

STAY SAFE MN

Talooyinka Dibu-furidda Meherad Badqabid leh: Teendho-sameysiga



Ujeeddo

Ujeedka waraaqdan waa in la isku jiheeyo oo laga helo macluumaad ku saabsan sida ugu fiican ee Minnesota ee dadka sameysanaya teendhooyin duurka ah marka dib loo furo goobahaas inta hadda lagu jiro xanuunka faafaya ee COVID-19. Waraaqdan waxaa talo ku biiriyey dhowr meelood oo qaarkood gaar loo leeyahay, kuwa dowladda hoose, heer degmo, heer gobol, heer gobollo badan iyo heer dowladda dhexe ah iyagoo wada fahamsan talooyinka gobolka iyo kuwa dalka ee khuseeya hawlaha teendho-sameysiga ah. Talooyinkaasi waa kuwa:

- Lagu ilaalinayo caafimaadka iyo badqabidda dadka iyo shaqaalaha, iyadoo lagu raaxeysanayo fursadaha dhulka teendhada laga sameysto.
- Dadka lagu caawinayo sameynta adeeg joogto ah oo badqabid leh.
- Qof kasta lagu siinayo farriimo ay ku fahmaan waxa laga filanayo.

Talooyinka waraaqdan waa ficillada ugu yar ee inta uu jiro xanuunka faafaya ee COVID-19. Dadka waxaa lagu dhiirrigelinayaa inay sameystaan sharciyo dheeraad ah oo ay ugu adeegaan baahidooda dhulka teendhada laga sameysto, hadba siday ugu baahdaan. Waxyaabo dheeraad ah ayaa loo sheegi karaa iyagoo ka helaya meelo kale (sida qeybaha macluumaadka ee baraha internetka ee khuseeya):

- Amarrada Wareegtada ah

- Shabakadda Stay Safe MN (Ku Dedaala Badqabka MN)
- TalooYinka Madadaalada Bannaanka ee ay soo saareen Minnesota Department of Health (Waaxda Caafimaadka ama MDH) iyo Department of Natural Resources (Waaxda Kheyraadka Dabiiciga ah ama DNR)
- TalooYinka Caafimaadka Dadweynaha MDH iyo Centers of Disease Control (Xarumaha Xakameynta Cudurrada ama CDC)

Qofna ma furi karo goob meheradeed oo ah teendho-sameysi. Qofkii furaya waa inuu si taxaddar leh u tixgeliyo dibu-furidda si uu u hubsado in goobta iyo shaqaalaha in ay diyaar u yihiin qorshaha iyo tababarka muhiimka u ah calaamadaha, qalabka ay xiranayaan, iyo waxyaabaha kale ee muhiimka u ah badqabkooda iyo hawshooda. Dadka teendho-sameysiga waa in ay u diyaar garoobaan in ay hawsha ku sii wadaan, iyo inay xataa xiraan, haddii xaaladda ama macluumaadku is beddelaan oo la helo digniin ah tixgelinta caafimaadka dadweynaha.

TALOoyINKA DADKA TEENDHO-DHISIDDA SAMEYNAYA

Dadku waa in ay raacaan talooYinka soo socda iyagoo hubsanaya kala-fogaanshaha, saxda, iyo badqabidda shaqaalaha iyo dadka kale.

Ogaanshaha firaqada iyo hawlaha badqabka goobta la joogo

1. **Qorshaha Diyaargarowga Qoran** Dadka imaanaya waa in ay sitaan oo ay sameyn karaan Qorshe ah Diyaargarowga COVID-19 si ay uga digtoonaadaan qaadista fayruska. Eeg [TalooYinka Dedaalka Badqabka ee Meheradaha oo Dhan](#) oo ku qoran [Ku Dedaala Badqabidda ama Stay Safe MN](#).
2. **Guryaha kala duwan ee halka qof ama ka badan.** Teendhada kelida ah, sida midda keligeed la mudo iyo kuwa meelaha fogfog meelo teelteel ah ku yaalla, waa la sameysan karaa haddii la xusuusanayo kala-fogaanshaha dadka mar kasta oo la kulmo. Goobaha kooxaha badan waa in dadka laga yareeyo si aan loo dhaafin dadka la isu oggol yahay oo ah 25 qof ugu badnaan in ay kulmi karaan iyo in lagu dhaqmo kala-fogaanshaha mar kasta.
3. **Goobaha iyo adeegyada dadka ka dhaxeeya.** Adeegyada iyo habdhaqanka wanaagsan, sida xarumaha booqashada dadweynaha, tiyaatarrada, dhismeyaasha waaweyn, xarunta kooxaha, dabshid ay dad ku wada kulmaan, iyo meelaha ay isugu yimaadaan dad ka badan 10 qof oo gudaha ku jira ama 25 qof oo bannaanka jooga waa in la xiro ilaa ay maamulka caafimaadka u oggolaadaan inay dadweynuhu meesha ku kulmi karaan. Hawlaha barkadda dabaasha waa la oggol yahay haddii dadku



kala fogaanayo iyo in aysan markiiba ku jirin wax ka badan 50% iyo in la raaco [Talooyinka Dibu-furidda Badqabidda leh ee Barkadaha](#). Goobaha xiran ee ay u dhow yihiin meelo kale oo furan waa in ay si muuqata dadka ugu sameeyaan calaamado sheegaya inay xiran yihiin. Goobaha yaryar ee xafladaha gelinka ah loo aado, sida kuwa ay ku kulmaan dad yar ama kuwa ka tirsan teendhooyin waaweyn, waa ay furnaan karaan haddii ay darbiyada ku dhejinayaan calaamadaha kala-fogaanshaha (sida, tirada dadka hal qoys isku ah, ama dadka kale inaysan ka badan 25 qof, waxayse ku xiran tahay waa weynaanta goobta).

4. **Dadka ugu badnaan iyo nadaafadda goobta.** Goobaha iyo adeegyada, sida kuwa hoos ku qoran, dadweynaha ayaa loo furi karaa haddii ay shaqadooda waafajin karaan MDH, CDC iyo talooyinka la soo saaray ee kol dhow ee [Ku Dedaala Badqabka MN](#), sida kala-fogaanshaha iyo habraacyada nadaafadda. Dadku waa in ay raacan habraaca nadaafadda iyagoo yareynaya kulanka ah fool-ka-fool marka la is-xaadirinayo/la kala tagayo. Haddii aysan suuroobeyn kulanka talooyinka (10 qof gudaha iyo 25 qof bannaanka), habraacyada kala-fogaanshaha iyo saxada ee MDH iyo CDC, dadka kalmaya waa in ay iyagu is xadeeyaan markay xaaladdu xun tahay oo ay xiraan goobta meheradda ama qeybo ka mid ah:

- Dhismeyaasha musqulaha/qubeyska (sida kuwa kelida ah, iyo goobaha laga galo duufaannada gabbaadka ah, waa in lagu talo galo)
- Goobaha dhar-dhiqidda
- Xarumaha dhigidda iyo nadaafadda kalluunka
- Shaqaalaha dhirta ama xarumaha xiriirka
- Goobaha gabbaadka ah iyo gelin-dalxiis
- Adeegyada cuntada (waa in shati loo haysto, oo waa khasab in la raaco talooyinka makhaayadaha)
- Kireysiga/iibsiga qalabka madadaalada

Haddii dadka teendhada sameysanaya ay go'aansadaan in ay shaki ka qabaan saxada musqulaha si ay u raacaan talooyinka COVID-19, markaas waa in ay xadeeyaan in qofba mar ama qoysba mar musqulaha soo isticmaalo ama in meesha oo dhan la xiro, ama in meesha loo oggolaado dadka wata gaadiidka nooca dalxiiska ah ee leh musqulo iyo biyo.

5. **Tixgelinta gaar ahaaneed ee goobaha musqulaha iyo qubeyska.** Dadku waa in ay dhismaha musqulaha iyo qubeyska u isticmaalaan sida soo socota:

- Albaabbada oo dhan waa in la furi lana xiri karo iyadoon la taaban meelaha laga furo ama dushooda, balse waa in ay iyagu iska furmaan iskana xirmaan, haddii ay sidaas suuroobeyso. Haddii aan albaabka la furi karin iyadoon la taabaneyn meel la riixo oo ah albaab-fure, meheraddu waan in ay hubisaa caagga qashinka in ay ag dhigaan albaabka si ay dadku ugu tuuraan waraaqaha wasakhda ah ee ay albaabka ku soo furaan ama ay gacmaha ku masaxdaan. Meesha iyo booska la dhigayo caagga qashinka waa inuusan xannibeyn shuruudaha Amniga Noloshaha (sida, bixidda, daadgureynta, qalabka xaaladaha degdegga ah) ama wax kasta oo khuseeya fulinta sharciga Naafannimada Mareykanka (Americans with Disabilities Act).

- Musqulaha kelida ah waa in lagu dhejiyo calaamado, la dhigo qalab nadaafadeed (saabuun, waraaqo istaraasho ah iyo meel qashinka lagu tuuro) oo waa in la isticmaali karo iyadoon la taabaneyn.
 - Waa in musqulaha laga bixiyo oo aan la isticmaalin hawada gacmaha lagu qalliyo, waa in la dhigo waraaqo, waana in la dhigo aalkolada gacmaha, ama waa inay dadku waxaas keensadaan.
 - Calaamad ah gacmadhaqid xusuusin waa in lagu dhejiyo dhismaha.
 - Qubeyska waxaa la oggol yahay markay la kala xiro musqulaha ama waan in lagu dhejiyo calaamado kala-fogaansho oo ah lix fiit. Calaamdaha lagu kala fogaanayo waa meel kasta lagu dhejiyo. Haddii aysan macquul ahayn kala-fogaanshaha lixda fiit, waa in la yareeyo dadka isugu imaanaya meeshaas oo isticmaalidda laga dhigo qofba/qoysba mar.
6. **Meelaha jiiifka.** Teendhada la seexdo, meelaha kale ee habeendhaxa ah waxa ay ku furnaan karaan waa marka la raacayo talooyinka MDH iyo CDC. Shaqaalaha ayaa go'aaminaya habraacyada nadaafadda, iyo meelaha la mid ah, hawlaha ay qabanayaan, iyo waxyaabaha goobta jiiifka loo oggol yahay. Shaqaalaha ayaa kordhinaya nadaafadda qolalka jiiifka, haddii loo baahdo, oo dhismaha oo dhan ayey faaruqin karaan 24-saacadood si ay si fiican ugu nadiifiyaan martida cusub ee imaaneyso. Fadlan eeg [Talooyinka MDH ee Gaarsiiska ah ee Milkiileyaasha iyo Maamuleyaasha Hoteellada](#) oo kala soco wixii talooyin ah.
 7. **Tirada dadka.** Tirada dadka waa inaan xadkeeda la dhaafin aadna looga warhayo. Tirada dadka waa in lagu saleeyo tirada musqulaha furan ee diyaarka ah iyadoo la kala fogaanayo (balse wixii macluumaad dheeraad ah oo ku saabsan musqulaha iyo shuruudaha qubeyska ee goobaha madadaaada ka eego sharciga MN Rules 4630.0900). Shaqaaluhu waa in ay la socdaan talooyinka MDH marka ay tixgelinayaan xadeynta tirada iyo nadaafadda saxada. Firaqada musqulaha waxay saameyn ku leedahay tirada dadka loo furayo, oo waa in la tixgeliyo.
 8. **Nafaaska teendhooyinka** Nafaaska u dhaxeeya teendhooyinka waa in ay yihiin kuwa ku filan kala-fogaanshaha. Meelaha qaarkood waxay u baahan karaan in la xiro si looga hortago nafaas la'aanta dadka badan ama si loo sameeyo in la kala fogaayo teendhooyinka. Sida ugu fiican ee lagu talinayo waa in laga fogaado cawska aan laga shaqeyn ugu yaraan 50 fiit ilaa bartanka iyo agagaarka teendhada idinla siman, ama waa in ugu yaraan lagu kala fogaado 30 fiit jidadka wadiiqooyinka ah ee isku xira teendhooyinka.
 9. **Sahayda dadka.** Si dadka loogu caawiyo inay ka joogaan safarka, inay soo qaataan sahaydooda (sida, alaabada musqusha, ookiyaalaha qorraxda, buufiska cayayaanka) si ay dadku “magaalada uga soo qaataan” una soo iibsadaan alaabada ay u baahanayaan intii ku filan. Maskaxda waa in lagu hayo meeshaas haddii cunto la kala iibsano, waa in shati loo soo qaato ka hor intaan la bilaabin. Eeg [Shabakadda shati-qaadashada ee MDH](#).

Maareynta sida ay u macaamilayaan dadka iyo shaqaalaha

1. **Dadka wax-iibsanaya.** Sida ugu fiican uguna macquulsan, waa in ay dadku intarnetka wax ku soo kala iibsadaan iyadoo lacagta la sii bixinayo ama isla goobta lagu bixinayo meelo gaar ah, sida goobaha dalab-hubinta, oggolaanshaha, kala-iibsiga qoryaha, baraf iyo badeecado kale. Arrintan ayaa yareyneysa isla-macaamilka dadka iyadoo meesha laga saarayo baahida saxiixyada iyo lacag in la kala qaato. Arrintan macnaheedu ma aha inaan lacag caddaan ah la kala qaadaneyn, balse macnuhu waa in la yareeyo lagana txaddaro khatarta ah in la isu gudbiyo faayruska.



2. **Baarista COVID-19.** Shaqaalaha waa in laga baaro COVID-19 ka hor inta aysan maalin kasta shaqadooda bilaabin. Baarista waa inay ku jiraan gebi ahaanba su'aalaha ay MDH uu diyaarisay Baarista Qoraalka ah ee Dadka iyo Shaqaalaha, oo waxaa laga daabacan karaa barta intarnetka ee MDH iyagoo ku qoran afafka Ingiriiska, Moong, Soomaali, iyo Isbaanish. Shaqaalaha lagu arko calaamadaha COVID-19, ama kuwa sheega inay la nool yihiin qof laga helay COVID-19, waa in loo eego qoraalka arrintan ee CDC [Qofka Xanuunsan ama Daryeela Qof Kale](#) waxaa khasab ku ah joogidda guriga. Shaqaalaha waa inay akhristaan talooyinka MDH ee dhigaya marka ay shaqada ku noqon karaan. Waxaa shaqadan la iska rabaa in la sameeyo sharciyo lagu baaro dadka imaanaya, iyadoo la isticmaalayo su'aalo isku mid ah iyo habraacyo ay u qorsheysteen markay goobta lagu xanuunsado.
3. **Qalabka difaacidda shakhsiga ah.** Waa in shaqaalaha iyo dadka hawsha isu xilqaama la siiyo qalab difaacidda shakhsiga ah sida, gacma-gelisyo, caagga difaaca wejiga, gafuur-xirka wejiga hadba wixii ku habboon shaqada la qabanayo.
4. **Raac shuruudaha gafuur-xirka Minnesota.** Laga bilaabo 25-kii Julaay, 2020, dadka Minnesota waxaa shuruud looga dhigay xirashada gafuur-xirka mar kasta oo ay ku jiraan gudaha meheradaha iyo goobaha korka ka xiran siduu dhigayo Amarka Wareegtada 20-81. Intaas waxaa sii dheer, shaqaalaha adeegga ee dibadda u soo baxaya waxaa shuruud ah in ay xirtaan gafuur-xir marka aysan u suuroobeyn in ay dadka kala fogaadaan.
 - Amarka Wareegtada ah waxaa ka reebban dadka aan gafuurkooda ama wejigooda waxba ku xiran karin caafimaadkooda jirka, dhimirka ama sabab kale awgeed. Waxaa kale oo jira marmar si ku meel gaar ah la isaga dhafo in gafuurka wax lagu xirto ama meelo aan la iska rabin in gafuurka la xirto. Tusaale ahaan, dadku si ku meel gaar ah ayey

gafuur-xirka isaga furi karaan marka ay dad badan oo ka fog wax tusayaan, markay wax cunayaan, ama marka ya la hadlayaan dadka dhegaha la' ama dadka dhegaha culus.

- Gafuur-xirka wejiga waa wax si adag la iskula talinayo, aakiin shuruud kuma aha dadka bannaanka u jooga ciyaaro iyo madadaalo marka aysan suuroobeyn ama ay dadka ku adag tahay kala-fogaanshaha.
 - Gafuur-xirka wejiga **LAGUMA beddelan karo kala-fogaanshaha.**
 - Wixii macluumaad dheeraad ah ka eego [Shuruudaha Gafuur-xirka Wejiga iyo Taloooyinka Amarka Wareegtada ah 20-81](#) iyo [Qalabka Difaacidda Shakhsiga ah ee MDH \(PPE\)](#).
5. **Tababarka shaqaalaha iyo dadka is-xilqaama.** Shaqaalaha iyo dad is-xilqaama, sida kuwa goobaha teendhada, waa in loo tababaro taloooyinka kala-fogaanshaha iyo saxada, iyo sidoo kale waxyaabaha is beddela ee hawlaha, xaaladaha degdegga ah, ama digniinaha degdegga ah ee cimilada. Waa in la hubiyo qorsheyaasha ficilka xaaladaha degdegga ah si looga jawaabo haddii meesha la xirayo, hawlaha la beddelayo, iyo habraacyada degdegga ah ee wax laga beddelay.
6. **Macluumaadka joogtada ah.** Hawl-wadeennada waa in ay sameeyaan kuna dhaqaaqaan farriimo joogto ah in ay u diraan dadka iyagoo u sheegaya kala-fogaanshaha, xiridda meesha, xadka meeshu qaadi karto, iyo waxyaabaha laga filnayo habdhaqanka dadka imaanaya. Hawl-wadeennada waa in ay isticmaalaan farriimo ay dirayaan marka ay sameynayaan calaamadaha, ee ay macluumaadka meelaha ku dhejinayaan, ee ay farriimaha u dirayaan baraha internetka, ee ay farriimo u dirayaan macaamiisha, iyo xiriirka kale ee dadweynaha. Macluumaadyo laga heli karo caawimaad waxaa ka mid ah:
- [Macluumaadyada iyo Farriimaha MDH](#)
 - [Macluumaadyada Xiriirka Dadweynaha ee CDC](#)
7. **Calaamadaha saxda ah.** Macluumaadka calaamadaha dadweynaha waa in lagu dhejiyo meelaha ku habboon, si dadka loogu dhiirrigeliyo:
- Kala-fogaansho ah ugu yaraan lix fiit oo inuu u dhaxeeyo dadka ka soo jeeda guryo kala duwan, gaar ahaan albaabka laga soo galayo, laga baxayo, iyo meelaha ay dadku ku kulmaan, sida jidadka, tabakaayo, musqulaha iyo gabbaadyada.
 - Xadka loo oggol yahay meelaha waa in laga taxaddaro kulanka kooxaha iyo dadka ugu badan ee kala fogaan kara ugu yaraan lix fiit in ay u dhaxeysa dadka ka soo jeeda guryo kala duwan.
 - Habraacyada nadaafadda dadka si ay dadka u raacaan ka hor iyo ka dib marka la isticmaalo goobaha dadweynaha.
 - Xusuusinta aasaasiga ah ee COVID-19, sida joogidda guriga marka la xanuunsado, daboolidda qufaca iyo hindhisada, dhaqidada gacmaha mar kasta, xirashada marada gafuur-xirka ah iyo inaan la taaban wejiga.

Maareynta habraacyada nadaafadda

1. **Shuruudaha habraacyada nadaafadda.** Shaqaalaha aqoonta leh ee dhulka teendhada waa inay sameeyaan habraacyo nadaafadeed oo ku saleysan talooyinka MDH iyo CDC. Macluumaadyo badan ayaa loo hayaa, sida talooyinka ah gacma-dhaqis joogto ah, saxada meelaha badanaa la taabto, musqulaha iyo meelaha dadka ka dhaxeeya. Si gaar ahaaneed, u tixraac [Talooyinka Gaarsiiska ah ee Maareeyeyaasha iyo Milkiileyaasha Hoteellada ee MDH](#), [Talooyinka Nadiifinta iyo Jeermis-dilidda Dhismeyaasha](#) iyo [Macluumaadka Beeraha Nasashada iyo Hawlaha Madadaalada](#). Waa in la hubiyo [alaabada iyo habraacyada nadaafadda iyo dilidda jeermiska ee ay EPA](#) oggoshahay. Si muuqata meelaha ha lagu dhejiyo macluumaad guud oo ku saabsan baratakoollada nadaafadda si ay dadka imaanaya u sii ogaadaan waxa ay filan karaan (sida, musqulaha in dadka loo furo iyo in la nadiifiyo ## jeer maalin kasta).
2. **Xakameynta isticmaalidda** Waa in ay shaqaaluhu tixgeliyaan xakameynta isticmaalidda (sida, tiro go'an) si aad u fududeysaan fulinta habraacyada saxada iyo naddafadda wanaagsan.
3. **Xiritaan taxaddar ah.** Si adag ugu dhaqma axdiga heerka saxada iyo shaqada si aad u yareysaan khatarta faafidda ah ee COVID-19. Haddii baratakoollada kala-fogaanshaha iyo saxada la raaci waayo sabab ay ahaataba, ka-hortag ahaan u xira meesha ilaa wax kasta la raaci karo.
4. **Ogaanshaha akhbaarta.** Si joogto ah uga war haya talooyinka meheradaha iyo ururrada ee MDH, CDC iyo [Ku Dedaala Badqabka MN](#), iyo sidoo kale Talooyinka Madadaalada Bannaanka, wixii ah macluumaad cusub oo ah habraacyada nadaafadda iyo sida ugu fiican ee lagu yareyn karo faafidda COVID-19.

Talooyinka Dadweynaha

Farriimo joogto ah ayaa dadweynaha ku caawin kara in ay qorshahooda si fiican u soo diyaariyaan. Shaqaalaha dhulka teendhooyinka waa in ay hubsadaan in macaamiishu macluumaad helaan. Siyaabaha loo qeybinayo macluumaadka waxaa ka mid ah baraha bulshada, wararka idaacadaha, farriimo boostada intarnetka in dadka loo diro, iyo calaamado lagu dhejiyo dhismaha, iyo waxyaabo kale.

Marka la joogo teendhooyinka, dadku waa inay raacaan talooyinka:

1. **Qorshe sameyso.** Marka ay ku suuroobeyso, dalab sii sameyso oo ruqsad sii iibso, qoryaha dabka, baraf iyo waxyaabaha kale ku sii iibso intarnetka ama khadka taleefanka ka hor intaadan bixin. Lacagta in si kale loo sii bixiyo oo la yareeyo in gacmaha la isaga dhiibo ayey raacaan meherado badan si aan leyn loo gelin iyo si aan dadku si toos ah iskula macaamilin. Arrintan waa mid difaac u ah adiga, dadweynaha iyo shaqaalaha.
2. **Isku-filnow.** Xakameyn iyo isku-filnaansho macquul ah waa in la isu diyaariyo. Tusaale ahaan, ha la iska habsado oo ha la soo diyaarsado saabuun, aalkolada jeermiska, midda gacmaha lagu nadiifiyo, marada gafuur-xirka, xaashiyo waaweyn/istaraashooyin iyo xaashida musqusha.
3. **Adigu dadka ka fogow.** Si loo habsado sameynta kala-fogaanshaha, waa in la sameyso teendho leh—qolka jiifka, gees dab lagu shito oo wax lagu cuno, — si aadan ugu dhawaan teendhooyinka kuu dhow oo ay ku jiri karaan dad ka yimid guryo kale. Dadka aydnaan wada nooleyn marka keliya ee aad teendho la wadaagi karto, nooc kasta ama RV waa markaad mar kasta kala-fogaaneysaan. Kala-

fogaanshaha waa in lagu sameeyo musqulaha, goobaha la isugu imaado, meesha dabshidka, wadiiqooyinka lugeynta, ama meel kasta oo kale oo lagula kulmayo dad guryo kale ka yimid.

4. **Raac shuruudaha gafuur-xirka Minnesota.** Laga bilaabo 25-kii Julaay, 2020, dadka Minnesota waxaa shuruud looga dhigay xirashada gafuur-xirka mar kasta oo ay ku jiraan gudaha meheradaha iyo goobaha korka ka xiran siduu dhigayo Amarka Wareegtada 20-81. Intaas waxaa sii dheer, shaqaalaha adeegga ee dibadda u soo baxaya waxaa shuruud ah in ay xirtaan gafuur-xir marka aysan u suuroobeyn in ay dadka kala fogaadaan.
 - Amarka Wareegtada ah waxaa ka reebban dadka aan gafuurkooda ama wejigooda waxba ku xiran karin caafimaadkooda jirka, dhimirka ama sabab kale awgeed. Waxaa kale oo jira marmar si ku meel gaar ah la isaga dhaafo in gafuurka wax lagu xirto ama meelo aan la iska rabin in gafuurka la xirto. Tusaale ahaan, dadku si ku meel gaar ah ayey gafuur-xirka isaga furi karaan marka ay dad badan oo ka fog wax tusayaan, markay wax cunayaan, ama marka ya la hadlayaan dadka dhegaha la' ama dadka dhegaha culus.
 - Gafuur-xirka wejiga waa wax si adag la iskula talinayo, aakiin shuruud kuma aha dadka bannaanka u jooga ciyaaro iyo madadaalo marka aysan suuroobeyn ama ay dadka ku adag tahay kala-fogaanshaha.
 - Gafuur-xirka wejiga **LAGUMA beddelan karo kala-fogaanshaha.**
 - Wixii macluumaad dheeraad ah ka eego [Shuruudaha Gafuur-xirka Wejiga iyo Talooyinka Amarka Wareegtada ah 20-81](#) iyo [Qalabka Difaacidda Shakhsiga ah ee MDH \(PPE\)](#).
5. **Ogow intaadan bixin ka hor.** U diyaarsanow inaad aad ugu baahan adeeg iyo xiriir dadweyne. Safarkaaga mar hore qorsheyso. Hubso inaad haysato khariirad daabacan ama shaashad kuugu diyaarsan ka hor intaadan soo bixin, oo ha ka sugin meel kale. Barnaamijyo iyo dhismeyaal badan ayaa la joojiyaa ama la xiraa, marka ka hubso internetka wixii macluumaad ah oo ku saabsan is beddelka sharciyada iyo xiritaanka si aad adigu isaga sii ogaato.
6. **Raac sharciyada.** Raac sharciyada iyo tilmaamaha, hadday qoran yihiin haddii afka lagaaga sheego, si aad ugu ilaaliso badqabidda naftaada iyo badqabidda dadka kale. Sharciyadaas iyo tilmaamahaas waxay u badan tahay inay ku jiraan amarro meelo gaar ah sida:
 - Gafuurka in lagu xirto dadweynaha dhexdooda, sida musqusha dhexdeeda, gabbaadyada, iyo meelaha duurka ah ee u dhow.
 - In habraacyada nadaafadda lagu dhaqmo meelaha dadku wax ku sameystaan ee isticmaalidda ka hor iyo ka dib.
 - In alaabta looga tago sidii nadiifka ahayd ee loogu yimid, sida miisaska cuntada iyo kuraasta—oo waxay u kala fog yihiin waa sida ugu habboon ee kala-fogaanshaha ee ay shaqaaluhu u dhigaan.



- Waa in la sameeyo kala-fogaanshaha dadka aan isku guri ka imaan haddii ay meesha isugu yimaadaan dad badan oo kala duwan oo isticmaalaya. Marka aysan macquul ahayn sameynta kala-fogaanshaha ee dadka aan isku guriga ku nooleyn, meelaha teendhada kelida ah waa la yareynayaa si ay u isticmaalaan dadka isku guriga ka soo jeeda.
- Calaamadaha tilmaamaha ah ee la raaco – sida, sugidda markaaga iyo tirada dadka ee xadeysan – si kor loogu qaado kala-fogaanshaha meesha gudaheeda, bannaankeeda, iyo meelaha kale ee ku dhow.

7. La soco akhbaarta.

- Booqo [Talooyinka Ku Dedaala Badqabka MN](#) iyo [kuwa MDH](#) oo kala soco macluumaad iyo fikrado aad ku caawin karto caafimaadka naftaada, qoyska, iyo tan dadweynaha.
- Booqo [Talooyinka Dedaalka Badqabidda Meelaha Madadaalada Bannaanka](#) oo kala soco wixii cusub oo khuseeya Talooyinka Madadaalada Bannaanka

Macluumaadyo

Talooyinka (CDC) Xarumaha Xakameynta iyo Ka-hortegidda Cudurrada – [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/parks-rec/park-administrators.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/parks-rec/park-administrators.html)

Saabuunaha iyo Nadiifinta Jeermis-dilidda ah ee ay ku talisay EPA – [epa.gov/coronavirus/guidance-cleaning-and-disinfecting-public-spaces-workplaces-businesses-schools-and-homes](https://www.epa.gov/coronavirus/guidance-cleaning-and-disinfecting-public-spaces-workplaces-businesses-schools-and-homes)

Talooyinka iyo Shuruudaha Xirashada Gafuurka ee ku soo baxay Amarkii Wareegtada 20-81 – health.state.mn.us/diseases/coronavirus/facecover.html

Talooyinka ku Meelgaarka ah ee Milkiileyaasha iyo Maamuleyaasha Hoteellada – health.state.mn.us/diseases/coronavirus/lodgingcleaning.pdf

Qalabka Difaaca Shakhsiga ah iyo Gafuur-xirka MDH (PPE) – health.state.mn.us/diseases/coronavirus/prevention.html#masks

Minnesota Maamul-ahaan [Sharciyadeeda](#) Musqulaha, Goobaha Qubeyska iyo Dhaqidda Dharka – revisor.mn.gov/rules/4630.0900/

Talooyinka Badqabka Shaqada ee Waaxda Horumarinta Dhaqaalaha iyo Shaqada ee Minnesota – mn.gov/deed/newscenter/covid/safework/

Waaxda Caafimaadka ee Minnesota Department of Health – health.state.mn.us/diseases/coronavirus/index.html

Waaxda Shaqaalaha iyo Meheradda Akhbaarteeda, Waxyaabaha ay Diyaarisay – dli.mn.gov/updates

Adeegga Beeraha Nasashada Dalka Akhbaarta Koroonaafaayrus – nps.gov/aboutus/news/public-health-update.htm

Ururka Beeraha Nasashada iyo Madadaallada – nrpa.org/our-work/Three-Pillars/health-wellness/coronavirus-disease-2019

Wareegtooyinka Amarrada Guddoomiyaha Gobolka – mn.gov/governor/news/executiveorders.jsp

Baarista Calaamadaha Hore ee Gobolka Minnesota – mn.gov/covid19/for-minnesotans/if-sick/is-it-covid

Talooyinka Madadaalada Bannaanka ee Gobolka Minnesota – dnr.state.mn.us/aboutdnr/covid-19-outdoor-recreation-guidelines.html

Dedaalka Badqabidda ee Stay Safe MN – <https://staysafe.mn.gov/>

Macluumaadka Qofqof ahaaneed iyo Qoysaska – <https://staysafe.mn.gov/individuals-families/index.jsp>

Macluumaadka Meheradaha iyo Ururrada – <https://staysafe.mn.gov/industry-guidance/index.jsp>

Akhbaaraadka Karoona Faayrus ee Wakaaladda Dhirta Mareykanka – fs.usda.gov/about-agency/covid19-updates



Minnesota Department of Natural Resources | mndnr.gov | 651-296-6157
500 Lafayette Road, St. Paul, MN 55155

Kala Xiriir info.dnr@state.mn.us ka soo codso qoraal ah nooc kale.

07/27/2020