Ogosto 27, 2021

Waalidiinta iyo Masuuliyiinta Qaaliga ah,

Sannad-dugsiyeedka 2021-2022 ayaa yimid, Kooxda Taageeridda Dugsiga (CSST) ee Caafimaadka Dadweynaha Ottawa (OPH), iyagoo kaashanaya guddiyada dugsiga, waxay isu diyaarinayaan soo-noqoshada waxbarashada qof ahaaneed ee bulshada dugsiga. Hoos waxaa ku qoran su'aalaha inta badan la is-weydiiyo iyo farriimaha muhiimka ah si loo hubiyo in si nabad ah oo habsami leh loogu laabto dugsiga. Macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan sida CSST u taageerto dugsiyada Ottawa sannad dugsiyeedkan, iyo ilahayaga ugu dambeeyay, booqo OttawaPublicHealth.ca/SchoolsCOVID19.

TALLAALADA COVID-19

Tallaallada COVID-19 waxa heli kara shaqaalaha iyo ardayda dhalatay 2009 ama ka hor. Shaqsi kasta oo qaata tallaalkooda COVID-19 wuxuu gacan ka geysanayaa inay Ottawa hal tallaabo ugu soo dhawaato xasaanadda bulshada. Qabso ballanta tallaalkaaga sida ugu dhaqsaha badan ee aad ugu xaq yeelato.

Adiga oo is tallaala ayaa kaa caawin doontaa ilaalinta carruurtaada, dhallinyarada iyo bulshada dugsigooda. Haddii ilmahaaga la tallaalay oo uu la kulmo qof laga helay COVID-19, uma baahna inay guriga joogaan oo is-go'doomiyaan mar haddii aysan lahayn astaamaha lugu yaqaan COVID-19.

Haddii ilmahaagu heleen hal ama in ka badan oo ah tallaalka COVID-19 meel ka baxsan Gobolka Ontario (sida, Quebec ama meel Kanada ka baxsan), caddaynta tallaalka waa in la siiyaa OPH si loo xaqiijiyo heerka tallaalka haddii isaga ama iyadu ay la kulmaan shaqsi laga helay COVID-19. Fadlan buuxi foomkaan si aad u ogeysiiso OPH qaadashada tallaalka meel ka baxsan gobolkaaga, oo aad geliso dukumentiyada aad heshay. Su'aalo? Booqo OttawaPublicHealth.ca/FAQVaccine.

*__Qaadashada tallaal__ *waxay ka dhigan tahay inay ahayd ugu yaraan 14 maalmood tan iyo markii la helay:*

1. *Tallaalka labaad ee tallaalka COVID-19 oo ah laba qiyaasood oo la aqbalay ama isku darka tallaallada la aqbalay (tusaale. Moderna, Pfizer-BioNTech, AstraZeneca/COVISHEILD);* ***AMA***
2. *Tallaalka keliya ee ka kooban hal-qiyaas ee taxanaha tallaalka COVID-19 Janssen (Johnson & Johnson);* ***AMA***
3. *Taxane dhammaystiran oo tallaalka COVID-19 ah oo loo qoondeeyay adeegsiga degdegga ah ee* **Ururka Caafimaadka Adduunka**.

Haddii ilmahayga la tallaalo, ma u baahan yihiin inay sii wadaan raacitaanka tallaabooyinka caafimaadka dadweynaha?

Tallaalka COVID-19 wuxuu yareeyaa fursadaha ilmahaagu inuu aad u bukoodo, isbitaal la dhigo iyo in loo dhinto COVID-19. In kasta oo khubaradu ay wax badan ka ogaadeen ilaalinta ay tallaallada COVID-19 ka bixiyaan xaaladaha nolosha dhabta ah, waxaa muhiim u ah qof walba inuu sii wado gacan ku heynta **tallaabooyinka caafimaadka dadweynaha** si uu u caawiyo joojinta faafitaanka COVID-19. Tani waxa ku jira xidhashada af-xidhka, kala fogaanta jidh-ahaaneed, iyo iska eegista maalin walba astaamaha COVID-19.

QALABKA BARITAANKA

Dhammaan ardaydu waa inay dhammaystiraan aaladda baaritaanka maalin kasta kahor gelidda dugsiga, iyadoon loo eegin heerka tallaalkooda. Si looga caawiyo joojinta faafitaanka COVID-19 dhanka bulshada dugsiga, dhammaan ardayda leh astaamaha COVID-19 waa inay is-go'doomiyaan, la baadho, oo raacaan tilmaamaha lagu bixiyay aaladda baaritaanka**.**

Booqo OttawaPublicHealth.ca/SchoolsCOVID19 wixii ugu dambeeyey xagga dugsiga, dugsiga sare, iyo qalabka baaritaanka dadka waaweyn.

ASTAAMAHA & BAARIDDA

Maxaan sameeyaa haddii ilmahayga lagu arko astaamo halka GURIGA?
Haddii ilmahaaga lagu arko astaamaha COVID-19 guriga, xitaa haddii la tallaalay, fadlan isla markiiba ilmahaaga halla baadho, kuna hay guriga si gooni ah, oo ogeysii iskuulkooda.

Ilmahaagu wuu ku soo laaban karaa dugsiga marka mid ka mid ah xaaladaha soo socda la sameeyo OO astaamuhu soo fiicnaadeen ugu yaraan 24 saacadood iyada oo aan la siin daawada xummad-jebinta (ama laga waayo 48 saacadood lallabo, matag, shuban):

- Hesho natiijo taban (negative) ee baaritaanka COVID-19 PCR;
- Dhammeystir ugu yaraan 10 maalmood oo is-go'doomin ah tan iyo markii ay calaamaduhu bilaabmeen; ama
- In la helo baaritaan uu sameeyey daryeel caafimaad bixiye kale.

Maxaan sameeyaa haddii ilmahayga calaamado lagu arko xagga DUGSIGA?
Haddii ilmahaaga laga arko dhanka iskuulka astaamaha COVID-19, xitaa haddii la tallaalay, shaqaalaha dugsigu waxay raaci doonaan tilmaamaha OPH si ay u go'doomiyaan ilmahaaga. Shaqaalaha dugsiga ayaa diyaarin doona waalidka/mas'uulka in isla markiiba la qaado ilmahaaga iyo walaalaha aan la tallaalin ee dugsiga ku jira ama xannaanada carruurta. Ilmahaagu wuxuu u baahan doonaa inuu raaco tilmaamaha kor lagu soo sheegay.

Xubnaha qoysku ma u baahan yihiin inay keligood is-go'doomiyaan haddii ilmahaygu yeesho calaamado?
Dhammaan xubnaha qoyska ee aan la tallaalin waa inay joogaan guriga oo ay gooni isu soocaan inta ilmahaagu sugayo natiijooyinka baaritaanka. Xubnaha qoyska (oo ay ku jiraan walaaluhu) ee la tallaalay oo aan lahayn astaamo COVID-19 uma baahna inay is-go'doomiyaan inta ay sugayaan natiijooyinka baaritaanka ilmahaaga.

Haddii ilmahaaga astaamaha leh aan laga baarin COVID-19, fadlan la xiriir OPH si aad ula hadasho Kalkaaliyaha Caafimaadka Dadweynaha si aad uga hesho tilmaamo dheeraad ah habka taleefanka 613-580-6744.

Ilmahaygu ma u baahan yahay inuu haysto warqad caafimaad ama caddayn natiijo taban (negative) oo COVID-19 ah ka hor intuusan dugsiga ku noqon?

Marka shuruudaha kor ku xusan la buuxiyo, warqad caafimaad looma baahna si ilmahaagu dugsiga ugu soo noqdo; dugsiyada qaarkood ayaa laga yaabaa inay isticmaalaan ‘Caddaynta ku noqoshada warqadda dugsiga.’

Wixii macluumaad dheeraad ah kala xiriir Caafimaadka Dadweynaha Ottawa 613-580-6744 ama tixraac bogga-webka ‘Xarunta Qiimaynta COVID-19 iyo bogagga Rugaha Caafimaadka.’

CAAFIMAADKA DADWEYNAHA GUDAHA & TILMAAMAHA GOBOLKA

Dugsigu miyuu ku noqon doonaa 'hawlgallo caadi ah' oo leh heerar sare oo tallaalka COVID-19 ee gudaha bulshada?

OPH waxay sii wadi doontaa inay raacdo hoggaaminta dawladda gobolka ee dejisa hagitaanka hawlgalka ee dugsiyada. Dawladdu waxay la socon doontaa xaaladda COVID-19, oo ay ku jiraan khataraha la xiriira kala duwanaanshaha walaaca (VOCs), waxayna la shaqeyn doontaa Sarkaalka Madaxa Caafimaadka ee Caafimaadka iyo qeybaha caafimaadka dadweynaha maxalliga ah (PHUs) si loo qiimeeyo tallaabooyinka muhiimka ah si loo wargeliyo loona cusbooneysiiyo hagidda iyo jihaynta gobolka, oo ay ku jiraan tallaabo ka qaadista marka ay habboon tahay.

Wixii macluumaad dheeri ah, fadlan booqo COVID-19: Health, safety and operational guidance for schools (2021-2022).

Ilmahayga ma laga rabaa inuu gashado af-xidh gudaha goobta dugsiga?

Xirashada maaskaro waxay gacan ka geysan doontaa yareynta faafitaanka fayraska COVID-19 iyadoo ilaalinaysa naftaada iyo dadka kale. Ku noqoshada dugsiga, ardayda fassaallada 1-12 waxaa laga rabaa inay gudaha ku xirtaan maaskaro oo maro ah, iyadoo aan loo eegin heerka tallaalkooda. Waqtigan, waxaa si weyn loogu talinayaa in dhammaan ardayda Kindergarten ay xirtaan maaskarada wejiga marka ay gudaha joogaan. Maaskaro ayaa lagula talinayaa dhammaan shaqaalaha iyo ardayda marka ay bannaanka joogaan haddii kala fogaanta jirka aan la ilaalin karin.

Booqo Carruurta iyo Maaskaro: Talooyin ka yimid Khabiir si ay uga caawiyaan u diyaarinta ilmahaaga inuu xirto maaskaro xagga dugsiga.

XIRIIRADA COVID-19 & HALISTA-SARE

Maxaa dhacaya marka shaqaale ama arday laga helo COVID-19 dugsiga ilmahayga?

Marka OPH la ogeysiiyo in shaqaale ama arday xiriir la leh dugsiga laga helo COVID-19, mudnaanta ayaa ah in la hubiyo in shaqsigu guriga joogo oo aanu joogin dugsiga. Haddii shaqsigu uu joogay dugsiga intii uu cudurka faafinaayey, Kalkaalisada Caafimaadka Dadweynaha ee CSST waxay si dhow ula shaqayn doontaa maamulaha dugsiga si loo dhammeeyo qiimeyn dhammaystiran oo lagu ogaado kullamada halista-sare leh.

Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan booqo OttawaPublicHealth.ca/HighRiskContact/

Sidee ayaa la ii ogeysiin doonaa haddii ilmahayga loo aqoonsado inuu yahay qof khatar-sare la kulmay marka shaqsi laga helo COVID-19?
Dhammaan shakhsiyaadka loo aqoonsaday inay yihiin kuwa leh kulan khatar-sare leh waxaa lagu ogeysiin doonaa farriimaha otomaatiga ah iyada oo loo marayo wicitaan taleefan, farriin qoraal ah, ama emayl. Sidaa darteed waa muhiim inaad hubiso in macluumaadkaaga xiriirka uu yahay mid la cusubooneeyey dhanka diiwaanka dugsiga. Farriinta otomaatiga ah waxaa lasoo diri doonaa taariikhda ogeysiiska bilowga iyo ilaa muddada go'doominta oo dhan. Farriinta waxaa ku jiri doona tilmaamo muhiim u ah ilmahaaga iyo xubnaha qoyska, oo ay ku jiraan is-go'doominta, macluumaadka baadhista, iyo tilmaamaha haddii ilmahaagu yeesho astaamo. OPH waxay xaqiijin doontaa heerka tallaalka ee dhammaan dadka leh kulan halis-sare ah waxayna u diri doontaa farriin otomaatig ah oo leh tilmaamo kala duwan oo loogu talagalay shakhsiyaadka la tallaalay.

Ka warran haddii ilmahayga la tallaalay loona aqoonsado inuu yahay qof leh kulan halis-sare ah?
Haddii ilmo oo la tallaalay markuu la kulmay qof leh halis-sare qofkaas oo laga helay COVID-19 OO AANU **lahayn** astaamaha COVID-19, **UMA** baahna inay guriga joogaan oo is-go'doomiyaan (marka waxyaalo laga reebo). Taas macnaheedu waa in iyaga iyo xubnaha qoyskoodu ay weli tegi karaan dugsiga oo ay u bixi karaan bulshada dhexdeeda. Weli waxaa lagula talin doonaa inay helaan baadhista COVID-19 kadib 7 maalmood taariikhda ugu dambaysay ee la kulanka sababta oo ah inkastoo tallaalku bixinayo difaac aad u wanaagsan haddana waxaa jira halis ah in laga helo COVID-19.

Haddii ilmuhu yeesho astaamo, waa in isla markiiba la baadho, guriga joogo oo is-go'doomiyo, oo la xiriiro OPH si loo helo tilmaan dheeraad ah.

Ka warran haddii ilmahayga aan la tallaalin loona aqoonsado inuu la kulmay qof halis-sare ah?
Haddii cunugga aan la tallaalin markii uu la kulmay qof halis-sare leh oo laga helay COVID-19, waxaa laga rabaa inay is-go'doomiyaan 10 maalmood laga bilaabo taariikhda ugu dambeysay ee uu la kulmay, sida ay go'aamisay OPH. Waxaa lagula talin doonaa in la baadho 7 maalmood kadib taariikhda u dambaysa ee la kulanka. Xubnaha qoyska ee aan la tallaalin waxay ka bixi karaan guriga keliya sababaha lama huraanka ah (tusaale ahaan dugsiga, shaqada, raashinka).

Haddii ilmuhu yeesho astaamo inta lagu jiro is-go'doominta, waa inay isla markiiba baaritaan ka raadsadaan rugta COVID-19 oo ay la xiriiraan OPH si ay u helaan jiheyn dheeraad ah.

CAAFIMAADKA MASKAXDA & FAYO-QABKA

OPH waxay aqoonsan tahay in aafada COVID-19 ay saamaysay caafimaadka maskaxda iyo fayo-qabka ardayda iyo qoysaskooda. Waa caadi inaad dareento culays waana iska caadi inaadan fiicnayn. Halkan waxaa ah ilo iyo adeegyo kaa caawinaya adiga iyo carruurtaada inaad la qabsataan waqtiyadan adag. Keligaa ma tihid.

Iyadoo lala kaashanayo Xarunta Daryeelka Caafimaadka Maskaxda ee Royal, OPH waxay soo saartay taxanaha Ilaalinta Caafimaadka Maskaxdaada si ay kaaga caawiso ilaalinta adiga iyo caafimaadka maskaxda carruurtaada inta lagu jiro COVID-19. Wixii macluumaad dheeraad ah, fadlan iska hubi:

- Sidii adiga iyo carruurtaada looga caawin lahaa inaad la qabsataan (xaashida xaqiiqda)
- Ka caawinta carruurtaada xagga COVID (Fiidiyow)

- Taageerada Caafimaadka Maskaxda ee Waalidiinta (Fiidiyow)

Buug-ciyaareedka Waalidka ee Aafada oo ay soo saartay Caafimaadka Maskaxda Carruurta iyo Dhallinyarada ee Ontario oo kaashanaysa Waalidka Lifeline ee Bariga Ontario, ayaa bixisa talooyin wax ku ool ah oo lagu taageerayo baahiyaha caafimaadka dhimirka ee carruurta iyo dhallinyarada inta lagu jiro aafada COVID-19.

Fiidiyowyada Luqadaha Badan ee Caafimaadka Maskaxda waxay bixiyaan macluumaad ku saabsan ilaalinta caafimaadkaaga maskaxda, oo ay ku jiraan talooyin xagga waalidiinta. Fiidiyowyadan waxaa lagu heli karaa Ingiriis, Faransiis, Carabi, Soomaali, iyo Mandarin.

Adeegyada Caafimaadka Maskaxda iyo Adeegyada Maandooriyaha iyo Khayraadka ayaa ku taageera adiga iyo carruurtaada marka aad qabto welwel xagga caafimaadka maskaxda ah. Tusaale ahaan:

- Xarunta Isgoysyada ee Caafimaadka Maskaxda Carruurta ayaa adeegyo caafimaad maskaxeed siisa carruurta ka yar 12 sano jir oo Ingiriis keliya ah.
- PLEO waa barnaamijka qoyska ee waalidiinta carruurta la nool caqabadaha caafimaadka maskaxda si ay kaaga caawiyaan helitaanka ilaha iyo adeegyada si gaar ah loogu talagalay baahida qoyskaaga.
- Helitaanka MHA waxay bixisaa hal dhibic oo lagu soo galo nidaamka daryeelka bariga Ontario ee caafimaadka maskaxda iyo balwadaha kuwa da'doodu tahay 16 sano iyo ka weyn.
- Adeegyada Qabatinka Rideauwood iyo Adeegyada Qoyska ayaa siiya adeegyada balwadda oo Ingiriisi keliya dhanka dhallinyarada iyo dadka waaweyn.
- 1Call1Click wuxuu caawiyaa carruurta, dhalinyarada (laga bilaabo dhalashada ilaa da'da 21 jir) iyo qoysaskoodu inay ku xirmaan caafimaadka maskaxda iyo adeegyada balwadda
- Ku-xidhnida La-talinta waxay siisaa heltaan duruuso xagga la-talinta taleefanka dadka deggan d'a kasta oo ku nool aagga Ottawa.

Macluumaadka waalidnimada iyo si aad ugu xirnaato, fadlan booqo Waalidnimada Ottawa iyo bogga FaceBook.

Haddii aad qabtid wax su'aalo ah ama aad jeceshahay inaad la hadasho Kalkaaliyaha Caafimaadka Dadweynaha, fadlan wac 613-580-6744 oo raac tilmaamaha khadka OPH COVID-19 ama iimayl healthsante@ottawa.ca.

Si daacad ah,

Caafimaadka Dadweynaha Ottawa

Ma haysaa su'aalo dheeraad ah oo ku saabsan COVID-19 iyo dugsiga? Ka hel jawaabo khaas ah halkan *OtttawaPublicHealth.ca/SchoolsCOVID19.*

Raac Caafimaadka Dadweynaha Ottawa: **Facebook**, **Twitter**, iyo **Instagram**

Afeef: Macluumaadka lagu bixiyay dukumintigan OPH waa mid jira ilaa Ogosto 27, 2021.