UK Health
Security
Agency

# Yareynta faafitaanka caabuqyada neef-mareenka, oo ay ku jirto COVID-19, ee goobaha shaqada

Marka aan sii baranno in aan si badbaado leh ula noolaano coronavirus (COVID-19), kuwani waa ficillada aan marwalba qaadan karno si ay gacan uga geystaan yareynta halista qaadista coronavirus COVID-19 iyo u gudbinta dadka kale. Ficilladan waxaa ay sidoo kale ka caawinayaan in ay yareeyaan faafidda caabuqyada kale ee neef-mareenka ah sida hargab-qandhoolaha, kaas oo si fudud ugu faafi kara oo dadka qaar u keeni karaan jirro halis ah.

## Macluumaadkan yaa loogu talagaley

Macluumaadka soo socda waxaa loogu talagalay loo shaqeeyayaasha, maareeyayaasha shaqaalaha (shaqaale mushahar qaata iyo mutadawiciin labadaba) iyo dadka maamulaya goob shaqo ama hay'ad. Macluumaadkan ayaa kaa caawin doona inaad fahamto sida loogu yareeyo faafitaanka caabuqyada neef-mareenka ah sida COVID-19 iyo hargab-qandhoolaha ee goobta shaqada. Aintan waxay gaar ahaan muhiim ugu tahay haddii ay shaqada joogaan dad nidaamkooda difaacana jidhka macnaheedu yahay in ay halis sare ugu jiraan jirro daran oo COVID-19.

In kasta oo aanay jirin shuruud looga baahan yahay dhammaan loo shaqeeyayaashu inay si cad uga fiirsadaan COVID-19 marka la eego

qiimeyntooda caafimaadka iyo badbaadada ee sharciga ah, waxaa muhiim ah ganacsi ahaan, hay'ad ahaan ama loo shaqeeyaha ahaan inaad sii waddo inaad u hoggaansanto waajibaadkaaga sharci ee la xiriira caafimaadka iyo badbaadada, shaqada iyo waajibaadka sinnaanta.

## Ogow astaamaha loo baahan yahay in loo fiirsado

Caabuqyada neef-mareenka ah ayaa si fudud ugu faafi kara dadka dhexdiisa. Waxay muhiim u tahay shaqaalaha iyo loo shaqeeyayaasha in ay ka digtoonaadaan astaamaha si ay tallaabo uga qaadaan si ay u yareeyaan halista ku fafaitaanka caabuqa dadka kale.

Astaamaha COVID-19 iyo caabuqyada kale ee neef-mareenka ah waa isu eg yihiin sidaad darteed suurtagal ma aha in laguu sheego in aad qabto COVID-19, hargab-qandhoole ama caabuq kale iyada oo ku salaysan astaamaha oo keliya. Dadka intooda badan ee qaba COVID-19 waxay qaadi doonaan jirro fudud, gaar ahaan haddii la tallaaley.

Astaamaha COVID-19, hargab-qandhoolaha iyo caabuqyada caadiga ah ee neef-mareenka ah waxaa ka mid ah:

- qufac joogta ah oo cusub
- heerkul sareeya, qandho iyo qarqaryo
- luminta, ama isbeddelka, dareenka caadiga ah ee dhadhanka ama urta
- neefsashada oo yaraata
- daal aan la garanayn, tamar la'aan
- murqo xanuun ama xanuun aan sabab u ahayn jimicsiga
- oo aan doonayn in uu wax cuno ama aan gaajo dareemin
- madax xanuun aan caadi ahayn ama ka dheer sidii caadiga ahayd
- cune xanuun, sanka oo xirma ama diif leh
- shuban, dareemid xanuun ama jirro

Dadka qaarkood waxaa dhici karta in ay sii wadaan inay qufacaan ama ay dareemaan daal ka dib marka astaamaha kale ay soo roonaadaan, laakiin arintani macnaheedu maaha inaad weli faafinayaan. Waxaad macluumaad ku saabsan astaamahan ka heli kartaa bogga internet-ka ee NHS.

# Tallaabooyinka aad qaadi karto haddii qof shaqaalaha ka tirsan uu leeyahay astaamaha caabuqa neef-mareenka, oo uu ku jiro COVID-19.

Haddii xubin ka mid ah shaqaaluhu uu la jiran yahay astaamaha caabuqa neef-mareenka, sida COVID-19, waa inay raacaan hagaha dadka leh calaamadaha caabuqa neef-mareenka sida COVID-19.

Loo shaqeeyayaashu, si waafaqsan waajibaadkooda sharci, waxaa laga yaabaa inay rabaan inay ka fiirsadaan sida ugu wanaagsan ee loo taageeri karo oo awood loogu siin lahaa shaqaalahooda inay raacaan hagaha intii suurtogal ah.

# Ficilada lagu yareynayo faafitaanka caabuqyada neef-mareenka, oo ay ku jirto COVID-19

## Dhiirigeli una fududee tallaalka

Tallaaladu aad bay waxtar ugu leeyihiin ka hortagga cudurrada halista ah ee ka imanaya COVID-19, hargab-qandhoolaha iyo cudurrada kale. Loo shaqeeyayaashu, si waafaqsan waajibaadkooda sharci ee hadda jira, waxaa laga yaabaa inay rabaan inay tixgelyaan sida ugu wanaagsan ee loo taageeri karo looguna fududeyn doona shaqaalahooda doonaya in ay is tallaalaan in ay tallaalkooda helaan marka loo yabooho. Waxaa jira hagaha tallaalka COVID-19 loogu talagaley loo shaqeeyayaasha oo ay ku jiraan macluumaad ku saabsan tallaabooyinka loo shaqeeyayaasha ay qaadi karaan si ay shaqaalaha tallaalka ugu fududeeyaan. Waxaa kaloo jira hage la heli karo oo ku saabsan tallaalada laga heli karo NHS-ta.

## U ogolow in hawo nadiif ah so gasho

Soo gelinta hawo nadiif ah oo soo gasha meelaha la degan yahay waxay kaa caawin kartaa in la yareeyo xaddiga dhibcaha neefsashada, hoos u dhigida halista gudbinta hawada ee fayraska neef-mareenka ah.

Halista ah in la qaado ama la gudbiyo COVID-19 iyo caabuqyada kale ee neef-mareenka aad ayay uga badan kartaa meelaha qaarkood iyo marka aad samaynayso waxqabadyada qaarkood. Marka qof qaba caabuqu neefsado, hadlo, qufaco ama hindhiso, waxay siidaayaan dhibco ay ku jirto fayraska. Dhibcahan waxay gaadhi karaan indhaha, sanka ama afka qof kale ama waxaa neefsan kara qof kale. Dhibcahan oo fayrasku ku jiro waxa kale oo ay ku dhici karaan sagxadaha oo ay u gudbin karaan dadka iyada oo la taabanayo. Guud ahaan, halista in la qaado ama la gudbiyo caabuqa neef-mareenka ah ayaa aad u sareysa marka aad jir ahaan ugu dhowdahay qof cudurka qaba.

Waxa kale oo suurtogal ah in la gudbiyo caabuqa neef-mareenka ee dadka dhexdooda oo aan xiriirka dhow lahayn, gaar ahaan haddii ay ku jiraan meel dadku ku badan yihiin iyo/ama hawada liidato halkaas oo dhibcaha fayraska ah ay hawada ku sii jiri karaan in muddo ah iyo meelaha ay ka dadka cudurka qabi kara ay ku badan yihiin. Halista ku gudbinta hawadu waxay kordhaysaa marka dadka ku jira meel ay ka qayb qaadanayaan dhaqdhaqaaq firfircoon, sida jimicsi, qeylin, heeso ama hadal qeylo leh.

Hay'adda Health and Safety Executive waxay bixisaa hagid la xidhiidha sida loo qiimeeyo loona hagaajiyo hawo is-dhaafka iyada oo waafaqsan waajibaadka caafimaadka iyo badbaadada sida ay dhigayaan Xeer-hoosaadyada Goobta Shaqada ee (Caafimaadka, badbaadada iyo Daryeelka) ee 1992. Hagaha gaarka ah ee COVID-19 oo faahfaahsan oo loogu talagalay goobaha shaqada iyo dhismayaasha dadweynaha waxaa bixiya Chartered Institution of Building Services Engineers (CIBSE) iyada oo loogu talagaley kuwa doonaya in ay sameeyaan tallaabooyin dheeraad ah.

## Ka dhig goobta shaqada mid nadiif ah

Nadaafadda goobaha shaqada waxay yaraynaysaa halista caabuqa, waxayna yarayn kartaa jirrada shaqaalaha. Waxaa si gaar ah muhiim u ah in la nadiifiyo sagxadaha ay dadku inta badan taabtaan.

Shaqaalaha waxaa lagu taageeri karaa inay ilaashadaan jawi shaqo oo nadiif ah iyada oo la siinayo agabka nadiifinta, saabuunta iyo biyaha kulul, iyo/ama nadiifiyaha.

## Cudur ka dillaaca goobta shaqada

Ma jirto wax shardi ah oo loo sheego ka dillaaca caabuqyada neef-mareenka goobta shaqada ee kooxda caafimaadka dadweynaha ee deegaankaaga. Si kastaba ha ahaatee, haddii aad la kulanto heerar sare oo dadka leh astaamaha neef-mareenka ah oo jooga goobtaada shaqada falalka kor ku xusan waxay kaa caawin doonaan yaraynta faafitaanka, markaa waa in kor loo qaado oo si adag loo mariyo.

# Maareynta xubnaha shaqaalaha ee halista ugu jira jirro halis ah oo ka timaada COVID-19

Shaqaalaha qaar ayaa halis weyn ugu jira jirro daran oo ka timaada COVID-19, tusaale ahaan dadka nidaamka difaaca jirkoodu daciif noqdey.

Waxaa jira hage gaar ah oo loogu talagalay dadka nidaamka difaaca jirkooda macnaheedu tahayin ay halis sare ku jiraan, sababta oo ah waxay leeyihiin awood yar oo ay kula dagaallamaan caabuqyada, sida COVID-19. Loo shaqeeyayaasha waxaa ay rabi karaan in ay tixgeliyaan baahida shaqaalaha halis sare ugu sugan COVID-19, oo ay ku jiraan kuwa nidaamkooda difaacana macnaheedu yahay in ay halis sare ugu jiraan jirro daran oo ka timaada COVID-19.

# Qiimeynta halista

Shuruudaha looga baahan yahay loo shaqeeye kasta in uu si cad uga fiirsado COVID-19 xagga qiimaynta halista caafimaad iyo badbaadada hadda waa laga saaray. Loo shaqeeyayaashu waxay dooran karaan inay sii wadaan in ay ku daraan COVID-19 qiimeyntooda halista ah. Loo shaqeeyayaasha sida gaarka ah ula

shaqeeya COVID-19, sida shaybaadhada, waa inay sii wadaan samaynta qiimaynta halista ah ee tixgelinaysa COVID-19.

Loo shaqeeyayaashu waa inay sii wadaan u hoggaansanaanta shuruudaha nadiifinta, hawo is-dhaafka iyo agabyada daryeelka ee goobta shaqada (Caafimaadka, Badbaadada iyo Daryeelka) Xeer-hoosaadyada 1992 ama Xeerarka Nakhshadeynta iyo Maareynta Dhismaha 2015 si loo xakameeyo caafimaadka shaqada iyo halisaha badbaadada.

Loo shaqeeyayaasha waxaa ku waajib ah inay kala tashadaan shaqaalahooda, ama wakiiladooda, arrimaha caafimaadka iyo badbaadada. Hay'adda Health and Safety Executive waxaa ay haysaa hage loogu talagaley si dadka loo ilaaliyo caafimaadna ugu sugnaadaan goobahooda shaqo.