

COVID-19

Xarunta San Diego Food Facility, makhaayadda, Bar, Winery, Borotokoolka Howlgalka

Magaca Xarunta:

Cinwaanka Xarunta:

1. CAAFIMAADKA NABADGELYADA

QAABABKA LOO FULIN KARO EE LAGU HUBINAAYO MILKIILAYAASHA CUNTADA MA SHAQEYYAAN HADDII ILLAHA LAGANA ILAALIYO IN AY KU DHACDO KILINIKADA SHAQADA.

Xaruntu waxay isticmaashaa qaababkan soo socda si ay u hubiso ilaalinta caafimaadka shaqaalaha goobta shaqada (dhammaan tallaabooyinka qaybtan waa mid waajib ah):

Dhamaan shaqaalaha waxaa loo sheegay inaysan imaanin shaqada hadii ay jiran.

Shaqaaluhu waxay helayaan skaanka heerkulka ama heerkulka kahor bilowga shaqo kasta.

Baadhitaan caafimaad ayaa lagu sameeyaa shaqaale kasta ka hor bilowga isbeddel kasta si loo hubiyo in shaqaaluhu aanu soo arag calaamadaha ay ka kooban yihiin COVID-19 7dii maalmood ee la soo dhaafay ama uu la kulmay qof la soo kulmay astaamo 14-kii maalmood ee la soo dhaafay.

Shaqaalaha leh 'Covid-19' sida calaamadaha looma ogola inay shaqeeyaan oo lagu dhiirgaliyo inay la xiriiraan bixiyaha caafimaadkooda ama 2-1-1.

Daboolida wejiga waxaa xiraya dhamaan shaqaalaha lashaqeeya dadweynaha iyo marka ayna awoodin in ay kala fogaan karaan shaqaalaha kale.

Nadiifi oo jeermiska jeermiska musqulaha shaqaalaha iyo musqulaha si joogto ah u nadiifi.

Dhamaan shaqaaluhu way aqriyeen oo fahmeen [COVID-19 xaqqi qda](#) ([laga heli karaa Luqaado badan](#)).

Shaqaaluhu waa inaysan wadaagi karin cuntada, cabbitaannada, iyo keydinta cuntada.

Shaqaaluhu ma gacan qaadaan, shan ama shan ama salaam la mid ah oo jaba masaafada jireed.

Shaqaaluhu waa inay had iyo goor gacmahooda ku dhaqaan saabuun iyo biyo diiran.

Nuqul ka mid ah borotokoolkan ayaa lala wadaagay shaqaale kasta si loo hubiyo inay fahmeen oo ay fulin doonaan habraacyada.

Tallaabooyin kale ayaa la qaadayaa si loo hubiyo ilaalinta Caafimaadka Shaqaalaha:

2. KALA FOGAANSHAHA BULSHADA:

AQOONSOOYIN KU SAABSAN SIXIRKA BULSHADA LAGU HAYO NABADGELYADA DEGAN AHAANEYSU MIISASKA OO DHAN WAA LIX DHUDDHUN AMA HADII ANN LA DHAQAAJIN KARIN, CADABAD AMA QAYBTA AYAA LA RAKIBAY SI MISASKA SI AY U ILAALIYAAN CAAFIMADKA DADKA.

Xaruntan ayaa adeegsata qaababkan soo socda si loo hubiyo in fageynta bulshada la hoggaansamo (dhammaan tallaabooyinka qaybtan waa mid waajib ah):

Miisaska oo dhan waa lix dhudhun ama haddii aan la dhaqaajin karin, caqabad ama qeyb ayaa la rakibay si miisaska loo kala sooco.

Xariijimo ama calaamadaynta ugu yaraan lix lugood kala go 'ayaa loo isticmaalaa aag kasta oo xubnaha dadweynuhu ay sameyn karaan xariiq.

Waqtiyada fadhigada Waa lakala fogaanaa si loo helo meel lagu socda.

Ku xaddid tirada macaamiisha miis keli ah qol keliya ama macaamiil weydiistey in la fadhiisto. Dadka isla hal meel fadhiyey miis ma aha inay lix fogaan u jiraan. Dhammaan xubnaha xisbiga waa inay joogaan kahor fadhiga oo martigeliyahana waa inuu u keenaa xisbiga oo dhan miiska hal waqti.

Miisaska ayaa lix fiit u jira dhammaan meelaha cuntada lagu diyaariyo, oo ay ku jiraan cabitaanka iyo xarumaha server-yada.

Tallaabooyinka kale ee loo adeegsado in lagu hubiyo in fageynta bulshada loo hoggaansamo inta macaamiisha ay sugayaan in la fadhiisto, inta lagu jiro amar ama inta cuntada la soo qaadayo:

3. WAXBARASHADA DADWEYNAHA:

HABKA LOO SAMEEYAY SI AY KU SAABSATO DADKA KHUDBADU WAA KU SAABSAN YAHAY BADBAADO, XUQUUQAHA GUUD EE XAALADAHA.

Xaruntu waxay isticmaashaa qaababyadan soo socda si ay u hubiso waxbarashada dadwaynaha in la cunteeyo (dhammaan tallaabooyinka qaybtan waa waajib):

Saxeex ayaa lagu dhajiyay irrid kasta oo dadweyne oo xarunta ah si loogu wargaliyo dadka wax cunaaya inay:

Joogto fageynta bulshada ee ah lix cagood

Dhaq gacmaha ama isticmaal nadiifiye nadiifiye markii aad gasho maqaayadda

Guriga joog haddii ay buko ama ay leeyihiin astaamo la jaan qaada COVID-19

Nuqul ka mid ah Habka Cuntada loo shaqeeyo ee COVID-19 waxaa lagu dhajiyaa goob ay dadweynuhu arki karaan.

Daboolida wejiga waxaa xiran dadweynaha oo aan fadhiyin miiskooda.

Tallaabooyin kale ayaa loo adeegsaday in lagu hubiyo waxbarashada macaamiisha markay si ammaan ah wax u cunaan:

4. UJEEDDOOYINKA IN LAGU DARO IS DHEXGALKA IYO KALA SOOCA:

AQOONSOOYIN KU SAABSAN ILAALINTA SHAQAALAHA EE KU SAABSAN XAQIJIINTA IYO XUQUUQDA SII SAARIDDA GUUD EE QARANKA SANUURKA IYO NABADGELYADA KHATARTA CUNTADA.

Xaruntu waxay isticmaashaa qaababkan soo socda si ay u kordhiso nadaafadda iyo jeermis-dilidda (dhammaan tallaabooyinka qaybtan waa mid waajib ah):

Alaabada cuntada iyo weelasha ay wadaagaan inta udhaxeysa miisaska sida dhalada dharka, cusbada iyo miisaska basbaaska, ama dambiihaha rootida ayaa mamnuuc ah mana ahan in la isticmaalo.

Cunnooyinka-is-shaqeynta ama baararka saladhka waa ka mamnuuc mana aha isticmaalkooda.

Mashiinnada adeegga elf-ka, sida soodhada iyo mashiinnada yogurt-ka barafoobay, waa mamnuuc mana ahan in la isticmaalo.

Alaabada aan cuntada ahayn ee ay adeegsan karaan macaamiil badani, sida menus, waa la kala gooyaa inta u dhexeysa isticmaal kasta ama wax laga beddelay inay noqdaan shay adeeg keliya, sida liiska waraaqaha la tuuro.

Maacuunta iyo bakhaarka cuntada ayaa si sax ah loo dhaqo, loo mayraa oo loo nadiifiyaa waqti ku habboon oo lala xiriiro (waqtiga loo baahan yahay in maacuunta lagu miro nadiifiye) waxaa laga isticmaali karaa nadiifiyaha ka hortagga Coronavirus AMA kaliya maacuunta adeegga iyo kaydinta cuntada ayaa la isticmaalaa.

Meelaha taabashada sare ee taabashada, sida taleefannada, gacanta albaabka, boosteejooyinka kaarka deynta, iwm. Waa la nadiifiyaa oo la jeermis-diraa, oo had iyo jeer la adeegsado jeermis-dileyaal waxtar u leh Coronavirus. Liis ku qor jeermis-dilaha (yaasha) la isticmaalayo:

Musqulaha dadweynaha ayaa si joogto ah loo nadiifiyaa loona jeermis-diraa.

Hal xubin xubin kooxeed ayaa loo qoondeeyey inay kormeeraan / xoojiyaan nadaafad dheeri ah iyo hanaan jeermis-dilis, hadba sida loogu baahdo.

Diyaarinta cuntada iyo miisaska cuntada sida miisaska cuntada lagu xusho iyo sida loo yaqaan 'chartide guacamole' waa la mamnuucay mana aha in la isticmaalo.

Daqiiqda cuntada ka dib, nacnac, cunto fudud, ama cadayga macmiilaha laguma tegi doono weelka bulshada. Waxyaabahan ugu dhiib jeeg ama dhiib markii aad codsatid.

Meel u durugsan oo lagu geeyo meelaha ka fog meelaha taraafikada waa la qorsheeyay oo masaafada bulshada ugu yaraan lix fiit ku haysaa darawallada geeya gaadiidka.

Hadhaaga bidix waa inuu macmiilku kaxeystaa si uu ula qabsado markii la codsado.

Alaabta cuntada laga qaato waxay leeyihiin aag sugitaan oo baabi'inaya soo-qaadista qof-ka-qof, sida miis loogu tala galay shandad xiran, oo lagu calaamadiyey lambarka dalabka ama magaca macaamiisha.

Tallaabooyin kale oo loo adeegsado in looga hortago taabashada aan loo baahnayn ama iskutallaabta laga gudbo:

5. DIIWAANGALINTA:

QIIMAYN KU SAABSAN MACLUUMAAD DHEERAAD AH OO AMMAAN AH.

Xaruntu waxay isticmaashaa tillaabooyinka ikhtiyaariga ah ee ikhtiyaariga ah ee soo socda (calaamadee dhammaan kuwa ku habboon):

Masaxarada nadiifinta ama gacmo nadiifiye (ugu yaraan 60% aalkolo) ayaa la siiyaa macaamiisha.

Taabo qalabka wax dhaqaaleeya ee aan dhaqdhaqaaqa lahayn, sida saabuun la'aanta gacmaha iyo tuwaalwareejinta ayaa la isticmaalayaa

Nidaamka lacag bixinta ee aan u baahnayn xiriirka qof-ka-qof ayaa la isticmaalayaa.

Habka Boos celinta ee looga hor tago dadka inay soo ururiyaan oo ay dhiirrigeliyaan fageynta bulshada ayaa la isticmaalayaa.

Tirada shaqaalaha u adeegaya koox shaqsi ah waxay ku koobantahay hal shaqaale, markii ay suurta gal tahay.

Kuraas dheeri ah oo banaanka ah ayaa la isticmaalayaa waxaana ogolaaday awooda maxaliga ah (Dhaqangelinta Nambarka).

Galoofyada la tuuri karo ayaa loo isticmaalayaa in lagu kabo gacma-dhaqidda goorta: Samaynta baaritaanka caafimaad ee shaqaalaha, maaraynta shay ay wasakheeyeen dheecaannada jidhka, taabashada shay ay isticmaaleen macaamiisha (koobabka wasakhda ah, taarikada, roogagga, iwm.), ama maaraynta bacda qashinka.

Tallaabooyin kale oo ikhtiyaar ikhtiyaar ah oo kale ayaa laga hirgaliyay rugtan:

Waxaa diyaariyay:

Cinwaanka:

Taariikh: