



# Talooyinka Badqabidda COVID-19 ee Lagala Hadlo Carruurta

(Tips for Talking to Kids About COVID-19 Safety)

**Carruurtu waxa ay maqli karaan macluumaadyo badan oo ku saabsan COVID-19, sida asxaabta iyo baraha xiriirkha bulshada iyo waxyaabaha ay ka maqlaan taleefashinka iyo dadka waaweyn. Iska hubso in waxa ay maqlayaan ay yihiin wax run ah. Hoos ka eego talooyin caawimaad kuugu ah COVID-19 si aad adigu ilmaha si fudud ugu sheegto.**



## Adigu Ogow Waxay Ilmuuhu Ogyihiiin

- Weydii su'aalo ku fiican da'dooda. Carruurta yaryar, waxaad ku dhihi karaa, "Su'aalo ma iga weydiineysaa faayruska ama waxa nagu keenaya xanuunka cusub ee socda?" Sidaas ayaad ku ogaan kartaa wax ay ilmuuhu ogyihiiin — oo waxaad ogaaneysaa haddii ay maqleen macluumaad khaldan.
- Hadalkooda sii raac. Carruurta qaar baa raba in ay kula sii hadlaan. Laakiin haddii ay ilmuuhu kaa aamusaan ama aysan su'aalo badan ku weydiin, waa okeeey.



## Niyadda in loo Dhiso iyo Daacadnimo

- Xoogga saar in ilmuuhu dareemo badqabid, laakiin runta u sheeg. Ha u sheegin faahfaahin badan oo aysan ilmuuhu rabin. Haddii aysan arrintan ka war hayn, uma fiican in aad kala hadasho.
- Haddii ay wax ku weydiyaan oo aadan jawaab u hayn, ku dheh ma garanayo. Su'aalahooda u isticmaal fusad ah in aad wax ku sii raadisaan. Booqo barta intarnetka ee Wisconsin Department of Health Services (Waaxda Adeegyada Caafimaadka) oo ka eego warbixin, macluumaad dhab ah oo ku saabsan COVID-19. Markaas waxaa heleysaa xaqiiqo oo ilmuuhuna waxayogaanayaan wax aan ahayn macluumaadka dhimashada iyo cabsida leh.
- Ula hadal si ay kugu fahmi karaan oo aayar ah. Carruurtu waa ay ogyihiiin marka waalidku welwel qabo. Marka waa in lagala hadlo COVID-19 iyo idaacadaha, iyadoo la isticmaalayo cod deggen oo aan naxdin lahayn.
- U oggolow in ilmuuhu kuu sheegaan welwelkooda. Waa wax caadi in ay dadku cabsadaan, "Ma anigaa ku xigi doona? Aniga sidaas ma igu dhici kartaa?" Waa in ilmaha loo sheego in aysan carruurtu ugu xanuunsan sida daran ee dadka waaweyn. Waa in loo sheego inay waalidka ka sugaan jawaabo si ay ugala hadlaan wixii cabsi leh.
- Ogow marka ku fiican in la hago. Ogsoonow sida ilmuuhu ku helaan akhbaarta iyo macluumaadka, gaar ahaan kuwa waaweyn ee isticmaala intarnetka. Tus qoraal ku fiican da'dooda si aysan u arkin akhbaaraha beenta ah ee ay sheegaan idaacadaha qaar oo noqon kara cabsi ama macluumaad aan run ahayn.



### Ku Caawi Carruurtu sida la Isu Xakameeyo

- Ku mashquuli waxyaabo ay sameeyeen oo ay isku xakameeyaan. Bar carruurta in hurdo ku filan iyo dhaqista fiican ee gacmahooda ay ku caawineyso in ay ku helayaan caafimaad fiican. U sharrax in dhaqista gacmaha oo joogto ah lagu joojin karo faayruska faafaya. Tusaale fiican adigu u noqo carruurtu oo ha ku arkaan adigoo in badan dhaqanaya gacmaha! Sidoo kale, waa inaad barto gafuurxirka in loo qaato goobaha dadweynaha si ay uga hortagaan in ay ka soo qaadaan faayruska oo sii faafin karaan.
- Kala hadal waxyaabaha dhacaya oo dhan ee ay dadku ku heli karaan badqabid iyo caafimaad. Carruurta yaryar waa in la fahamsiyo in ay isbitaallada iyo goobaha dhakhaatiirtu diyaar u yihiin in ay daaweyyaan dadka xanuunsan. Kala hadal tallaallada ay dadku qaadanayaan in la isaga difaacayo faayruska. Carruurta ka weyn 2 jirka ee aan shan jir gaarin ma qaadan karaan tallaalka, laakiin waxay xiran karaan gafuurxir ka caawinaya in la qaadsiyo COVID-19. Hadalka waalidka iyo dadka waaweyn waa sida ay ilmuu kula socon karaan nolosha cusub.
- Wararka idaacaha sheeko ahaan u fahamsii. Haddii ilmuu wax ku weydiyaan, wax kasta oo ay soo maqlaan adigu u sharrax xanuunka duran iyo in ay ilmo aad u yar u dhintaan. Carruurta la daawo idaacadaha oo adigu u fududee hadalka kooban.

- U sheeg in aad qoys ahaan badqabidda ku dedaaleysaan. Carruurta iyo dhallinyarada naftooda waxaa uga duran oo ay ka welwelaan qoyska iyo asxaabta. Tusaale ahaan, haddii ay ilmuu maqlaan in ay waayeelku aad u xanuunsadaan, waxay ka welwelaan ayeeyooyinka iyo awooweyaasha. In ay soo booqdaan, taleefan ama fiidiyow kula xiriiraan waalidka waayeelka ah ayaa ku caawin karta in ay xaalka dhabta ah ogaadaan.
- Waa in ay ilmuu ogaadaan in ay caadi tahay in laga welwelo dhib jira. Qof kasta ayaa welwela. Ogaansho ah adkeysiga dareenka jira iyo xaaladaha adag ee lagu jiro waa wax laga bixi doono oo caadigii hore ayaa lagu noqon doonaa waa in ilmaha loo sheego.



### Badanaa Wada-hadalku ha Socdo

- Waa in la war geliyo carruurta guriga joogta. Waa in COVID-19 loogala hadlo hab ay ilmuu ku bartaan caafimaadka, sida uu u shaqeeyo habdhiska difaaca jirka.
- Waa in lagala hadlo akhbaarta ay maqlayaan ee socota. Waxaa muhiim ah in lagu caawiyo si sax ah in ay uga fekeraan sheekooyinka ay maqlayaan. Waa in la weydiyo su'aalo: Maxaad u maleynseysaa waxyaabaha socda? Sidee baad u maleynseysaa in ay ku bilowdeen waxa socda? Su'aalaha noocas ah ayaa u ah wax lagala hadlo oo aan idaacadaha shaqo ku lahayn.



WISCONSIN DEPARTMENT  
of  
HEALTH SERVICES

P-03177SO (01/2022)