

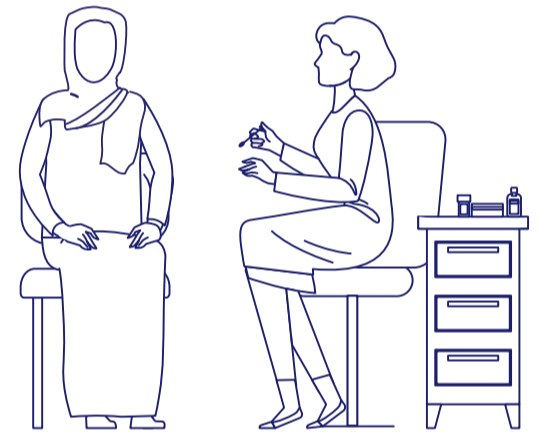


Waa muhiim inaad heshid baaritaanka COVID-19 haddii aad leedahay astaamo



Haddii aad qabtid xumad, qufac, dhuun xanuun ama neefsashada oo kugu yaraata, isbaadh. Xitaa haddii calaamadahaagu khafiif yihiin.

Helitaanka baadhitaanka 'COVID' waa deg deg. Ma jiro xanuun. Waxay dareesiin kartaa xoogaa raaxo la'aan, laakiin waxay kaliya socotaa dhowr ilbiriqsi.



Marka baaritaanka lagaa qaado adiga waa inaad toos u aadaa guriga oo aad joogataa guriga ilaa natiijadaadu ka soo noqoto, sida caadiga ah maalinta xigta.

Baadhitaanku waxay ka caawisaa joojinta faafitaanka fayraska oo kaa caawin doona inaad ku ilaalisid, qoyskaaga iyo asxaabtaada oo nabad qaba.

