuqa. Waxay xaq u leeyihiin inay fahmaan oo fahmeen inta lagu jiray waxqabadyada caafimaadka. Ogeysii shaqaalaha isbitaalka in qarashaadka turjubaanka inta lagu jiro masiibada Corona waxay ku daboolanyihiin caymiska caafimaad.

Ma inaad guriga joogtaa oo ma u baahantahay cunto iyo daawo?
Ama ma jeclaan laheyd inaad caawisid?

Fiiri xaafadaada kuu dhow:

- Ma weydiin kartaa qof caawin?
- Ama ma jiraan qof walba oo aad siin kartid caawintaada?

Dooqyo badan:

- La xiriir maamulka deegaankaaga
- Isticmaal App «Five up»
- Ka fiiri www.hilf-jetzt.ch / www.aide-maintenant.ch

Kuwa xiggo weli waxay quseysaa qoraalkaan: Sharciyada nadaafada iyo anshaxa waa in marwalba la kormeeraa.

Ma leedahay carruur?

Carruurta waa inaysan daryeelin awowga/ayeyda ama dad kale gaar ahaan u nugul. Hubi in carruurta ku ciyaaraan kooxyo **shan ugu badnaan**. Kooxyada carruurta waa in wadajir lagu hayaa, tusaale ahaan sida la midka ah carruurta waa in marwalba wada ciyaaraan. Iyo iyada oo carruurta ay ciyaarayaan, dadka weyn waa inaysan ku kulmin kooxyo.

Maka walaacsantahay ama ma u baahantahay qof aad la hadashid?
Halkaan waxaad ka heleysaa warbixin:

- Intarneetka ee www.dureschnufe.ch / www.santepsy.ch / www.salutepsi.ch
- Wadatashiga taleefonka ee 143 (Die Dargebotene Hand)

Maku dareentaa halis guriga? Ma raadineysaa caawin ama illaalo?

- Ee www.opferhilfe-schweiz.ch / www.aide-aux-victimes.ch / www.aiuto-alle-vittime.ch waxaad heleysaa lambarada taleefonka iyo ciwaanka i-meelka oo qalab qarsoodi ah iyo illaalada inta lagu jiro Switzerland.
- Xaalada **degdega**, soo wac booliska: lambarka taleefonka **117**

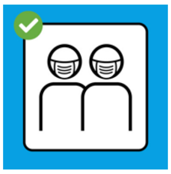
Lambarada taleefonka muhiimka ah:

- **Wacitaanka ambalaansaha gurmadka** (Sanitätsnotruf) **144**: Tani waxaa la helayaa agagaarka saacada inta lagu jiro Switzerland oo dhammaan gurmadyada caafimaadka.
- **Infoline** oo fayraska Corona ee cusub: Su’aalaha fayraska Corona waxaa looga jawaabaa adiga oo wacayo **058 463 00 00**.
- **Haddii aadan laheyn dhaqtarka qoyska: Medgate** waa diyaarintaada sida waafaqsan **0844 844 911** maalin walba iyo sidoo kale habeenkii.

Ku laabashada Shaqada

Gollaha Faderaalka waxay sii wadayaan inay ku taliyaan ka shaqeynta guriga haddii ay suurtogal tahay, sidoo kale ka fogaanshaha rarka buux dhaafa ee gaadiidka bulshada. Si kastaba, badroonigaaga ayaa go’aansado haddii iyo goorta ay tahay inaad shaqada ku soo laabatid.

Haddii aad shaqada joogtid oo aad halis ku jirtid sababtoo ah jirooyinka hore, badroonigaaga waa inuu ku illaaliyaa.



Maaskaraha qasabka ah ee gaadiidka bulshada

Halkee ayuu quseeyaa waajibaadka maaskaraha?
Sharuudaha maaskaraha wuxuu quseeyaa dhammaan gaadiidka bulshada, tusaale ahaan, tareenada, taraamyada iyo basaska, laakin sidoo kale wiishashka buuraha iyo maraakiibta. Wiishashka buuraha barafka iyo korsi qaadida waa laga reebay. Gudaha diyaaradaha ee duulaa ama soo dago Switzerland, waajibaadka maaskaraha sidoo kale way quseysaa.

Miyay jiraan filashooyinka socod baradka iyo dadka kale?
Carruurta ka hooseyso labo iyo toban sanno jir waa laga reebay waajibaadka lagu xiranayo maaskaraha. Intaas waxaa dheer, dadka aanan xiran karin maaskarooyinka oo sababo gaar ah, gaar ahaan kuwa caafimaadka, sidoo kale waa laga reebay.

Miyaan sidoo kale xirtaa maaskaro markii tareenka ama baska uu bar ebar yahay?
Waajibaadyada maaskaraha way quseysaa iyada oo aan laga eegin inta qof oo ku jirto gaadiidka bulshada. Aan lagaraneyn xili hore imisa qof ee gadaal fuuleyso.

Haddii aanan haysan maaskaro: Miyaan sidoo kale u jiidi karaa gambada wajigeyga iyo sankeyga, ama dhar kale?
Maya, waajibaadka maaskaraha laguma buuxin gambada ama dharka. Qoor xirka si ku fillan ugama illaaliyo caabuqa oo si ku fillan ugama illaaliyo dadka kale. Maaskaraha nadaafada ama maaskaraha dharka warshadaha sameeyaan waa in la xirtaa.

Yaa hubiyo haddii rikaabka ay xiranyihiin maaskaro?
Xakameyn iyo fullin waxaa sameeyo kooxda tareenka iyo booliska wadada tareenka ama adeegyada amniga.

Iyo haddii aan diido inaan xirto maaskaro?
Kuwa diido inay xirtaan maaskaro waa inay uga tagaan gaariga saldhiga xiggo.
Haddii qofka diido codsiyada illaalada amniga oo uusan ka tagin gaariga, isaga ama iyada waxaa lagu ganaaxi karaa u hogaansanaan la'aanta (oo dhinaca nidaamka ganaaxida caadiga ah, ma jiraan ganaaxyada booliska).

Waqtiga qaar, BAG way joogteeyaan in maaskarooyinka aysan illaalin dadka caafimaadan ee jooga goobaha bulshada. Maxay hadeer maaskaraha qasab u tahay si kastaba?
Cid walboo xirato maaskaro waxay illaalisaa dadka kale. Qof walba oo qaaday wuxuu ku faafin karaa labo maalmood ka hor inta aastaamaha soo bixin iyada oo aan la ogaan. Haddii qof walba ku xirto maaskaro booska xadidan, qof walba wuxuu ka illaalsanyaahy dadka kale. Xittaa haddii tani aysan damaanad qaadin illaalo boqolkiiba 100%, waxay yareysaa faafida fayraska.

U safrida / Gelitaanka Switzerland

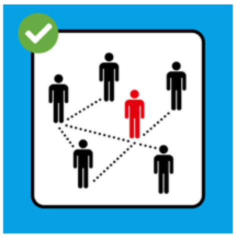
Tan iyo 6 da Luuliyo 2020, waxaa waajib ah inaad martid karantiil 10-maalmood ah ee gudaha Switzerland kadib markii aad ka soo gashid wadanka aagaga qaar.

Tallaabooyinkaan waxay ku saleysantahay Sharciyeynta Tallaabtooyinka lagula Dagaalamayo Fayraska corona ee cusub (Covid-19) ku jirida Gaadiidka Rikaabka Caalamiga ah oo ay quseysaa ka soo gelitaanka wadamada ama aagaga leh halista sareyso ee fayraska corona.

Ku soo wargeli gelitaankaaga maamulka gobolka masuulka ka ah ee gudaha labo maalmood oo raac tilmaamaha maamulkaan.

Qof walba ee ka baxsada karantiilka ama ku guuldareysto inuu u hogaansamo waajibaadka lagu soo wargelinayo wuxuu dambiile ku yahay dambi sida waafaqsan Xeerka Cudurka safmarka, taas oo lagu ciqaabi karo ganaax gaarayo illaa CHF 10,000.

Liiska gobolada ama aagaga leh halista sareyso ee caabuqa fayraska corona, xiriirada gobolka iyo ka dhaafyada waajibaadka karantiilka waxaa laga heli karaa halkaan: www.bag.admin.ch/entry



Baaritaanada gayraska corona iyo joojinta raadraaca taabashada silsiladaha caabuqa.

Maxay labadaan tallaabo sidaas muhiim ugu yihiin.

Si markaas loogu noolaado ku dhawaad nolol "caadi ah", dhammaan dadka qaba aastaamaha cudurka waa in laga baaraa fayraska corona ee cusub isla markiiba - xittaa qabaan aastaamo dhexaad ah. Waxaa dheer baaritaanka, sidoo kale waa muhiim in dadka oo dhan sheegaan sharaxaadaha xiriirka oo raadraaca, tusaale ahaan maqaayadaha. Sababtoo ah dadka qaadsan horay ayay u qaadsiin karaan iyaga oo weli caafimaad dareemayo. Marka baaritaanada iyo joojinta raadraaca taabashada silsiladaha caabuqa.

Markii baaritaanka fayraska corona laga helo, kadib raadraaca taabashada ayaa bilaabato.

- Maamulka cantonal waxay la shaqeeyaan dadka caabuqsan si ay u go’aansadaan cida uu isaga ama iyada taabashada dhow la sameeyeen.
- Maamulada waxay ogeysiiyaan dadka taabashada wax ku saabsan caabuqa suurtogalka ah iyo sida loo sii wado.
- Xittaa haddii dadkaan aysan qabin wax aastaamo ah, waa in la karantiilaa. Tani waxay quseysaa toban maalmood kadib taabashada ugu dambeysay ee dadka qaadsan.
- Haddii aysan jirin caabuq la helay inta lagu jiro muddadaan, maamulada way ka qaadaan karantiilka markale (www.bag.admin.ch/neues-coronavirus-downloads).

App-ka SwissCovid

Iyo taageerada app-ka SwissCovid oo mobeelada, waxaan rabnaa inaan yareyno faafida aan la xakameyn karin ee fayraska corona cusub. Dadka badan ee isticmaalaa App-ka SwissCovid, sida weyn ee saameyntooda ay ahaaneyso. Qof walba oo ku jiray nawaaxiga oo ugu yaraan hal qof oo markii dambe laga helay fayraska corona cusub oo muddo dheer waqti ah waxaa lagu ogeysiinayaa dhinaca app-ka ee ku saabsan caabuqa suurtogalka ah iyo nidaamka dheeraadka ah. Arimahaaga gaarka ah waa la sii illaaliyaa. Isticmaalka app-ka waa iqtiyaar oo bilaash ah. App-ka waxaa laga dajisan karaa Apple's App Store iyo Google Play Store.

App-ka SwissCovid wuxuu ku caawiyaa joojinta gudbinta silsiladaha oo degdeg ah
App-ka SwissCovid oo mobeelada (Android/iPhone) waxay tabarucdaa xakameynta fayraska corona cusub. Waxay dheeri ku tahay heerka "raadraaca u dhawaanshaha", tusaale ahaan, u dhawaanshaha caabuqyada cusub ee gobolada, - iyo sidaas darteed waxay ku caawisaa joojinta gudbinta silsiladaha. App-ka SwissCovid waxaa laga heli karaa Apple Store iyo Google Play Store (oo luuqadaha: Jarmal, Faransiis, Talyaani, Roomansh, Albaniniyaan, Bosniyaan, Ingiriis, Karooshiyaan, Boortaqiis, Seerbiyaan, Isbaanish. Tarkish iyo Tigrinya ayaa ku xiggo.).

- Google Play Store loogu tallogalay Android
- Apple Store loogu tallogalay iOS

Isticmaalka App-ka SwissCovid waa iqtiyaar oo bilaash ah. Dadka badan ee gashto oo isticmaalo app-ka, sida wax ku oolka ah ku caawinayo xakameynta fayraska corona cusub.

Sidee ayuu App-ka SwissCovid u shaqeeyaa?
Gasho app-ka SwissCovid mobeelkaaga Apple ama Android ka. Waxa aad u baahantahay inaad sameysid waa inaad mobeelka haysatid iyo aalada Bluetooth inuu daaranyahay on. Mobeelka ayaa kadib soo dirayo Aqoonsiyada illaalsan, oo loo yaqaan warbixinada-qaladka, oo dhinaca Bluetooth. Kuwaan waa fiilooyin sifo dheer, wareegto ah. Labo sitimaan kadib, dhammaan warbixinada-qaladka si toos ah ayay uga tirmaan qalabka.
App-ka wuxuu si qarsoodi ah u cabiraa muddada iyo baaxada ee mobeelada kale. Wuxuu qoraa markii ay jireen **u dhawaansho dhow** (aad uga dhow 1.5 miitir iyo wax ka badan 15 daqiiqo oo guud ahaan maalin gudaheed). Tani waa markii ay jiraan suurtogalnimada in fayraska la gudbiyay.

Tani waa sida ogeysiinta u shaqeyso
Haddii isticmaalaha App-ka SwissCovid laga helo fayraska corona, qofkaan wuxuu helayaa koodh (covidcode) oo ah maamulada gobolka. Kaliya koodhkaan ayuu qofka ku furi karaa shaqada ogeysiinta ee App-kooda. Qaabkaan, waxay u digaan isticmaalayaasha kale ee app-ka oo ay aad ugu dhawaayeen inta lagu jiray wajiga caabuqa (labo maalmood ka hor bilaabida aastaamaha). Markii koodhka la geliyo, ogeysiinta iyaga ku socoto waa toos oo qarsoodi ahaato.
Dadka la ogeysiiyay waxay soo wici karaan qadka warbixinta lagu sheegay app-ka oo cadey tallaabooyinka dheeraadka ah. Qarsoodiga way illaalsantahay marwalba. Haddii qofka la ogeysiiyay oo horaan u qabo aastaamaha jirooyinka, waa inay joogaan guriga, ka fogaadaan u dhawaanshaha dadka kale, yeeshaan baaritaanka fayraska corona ama wacaan dhaqtarkooda.
Ku dhaqmida si midnimo ah, waxaan dhammaanteen ku caawin karnaa ka goynta silsiladaha caabuqa.

Illaalada arimaha gaarka ah
Xogta ay aruuriyaan App-ka SwissCovid waxaa kaliya oo lagu keydiyaa mobeelkaaga gaarka ah. Uma dito wax xogta shaqsiga ama goobaha keydka dhexe ama kumbuyuutarada. Sidaas darteed ma jiro qof dib u aasaasayo qofka aad u dhawaanshaha la yeelatay iyo meesha ay u dhawaanshaha ka dhacday. Markii masiibada fayraska corona ay dhammaato, ama haddii app-ka cadeeyo wax ku ool la'aan, aastaanta waa la damiyaa.

Waxaa ka helay fariin App-ka SwissCovid oo ah in ay jiraan suurtogalnimada caabuqa. Miyaan xaq u leeyahay baaritaan?
Haa, sida ugu dhaqsiha badan oo aad heshid fariin ku saabsan caabuqa suurtogalka ah, waad u qalantaa baaritaan bilaash ah.
Baaritaankaan waxaa loo naqshadeeyay inuu ogaado dadka horaan u qaadsan laakin aanan weli laheyn aastaamo. Waa in lagu asameeyaa 5 maalmood ee ugu horeyso kadib caabuqa suurtogalka ah. Haddii baaritaanka uu wanaagsanyahay, waxaa kula soo xiriirayo maamulka gobolka ee awooda u leh, kuwaas oo ku ogeysiinayo wax ku saabsan nidaamka dheeraadka ah. Tani waxay ku caawineysaa xakameynta gudbinta fayraska.

Miyaan sii wadaa inaan helo lacag bixinteyda haddii aan go'aansado inaan guriga joogo jadib markii aan soo wargeliyo caabuq suurtogal ah?
Haddii aad heshid wargelinta caabuqa suurtogalka ah, fadlan soo wac Qadka warbixinta SwissCovid (lambarka taleefonka waxaad ku arkeysaa app-ka markii wargelin la sameeyo). Waxay kaala talin karaan su'aalahaan.
Mabda' ahaan, badrooniga waajib kuma ahan inuu sii wado lacag bixinta mushaarkaaga haddii aad u joogeysid guriga sababtoo ah wargelinta caabuqa suurtogalka ah.
Kaliya karantiilka ay amreen maamulada gobolka ee awooda u leh ayaa xaq u leh joogteynta lacag bixinta mushaarkaaga..

Waa maxay fayraska corona ee cusub?
Waa maxay SARS-CoV-2 iyo waa maxay COVID-19?

Fayraska corona ee cusub waxaa laga helay Shiinaha dhammaadka 2019 sabab la xiriirto dhacdada aan caadiga aheyn ee hargabka ee bartamaha Shiinaha ee caasimada Wuhan. Fayraska waxaa lagu magacaabay SARS-CoV-2 oo ka mid yahay isla qoyska sida cudurada fayraska Cudurka Neefsiga Middle-East (Middle-East Respiratory Syndrome MERS) iyo Cudurka Neefsashada Daran (Severe Acute Respiratory Syndrome SARS).

Cudurka waxaa sababay fayraska corona ee cusub ee si rasmi ay ugu magacaabeen WHO ee 11 Febraayo 2020: COVID-19, si gaaban «cudurka fayraska corona 2019» ama af Jarmal micnaheedu waa « Coronavirus-Krankheit 2019».

Warbixinta hadeer la heli karo waxay soo jeedineynsaa in xayawaanada ay u gudbiyeen fayraska aadanaha iyo in hadeer ku faafayo qof ku qof. Asalka deegaanka malaha waa kaluun iyo suuqa xayawaanada ee caasimada Wuhan, kaas oo maamulada Shiineeska ay hadeer xireen.

Warbixin dheeraad ah: www.bag-coronavirus.ch
www.bag.admin.ch/neues-coronavirus
(Jarmal, Faransiis, Talyaani, Ingiriis)

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Confederation

Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP
Federal Office of Public Health FOPH

FAYRASKA CORONA WELI WUU JIRAA.
bag-coronavirus.ch