

# Xayiraadaha coronavirus (COVID-19): waxa aad sameyn karto iyo waxa aadan sameyn karin

## Sida ay xeerarka isu beddelayaan marka la gaaro 17-ka Maajo

Xeerarka qaarkood oo ku saabsan waxa aad sameyn karto iyo waxa aadan sameyn karin waxaa ay isbeddeli doonaan 17-ka Majo Si kastaba ha ahaatee, xayiraado badan ayaa weli sii jiraya.

### Laga billaabo 17-ka Maajo:

Waa in aad sii waddaa in aad ku shaqeyso guriga haddii aad awoodid. Marka aad ku dhex-safreyso UK, waa in aad ku talagashaa in aad u sameyso si badbaado leh, aadna horey u sii qorsheysaa safarkaaga.

Waa in aad [baaritaan iska qaadaa](#) aadna raacdaa [hagaha joogista guriga](#) haddii aad qabtid astaamaha COVID-19.

- Xaddidaadaha kulmista ayaa la khafiifinayaa. Ku kulmista meelaha bannaanka ah ayaa lagu xaddidayaa ilaa iyo 30 qof ku kulmista meelaha gudaha ahna waxaa lagu xaddidayaa ilaa iyo 6 qof ama 2 qoys (kasta qoys waxaa ku jiri kara goobo taageero, haddii uu xaq u leeyahay).
- Hage cusub oo ku saabsan [la kulmista asxaabta iyo qoyska](#) ayaa ku nuuxnuuxsan doona mas'uuliyadda shakhsiyeed intii

uu ku nuuxnuuxsan lahaa xeerarka dowladda. Intii uu tilmaami lahaa in aad 2 mitir ka fogaatid qof kasta oo aadan la nooleyn, waxaa lagugu dhiiri gellin doonaa in aad taxadar ku dhaqantid aadna tixgelisid hagida ku saabsan halista la xiriirta COVID-19 iyo ficillada aad sameyn karto si aad naftaada iyo gacalkaagaba u badbaadisid. Xusuusnow in halista si dhow ula xiriirida ay uga sii badan tahay dadka qaarkiis iyo xaaladaha qaarkood iyo meelaha qaarkood, waxaa jiri doona hage gaar ah oo aad u baahan doonto in aad raacdid xattaa marka aad la joogtid asxaabta iyo qoyska.

- Madadaalooyinka lagu qabto meelaha gudaha ah sida shineemooyinka, tiyaatarada, hoolalka riwaayadaha, goobaha boojooyinka, kasiinooyinka, goobaha madadaalada, matxafyada iyo goobaha ay caruurta ku ciyaaraan ee meelaha gudaha ah ayaa la ogoloaan doonaa in ay furmaan iyada oo la dejinayo. tallaabooyinka ka badbaadada COVID-ka
- Dadka ayaa awoodi doona in ay xaadiraan munaasabadaha meelaha gudaha ah iyo bannaanka ah, oo ay ku jiraan bandhigyada sida tooska ah loo daawado, munaasabadaha ciyaaraha iyo munaasabadaha ganacsiga Xaadiridda munaasabadaha waxaa lagu xaddidi doonaa iyada oo ku xiran nooca ay goobtu tahay, xaadirayaashana waa in ay raacaan tallaabooyinka ka badbaadada COVID-ka ay dejiyeen goobahaas.
- Goobaha madadaalada ee gudaha ah sida makhaayadaha, baararka iyo kafeeyada ayaa dib u furmi kara.
- Ciyaaraha la qabanqaabiyey ee meelaha gudaha ah ayaa awoodi doona in ay u dhacaan dadka oo dhan (kuwan waxaa ku jira fasalada jimicsiyada). Arintan waa in ay soo qabanqaabisaa ganacsi, hay'ad samafal ama hay'ad

dowladeed, qabanqaabiyahana waa in uu qaadaa tallaabooyinka caqligalka ah si loo yareeyo halista gudbinta.

- Dhammaan deegaanada fasaxyada ayaa dib furmi doona (oo ay ku jiraan hoteelada iyo B&B-yada). Arintan waxaa isticmaali kara koox dhan ilaa iyo 6 ama 2 qoys (qoys kasta waxaa ku jiri kara goobo taageero, haddii uu xaq u leeyahay).
- Xaadirida aaska hadda wixii ka danbeeya laguma xaddidi doono 30 qof, balse waxaa go'aamin doona ilaa iyo intee qof ayaa goobta leh ka badbaadada COVID-ka ay si badbaado leh u qaadi kartaa iyada oo lagu dhaqmayo kala fogaanshaha bulshada. Xaddidaadaha aroosyada, xuska iyo munaasabadaha kale ee xusuusta waxaa kor loogu qaadi doonaa ilaa iyo 30 qof. Munaasabadaha kale ee muhiimka ah ee nolosha, sida bar/bat mitzvahs iyo (masiixiyaynta) christenings, ayaa awoodi doona in ay dhacaaan iyaga oo ay joogaan 30 qof.
- Xeerarka deganayaasha guryaha daryeelka ee cid booqaanaya ama ay marti soo dhoweeyaan ayaa is beddeli doona, iyada oo la ogolaan doono ilaa iyo shan soo-booqde oo la magaabey (labo halkii marba), iyada oo ku xiran in soobooqdayaasha baaritaan looga waayey COVID-19.
- Dhammaan ardeyda ku jira waxbarashada sare ayaa awoodi doona in ay helaan waxbarashada qofku xaadiro goobta.
- Xaddidaadaha kulamada kooxaha taageerada iyo kooxaha waalidiinta iyo caruurta ayaa kor loogu qaadi doonaa ilaa iyo 30 qof (oo aysan ku jirin kuwa da'doodu ka yar tahay 5 sano jir)
- Hadda ka dib ma jiri doonto xayiraad sharciyeed ama sabab la ogol yahay oo looga baahan yahay in dibadda loogu safro. Waxaa jiri doona nidaamka sida nalalka taraafikada oo kale ah ee safarada dibadda, waana in aad raacdaa [xeerarka marka aad ku soo noqoneyso England iyada oo ku xiran in](#)

aad ka soo noqoneyso waddan nalka cas ah, midka jaalaha  
ah ama midka cagaaran.