

# CORONA UPDATE CORONAVIRUS

[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

Somali

24 maart 2020

vertaling uit het Nederlands

De regering heeft nieuwe regels gemaakt om het corona-virus te stoppen. De regels starten op 18 maart en stoppen voorlopig op 5 april.

Om ervoor te zorgen dat zo weinig mogelijk mensen ziek worden, moet iedereen deze regels volgen.

De politie kan controleren of je de regels volgt.

Je blijft zo veel mogelijk **thuis**.

Je mag alleen naar buiten **als het echt nodig is**. Dat wil zeggen, om

- Naar de dokter te gaan
- Naar de apotheek te gaan
- Naar het postkantoor te gaan
- Naar de bank te gaan
- Om te tanken
- Of om iemand te helpen die het echt nodig heeft, bv om naar het ziekenhuis te gaan.

Je mag naar het werk gaan, als je werkgever ervoor zorgt dat er genoeg ruimte is tussen de collega's. Maar als het kan, wordt er van **thuis gewerkt**.

Alle winkels gaan dicht. **Deze winkels blijven wel open:**

- Voedingswinkels
- Dierenwinkels
- Krantenwinkels
- Supermarkten. In de supermarkt heb je 30 minuten tijd (een half uur dus) om je boodschappen te doen. Het is zeker niet nodig om nu extra veel te kopen. Er is genoeg voor iedereen.
- De nachtwinkel is open tot 10 uur 's avonds.
- Er is geen markt.

Je mag naar buiten gaan om te wandelen, fietsen, sporten ... Het is belangrijk om te blijven **bewegen**. Je kan op je eentje buiten komen of met de mensen met wie je samenwoont, of met 1 extra andere persoon. Je moet altijd **minstens 1.5 meter afstand** houden. Laat je kind buiten niet spelen met andere kinderen (tenzij met broer of zus).

Je mag **niet in groep** naar buiten.

Je kan **niet op reis** vertrekken.

De regels voor de crèches en de scholen blijven dezelfde. De crèches en scholen voor de kinderen sluiten niet volledig.

Als je een probleem hebt, of je voelt je eenzaam, dan kan je **telefoneren**/skypen/whatsappen/... met vrienden of familie.

Deze regels zijn belangrijk voor de gezondheid van iedereen en gelden voor iedereen. Dankjewel om ze op te volgen.

Dawladdu waxa ay soo saartay xeerar cusub oo fayraska corona lagu xakamaynayo. Xeerarkan waxa ay hirgalayaan 18 maarso waxana ay ku egyihiin 5 abriil si ku meel gaar ah.

Si loo sugu in sida ugu macquulsan ay san dadbadan u xanuunsanin, waxa waajib ah in qofkasta xeerarkan raaco.

Waxa macquul ah in bilaysku uu sugo in xeerarka aad raacday iyo inkale.

Inta badan guriga joog, ilaa inta ay suurto gal tahay.

Banaanka aad marka baahi dhab ah jirto kaliya. Taas waxa laga wadaa, in

- Aad diktoorka aaddo
- Aad farmashiyaha aaddo
- Aad xafiiska boostada aaddo
- Aad bangiga aaddo
- Aad kaalinta shidaalka aaddo si aad shidaal baabuurka ugu soo shubato
- Amma in aad qof caawinayo kaas oo baahi dhab ah qaba, tusaale ahaan in aad hosbitaal aaddo.

Waa la ogolyahay in aad shaqo aaddo haddii cidda aad u shaqayso diyaariso in baaxad ku filan shaqaalaha ay u dhaxayso. Balse haddii ay suurto gal tahay waa in aad guriga adoo jooga shaqayso.

Dhamaan dukaamadu way xiranyihiin. Balse dukaamadan way furnaanayaan:

- Dukaamada cunnada.
- Dukaamada xayawaanka.
- Dukaamada joornaalka.
- Subermarkadada. Subermarkadka waxa aad ku jiri kartaa 30 daqiiqo (ogsoonooow nus saac) si aad adeegaaga u soo qabsato. Baahi adeeg dheeri ah aad u soo qaadata ma jirto. Dadka oo dhan wax ku filan way yaallaan.
- Dukaamada habeennada furan, waxa ay furnaan doonaan ilaa 10 ka fiidnimo.
- Suuquna ma furna.

Banaanka waad aadi kartaa si aad u lugayso, bishkileeti u wadato, isboorti u samayso... waa lagama maarmaan in dhaqdhaqaaq aad samayso. Kali-daa ayaad banaanka aadi kartaa amma dadka kula daggan amma 1 qof oo kale ayad is raaci kartaan. Balse waxa waajib ah 1.5 mitir baaxadd ah in ay idiin dhexayso. Ha u ogolaan ilmahaaga in caruurkale banaanka kula dheelo (marka laga reebo walaaladii).

Laguuma ogola in koox banaanka aad u raacdo.

lama ogola in aad safar u baxdo.

Xeerarkii xanaanada caruurta (crèches) iyo iskoolaadku waa sidoodii. Xanaanada caruurta (crèches) iyo iskoolaadku si buuxda uma xirna.

Haddii aad dhib qabto, amma aad kali dareento, markaas telefan u dirso/skyp u dirso/watsapp u dirso/... saaxiibadaa amma faamilka.

Xeerarkan waxay muhiim u yihiin caafimaadka qofkasta, waxana ay qabanayaan qofkasta. Waad ku mahadsantahay in aad raacdo.

