



Baratakoollada COVID ee 2021-22



ROBBINSDALE
Area Schools



Baratakoollada COVID ee 2021-22

La cusboonaysiiyay August 17, 2021

Arar

Aafada COVID-19 waxay u baahan tahay xeelado lakabyo badan ah oo ka-hortag ah si loo xaddido faafitaanka COVID ee dugsiyadeena iyo bulshada. Dugsiyada Aagga Robbinsdale waxay raacayaan talooyin ka yimid Waaxda Caafimaadka ee Minnesota (MDH) iyo Xarumaha Xakamaynta Cudurrada (CDC) oo saldhig u ah borotokoollada COVID. Intaa waxaa dheer, u gudbinta bulshada iyo heerarka tallaalka COVID ayaa si taxaddar leh loola socdaa toddobaad kasta si loo go'aamiyo baahida loo qabo isbeddelada tilmaamahan. Maaddaama faafitaanka COVID-19 uu sii socdo, tilmaamahan ayaa is beddeli doona waqti ka waqti si loo muujiyo xogta cusub.

Talaallada

Dugsiyada Aagga Robbinsdale, iyagoo la jaanqaadaya MDH iyo CDC, waxay si xoog leh u dhiirigelinayaan tallaalka COVID-19 ee macallimiinta, shaqaalaha, qoysaska, iyo ardayda u qalma. Qoysasku waxay heli karaan macluumaad ku saabsan sida loo helo tallaalka bilaashka ah iyagoo booqanaya websaydhka Isku-xiraha Tallaalka '[vaccine connector website](#)' ee gobolka. Degmadu waxay qorshaynaysaa inay qabato rugaha tallaalka ee dugsiya waqti dambe.

Waji Daboolka

Laga billaabo Ogoosto 23, waxay noqon doontaa khasab in la daboolo wejiga dhammaan dadka ka weyn laba sano, oo ay ku jiraan ardayda, shaqaalaha iyo booqdayaasha, iyadoo aan loo eegin xaaladda tallaalka. Waji Daboolka waa in la xidhaa marka la saaran yahay basaska dugsiya, iyo marka lagu jiro gudaha dhammaan dugsiyada iyo gudaha dhismayowga degmada, maaddaama aan la ilaalin karin masaafad-jireed lixda fuudh ee u dhaxaysa dadka. **Daboolidda wejiga looma baahna marka dibadda la joogo.**

Intaas waxaa dheer, daboolida wejiga ayaa si ku meel gaar ah looga saari karaa marka lagu jiro waxqabadyada sida cunista, cabitaanka, dabaasha, ciyaarida qalabka muusikada, ama cayaaraha jimicsiga. [Habsocodyada Maamulka Waji Daboolka COVID-19 808](#) ayaa bixisa macluumaad dheeri ah oo ku saabsan shuruudaha daboolidda wejiga.

Kala fogaanta Jir ahaaneed

Dugsiyadu waxay hirgelin doonaan kala fogeynta jirka mar kasta oo ay suurtoagal tahay. Sida laga soo xigtay MDH, carruurta waa in aan laga reebin barashada shaqsi ahaanta ama daryeelka si loo ilaaliyo fogeynta jirka.



Baaritaanka iyo tijaabinta astaamaha COVID

Ka hor intaan la imaan dugsiga maalin walba, shaqsiyaadka waa in laga [baaraa astaamaha COVID](#). Dadka leh astaamaha COVID-19 waa inay wacaan khadka COVID-19 ama buuxiyaan [foomka warbixinta elektarooniga](#) ah si ay u helaan hagitaan dheeri ah.

Dugsiyada Aagga Robbinsdale waxay ku dhiirrigeliyaan ardayda, shaqaalaha iyo booqdayaasha inay dhammaystiraan baaritaanka COVID ee caadiga ah si ay gacan uga geystaan aqoonsiga iyo go'doominta kiisaska. Macluumaad dheeri ah oo ku saabsan tijaabinta dugsiga dhexdiisa ayaa imanaysa marka hagitaan laga helo MDH. Shakhsiyaadku waxay heli karaan goob qaadista tijaabada iyagoo aadaya bogga MDH: [Qaadista tijaabada COVID-19](#).

Joogista Guriga Marka la Xanuunsanayo

Dadka leh astaamaha COVID waa inay guryahooda joogaan ama isla markiiba guriga ayaa loo diri doonaa. Qof kasta oo muujinaya astaamaha COVID-19 waa inuu ka soocnaado kuwa kale oo isla markiiba la baaro, haddii la tallaalay iyo haddii kaleba.

Astaamaha COVID-19 waxay u kala baxaan laba kooxood:

- Astaamaha ugu caansan waa mid ama ka badan oo kuwan ah: qandho ah 100.4 digrii fahrenheit ama ka sare; qufac cusub ama mid ka sii daraya; dhibaato/neefsashada oo ku adkaata; iyo luminta dhadhanka iyo urta oo cusub
- Astaamaha aan aad caanka u ahayn waa laba ama ka badan kuwan: cune xanuun; lalabbo; matag; shuban; qarqaryo; murqo xanuun; daal aad u daran/dareen aad u daallani; madax xanuun cusub oo daran/aad u xun; iyo sanko oo cabudha/cufan ama duuf dareera leh.

Dadka leh “kuwa ugu badan,” ugu yaraan laba “kuwa aan aad caanka u ahay,” ama astaamo kasta inta lagu jiro maalmaha 8 illaa 14 ee muddada karantiilnimada kooban, waxay la soo laaban karaan mid ka mid ah kuwan soo socda:

1. Natijada baaritaanka COVID-19 ee taban; ama
2. Baadhitaan beddel kale ah oo ah qiimaynta dhakhtarka/daryeel-bixiye caafimaad; ama
3. Joog guriga kana fogow dadka kale (go'doomin), oo ay ku jiraan kuwa ku nool guriga haddii ay suurtoagal tahay, ugu yaraan 10 maalmood laga billaabo waqtiga astaamaha la arkay ilaa astaamuhu soo hagaagaan oo aan xummad la yeelan 24 saacadood iyada oo aan la isticmaalin xummad jabiye haddii aanu qofku marin qiimayn dhakhtar ama adeeg-bixiye caafimaad oo kale ama uu aanu helin baaritaanka COVID-19.

Walaalaha iyo dhammaan dadka kale ee aan si buuxda loo tallaalay ama aan haysanin xaqiijin shaybaar COVID-19 90-kii maalmood ee la soo dhaafay, iyo kuwa iyaga la nool waa inay guriga joogaan oo ka fogaadaan dhammaan waxqabadyada ugu yaraan 14 maalmood (Karantiil). Maalinta kowaad ee karantiiliddo waxay billaabmaysaa maalinta xigta maalinta ugu dambaysa ee la xiriirka (maalinta 0) qofka leh astaamaha COVID-19.



kiisaska togan

Ardayda ama booqdayaasha laga helay COVID-19 waa inay joogaan guriga (go'doon yihiin) oo ay buuxiyaan [foomka warbixinta elektarooniga](#) ah ama wac khadka COVID si ay u helaan hagd dheeri ah. Shaqaaluhu waa inay la xiriiraan kormeerahooda tooska ah. Shakhsiyaadka natiijada togan lehi waa in ay guriga joogaan ilaa saddexdan arrimood la gaadho:

- Dareemaan ka soo rayn. Qufacooda, neef-qabatowga, ama calaamadaha kale ay ka fiicnaadeen; iyo,
- Inay ahayd ugu yaraan 10 maalmood tan iyo markii ugu horreysay ee ay dareemeen xanuun ama tijaabin natiijo togan; iyo,
- Aanu qabin wax qandho ahugu yaraan 24 saacadood, iyada oo aan isticmaalin dawada qandho jabinta.

Dhammaan kiisaska togan waxaa la wargalin doonaa MDH.

Haddii qof laga helo COVID-19 oo uu yeesho astaamo, waa inay guriga joogaan oo ka fogaadaan kuwo kale oo ku nool guriga (go'doon) ugu yaraan 10 maalmood laga billaabo marka astaamuhu soo baxaan iyo illaa ay calaamaduhu ka soo raynayaan oo aanay qandho yeelan 24 saacadood iyaga oo aan isticmaalin daawooyinka qandho jabinta. Haddii aanay lahayn wax calaamado ah laakiin ay tijaabibadu togan tahay, waa inay guriga joogaan 10 maalmood laga billaabo maalintii la baadhay.

Walaalaha iyo dhammaan dadka kale ee aan si buuxda loo tallaalin ama aan la xaqiijin inay qabaan COVID-19 90-kii maalmood ee la soo dhaafay, oo la nool waa inay guriga joogaan oo ay ka fogaadaan dhammaan wax-qabadyada muddada karantiilnimada, oo ka billaabmaysa xiriika maalinta u dambaysayee lala yeesho qofka leh astaamaha COVID-19.

Xiriirada dhow ee Qoyska & Karantiil

Haddii qof uu xiriir dhow la LEEYAHAY xubin qoyska ah oo laga helay COVID-19, waa inay guriga uga joogaan DHAMMAAN WAXQABADYADA illaa 14 maalmood (karantiil). Maalinta kowaad ee karantiiliddu waxay billaabmaysaa maalinta xigta maalinta ugu dambaysa ee la xiriirka (maalinta 0) qofka la baadhay ee yeeshay natiijo togan oo COVID-19.

- Carruurta iyo shaqaalaha sida buuxda loo tallaalay ayaa laga yaabaa inaanay u baahnayn in la karantiilo oo waa inay raacaan tilmaamaha tallaalka COVID-19: Dadka sida buuxda u tallaalan (www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/vaccine/basics.html#recs)
- Carruurta iyo shaqaalaha laga xaqiijiyay shaybaarka COVID-19 waxaa laga yaabaa in aanay u baahnayn in la karantiilo oo waa inay raacaan Xiriirada Dhow iyo Raadraaca: COVID-19. (www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/close.html#not)

Xiriirka Dhow ee Dugsiga

Sida laga soo xigtay Waaxyaha Waxbarashada ee Minnesota (MDE) iyo Caafimaadka (MDH), karantiilinta fasalka oo dhami ma noqon doonto lagama marka inta badan si joogta loo daboolo wejiga.



Sidaa darteed, RAS mar dambe uma baahnaan doonto in ardayda iyo shaqaalaha la karantiilo si ay ula xiriiraan xiriir dhow oo dugsiga marka waji daboolka si joogto ah loo isticmaalo oo raadraaca xiriirka lama sameyn doono.

Ogeysiiska COVID

Dugsiyadu waxay ogeysiin doonaan dhammaan qoysaska iyo shaqaalaha haddii heerka maqnaanshaha maalinlaha ah ee cudurka COVID-oo kale (oo ay ku jiraan hargabku) iyo/ama kiisaska COVID-shaybaarka xaqiijiyey ay ka badan yihiin boqolkiiba 5 ama saddex ama ka badan ee dugsida hoose ama ee ardayda fasalka ku salaysan xaunta waxbarashada gaarka ah. Kani wuxuu ahaa habdhaqanka iyo shuruudda cudurada faafa ka hor masiibada COVID-19 oo ka timid Degmada Hennepin. Intaa waxaa dheer, kiisaska togan iyo tirada shaqsiyaadka ku jira karantiilnimada ama go'doominta uu sababay astaamaha ayaa toddobaad walba la soo wargelin doonaa dashboard-ka COVID ee gobolka.

Habdhaqannada Guud ee caafimaadka iyo badbaadada

Nadiifinta iyo dabargoynta jeermisga ayaa la samayn doonaa si loo yareeyo suurtagalnimada in fayraska gaara meelaha dusha ah. Nidaamyada hawo-mareennadu waxay ku habboon yihiin baabi'in jeermiska iyo sifeynta. Dugsiyadu waxay ardayda iyo shaqaalaha siin doonaan nadiifiyaha gacmaha iyo waji xirka waxbarashada. Tallaabooyinka nadaafadda gacmaha ayaa lagu dari doonaa jadwalka dugsiga si loo yareeyo faafitaanka cudurrada faafa, oo ay ku jiraan COVID-19.

Waxqabadyada iyo Tilmaamaha Waxbarashada Bulshada

Waxqabadyada RAS iyo barnaamijyada waxbarashada bulshada ayaa raaci doona borotokoolada COVID ee degmada. [Talooyinka Ururka Dugsiyada Sare ee Minnesota](#) ayaa la tixgelin doonaa marka la qorsheynayo hab -mamuuska ciyaaraha.

Tirooyinka Ardayda Gaarka ah

Ka-dhaafitaannada u qalmidda ee waji daboolka caalamiga ah ayaa diyaar u ah ardayda naafonimadu ka hor istaagto xirashada waji daboolka. Eeg [Habsocodyada Maamulka](#) 808 ee websaydhka ee hoos timaada siyaasadaha.