

Waalidiinta leh carruurta dhigta xanaanooyinka carruurta, iskuulada iyo kuliyaddaha

Hagida joogtada ah ee
baarista degdeg ah ee
joogtada ee COVID-19



Baarista degdeg ah ee joogtada ah ayaa hadda waxaa heli karaa waalidiinta, reerkooda iyo dadka xanaaneysa.

Baarista degdeg ah ee joogtada waa degdeg iyo qaabka ugu fudud ee loo ogaado inaad qabto korona fayraska waxayna ka caawinaysaa inay difaacdo adiga qoysaaskaaga iyo bulshadaada. Waa bilaash waxayna qaadanaysa ilaa 30 daqiiqo.

Maxaa loo soo bandhigayaa Baarista degdeg ah ee joogtada ah?

Ku dhawaad 3 dii qofba 1 ayaan lahayn wax ah astaamaha Covid-19, wuuna faafin karaa iyada oo aan la ogayn.

Baarista degdeg ah ee joogtada hadda waxaa heli kara waalidiinta carruurta xanaanada, carruurta iskuulka iyo ardayda kuleejka. Iyo sidoo kale dadka qaangaarka ah ee qoyskooda ku jira, xanaanada canuga iyo taageerada dadka xanaanada.

Baarista joogtada ee loogu tagalay dadka aan laheyn astaamaha ayaa waxay ka dhaceysaa wadanka oo dhan. Kumanaan qof oo aan ogeyn inay qabaan fayraska ayaa awooday inay qaadan tallaabo ay ku joojinayaan faafida cudurka.

Madaama ay xayiraad ay sii fududanayso, helida baaritaan joogto ah toddobaadkii labo jeer ayaa door muhiim ah ka ciyaari doonaa ku soo laabashada caadiga ah; oo ay la socoto tallaalka, kadibna gacmaha, wajiga, helida booska, iyo tallaabooyinka masafada.

Baaritaanka joogtada ah ee loogu talagalay shaqaalaa iyo ardayda iskuulka

Baarista degdega ah ee joogtada ah ayaa **durbana waxaa heli karaa dhammaan** shaqaalaha xanaanada, dugsiyada hoose iyo sare iyo kuliyaddaha.

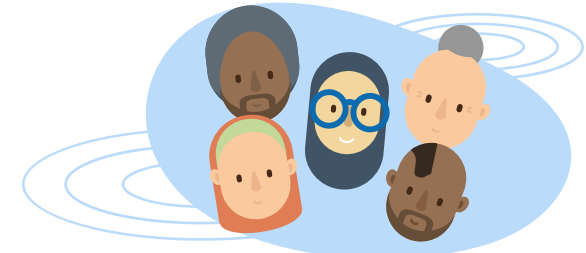
Dugsiga Sare iyo ardayda kuliyadda ee 11 jirka ah iyo wixii sareya ayaa sii wadi doonaa helida baaritaanada degdeg ah ee joogtada ah Waxaan sii wadi doonaa inaan ku dhiiragelino inay si wadan baaritaanka.

Ku soo laabashada marka hore waa la kormeeri doonaa inta lagu baarayo iskuulka kadib waxaan sii wadi doonaa inay isaga baaraan guri leh qalabka baaritaanka waxay ka heli donnaan iskuulka ama kuliyadda.

Xanaanada carruurta iyo carruurta iskuulka hoose ma la weydiin doono inay is baaraan maadama ay cadeyn sii muujinayso carruurta iyo dadka dhalinyarada ay halis yar ugu jiraan COVID-19 waxaa aad surtagal ah inay aad u xanuunsadan

Maxaa kuu faa'iido ah?

Iyada oo laga qeybqaadanayo baarista degdeg ah ee joogtada ah, waxaad ka ilaalin doonaa naftaada iyo qoyskaaga. Waxayna naga caawinaysa inay ku soo noqo qaabka noloshu caadiga ah.



Sidee ayay u shaqeysaa?

Waa baaritaanka fudud ee suufka madaxa dhuuban waxaad ku sameeyn kartaa guriga, iskuulka, shaqada, ama goobta baarida, iyada oo la isticmaalayo Alaadda Lateral Flow (LFD). Waxay qaadanaysaa ilaa 30 daqiiqo si aad u ogaato inaad qabto fayraska.

Baarida waxay qabanaysaa borotiinada fayraska kuwaas oo xadirka marka qofka u qabo COVID-19. Cilmi baarista Caafimaadka Dadweynaha Ingiriiska iyo Jamacamada Oxford ayaa muujinaysa inay soo qaadeen dadka intooda badan qabka heerka caabuqa faafa ee cudurka. Ku dhawaad 3 dii qofba 1 ayaan lahayn wax ah astaamaha fayraska, wuxuuna faafin karaa iyada oo aan la ogayn.

Baarista waa inay ka dhacdaa guriga labo jeer toddobaadkii, sadex-shan maalin walba, subaxnimo. Maxaad ugu darsan weysay jadwalka subaxii?

Haddii aan laga helin, waxaad sii wadi kartaa i aad shaqo tagto. Waa inaad weli si adag u raacda dhammaan tilmaamaha kale ee dowladda oo aad ka fogaatay dhammaan xiriirada aan daruuriga aheyn. Haddii adiga, qoyskaaga ama qofka xanaaneyaha ah laga helo, waa inaad isla markiiba iskarantiisha. Kadibna qof laga helay waa sidoo kale sameeya baaritaanka PCR ee xaqiijinta oo raaca hagida tilmaamaha ugu dambeyey.

Wixii macluumaad ah booqo [gov.uk/guidance/understanding-lateral-flow-antigen-testing-for-people-without-symptoms](https://www.gov.uk/guidance/understanding-lateral-flow-antigen-testing-for-people-without-symptoms)



Bandhiga YouTube ee baarista Rapid Lateral Flow

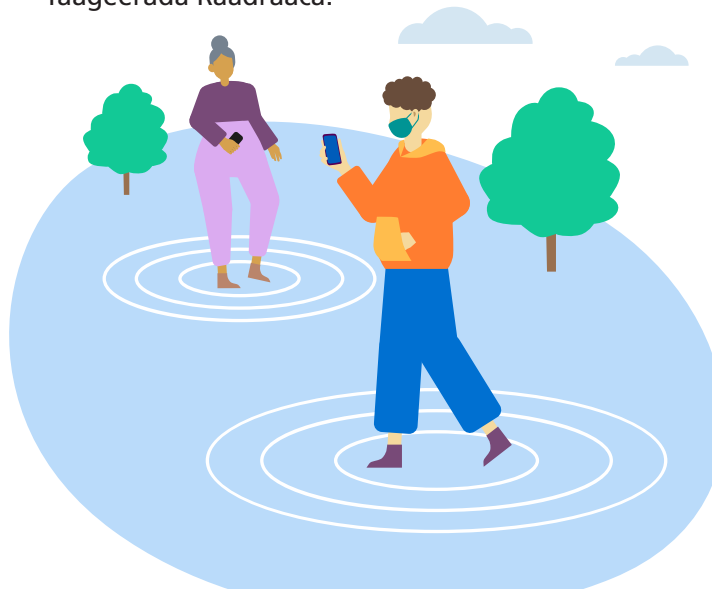


Soo jeedinta baaritaanka

Waa inaad ku soo wargelisaa **natiijooyinkaaga online-ka isla markiiba**, xitaa haddii natiijadaadu tahay inaad qaban ama mid qalad ah. Way fududahay inaad ka sameysato: [gov.uk/report-covid19-result](https://www.gov.uk/report-covid19-result)

Natiijada ayaa sidoo kale ku soo wargelinta **telefoonka adiga wacaya 119** (mobalada iyo landlines oo lacag la'aan ah). **Khadadku waxay furan yihiin, 7am ilaa 11pm**.

Haddii laga helo, waxaad sidoo kale fiiriin kartaa inaad u qalanto baarista £500 iyo Lacagta Bixinta Taageerada Raadraaca.



Halkeen ka heli karaa baarista?

Haddii aad waaalid tahay ama qof ugu weyn reerka, xanaanada carruurta ama xanaanada daryeelka waxaad noqon kartaa midkooda.

1. Heli caawinta baarista shaqada haddii la heli karo.
2. Tag goobta baarista si aad u hesho baaris (halkaas oo aad awoodi doonto inaad aragto si loo qaado baarista) ama qaado baaritaanada si aad ugu sameeyso guriga.
3. Ku dalbo baaritaanka online-ka si aad ugu sameeyso guriga.

Si aad u ogaato sida loo heli baarista Covid-19 oo degdeg ah booqo [gov.uk/coronavirus-school-household-testing](https://www.gov.uk/coronavirus-school-household-testing)

Baaritaanka joogtada ah ee degdega waxaa loogu talagalay kuwa aan laheyn astaamaha Haddii aad leedahay astaamaha, waa inaad sii wadataa ballanta aad ka qabsanayso [nhs.uk/coronavirus](https://www.nhs.uk/coronavirus)