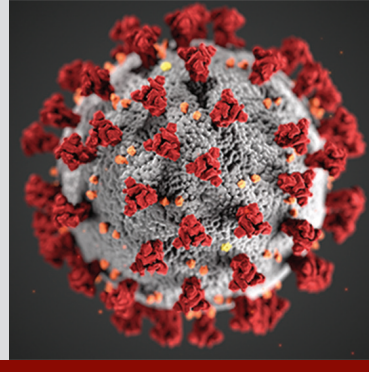


Bakhaarada Raashinka Warshadeeya Coronavirus (COVID-19) Xaashida Macluumaadka



Kahortaga In Shaqaalaha uu Haleelo Coronavirus

Coronavirus (COVID-19) waxaa weeye waxyeelo goobta shaqada ah oo aad u daran oo markaa dadku isku gudbiyaan marka ay uu qofka qabaa qufaco ama hindhiso. Coronavirus waxaa sidoo kale lagu gudbin karaa taabashada meelaha ama shayada uu fayrusku ku fadhiyo oo markaa kadibna la taabto afka, sanka ama indhaha.

Siday dhigayaan Department of Labor & Industries, (L&I) (Shuruucda Shaqad iyo Shaqaaluhu), cida loo shaqeeyo waxaa looga baahan yahay inay bixiso amaan iyo goob shaqo oo caafimaad qabta oo ay markaa hirgeliyaan nidaamka lagu maamulo ee markaa lagaga hortago faafida coronavirus. www.governor.wa.gov/news-media/inslee-announces-stay-home-stay-healthy%2%A0order.

Shuruudaha lagaga hadlayo waraaqaha macluumaadka waxaa dhaqan geliyay L&I iyada oo adeegsanaysa Xeer Dib u Eegida Lagu Sameeyay ee Washington (Revised Code of Washington, RCW) 49.17, Chapter 296-307 Xeerka Maamulka Washington (Washington Administrative Code, WAC), iyo shuruucda kale.

Si shaqaalaha looga ilaaliyo coronavirus, cida loo shaqeeyo waxaa looga baahan yahay:

- Inay kala fogaadaan (isku jirsadaan ugu yaraan lix fuudh) ama ay isticmaalaan farsamo wax ku ool ah/xakaynta maamulka;
- Waa in la sugaa inay jiraan meelo ku filan oo gacmaha ay ku maydhan karaan oo ay si joogtona u maydhaan gacmaha shaqaaluhu;
- In la kordhiyo nadiifinta iyo jeermis ka dilka joogtada ah meelaha badanaa la taataabto;
- In la xaqiijiyo in shaqaalaha xanuunsanayaa ay joogaan gurigooda (ama ay dadka ka dhax baxaan) ama ay qabtaan guriga, oo waxaa jira nidaam ay shaqaaluhu kaga warbixinayaan wixii ay ka shakiyaan ama ay xaqiijiyaan ee dadka qaba coronavirus; iyo
- Waxa shaqaalaha wax loogu sheegayaa luuqad ay garanayaan oo markaa ay ku fahmayaan coronavirus iyo sida looga hortagi karo faafitaankiisa.

Takooka Goobta Shaqada

Waxaa weeye sharci daro in talaabo kale laga qaado sida eryida, shaqada jago ka hooseeya kiisa la geeyo ama si kale looga aar goosto shaqaalaha loo arko inuu talaabo amaan ah iyo xuquuqdiisa caafimaadka ah dhaqan geliyay sida inuu keeno cabasho amaan iyo caafimaad oo markaa cida uu u shaqeeyo ah, inuu ka qayb galo hawlaha ku saabsan amaanka iyo caafimaadka ilaalintooda, inuu xareeyo cabasho amaan iyo caafimaadka, ama inuu ka qayb galo baadhitaanka L&I Waaxda Amaanka iyo Caafimaadka Shaqada (Division of Occupational Safety and Health, DOSH). Shaqaaluhu waxa ay haystaan 30 maalmood inay ku xareeyaan cabashada DOSH iyo/ ama Maamulak Federalka ee Amaanka iyo Caafimaadka (Occupational Safety and Health Administration, OSHA). www.Lni.wa.gov/workers-rights/workplace-complaints/discrimination-in-the-workplace

1. Cida loo shaqeeyo waxaa looga baahan yahay inay dhaqan geliyaan qorshe wax ku ool ah oo kala fogaanshaha dadka ah.

Cida loo shaqeeyo waa inay xaqiijisaa in dhamaan shaqaalaha ay u jirsadaan lix fuudh cida kale ee ay wada shaqeeyaan iyo shacabka marka ay macquul tahayba. Marka ayna macquul ahayn in kala fogaanshaha la dhaqan geliyo hawlaha qaar ayaa loo baahan yahay, talaabooyin kale oo lagaga hortago ayaa loo baahan ayhay, sida in la isticmaalo waxyaabo u dhaxeeya marka uu qufaco oo ee hindhiso, iyo hawo saarayaal.

Taloyinka lagu gaadhayo kala fogaanshaha ugu yaraan lixda fuudh ah ee kala fogaanshaha dadka:

Waxa ay fududaysaa kala fogaanshaha jidh (bulsho) ahaaneed ee marka lasoo galayo bakhaarka, meesha lagu shaqaynayo, tukaamada, talaagadaha, qolalka nasashada, iyo dhamaan aagaga kale ee lagu qaadi karo.

- Waxa aad xadidaysaa tidada dadka imnaya iyo wakhtiga ay ku jirayaan bakhaarka.
- Habee jadwalka shaqada si markaa shaqaaluhu ayna iskugu badan oo ayna saxmad u noqon marka ay imanayaan iyo marka ay tagayaan.



Waaxda Badqabka iyo Caafimaadka Shaqada



www.Lni.wa.gov/safety-health



1-800-423-7233



Washington State Department of
Labor & Industries

- Waxa aad isku habaysaa wakhtiga qadada iyo nasashada si markaa aad uga hortagto in dadku ay iskugu yimaadaan meelo cayiman.
- Waxa aad magacawdaa qof la socda amaanka kala fogaanshaha dadka si markaa loo xaqiijiyo in shuruudaha kala fogaanshaha si adag loogu dhaqan geliyo meel kasta/qololka dhamaan halkaas oo ay joogaan wax ka badanhal ruux.
- Waxa aad diyaarisaa meel shaqo oo markaa hirgelinaysa kala fogaanshaha ugu yaraan lix fuudh la isku jirsanayo shaqaalaha oo muuqata, oo waxa aad sugtaa raacitaanka shaqaalada ee nidaamka kala fogaanshaha dadka.
- Waxa aad si kumeel gaadh ah ugu calaamadisa meelaha isku jira lixda fuudh ee lakala istaagayo (adiga oo isticmaalaya xabag midab ah, iwm.) dhulka ama meesha lagaga shaqeeyo si markaa dadku u kala fogaadaan.
- Waxa aad samaysaa tilmaamo dhigaya kala fogaanshaha shaqaalaha iyo dadka kale (shaqaalaha, macamiisha, shacabka) marka ay alaabta, agabka, ama qalabka is waydaarsanayaan. Tusaale ahaan, waxa aad u dejisaa in qofkiiba halmar geli karo meesha keenista/qaadida.
- Waxa aad kusoo dhejisaa calaamado la akhriyi karo meel god (ama waxa aad isticmaashaa sabuurad la qaadi karo, oo laydh ah oo macluumaadka lagu soo qoro) taas oo markaa booqdayaasha iyo shaqaalaha u sheegeysa inay kala fogaadaan.
- Balaadhinta laynta wax soo saarka ayaa qayb dheeraadka ah noqon kara.
- Waxa aad dadka u dhaxaysiisaa 'hal meel' khadka lagu shaqaynayo.
- Waxa aad yaraysaa xawaaraha si markaa loo yareeyo tirada shaqaalaha loogu baahan yahay laynka. In aad samayso gelino badan oo shaqo ahi waxa ay kuu sahlayaa inaad waxsoo saar dheeraad ah soo saarto.
- Waxa aad shaqaalaha karaaniyada ah ku tabobartaa sida ay isku ilaalinayaan marka ay qaabilayaan dadka booqdayaasha.

Waxa lagu telinayaa ilaalo kale oo waajib ah oo markaa shaqada aanay macquul ahayn in la isku jirsado ah lix fuudh:

- Waxa aad u kala dhigtaa wax shaqaalaha si ayna markaa foolka fool isku qaadsiiyin xanuunka.
- Waxa aad isticmaashaa faamolaydho meelaha shaqaaluhu joogaan ay ka neefsadaan oo markaa meesha lagu shaqeeyo lagu xidho.
- Sii oo markaa ku waajibi (ee la iibiyoo) xeerka waji gashadka, sida waji gashadka ayna shaqaalaha caafimaadku isticmaalin. Hadii waji gashad la xidho waa inay la socotaa wax u dhaxeeyo ama agab kale oo guud oo farsamo iyo/ama xakamayn ee maamul.

Talooyinka la macaamilka dadka imanaya:

- Waxa aad joojisaa daawashada iyo wixii aan booqashada waajibka ahayn ee shacabka.
- Waxa aad xaqiijisaa duwaanka booqdayaasha inuu sax yahay oo markaa la dhaqan geliyo.

- Waxa aad ku tobobarkaa booqdayaasha shirkadaaga nidaamka amaanka coronavirus ee gaarka ah goobta.
- Waxa aad xadidaa wakhtiga booqashada iyo baaxada booqashada oo waxa aad ka dhigtaa kaliya wixii hawlo ah ee daruuri ah.
- Waxa aad isku habaysaa keenista alaabta iyo qaadida dalabyada si markaa loo yareeyo isasoo gaadhka dadka gaadiidka wada.

2. Cida loo shaqeeyo waxaa looga baahan yahay inay xaqiijiyaan in si wanaagsan oo ku filan ay gacmaha u maydhaan.

- Waxa aad ku xidhaa wixii gacmaha lagu maydhanay ama jeermis dilaha meesha laga soo galayo bakhaarka iyo goobaha muhiimka ah ee gudhaa si ay u isticmaalaan dadka soo booqanaya iyo shaqaaluhu. Gacmo ka dilida jeermisku ma badalo meelaha gacmaha lagu maydho.
- Meelaha loogu talo geley si ay shaqaaluhu u isticmaalaan meelaha gacmaha lagu maydho, waxa aad dhigtaa tuwaalo, sabuun, iyo salada qashinka oo madhan.
- Waxaa looga baahan yahay shaqaalaha inay si joogto ah u maydhaan gacmaha marka ay yimaadaan goobta shaqada, ka fasaxa uga baxayaan goobta shaqo, isticmaalayaan suuliga; kahor iyo kadib inta ayna waxba cubin ama cabin ama tukaabada cabin; iyo kadib marka ay taabtaan meelaha iyo agabka ay dadku taataabtaan.
- Waxa aad bixiyaa meel kale oo gacmaha jeermiska lagaga dilo, kilinikis ama tuwaalo ama biyo iyo saabuun nadiif ah oo ku jira weel la qaadi karo si markaa aad u fududayso gacmo maydhiga joogtada ah kadib marka shayo la taabanayo laga shaqeeyo ee dadka kalena taabteen.

Waxyaabaha La Isla Eegayo: Golofisyada ayaa la bixin karaa, laakiin waxa in si joogto ah loo maydhaa si markaa looga hortago faafitaanka fayruska ama golofiska in la tuuro marka la isticmaalo. Tani waxay ka caawin kartaa shaqaalaha ay dhibaantay inay si joogto ah u maydhaan gacmaha oo ay jeermiska la filaan.

3. Cida loo shaqeeyo waxaa looga baahan yahay inay kordhiso jadwalka nadaafada iyo jeermis ka dilida, oo ay markaa jeermiska ak disho meesha lagu shaqeeyo meelaheeda la taataabto si joogto ah si looga hortago isku gudbinta coronavirus.

- Waxa aad u xil saartaa shaqaale gaar ah nadaafada si markaa uu u wado nadiifinta iyo ka dilida jeermiska meelaha la taataabto taas oo markaa in aan u badan ah.
- Marka jeermiska loo dilayo coronavirus, waxay Hay'ada Ilaalinta Deegaanku (Environmental Protection Agency, EPA) ku talisay isticmaalka wakhtiga ugu badan ee la jijibiyo iyo/ama ugu adag ee isku dar ah sumadiiba.
- Waxa aad raacdaa tilmaamaha ku qoran warqada dusha kaga taal ee MEELAHA CUNTADU TAABANAYSO marka aad u isticmaalayo kiimiko meelaha u dhaw ama agabka iyo meelaha cuntadu taabato.
- Mar kasta maydh oo biyo raaci ciida/wasakhda agabka kahor inta aan jeermiska laga dilin.

- Waxa aad xaqiijisaa in shaqaaluhu ay isticmaalaan agabka badbaadada shakhsi ahaaneed (Personal Protective Equipment, PPE) ee munaasabka ah marka ay shaqada ku jiraan.
- Waxa aad isticmaashaa golofiska amaanka ah iyo into/waji ilaaliye (waji gashad iyo/ama muraayad) marka aad isku darayso, ku buuxinayso, oo aad ku masaxayso dareere, sida jaafeesha aad biyaha ku dartay; waa inaad bixisaa meel shaqaynaysa oo indhaha lagu maydho.
- Waxa aad raacdaa tilmaamah ay dejisay Xarunta Kahortaga iyo Xakamaynta Xanuunada (Centers for Disease Control and Prevention, CDC). www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html

4. Cida loo shaqaynayo waxaa looga baahan yahay inay samayso nidaam lagu xaqiijinayo in shaqaalaha xanuunsanaya ayna shaqaynin.

- Waxa aad kala socotaa shaqaalaha wixii calaamado ah ee xanuun oo waxa aad u sheegta shaqaalaha xanuunsanaya inay gurigooda joogaan ama qabo guriga.
- Waxa aad xaqiijisaa in ay shaqaaluhu garanayaan calaamadaha iyo astaamaha kuwaas oo ka yimaada marka uu qofka asiibo coronavirus.
- Dhamaan aagaga ay shaqaalaha xanuunsanayaa la shaqeynayaan waa in la xidhaa, si wanaagsan loo nadiifiyaa, oo markaa jeermiska laga dilaa.

Talooyinka lagu xaqiijinayo in shaqaalaha xanuunsanayaa aanu shaqada iman:

- Waxa aad u sheegtaa cida aad wada shaqaynaysaan ee markaa lix fuudh wax ka yar u jirsaday qofka xanuunsanaya, iyada oo markaa aan garanin in shaqaaluhu uu xanuunsanayo. Waxa aad u sheegtaa in talaabooyin la qaaday markaa amaanta, lagu ilaalinayo, sida nadiifinta iyo jeermis ka dilida.
- Waxa aad doonataa oo aad raacdaa talooyinka maamulka waaxda caafimaadka iyo daawaynta deegaanka ee ku saabsan shaqaalaha xanuunsanaya.

5. Cida loo shaqeeyo waxaa looga baahan yahay inay bixiyaan macluumaadka waxyeelada goobta shaqada oo ku baxaysa luuqad ay fahmi karaan oo ku saabsan sida faafitaankiisa Coronavirus looga hortagi karo.

Macluumaadkaasi waa inuu kamid noqdaa:

- Macluumaadka ku saabsan sida looga warbixinayo faafitaanka coronavirus, calaamdaaha iyo astaamaha.
- Sida looga hortagyo faafitaanka coronavirus, waxaa kamid ah talaabooyinka la qaaday ee goobta shaqada ee markaa lagu dhaqan gelinayo kala fogaanshaha, gacmo maydhiga joogtada ah, iyo talaabooyinka kale ee taxadirka oo ay ku jirto nidaamka amaanka cuntada.
- Muhiimiyada gacmo maydhiga iyo sida wax ku oolka ah ee gacmaha loogu maydhayo saabuunta iyo biyaha ugu yaraan 20 ilbidhiqsi.

- Neefiga munaasabka ah, waxaa kamid ah in afka iyo sanka la qabsado marka la hindhisiyo iyo la qudaco iyo in aan lagu taaban indhaha, sanka ama afka gacan aan la maydhin ama golofis xidhnayn.
- Saarida diirada nadiifinta iyo jeermis dilitaanka meelaha badanaa la taataabto, sida taleefanka gacanta iyo agabka.

Talooyinka macluumaadka goobta shaqada ee aas aasiga ah bixintiisa ee lagaga hortagyo faafitaanka coronavirus:

- Waxa aad soo dhajisaa waraaqo/calaamado ku qoran luuqada munaasabka ah oo aad ka heshey maamulka caafimaadka (CDC, OSHA, L&I, WA Waaxda Caafimaadka (Department of Health, DOH), iwm.) oo ku saabsan kahortaga faafitaanka coronavirus.
- Waxa aad la socodsiiisaa fariimaha/macluumaadka ugu danbeeyay ee muhiimka ah maalin kasta.

Talaabooyinka Kale ee ilaalinta iyo waxa la isla eegayo

- Waxa aad ogaysiiisaa maamulaha bakhaarada ama horjoogaha gelinka shaqada wixii khidada ah ee dadka soo booqanaya loola shaqaynayo ama shaqaalaha markaa aan raacin nidaamka ka fogaanshaha dadka ama aad ku aragto calaamado xanuun.
- Waxa aad saartaa dahrka iyo meesha adag shay jilicsan si markaa si wanaagsan aad ugu nadiifin karto.
- Waxa aad siisaa shaqaalaha qaab ay ku sheegi karaan wixii walaac ah ee ay qabaan iyo fikirkooda si markaa hormar loogu sameeyo amaanta.
- Ku qor Barnaamijka Kahor Taga Shilka (Accident Prevention Program, APP) bakhaarada si markaa ay u noqoto wacyi gelin iyo talaabo kahortag ah oo xanuunka iyo jeermiska ah.
- Cida loo shaqeeyaa waa inay bixisaa agabka ilaalida ee munaasabka ah taas oo markaa ka caawin karta wixii faafitaanka xanuunka ah la yareeyo ee shaqaalaha ee xanuunka iyo calaamada xanuunka ah.
- Waji gashadku waxa uu ka hortagi karaan in marka uu qof hindhiso ama qufaco in dadka kale uu gaadhsiyo; waxa sidoo kale lasiin karaan kiimisada iyo jeermis dilaha.
- Waji gashadka ama marayada wajiga lagu xidho ee markaa dalaqsan (sida masarka iyo waji gashadka guriga lagu sameeyay) waxa ikhtiyaarkood u xidhan kara hsaqaalaha kaas oo ah nidaamka ugu wanaagsan ee lagaga hortago in markaa ay qofka soo gaadho candhuufta marka uu qof hinshiso ama qufaco. Waxaa muhiim ah in la fahmo in waji xidhadka noocan ah ayna kahor tagin wixii yaryar oo markaa ayna qofka ilalain marka uu u dhawaado qofka. Hadii ilaalada noocan ah la isticmaalo, waa in la maydhaa oo maalin kasta jeermiska laga dilaa. Waji gashadka guriga lagu sameeyo maaha badal ku filan kala fogaanshaha.
- Shaqaalaha waa inayna taaban afkooda, sankooda, indhahooda iyo meelaha u dhaw ee la taataabto marka ay wax saarayaan, isticmaalayaan oo ay isticmaalayaan agabka ilaalida shakhsi ahaaneed iyo waji gashadka.

- Waji gashadka sida N95 maaha wax lagu taliyo kahortaga coronavirus ee caadimaadka iyo xanuunka shaqaalaha. N95s ama wixii ka sareeya waxaa ilaalida neefsiga waxaa looga baahan yahay dadka u dhawaada dadka xanuunsanaya ee qaba coronavirus, dadka leh calaamadaha, aa kiimikada/cayayaan dilaha sida hore loo ogaaday oo waxaa loogu baahan yahay calaamad. Waji gashadku waxa uu u baahan yahay in si taxadirl ah loo isticmaalo oo markaa loo maamulo sida uu dhigayo barnaamijka Shuruucda Neefsiga. Shaqaalaha beeralaydu waa inay u hogaansamaan Neefsiga Qaybta Y-5 ee hoos timaada Cutubka 296-307 WAC si markaa loo xaqiijiyo isticmaalka munaasabka ah oo markaa loo daryeelo marka neefsiga sida saxda ah loo isticmaalayo.
- Ganacsiyada waxaa looga baahan yahay inay kala shaqeeyaan saraakiisha caafimaadka deegaanka jawaabta wakhtiga munaasabka ah, marka shaqaalaha la ogaado inuu qabo COVID-19 firfircoon.

Khayraadka

Waxa aad kala hadashaa lataliye kuu dhaw
1-800-547-8367 ama iimeelka DOSHConsultation@Lni.wa.gov
wixii caawimo ah www.Lni.wa.gov/DOSHConsultation

Websaytka DOSH coronavirus (www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-topics/topics/coronavirus) oo ay ku jiraan macluumaadka kasoo baxay CDC, OSHA, iyo Washington Department of Health (Waxda Caafimaadka Washington).

Waxda Caafimaadka Gobolka Washington: 1-800-525-0127;
www.doh.wa.gov/Emergencies/Coronavirus

Deegaanka iyo Qoomiyada Caafimaadka Deegaanka:
[www.doh.wa.gov/ForPublicHealthandHealthcare
Providers/PublicHealthSystemResourcesandServices/
LHJandTribalDirectories](http://www.doh.wa.gov/ForPublicHealthandHealthcareProviders/PublicHealthSystemResourcesandServices/LHJandTribalDirectories)

Marka la codsado, taageerada luqadda ajnabiga ah iyo qaababka dadka naafada ah waa la heli karaa. Wac 1-800-547-8367. Isticmaalayaasha TDD, ha la hadlaan 711. L&I waa loo shaqeeye fursad loo simanyahay