

# HAB MAAMUUSKA LOO GALO GURIGA LOOGANA BAXO SI LOOGA

## HORTAGO GUDBINTA COVID-19



### KA BIXIDA GURIGA

### GELIDA GURIGA

Xiro jaakeet ama dhar gacmo dheero ah	Iska ilaali in aad taabato wax kasta markaad guriga timaadid
Ha xiranin qalab dhejis ah sida jinjin, far gashi, hilqado ama dhegaho	Iska saar kabaha intaadan guriga soo galin
Haddii aad rabto inaad xirato maaskaro, xiro waqtiga aad ka baxayso albaabka	dhig baagaaga , boorsadada-jeebka, furayaasha iyo wixii la mid ah meel u dhow gurigaaga albaabkiisa
Iska ilaali isticmaalka gaadiidka dadweynaha	Isla markiiba qubeysyo
Taabashada waxkasta oo ka baxsan gurigaaga/ shay dushiisa u isticmaal masar	Dharka iska saar dhaqso kuna rid meesha lagu dhaqo
Ku rid cadka la isticmaalay weelka qashinka	Hadaadan qubeysan karin, xubso dhamman xubnaha jirka ee aan daboolneyn in aad ku dhaqdo saabuun iyo biyo
Isticmaal xusulkaaga markaad hindhisayso ama qufacayso	Nadiifi talefankaaga gacanta ama muraayada indhaha aalkolo ama jeermis dile
Samee inaadan macaamiil ku bixinin lacag caddaan ah haddii ay suuragal tahay	Ku nadiifi jeermis dile dhammaan waxyaabaha aad adigu leedahay oo aad ka keentay banaanka
Dhaq gacmahaaga ama isticmaal gacmo nadiifiye kadib markaad taabato wax kasta oo ka baxsan gurigaaga	
Iska ilaali in aad taabato wajigaaga haddii ay gacmagaaga nadiif ah ahyn	
Ka fogow ugu yaraan fasaafa 1 mitir ah qof kasta oo banaanka ah	