











Waxaan u baahanahay inaa guriga joogo...

Waxaan leeyahay qandho (100.4 ama ka saraysa) ama qadhqadhyo.	Waxaan leeyahay qufacm aan la xidhiidhin xiiqda, ama wax ka duwan ka caadiga ah.	Waxaan qabaa yaraanta neefta ama dhibta neefsashada.	Waxaan qabaa boogta hunguriga.	Waxaan leeyahay xanuunka muruqyada ama jidhka, aanu sharixin jimicsigu.	Waxaan leeyahay cabudh cusub ama duuf sanka ah.	Waan ma tagay ama waan yalaalugooday.	Waxaan leeyahay shuban.	Waxaan leeyahay lumida dhadhanka ama urta oo cusub.	Waxaan ag joogay qof kasta oo qaba COVID.
									

Waxaan u diyaar ahay inaan dugsiga tago marka...

- Ugu yaraann 10 maalmood laga joogto markii koowaad ee astaamuhu soo baxeen, astaamuhu ay kasoo raynayaan, oo may jirin qandho ugu yaraan 24 saacadood iyaddoon la isticmaalin dawooyinka qanadhada yareeya **AMA**
- Uu ardaygu qoraal ka helo xirfadle caafimaad oo sheegaysa in ardaygu qabo cudur kale **AMA**
- **Haddii aanay jirin cudur gaadhid la og yahay:** ardaydu way noqon karaan haddii baadhitaanka laga waayo COVID-19, astaamaha kasoo raayaan, **IYO** haddii aysan jirin wax qandho ah ugu yaraan 24 saacadood iyaddoon la isticmaalin daawada qandhada yaraysa oo uu bixiyay dhaqtarka caafimaadka ama waaxda caafimaadka.