

# Xaanshida Tilmaamaha Badqabka ee Janitorial

Taxanayaasha tilmaamaha caafimaadka iyo badqabka si looga hortago dhaawacyada shaqada kadhasha ee warshada janitorial



Maajo 2020

Soo Baxay 3, Nuqulka 1



## Xarunta Xakamaynta iyo Kahortaga Xanuunada (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) waxay wakhti xaadirkan ku talinyaa in la xidho waji gashad si dadka kale loo ilaaliyo.

Talooyinkan waxa weeye kuwa loogu talo geley shaqaalaha guud ee markaa khatartoodu yar tahay hadii uu asiibo COVID-19, ee wakhtigan aanu ku waajib ahayn waji gashadka shaqaalaha WA. Shaqaalaha ku shaqeeya xaalada khatarta badan, waxa ay u baahan karaan waji gashadka

neefsiga, eeg tilmaamaha [ugu danbeeya ee CDC](#).

**Samaynta waji gashadka:** Fiidaywani waxa uu muujinayaa sida loo sameeyo iyada oo aan la tolin: [Sida Aad U Samaysanayso Waji Gashadka Adiga oo Badalin](#). Hadii aad leedahay dawaar isku day kuwan: [Sida Laftaadu Samaysto Waji Gashad \(ee leh filterka\)](#), AMA, [Sida Loo Xidho Waji Gashadka Cudbi Ah](#).

## Waxyaabo muhiim ah oo ay tahay inaad ka ogaato waji gashadka:

- Waxa aad isticmaashaa maro nayloo ah laakiin laga neefsan karo.
- Waxa aad isku daydaa inaad marada is dul saarto.
- Waxa aad samaysataa waji gashad si wanaagsan sankaaga iyo afkaaga ugu xidhmi karo (adag).
- Waxa aad samaysataa wax ka badan mid si markaa aad u xidhan karto midka kale marka u mid uskagoobo.
- Waa in laga neefsan kara! Hadii aad leedahay xiiq ama xanuun kale oo neefsiga ah waxa aad kala hadashaa dhakhtarkaaga kahor inta aanad xidhan.

## Sida loo xidho ee loo isticmaalo waji gashadka guriga lagu samaystay:

- **Gacmahaaga si wanaagsan u maydho** kahor inta aanad waji gashadka gashan, iyo isla marka aad iska saarto waji gashadka.
- Waji gashadku waa inuu **daboolaa sanko iyo afka**.
- Isticmaalka waji gashadka aan uskagu ka muuqan laakiin **waa in lagu maydhaa biyo kulul, lagu qalajiyaa heerku sare, kadib isticmaal KASTA**.
- Marka aad ku neefsato waji gashadka, waxaa yaraanaya wax tarkiisa, oo waa in loo badalaa sida kolba loogu baahdo.
- **Waxa aad qabataa cinjirka ama xadhiga marka aad iska saarayso.**
  - Weligaa ha iska saarin waji gashadka adiga oo taabanaya waji gashadka laftiisa.



## **Faa'idada xidhashada waji gashadka guriga lagu sameeyay:**

- Xidhashada waji gashadka guriga lagu sameeyay waxaa dhici karta in aanu kaa badbaadin karin COVID-19, laakiin **waxa uu ilaalin karaa dadka kale** hadii aad xanuunsanayso.
- Marka aad xidhato, waxa **ay dadka xasuusinaysaa inay kala fogaadaan**, iyo
- **Inay iska ilaaliyaan ku taabashada sanka, adka, iyo qayb kamid ah wajiga gacanta aan la maydhin.**
- **Xataa marka la xidhan yahay waji gashadka guriga lagu sameeyay, waa inaad dadka kala fogaataan** (waa inaad isku jirsataan 6 fuudh, oo aad markaa isku dhawaanshaha iska ilaalisaan).