AGENTSCHAP
INTEGRATIE & INBURGERING

Mondmaskers : ik bescherm jou - jij beschermt mij | 11/03/2021

SOMALI | Vertaald uit het Nederlands

Maaskararada : waan kaa ilaalinayaa – waad iga ilaalinaysaa

Sideed u badbaadinaysaa naftaada iyo dadka kaleba ?

1. Joog guriga haddii aad xanuunsanayso.
2. Si joogto ah gacmahaaga u dhaq
3. Ha idiin dhexeeyso dadka kale masaafad dhan 1.5 mitir.
4. Inta ay suurto gal tahay iska ilaali kulanka dadka kale, balse kula xiriir taleefan, la sheekaysi (chat) ama email.
5. Ma joogtaa goobaha dadwaynuhu ku badanyahay sida (tusaale: baska ama tareenka)? Ku dabool afka iyo sanka maaskarada afka

Sababta aad maaskarada u xiranaysaa waa maxay?

Maaskarada afka waxaad ku daboolaysaa sanka iyo afka. Haddii aad hindhisto, qufacdo ama aad hadasho waxaa kaa duulaya dhibco oo wareegaya hawada. Maaskarada afku waxa ay celinaysaa dhibcahaas.

Sidaas ayay u yaraynaysaa halista ah in aad qof kale cudurka qaadsiiso. Ama aysan dhibcuhu u kor dagin waxyaabo kale kuwaas oo dadku ay taabtaan.

Goormaad xiranaysaa maaskarada?

Waxa ay waajib ku tahay qof kasta oo da'diisu ka wayntahay 13 sano.

- Marka la raacayo gaadiidka dadwaynaha, marka la joogo boostaajada ama istaashoonka.
- Marka la joogo iskoolka
- Marka shaqada la joogo, haddii aysan suurto gal ahayn in shaqaaluhu kala fogaado masaafad dhan 1.5 mitir.

In aad maaskarada xirato ayaa **fiican**

- Marka aad joogto goobaha in la kala fogaado 1.5 mitir aysan suurto gal ahayn. Tusaale: gudaha dukaammada.
- Goobaha dadku ku badanyahay iyo goobaha meelo inta badan la taabto leh. Tusaale: gudaha dukaammada.
- Haddii aad xiriir la leedahay dadka nugul. Tusaale: dadka da'doodu ka wayntahay 65 sano, dadka qaba dhibaato la xiriirta wadnaha, sambabada, ama kalyaha iyo dadka u nugul caabuqqa.
- Haddii aad xanuunsanayso. Taasi waxa ay keenaysaa in dadka kula nool aanad u gudbinin cudurka. Haddii aad xanuunsanayso, sidoo kale waa in aad guriga joogtaa.

- Haddii aad daryeelayso qof xanuunsanaya.

Yaan laga rabin in uu maaskarada xirto?

- Carruuta da'doodu ka yartahay 13 sano. Maaskarada si qalad ah ayay u isticmaali karaan.
- Dadka aan xirankaraynin maadaama oo ay cudur qabaan.

Sidee maaskarada afka loo sameeyaa?

Halkan hoose ka fiirso sida loo sameeyo maaskarada afka :

- Instructies hoe je een mondmasker maakt (af Neederlaan, Faransiis, Ingiriis, iyo Jarmal)
- Instructiefilmpje

Sidee loo xirtaa maaskarada marada ka samaysan?

Ka fiirso filinkan filmpje.

Marka aad maaskarada afka **xiranayso**:

- Kow marka hore gacmaha sifiican u dhaq.
- Intaa ka dib xiro maaskarada afka. Maarka aad xiranasoo qabo oo kaliya xarkaha ama laastiigayada.
- Maaskarada afka marka hore sanka si fiican ugu dabool. Xarigga qaybta sare si fiican u xir.
- Maaskarada afka garka sifiican ugu xir. Xarigga qaybtiisa hoose xir.
- Sanka, afka iyo garka waa in aay maaskaradu daboosho. Dhinacyadu in ay bannaanaadaan ma aha.

Maaskarada afka marka ay **kuu xirantahay**:

- Maaskarada afku ma kuu xirantahay? Hataabanin maaskarada inta ay kuu xirantahay.
- Maaskaradu sifiican kuuguma xirna miyaa? Ka qabo kaliya dhinacyda oo sifiican u xiro.
- Maaskarada inta aad marba iska saarto ha ku cel ceshanin.

Maaskarada afka marka aad iska **saarayso**:

- Qabo kaliya xarka ama cinjiradda haya.
- Ma iska saartay? Ka dib gacmaha sifiican u dhaqo.
- Maaskarada ma ku qasbantahay in aad wax yar iska saarto? Tusaale: si aad wax u cabto. Kor saar meel nadiif ah ama ku rid kiish hawada gudbin kara. Ka dib meesha aad maaskarada kor saartay nadiifi.

Goorma maaskaro cusub la qaataa?

- 8 dii saacba maaskarada afka oo cusub qaaado.
- Maaskarodu ma wasakhoowday ama ma qoyday? Markaas oo kalena mid cusub qaado.
- Hadalkaagu ma badanyahay? 4 tii saacba maaskaro cusub qaado. Tusaale: macalinka fasaslka hortaagan.

Sidee loo dhaqaa maaskarada afka ?

- Kurid maaskarada afka ee la isticmaalay kiish maro ah oo xiran. Kiishka maaskarada la dhaq.
- Ku dhaq saabuunta dharka oo la dhaq dharka kale ku na dhaq 60°C.
- Ama ku karkari dhari biyo karaya. Dharigaas u isticmaal oo kaliya maaskarada afka.
- Ma ku dhaqaysaa maaskarada afka heer kul hoose? Ku feeree marka aad dhaqdo ka dib heer kul sare.
- Ma taabatay maaskaro wasakh ah? Tusaale: si aad mishiinka dharka ugu riddo. Markaas sifiican oo la hubo gacmaha isga dhaq..
- Ma rabtaa maaskarada in aad markale isticmaasho? Maaskaradu marka hore waa in ay si fiican u qalasho. Sidaas awgeed waxa aad u baahantahay laba maaskaro.

Sidee ayaa u kaydinaysaa maaskarada afka ee nadiifta ah?

- Kiishka marada ah ee maaskarada afku ku jirto dhig mar kasta meel gaar ah oo nadiif ah.
- Maaskaro nadiif ah marabtaa in aad qaadato? Kow marka hore gacmaha iska dhaq. Maarka aad qaadayso qabo oo kaliya xarka ama cinjirka maaskarada.
- Maaskaradaada ha galinin talaagadda (frigo) ama qaybta barafka (diepvries). Qabawgu fayraska ma dilo. Maaskaradu cunnada ayay fayras kaa qaadsiin kartaa.