



Die Beauftragte der Bundesregierung  
für Migration, Flüchtlinge und  
Integration

# MAXAAD UBAHANTAHAY INAAD KA'OGAATO HADA CORONA HA

Guudmar kusaabsan talooyinka habdhaqanka,  
sharciga shaqalaysiinta iyo sharciyada safarrada

Halkaan waxaad  
kahelikartaa warbixinta  
kusaabsan wacyigalinta  
dawlada ee Corona ha taas  
oo kuqoran luqadaada.



[www.integrationsbeauftragte.de/  
corona-warn-app](http://www.integrationsbeauftragte.de/corona-warn-app)

Muhiimiyadda:  
Qaadashada dawada  
Corona ha waxay  
badbaadinaysaa adiga iyo  
kuwa kalaba!



[www.integrationsbeauftragte.de/  
corona-virus](http://www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus)

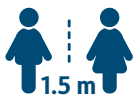
## Caafimaadka

### SIDEEN UBADBAADINKARAA NAFTAYDA IYO KUWA KALABA?

Qofkasta waa caawinkaraa ladagaalanka cudurka coronavirus. Joogtee yaraynta xiriirka aad laleedahay dadka kale kuna xakamee naftaada inaad lajoogto kuwa iyaguna isxakameeya. Tani waa sida kaliya ee aad ogabaaqsankarto cabuqaan. Muhiimiyad gaara:



Mayr  
gacmahaaga  
(uguyaraan  
20 ilbiriqsi)



Joogtee kafogaanshaha  
dadka kale adoo  
ujirsanaya uguyaraan  
1.5 mitir.



Xiro af'saabka  
afka iyo sanko.



Qufaca ama hindhisada  
kulaab gacantaada  
suxulkeeda ama  
isticmaal fiskileetiga.



Hawo kufilan sii  
qolalka xiran.



### MAXAAN UQAADANAYAA DAWADA KAHORTAGAYSA CAABUQA CORONA HA?

- Waxaad badbaadisay naftaada, tan ehelkaaga iyo dhammaan dadka aad xiriirka laleedahay.
- Dawadu waa deeq waana lacag la'aan. Waxaad na helikartaa markii dawada aad qaadanayso 116 117.
- Dawadaan waa lasootijaabiyay si taxadarleh oo habsiino leh, amaanna ah wayna shaqaynaysaa.



### MAXAAN SAMAYN KARAA HADII AAN KUSHAKIYO INAAN QAADAY CUDURKA?

Wax xiriira malalahayd qof lagahelay caabuqa corona? Laxiriir waaxdaada caafimaadka sidhaqso leh adoo isticmaalaya telefoonka! Xataa hadii aysanjirin wax calaamado cudur ah. Ee 116 117 waxaad kahelikartaa meel lagugu baaro. Ilaa ayjawaabtu kasoobaxdo jog gurigaaga!

# NOLOSHA BANAANKAAH



## **KU'WAANI WAXAY QUSEEYAAN MEELAHA LA'ISKUGUYIMAADO:**

Joogtee kalafogaansha ha uguyaraan 1.5 m. Waa inaad xirataa afsaab dawaysan meelahaan soosocda: gaadiid ka dadwaynaha, marka soo adeeganayso, meelaha lagubadanyahay iyo meelaha hawada furan ee dad ku kubadanyihiin. Sidookale waa muhiim xarumaha shaqada inaad ilaaliso fogaanta 1.5 m.

Tiro walba oo dad ah, kuwaas oo si buuxda loo tallaaley ama kasoo kabsaday cudurka COVID, ayaa loo oggolyahay iney wada kulmaan. Kulmada lagulama tiriyo shakhsiyaadka aan la tallaalin. Ma quseyso hayndaabyada bixitaanka waxayna lamid yihiin kuwa natiijada baaristooda ey noqotay negative. Tijaabo sheybaar (PCR, PoC-PCR) ee laga bilaabo ugu yaraan 28 maalmood ama ugu badnaan 6 bilood ee lasoo dhaafey ayaa ah caddeynta saxda ah ee soo kabashada. Tallaalku

waa in la dhamestirey ugu yaraan 14 maalmood ee lasoo dhaafey.

## **MAXAA SAMEEYA DHACDOOYINKA KABADAN 100?**

Dawladd Goboleedyada iyo Federaalkuba waxey ansixiyeen Bareega Degdega ah ee Federaalka – kaas oo la filayo inuu dhaco 30-ka Juun, 2021 – wuxuu bixiyaa tallaabooyin kala duduwan oo ku aadan kiisas ka badan 100. Baararka iyo mehradaha ayaa xirnaan doona (daabulid iyo guri-geyn ayaa la oggolyahay). Sidookale waxay kusocotaa goobaha cabitaanada, meelaha la'iskuguyimaado, garomada ciyaaraha, hoolalka, sheneemooyinka, jardiimooyinka madadaalada, xarumaha lagu ciyaaro, xarumaha dabaasha, xarumaha jirdhiska iyo xarumaha isqurxinta. Bakhaarada way furnaandoonaan ilaa iyo dhacdooyinka 150. Macaamiishu waxay ubaahanyihiin inay haystaan balamo iyo inaykeenaan jawaab cadaynaysa inay xanuun jirin.

Kaliya waxaa la oggolyahay guriga inaad kabaxdo inta udhaxaysa 10 p.m ilaa 5 a.m marka ayjirto sabab muhiima: tusale ahaan shaqada, baahi cafimaad oo dagdaga ama xanaanayn ta xayawaanka. Waxaa lagu oggolyahay inaad socoto ama samayso jimicsi kaligaa ilaa iyo habeenka kala barkiisa.

Kulamada gaarka ah: Xubnaha guriga jooga waxay ukulmi karaan qof qof (lama xisaabinayo ilmaha kayar 14 sano).

Iskuulada iyo xarumaha xanaanada caruurta waa xiranyihiin (daryeelka joogtada ah) lagabilaabo dhacdooyinka 165. Kala doorashadu waxaa loo'oggolyahay fasalada ugudanbeeya iyo iskuulada baahiyaha gaaraka leh.

**Sharciyo adagi waa macquul inay ka imaadaan dawlada federalka ah. Haddii ey kiisasku ka yaryihiin 100, waxaa lagu dhaqmayaa xeerarka dawladd goboleedyada federaalka. Warbixintaan waxaad kahelikartaa webseedyada dawlada federalka ah.**

## Shaqo iyo lacag



### **MAXAA DHACAYA HADII SHAQAALAHAYGA UU XIRO XARUNTA KAHOR WAQTIGA SABABO LAXIRIIRA CARONA HA?**

Sharciyan, waxaa wali loo'oggolyahay gunada, xataa hadii aysan shaqayn.

### **MAXAAN SAMAYNAYAA HADII AAN SHAQO LA'AAN NOQDO?**

Waa inaad laxiriirtaa xarunta shaqadaada ama qolyaha kushaqaalaysiiyay. Labadoodaba kaliya waxay qaabili karaan kuwa usoobooqday arrimaha dadgadaga ah iyo kuwa ballamaha lahaa. Waad diiwaan galinkartaa shaqo la'aanta adigoo isticmaalaya telefoonka, warqad ama online. Sidookale codsiyada waxaad kudirikartaa online ka. Muhiimiyad: Xeerarka ilaalinta kadhanka ah ayaa sii socondoonaa inla adeegsado. Sidookale, helitaanka adeegyada asaasiga ah ayaa loofududayn doona kuwa shaqo doonka ah.



### **MAXAA DHACAYA HADII SHAQALAHAYGA UU CODSADO WAQTI YAR INUU SHAQEEYO?**

Waxaad helikartaa kafa'a'iidayisiga shaalaysiin ta waqti kooban oo 24 bilood ah. Waxay noqonkartaa 87% inaad lumiso faa'iidadii. Wakiil ka shaqaalaha ugaarka

ah baa u hubindoona mid mid iyagoo hubindoona inay kusalaysanyihiin dhamman xaaladaha.



### **CAAWINAAD NOOCEE AH AYAAN KAHELIKARAA XARUNTAAN USHAQAYNAYAY?**

Die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) waxay bixisaa daymo shirkadeed oo la'awoodikaro. Fadlan laxiriir bangigaaga ama laamaha dhaqaalaha kaasoo kuufududaynaya inaad kahesho dayn KfW. Shirkadaha yaryar iyo kuwa dhexe kuwaas oo lahubiyo ama labalaariyo xarumahooda tababarka ee kala duwan waxay helaan taageero maaliyadeed.

### **WAA MAXAY CAAWINAADA AY HELAAN DAD KA SHAQAALAYSIIYA NAFSADOODA AMA HAYSTA GANACSIYADA YARYAR?**

Barnaamijyada gaarka ah ee KfW kuwaas oo leh shuruudaha amaahda wanaagsan, waxay ogolaadaan qarashka lagu hawl galayo, ogolaanshaha kaqaybqaadashada dawlada federal ka ah, caawinaada cabirka canshuuraha sidookale waxay bixiyaan qaymada aad waxkubilaabi karto.



## CAAWINAAD NOOCEE AH BAA LOOSAMEEYAY ARDAYDA?

Ardayda aadka ugubaahan caawinaad dhaqaale waxay ka codsankaraan ururka ardayda. Waxay noqonkartaa ilaa 500 euro bishiiba. Waxaa sidookale jira demaha ardayda ee KfW oo loogu talagalay ardayda ajaaniibta ah.



## MADALBAN KARAA KAALMADA CARUURTA?

Hadii dakhliga kusogalaa uu san kufilnayn qoys kaaga oo dhan, way furantahay inaad codsataa kabida kaalmada caruurta. Inta lagujiro 2021 waarid kasta wuxuu helikaraa 30 maalmood oo ah cawinaada ilmaha xanuunsan (60 maalmood hadii aad tahay waarid kaligiis ah). Sidookale tani waxay qusaysaa hadii aad kuxanaanayso ilmahaaga guriga maxaayeelay iskuulka iyo xarumaha ilmaha lagu xanaaneeyo waa xiranyihiin sababo laxiriira caabuqa caalamiga.



# MAXAA QUSEEYA SAFARADA?

Waa inaan wadnaa kawaantoomida safara aan gaarka ahayn iyo socdaalka dalxiisyada gudaha iyo dibada. Inta aadan usafrin dibada, fadlan laxiriir xafiiska dawlada federalka ah iyo wasaarad arrimaha gudaha siloohelo warbixin ta kusaabsan xayiraadaha iyo ilaalinta xuduudaha.

## MAXAAN TIXGALINDOONA MARKAAN SOOLAABANAYO?

Qofwalbo oo Jarmalka kasoo gelaya goobaha xalista sare, kiisaska badan ama leh fayras noociisu duwanyahay waa inuu dhamestiraa foom soogalooti oo dijitaal ah kahor inta uusan soo galin wadanka. Natiijo taban ayaa looga baahanyahay dhamaan safarada duulimaadyada iyo soogalooti walba ee kayimaada goob kiisas badan laga heley ama noo duwan ee fayraska ah leh. Soo galisyada kale ee meelaha xalista ah, waxaad bixineysaa caddeyn natiijada tijaabada ah oo la sameeyey ilaa 48 saacdood, kadib soo gelista.

Kadib soogalista waddanka, qofwalbo waa inuu maraa karantiil 10 maalmood ama 14 maalmood ah haddii ey kasoo galayaan goob fayras nooc duwan laga heley.

Haddii aad coronavirus ka haysatid tijaabo negatif ah, ama si buuxda lagu tallaaaley amaba aad kasoo kabsatey

curdurka corona, qasab kuuguma ahan in lagu karantiilo kadib markaad kasoo gashid goob halis ah. Marka laga soo galayo goob kiisas badan laga heley, kaliya qofka wada natiijo taban ayaa ku jiraya 10 maalmood oo karantiil ah; laga bilaabo maalinta 5-aad kadib soogalitaanka, way ka bixi karaan karantiilka iyagoo maraya tijaabo kale. Qof walba oo si buuxda loo tallaaaley amaba kasoo kabsadey cudurka corno, waxay kaliya in la tijaabiyo u baahanyihiin ka hor inta eysan kasoo gelin goobaha leh fayraska nooc duwan ah iyo kadib galitaanka karantiilka.

Waxaad helikartaa inaad iskabaarto adigoo wacaya 116 117.

## Taxadar: Jabinta waajibaadka karantiilka waxay keeni karaysaa ganaax.

Waa inaad iska eegtaa wadanka halista badan, dhacdooyinka sare ama meelaha leh caabuqyada kaladuwan: [https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges\\_Coronavirus/Risikogebiete\\_neu.html](https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html)



## XAGEE BAAN KAHELKARAA WARBIKINTA SAXDA AH EE CIWAANKAAN TAASOO KUDIYAARSAN LUUQADO KALA DUWAN?

Internedka waxaa kabuuxa warar aan xaqiiqo lahayn oo been ah kaas oo sidhaqso leh kugaara qolalka dadku aykusheekaystaan.

### Tafatiraha:

Dawlada Federaalka Guddiga uqaalbilan  
Soogalootiga,  
Qaxootiga iyo Is-dhexgalka,

Xaaladda:  
01.06.2021

Wararka ugudanbeeyay ee kuqoran luuqado kala duwan oo aad aamini karto waxaad kahelikartaa:

[www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus](http://www.integrationsbeauftragte.de/corona-virus) iyo  
[www.eu-gleichbehandlungsstelle.de/corona-virus](http://www.eu-gleichbehandlungsstelle.de/corona-virus).

