Ku noqoshada dugsiga!

Maarj 2021

WE ARE ISLINGTON

ISLINGTON

Ku soo dhawaynta qof kasta oo ku soo noqda dugsiga!

Laga bilaabo 8-da Maarso, carruurta oo dhan waxay ku laaban doonaan dugsiga. Tani waxay muhiim u tahay horumarka guud ee carruurta, caafimaadkooda bulsho iyo shucuureed waxayna ka dhigan tahay in waalidku ku noqon karo shaqada.

Dugsiyadu waxay si taxaddar leh u raacaan talo-bixinta caafimaadka bulshada ee heer gobol iyo heer qaran si loo hubiyo in dugsi walba uu nabad yahay. Tan waxaa ka mid ah baaritaanka joogtada ah ee shaqaalaha (iyo ardayda dhigata dugsiyada sare iyo kuwa gaarka ah markay soo noqdaan). Waalidiinta iyo xubnaha kale ee qaangaarka ah ee reerka ee shaqaalaha iyo ardayda sidoo kale waa la baari karaa laba jeer usbuucii.

Carruurtu ma faafaan coronavirus in kabadan dadka waaweyn. Dadka badankood - iyo gaar ahaan carruurta - haddii ay qaadaan fayraska, astaamaha waxay noqon doonaan kuwo fudud.

Ammaan ahaw

Dhamaanteen waxaan u baahanahay inaan si wadajir ah u shaqeyno si aan u hubinno inaan dugsiyadeenna ka dhigno kuwo ammaan ah, markaa fadlan xusuusnow inaad:

- Si joogto ah u dhaqdid gacmahaaga
- Kala fugnaanshaha bulsho ahaan halka ay suurta gal tahay - gaar ahaan irridda Dugsiga
- Xidho wejiga daboolida marka aadan hayn karin masaafada 2 mitir
- Ka fogow haddii adiga ama ilmahaaga (ama qof aad la nooshahay) aad leedahay calaamado

Caafimaadkaaga ilaali

- U lugee, baaskiil ku soco ama ku taag dugsiga carurta haddaad awoodid, halkii aad ka raaci laheed gaadiidka dadweynaha.
- Tallaalku wuxuu difaacayaa adiga iyo qoyskaaga. La hadal GP-gaaga si aad u hubiso in dhammaan tallaalado ay yihiin kuwo dhamaystiran.
- Haddii aad xaq u leedahay, fadlan aqbal soo jeedinta tallaalka markii lagula soo xiriiro.

Baaritaan iska qaad haddii adiga ama ilmahaagu aad yeeshaan astaamo:

- Tijaabooyinka waxaa laga dalban karaa internetka: **www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test**
- Caawinta baaritaanka, eeg **www.nhs.uk/contact-us/get-help-with-asking-for-a-coronavirus-test/**
- Si aad wax badan uga ogaato tibaabada shaqaalaha ah xubin guriga ka tirsan booqo: **www.gov.uk/guidance/rapid-lateral-flow-testing-for-households-and-bubbles-of-school-pupils-and-staff**

Daboolka wajiga:

Dugsiyada hoose dhexdooda laguma taliyo in ardayda la daboolo, laakiin shaqaaluhu waxaa lagu dhiirrigelinayaa inay xidhaan marka ay ilaalin waayaan masafada laba mitir.

Dugsiyada sare, wejiga oo la daboolo waa lagu dhiirrigeliyaa marka aadan sii wadi karin masaafada laba mitir u dhexeysa fasallada.

Waxaan ognahay in ku dhawaad 1 qof 3dii qof ee qaba Covid-19 aysan laheyn wax calaamado ah, laakiin wali gudbin karaan fayraska.

Goluhu hadii uu siinayo baaritaano dhakhsaha leh ee COVID ee bilaashka ah dadka ka shaqeeya guryahooda oo aan lahayn wax calaamado ah. Tijaabooyinka waxaa laga dalban karaa **Halkan**

Qof kasta oo leh natiijo inana laga hilay ah waa inuu bilaabaa inuu is-go'doomiyo isla markiiba isaga iyo qof kasta oo ka tirsan qoyskiisa.

Faahfaahin intaas ka badan

Waxaad sidoo kale la xiriiri kartaa dugsigaaga wixii su'aalo ah ee ku saabsan coronavirus. Kalkaaliyaha caafimaadka ee dugsiga ayaa waliba ku faraxsan inuu kaala hadlo wixii walaac ah, tusaale ahaan haddii aad ka tirsan tahay koox Madow, Aasiya ama Qoomiyadaha laga tirada badan yahay ama haddii ay jiraan awooweyaal ama xubno qoys oo nugul oo guriga jooga.

Kalkaaliyayaasha caafimaadka ee dugsiga: emayl u soo dir **whh-tr.IslingtonSchoolNursing@nhs.net** ama wac **020 3316 8021**