

Fariimaha muhiimka ah ee Golaha Magaalada Bristol:

- Fadlan u socdaal/ka soo socdaal dugsiga adoo maskaxda ku haya COVID-19. Waxaa lagugula talinayaa inaad ka fogaatid gaadiidka dadweynaha sidaa darteed fadlan iskuday oo u lugay/ka soo laabo dugsiga haddii aad awoodid, ka fogow dadka kale, oo hubi inaad xirato weji dabooolaha markii loo baahdo. Meesha ay suurtagal tahay, baabuurka lala wadaago dadka ka baxsan reerkaaga ama taageerida kooxda ardayda waa in laga fogaadaa.
- Tilmaamaha ka fogaanshaha bulshada ee gudaha iyo dibadda dugsiga ayaa ka duwan. Inta dugsiga lagu jiro, canugaaga wuxuu ku dhex geli karaa kooxdiiisa/kooxdeeda fasalka, maaddaama tallaabooyin badbaadada ay jiraan. Tani waa lagama maarmaan si ay noogu suurtoogleisino in carruurta iyo dhalinyarada inay sii wataan ka qeybgalka. Si kastaba ha noqotee, tallaabooyinka **kuma** diyaarsana meel ka baxsan dugsiga, marka fadlan hubi in adiga iyo canugaaga inaad raacdaan tilmaamaha dawladda ee hadda jira markii aadan ku jirin dhismaha dugsiga.
- Ka fogaanshaha bulshada ee ka baxsan albaabbada dugsiga ayaa muhiim u ah inay yareeyso faafitaanka. Fadlan **ha** usu imaanina ama isku darsamina markii aad dajineysid ama aad ka qaadeysid canugaaga.
- Haddii adiga ama canugaaga yeeshaan astaamaha fayraska, adiga/iyaguba **waa inaysan** aadin dugsiga. Joog guriga, is gooniyey oo is baar. Aastaamaha waxaa ka mid ah qufac cusub oo isdaba-joog ah, heer-kul sare iyo lumis ama beddelida dareenka dhadhanka/ urta.
- Haddii adiga ama canugaaga la weydiiyo inaad is-gooniyeysaan, adiga/iyaga **waa inaysan** uga tagin guriga sida waafaqsan duruuf kasta oo jirta asxaabtaada iyo reerkaaguna kuma soo booqan karaan inta lagu jiro waqtigaan. Waxaan fahansanahay jahwareerkaaga ee ah inaad la qabsatid wicitaanada daqiiqada ugu dambeeya ama isbeddelada looga baahan yahay adiga/ canugaaga inaad is-gooniyeysaan oo waad ku mahadsantihin wada shaqeyntaada joogtada ah.

Linkiyada la wadaago

- Tilmaanta gollaha ee loogu talloagalay waalidiinta iyo daryeelayaasha inta lagu jiro COVID-19 [halkan](#)
- Fiidiyowiyada gollaha ee dhiirrogelinaya u hoggaansanaanta inta lagu jiro bandowga oo luuqado kala duwan [halkan](#)
- Macluumaad ku saabsan khadka caawimaadda bilaashka ah ee Gollaha (We Are Bristol) [halkan](#)