



Cusbooneysiinta ugu dambaysay :
Sibtambar 8, 2020

Hagitaanka Dib u Furidda Marxaladda Koowaad iyo Marxaladda Labaad – Ururada Jir-dhiska ka Shaqaysta

Amarka: Amarka Fullinta Lambarka. 20-27, ORS 443.441, ORS 433.443, ORS 431A.010

Khusaynta: Hagitaankani wuxuu khuseeyaa shirkadaha jirdhisida ka shaqaysta oo ay kujiraan laakiin aan ku xadidnayn jiimyada, xarumaha jirdhisida, tababarka shaqsigga, istuudiyowga dheesha, iyo xarumaha farshaxanka karateega ee ku yaalo degmooyinka kujira Marxaladda Koowaad iyo Marxaladda Labaad.

Hirgelinta: Ilaa xadka uu hagistan u baahan yahay u hoggaansanaanta qodobbada qaarkood, waa wax la fulin karo sida lagu qeexay Amarka Fulinta 20-27, baragaraafka 26-aad.

Qeexitaano: Ujeedooyinka hagistan dartood, qeexitaanada soo socda ayaa lagu dhaqmi:

- “Ciyaaraha istaabashada buuxda leh” macnaheedu waa ciyaaraha ku lugta leh shardiga ama suurtagalnimada isu soo dhawaanshaha oo joogto ah ama xiriir jireed/istaabasho ka dhex dhacda kaqeybgalayaasha, waxaana ka mid ah laakiin kuma xaddidno kubadda cagta ee Mareekanka, rugby-ga, musaaracada, u-sacab tunka, kubadda kolega, hockey-ga, qoob-ka-ciyaarka, kubada biyaha (water polo), ciyaarta lacrosse ee ragga.
- “Ciyaaraha istaabasho/isku dhawaansho yar/dhexdhexaad ah leh” waxaa ka mid ah laakiinse kuma xaddidno kubada jilicsan (softball-ka), baseball-ka, kubadda cagta, kubbadda gacanta, ciyaarta lacrosse ee haweenka, kubadda cagta ee Mareekanka.
- “Ciyaaraha aan-istaabashada lahayn” waxaa ka mid ah laakiinse aan ku xaddidneyn Tennis-ka, Dabaasha, Golf-ka, Orodka dheer, Orodka dheereeya ee garoonka ciyaarta iyo dibada, dheerigelinta iyo qoob ka ciyaarida aan taabashada lahayn/dhinaca lagu sameeyo.

Kala Fogaanshaha Dadka iyo Tirada Dadka Jooga Goobta:

Shirkadaha jir dhiska la xiriiro waxa looga baahanyahay inay:

- Ku xadeeyaan tirada ugu badnaan 100 qof oo gudaha ah ama 250 qof oo dibada ah, oo aynan ka badan 250 gudaha iyo dibadaba; ama tirada dadka, oo ay ku jiraan shaqaalaha, sida ku saleysan go'aaminta tirada (cabirka fuudh/mug laba jibbaaran), mid alle midkii ka yar.
- Ku xadeeyaan cabirka fasalka jirdhiska mugga ugu badan ee qolka (haddiiba ay xaqiijinayso lix (6) fuud oo kala fogaansho ah).

- Tixgeliyaan qabashada howlaha jirdhiska ama fasalada banaanka haddii si badbaado ah loo sameyn karo, markii aysan ku xadgudbayn wax kamid ah xeerarka deegaanka, iyo markii ka qeybqaatayaasha iyo macalimiinta ay joogteyn karaan kala fogaanshaha jireed oo lix fuud ah. Ku xadey saldhigyada qalabka jimicsiga kuwa ku yaalo goobo ugu yaraan lix (6) fuud kala fog. Haddii qalabka aanan la dhaqaajin karin si ay u fududeyso kala fogaanshaha jireed, waa in laga xirraa in la isticmaalo.
- Mamnuucaan isboortiyada leh istaabasho jireed ee buuxda.
- Oggolaadaan in kaliya hoolalka jiiimka loo isticmaalo ciyaaraha aan taabashada laheyn ama hormarinta xirfada shaqsigu oo aan u baahneyn taabashada dadka kale.
- Wixii ah tababarka qof-qofka, joogtey lix (6) fuud oo ah kala fogaanshaha jireed oo u dhaxeeyso tababaraha iyo macmiilka. Tababaraha iyo macmiilka waa inay ku wada dhaqaan gacmaha saabuun iyo biyo diiran ama isticmaalaan jeermis dillaha gacmaha (ka kooban aalkolo boqolkiiba 60-95%) islamarkiiba balanta ka hor iyo kadib.

Hawlgallada:

Shirkadaha jir dhiska la xiriira waxa looga baahanyahay inay:

- Dib u eegaan oo ay hirgeliyaan [Hagida Gobolka oo dhan ee Maaskaraha, Gaashaanka Wajiga, Daboolka Wajiga.](#)
 - Dhammaan shaqaalaha iyo macaamiisha waxaa looga baahan yahay inay xirtaan maaskaro, gashaan weji ama waji dabool marka ay ku jimicsanayaan gudaha dhismeyaasha. Dhammaan shaqaalaha iyo macaamiisha waxaa looga baahan yahay inay xirtaan maaskaro, gashaan weji ama waji dabool marka ay ku jimicsanayaan bannaanka dhismeyaasha oo masafo lix (6) fuud ah aan la kala fogaan karin.
- Hubiyaan in xarumaha oo dhan iyo qalabka ay badbaado u yihiin shaqada oo ay xaalad wanaagsan ku sugan yihiin kadib xiritaanka la kordhiyay. Buugaagta dayactirka iyo howlgalada iyo heerarka hab-raacyada shaqada waa inay hagaan shaqadan.
- Xiraan ilaha biyaha, marka laga reebo kuwa loo naqshadeeyay in lagu buuxiyo dhalooyinka biyaha ee qaabka taabashada aan-laheyn.
- Xiraan qolalka biyaha kulul iyo uumiga.
- Hawlgaliyaan barkadaha hawlaha dabbaasha madadaalada, casharrada dabbaasha, iyo dhammaan hawlaha kale ee biyaha la xiriira iyagoo raacaya [hagitaanka Marxaladda Koowaad iyo Marxaladda Labaad ee Barkadaha Dabbaasha Liisanka Haysta, Barkadaha Biyaha Diiran \(Spa\) iyo Garoomada Ciyaarta Teniska ee Liisanka Haysta.](#)
- Xiraan daryeelka carruurta la geeyo.
- U tixraacaan oo ay u isticmaalaan [Hagida Xerooyinka Maalinta ee Xagaaga ee loogu talagalay Da'da Dugsiga](#) wixii ah barnaamijyada carruurta iyo dhalinyarada.
- Dhejiyaan [calaamado waadax ah](#) qorayo astaamaha COVID-19, oo weydiinayo shaqaalaha iyo macaamiisha qaba astaamaha inay guriga joogaan, oo qorayo cida lala soo xiriirayo haddii ay u baahanyihiin caawin.
- Isticmaalaan [calaamado](#) si loo dhiirogeliyo kala fogaanshaha jireed oo xarunta oo dhan ah, oo ay ku jiraan laakiin aan ku xadidnayn aagaga soo dhaweynta, aagaga wax lagu cuno, qolalka sanduuqa, iyo meelaha u dhow qalabka caanka ah.

- Dhigaan shaqaalo kormeerayo sharuudaha kala fogaanshaha jireed iyo jeermisdilida.
- Hubiyaan in qalabka hawo siinta si haboon u shaqeeynayo. Kordhiyaan hawo qeybinta iyo hawo soo galista ilaa inta ugu badan ee suurtoogalka ah iyada oo la furayo daaqadaha iyo albaabada. Barxadaha gudaha ah, marawaxadaha waa in la isticmaalo kaliya marka daaqadaha iyo albaabadu u furan yihiin dibadda si loo wareejiyo/qaybiyo hawada gudaha iyo ta dibadda. Ha furin daaqadaha iyo albaabada haddii sameynta sidaas ay halis gelinayso badbaadada shaqaalaha, carruurta, ama macaamiisha.
- Qulqulka/socodka oo hal dhinac ah u sameeyaan, halkay suurtoogal tahay, goobaha korontada laga geliyo qalabyada, dariiqyada, iwm. Isticmaal calaamado lagu hago socodka oo hal dhinac ah.
- Ka sameeyaan xarunta oo dhan saldhigyada gacmo dhaqida ama jeermisdilka gacmaha (ka kooban aalkolo boqolkiiba 60-95%) si ay u isticmaalaan shaqaalaha iyo macaamiisha.
- Tixraacaan [Hagida Qeybta Maqaayada](#) oo loogu talloagalay macluumaadka ku saabsan cunto qabashada iyo qeybinta sida quseyso xarun walboo jirdhis ah.
- Dib u eegaan oona fulliyaan [Hagida Badrooniga Guud](#).

Ilaa iyo xadka suurtoogalka ah, shirkadaha jirdhiska ka shaqaysta waa inay, laakin shardi kuma aha:

- Tixgeliyaan inay dhigaan caag la iska dhex arki karo ama muraayad horta miisaska soo-dhoweynta, ama meelaha kale ee aadka ay u adag tahay in masaafo ah lix (6) fuud loo dhaxeeysiyo shaqaalaha, iyo macaamiisha.
- Tixgeliyaan lahaanshaha waqti jiim oo balan loo qabsanayo si loo xadeeyo tirada dadka ku jiro xarunta. Dhiirogeli isticmaalka inta lagu jiro waqtiyada aysan dadku badnayn sida ay go'aamiyeen oo ay shacaaciyeen maamulka xarunta.
- Tixgeliyaan siinta fasalada jirdhiska oo onlayn ah, gaar ahaan dadka halista sareyso ugu jiro dhibaatooyinka COVID-19 ee daran sida dadka ka weyn 60 jir ama qabo xaaladaha caafimaad oo lita.
- Dhiirrigeliyaan dariiq hal dhinac ah oo calaamado ku leh irridaha laga soo galo iyo kuwa laga baxo, laakiin aysan xayirin irridaha ka-bixida ee loogu talagalay xiliyada dabka jiro. Isticmaal calaamado lagu hago socodka oo hal dhinac ah.
- Si xoogan ugu dhiirogeliyaan macaamiisha inay xarunta la imaadaan dhalooyinkooda biyaha oo gaar u ah.

Qolalka Khaanadaha:

Haddii ururrada jir-dhiska ka shaqaysta ay oggol yihiin isticmaalka qolka khaanadaha, ururrada jir-dhiska ka shaqaysta waxa looga baahan yahay inay:

- Soosaaraan oo hirgaliyaan qorshe ay ku xadidayaan tirada shakhsiyaadka isla hal wakhti adeegsanaya qubaysyada iyo qolalka dharka la iskaga baddalo.
- Soosaaraan oo hirgaliyaan qorshe ay ku ilaalinayaan inay dadku ugu yaraan kala fogaadaan lix (6) fuud.
- Hubiyaan in qolka khaanadaha ayna dadka kujiraa ka badnaan inta ugu badan ee joogi karta. Isticmaalaan wadarta cabirka qolka khaanadaha si ay u go'aamiyaan dadka ugu

badan ee loo oggol yahay qolka khaanadaha iyadoo lagu salaynayo ugu yaraan 35 fuud oo laba-jibbaaran qofkiiba.

- Xilsaaraan qof la socdo kala fogaanshaha dadka si loo xaqiijiyo shakhsiyaadku inay raacayaan dhammaan shuruudaha kala fogaanshaha, oo ay kujiraan albaabada laga galo, kuwa laga baxo, suuliyada iyo meel kasta oo kale oo dadku ku kulmi karaan.

Nadiifinta iyo Jeermisdilka:

Shirkadaha jir dhiska la xiriiro waxa looga baahanyahay inay:

- Guud ahaan nadiifiyaan dhammaan aagaga shirkada jirdhiska ka shaqaysata ka hor dib u furida ah kadib xiritaanka la kordhiyay.
- Isticmaalaan jeermisdilayaasha lagu daray [Liiska ay ansixisay Wakaalada Illaalada Bay'ada \(EPA\)](#)¹ ee loogu talagalay fayraska SARS-CoV-2 ee sababo COVID-19. Ma jirto alaab lagu calaamadeeyay in loogu talagalay COVID-19 weli, laakiin qaar badan ayaa waxay lahaan doonaan qoraal ama warbixin laga heli karo websaydkooda oo ku saabsan wax ku oolkooda wax kaqabashada fayraska korona ee aadanaha.
- Ku laasimaan shaqaalaha ama martida xarunta inay tirtiraan dhammaan qalabka (tusaale ahaan, balooniyada, culeysyada, mashiinada, iwm.) islamarkaasba ka hor ama kadib markay isticmaalaan iyagoo adeegsanayo jeermisdilaha uu siiyay jiimka oo ay ku jirto badeecooyinka ay ansixiyeen EPA oo loogu talagalay fayraska SARS-CoV-2 ee sababaa COVID-19. Xal ka kooban aalkolo boqolkiiba 70%-95% ayaa sidoo kale shaqeeyo.
- Si joogta ah u nadiifiyaan ugana dilaan jeermiska aagaga shaqada, aagaga dadku ku badan yihiin, iyo sagxadaha sida badanaa la taabto ee aagaga ay geli karaan shaqaalaha iyo bulshada.
- Guud ahaan nadiifiyaan musqulaha ugu yaraan labo jeer maalintii oo hubiyaan in saadadka musqusha ku fillan yaalaan (tusaale ahaan, saabuun, waraaqaha musqusha, jeermis dillaha gacmaha oo ka kooban aalokolo boqolkiiba 60-95%) inta lagu jiro maalinta.

Illaa iyo xad suurtoogalka ah, ururada jirdhiska ka shaqaysto **waa inay**, laakin shardi kuma aha:

- Si xoogan ugu dhiirogeliyaan macaamiisha inay ku dhaqaan gacmhooda saabuun iyo biyo 20 ilbiriqsi iyo/ama isticmaalaan jeermis dillaha gacmaha (ka kooban aalkolo boqolkiiba 60-95%) islamarkiiba ka hor iyo kadib xiliga jiimka iyo sidoo kale dhoor jeer inta lagu jiro xiliga.
- Falaash gareyaan ama biyo raaciyaan tuubooyinka biyaha isbuuc walba inta uu dhismaha banaan yahay iyo ka hor soo celinta isticmaalka caadiga ah ee dhismaha. Biyaha ku haro tubooyinka waxay abuuri karaan xaalado hiil siiso kobaca iyo faafida bakteeriyada Legionella iyo bakteeriyaha kale ee waxyeelada leh (fiiri [Hagida Dib u furida Nidaamyada Biyaha Dhismaha kadib Damin Muddo dheer](#)).

¹ <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>

Baaritaanka Macmiilka:

Shirkadaha jir dhiska la xiriirto waxa looga baahanyahay inay:

- Qoraan macluumaadka xiriirka ee macmiilka, taariiqda iyo waqtiga isticmaalka macmiilka ee xarunta. Haddii ay jiraan dad laga helay COVID-19 oo la xiriirto xarunta, saraakiisha caafimaadka bulshada waxay u baahanayaan in ganacsigu bixiyo macluumaadkan si loo sameeyo dabagalka cudurka. In loo baahdo mooyee, macluumaadkan waxaa la baabi'in karaa 60 maalmood kadib laga bilaabo taariiqda kulanka.

Illaa iyo xadka suurtoogalka ah, shirkadaha jirdhiska ka shaqaysta waa inay, laakin shardi kuma aha:

- Baaritaan ku sameeyaan macaamiisha ka hor bilaabida kulankooda xarunta sida weydiinta:
 - Ma leedahay qufac cusub ama ka sii daraya?
 - Mal leedahay xummad?
 - Ma leedahay neefta oo ku qabata?
 - Ma u dhawaatay qof qaba astaamaha ama qof laga helay cudurka COVID-19 14-kii maalmood ee inna dhaafay?

Haddii macmiilka uga jawaabo “haa” mid kamid ah su'aalaha baaritaanka ah, weydiiso iyaga inay guriga ku laabtaan oo ay sugaan ku soo laabashada xarunta illaa astaamaha, oo ay ku jiraan qandhada ay dhamaadaan oo ay maqnaadaan ugu yaraan 24 saacadood daawo la'aan, ama ay sugaan ugu yaraan 14 maalmood kadib u dhawaashada qof qabo qufac, qandho, ama laga helay COVID-19.

- Si xoogan ugu dhiirogeliyaan macmiilka soo bandhigayo aastaamaha jirada in islamarkiiba uu ka tago xarunta oo uusan ku soo laaban illaa ugu yaraan 24 saacadood kadib markii ay aastaamaha ku dhammaadaan daawo la'aan.
- Si xoogan ugu dhiirogeliyaan macaamiisha halista sareyso ugu jiro dhibaatooyinka daran ee COVID-19 (dadka ka weyn 60 jir ama qabo xaaladaha caafimaadka daciifiyo) inay sii joogteeyaan guri joogitaanka lagu yareynayo halistooda u baylah noqoshada cudurka.

Khayraadyo Dheeraad ah:

- [Calaamado aad dhejin karto](#)
- [Hagida Gobolka oo dhan ee Maaskarada, Waji Daboolada, Gaashaanka Wajiga](#)
- [Hagista Guud ee OHA ee Loo-shaqeeyayaasha](#)
- [Hagida CDC ee Maamulayaasha Jardiinooyinka iyo Xarumaha Madadaalada](#)

Helitaanka Dukumiintiga: Wixii shakhsiyaadka naafada ah ama shakhsiyaadka ku hadla luuqad aan ka aheyn Ingiriisi, OHA waxay ku siin kartaa warbixinta qaabab kale sida fasiraadaha, daabacada balaaran, ama farta indhoolayaasha. Kala xiriir Mavel Morales lambarka 1-844-882-7889, 711 TTY ama OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us.