

# Liiska Hubinta Warshadaha ee Hagidda Kahortagga COVID19

Cusbooneysiintii ugu danbaysay: *Meey 27, 2020*

Gobolka Maine wuxuu qaatay hannaan qorshaysan, oo ay ku taageerayaan sayniska, khibradaha caafimaadka bulshada, iyo iskaashiga warshadaha, si loogu oggolaado ganacsatada Maine inay si nabadgelyo ah u furaan marka waqtigu sax yahay. Qorshaha waxaa laga heli karaa [www.maine.gov/covid19/restartingmaine](http://www.maine.gov/covid19/restartingmaine).

Tani waa mid ka mid dukumiintiyada hagidda warshadaha badan oo Gobolka uu u diyaarinayo meheradaha si ay ugu diyaar garoobaan inay buuxiyaan tilmaamaha caafimaadka isla markaana si nabadgelyo leh dib ugu laabtaan. Fadlan hubso inaad ku lammaanayso dukumintigaan dukumintiga hagidda guud ee khuseeya dhammaan warshadaha, kaas oo laga heli karo [maine.gov/decd](http://maine.gov/decd).

Fadlan ogsoonow: Dukumantigan waa la cusbooneysiin karaa marka la helo macluumaad dheeri ah iyo ilo.

## Wejiga 1aad: Dhismaha

### Hagidda Guud

- Wuxuu uga baahan yahay dhammaan shaqaalaha, iibiyaasha, booqdayaasha, macaamiisha, iyo kuwa raacsan inay joogteeyaan 6 cagood (fiit) oo ah kala-fogaanshaha masaafada jireed ee shakhsiyaadka aan ka tirsanayn qoyskooda markasta oo ay suurogal tahay.
- Waxay uga baahan yihiin dhammaan shaqaalaha, iibiyaasha, booqdayaasha, macaamiisha, iyo kuwa raacsan inay xirtaan maaskaro halka ayna suurtoagal ahayn in la sameeyo kala-fogaanshaha jireed, iyadoo la raacayo talo-bixinnada CDC iyo Amarada Wareegtada la xiriira ee ka socda Xafiiska Guddoomiyaha.
- Tirada shaqsiyaadka ku soo ururi kara boos la wadaago (tusaale ahaan, goobta xafiiska) waa inaysan ka badneyn xadka uu dajiyay Amarka Wareegtada Guddoomiyaha.
  - Joogtaynta kala-fogaanshaha jireed ee ah 6 cagood (fiit) iyo xirashada daboolka wejiga ayaa ah agabyada ugu muhiimsan ee looga hortaggo gudbinta dhibcaha neefsashada ee ka dhex dhaca shaqsiyaadka. Haddii boos gudaha ah uusan xallin karin xaddiga isu imaatinka iyada oo aan loo hoggaansamin shuruudaha kala-fogaanshaha lix-da cagood ah, imaanshaha waa in la xaddidaa si loo oggolaado u hoggaansanaanta noocaas ah..

### Nadiifinta Guud iyo Jeermis-dilka

- Ka tixraac dukumiintiyada soo socda ee hagista ku saabsan nadiifinta guud iyo jeermis-dilista:
  - [Hagidda Guud ee Liiska Hubinta Kahortagga COVID-19](#) (Gobolka Maine)
  - [Nadiifinta iyo Jeermis-dilista Qalabkaaga](#) (CDC)
  - [Hagidda loogu talogelay Nadiifinta iyo Jeermis dilista Faafinta Goobaha Dadweynaha, Goobaha Shaqada, Ganacsiyada, Dugsiyada, iyo Guryaha](#)(CDC)

## Hawlgallada

- Yaree cabirka shaqada shaqaalaha. Kooxuhu waa inay yareeyaan tirada dadka hawl-wadeenada shaqaalaha tirada ugu yar ee dadka suurtagalka ah inay howsha si nabadgelyo leh u qabtaan.
- Yaree is dhexgalka ka dhexeeya kooxaha shaqada. Istaraatiijiyada waxaa ka mid ah isbeddelka shiftiyada, toddobaadyada shaqada oo la isku miisaamo halkaasoo kooxo kala duwan ay shaqeeyaan maalmo kala duwan, iyo ugu badnaan masaafada juqraafigeed ee u dhaxaysa kooxo kala duwan oo ka shaqeeya isla mashruuca.
- Ka fogow inaad la xiriirto booqdayaasha. Soo-booqdeyaasha ka baxsan shaqaalaha caadiga ah waa inay ka fogaadaan is-dhexgalka kooxda. Haddii kormeeraha ama alaabada keenista ay u baahan yihiin inay galaan goobta shaqada, waa inay u digaan kooxda shaqada si kooxda shaqaaluhu uga baxaan goobta markay joogaan booqdayaasha.
- Kooxaha dhismuhu waa inay sameeyaan dadaal kasta si ay u xaddidaan waxqabadyada aan lagu qaban karin gudaha masaafada 6 cagood (fiit) ay u dhaxayso shaqaalaha. Xaaladahaas, PPE dheeri ah sida gaashaanka wajiga ama kuwa wax lagu buufiyo ayaa ku habboonaan kara.
- Shaqada xafiiska waa in lagu qabtaa meel fog, markasta oo ay suurtagal tahay. Hawlaha xafiiska ee la xiriira mashruuc (tusaale xisaabinta ama diiwaanada) waa in lagu sameeyaa guriga ilaa inta ugu badan ee la adeegsan karo.
- U adeegso teknoolajiyada onlaynka ah ama taleefanka kulamada xafiiska iyo la-tashiga si loo yareeyo baahida loo qabo kulamada qof ahaan.
- Shaqaalaha dhismaha waa inay ka fogaadaan isu imaatinka inta lagu jiro qadada ama nasashada kale.
- Ku nadiifi dhammaan qalabka nalka iyo qalabka shaqada culus ee taabashada kahor iyo kaddib hawlgallada adoo isticmaalaya jeermis-dilayaasha EPA ee la oggolaaday ee kor lagaga hadlay. Meelahaas waxaa ka mid ah gacanta albaabka, baararka gacanta lagu qabto, banalka qalabka, wareejinta geerka, iyo giraangiraha isteerinka.
- Shaqaalaha dhismuhu waa inay xirtaan dhammaan qalabka shaqada ee ilaalintiisa shaqsiyadeed (PPE), gaar ahaan ilaalinta indhaha iyo gacmo-gashiga, iyo sidoo kale qalabka kale ee amaanka ee caadiga ah (tusaale ahaan meesa-jaakada ama jaakadaha). Maaskarada wejiga ee shaqada waa inay ku koobnaadaan hawlo gaar ah oo sida caadiga ah loo baahanyahay. Daboolka wejiga waxaa loo isticmaali karaa howlaha aan loo baahnayn wejiga. PPE-ga maaha inay wadaagaan xubnaha kooxda shaqada.
- U dhowaanshaha dhow wuxuu kordhiyaa halista gudbinta iyada oo ay sii dhex marayaan dhibcaha neefsashada. Ku dhiirigeli shaqaalaha inay u kala baxaan si kala duwan markay soo gelayaan ama baxayaan, iyo gudahooda, goobta shaqada illaa inta suurtagal ah. Haddii shaqsiyaadku ay tahay inay wada safraan, ka ilaali adeegsiga ikhtiyaarka hawada wareega ee hawo qaadashada gaariga inta lagu jiro safarka; adeegso hawo-siiyaha gaariga si aad u keento hawada dibedda iyo/ama hoos u dhig daaqaadaha gaariga.

## Foomka Ka-hortagga COVID-19

Si loo furo, meheradahu waa inay ballanqaadaan inay u hoggaansan yihiin shuruudaha liiska hubinta iyagoo buuxinaya foomkan gaaban ee onlaynka ah. Fadlan ogsoonow in ururada diinta iyo bixiyayaasha daryeelka caafimaad ee shaatiga leh aan loo baahnayn inay adeegsadaan foomkan.

Haddii aad wax su'aalo ah qabtid, fadlan nagala soo xiriir [business.answers@maine.gov](mailto:business.answers@maine.gov) ama meherka [1-800-872-3838](tel:1-800-872-3838).