

# Tallaalka koroonaha ee carruurta iyo dhallinyarada

Waalidiinta iyo masuuliyiinta carruurta ee raba waxa loo fidin karaa in ay tallaalaan carruurtooda u dhaxaysa 5 iyo 11 sano. Tallaalistu waa ikhtiyaari, mana jiro talo guud oo ku saabsan in la tallaalo carruurta jirta da'aadkan.

– Waa dhif iyo naadir in carruurta aad ugu bukooto cudurkan, islamarkaana waxa weli kooban aqoonta loo leeyahay waxyeelooyinka dhif iyo naadirka ah ama waxyeelooyinka iman kara mustaqbalka fog. Faa'idadada ilmuhu uu ka helayo tallaalku waa mid yar, markaana Machadka Caafimaadka Dadweynuhu (FHI) ma soo saarin talo guud oo ku saabsan in la tallaalo dhammaan carruurta da'doodu u dhaxayso 5 iyo 11. Si kastaba waxa ay hadda oggolaadeen in waalidiinta iyo masuuliyiinta carruurta loo fidiyo in ay tallaalaan carruurtooda, laakiin arrintani waxay inta badan khuseysaa qaybo ka mid ah carruurta oo aan badnayn, ayay tidhi wasiirka caafimaadka iyo daryeelka; Ingvild Kjerkol.

Waxay khuseyn kartaa carruurta qabta cudurro soo jiidamay, ama qoysaska ilmahoodu la joogaan dad u baahan in si gaar ah loo ilaaliyo, ama carruurta ay halis dheeraad ah ku imanayso maadaama ay soo joogayaan waddan is-qaadsiinta cudurku ku badan tahay ama aanay helitaanka adeegyada caafimaadku wanaagsanayn. Waxay kaloo khuseyn kartaa carruurta sababo kale dartood ku jira xaalad keenaysa inay si gaar ah u nuglaadaan.

– Waxannu raacnaa talooyinka Machadka Caafimaadka Dadweynaha, markaa tallaalka bilaash ah ayaa loo fidinayaa carruurta ay waalidiintooda iyo masuuliyiintoodu rabaan, ayay tidhi Kjerkol.

## **Dhallinyarada u dhaxaysa 12 iyo 15 sano**

FHI waxa uu ku talinayaa in dhallinyarada jirta 12-15 sano loo fidin karo irbadda labaad ee tallaalka. Si kastaba, ma jirto talo guud oo ku saabsan in ay qaataan

tallaalkaas maadaama faa'idada laga helo tallaalka inta ugu badani ay ku jirtay irbadda koowaad, oo ay islamarkaana irbadda labaad wadato halis dheeraad ah oo la xidhiidha caabuq ku dhaca muruqa wadnaha. Wakhtigan la joogana waxa kooban aqoonta loo leeyahay inay jiraan waxyeelooyin kale oo dhif iyo naadir ah. Si kastaba tallaalka waa la siin karaa ciddii rabta.

- Dawladdu waxay raacaysaa talooyinka Machadka Caafimaadka Dadweynaha ee khuseeya tallaalista carruurta iyo dhallinyarada. Tani waa fursad ikhtiyaari ah, oo waalidka ayaa dooran kara in ay tallaalaan carruurtooda. Waxannu sidoo kale FHI ku raacsan nahay in ay habboon tahay in degmooyinku ka taxadaraan in carruurta lagu tallaalo iskuullada, waayo waxa markaa la dareemi karaa in dawladdu aad ugu boorinayso inay qaataan tallaalka taasoo loo arki karo wax aan doorasho iyo ikhtiyaari ahayn, ayay tidhi Kjerkol.

## **Qiimaynta iyo talada Macahadka Caafimaadka Dadweynaha**

Waa dhif iyo naadir in carruurta iyo dhallinyaradu aad ugu bukoodaan cudurka koroonaha. Infekshanku inta badan ma keeno in carruurta cisbitaal la dhigo islamarkaana wakhtiga ay cisbitaal joogaan waa hal (1) maalin marka la isku celceliyo. Machadka Caafimaadka Dadweynuhu waxa uu aamisan yahay in difaaca tallaalka ee dadka ka difaacaya inay ku xanuunsadaan nooca omikoroon uu aad hoos u dhacay marka la barbardhigo noocyadii hore, laakiin waxa weli jira ka difaacista xanuunka daran. Waxa kooban aqoonta la leeyahay ee ku saabsan waxyeelooyinka soo gaadhi kara carruurta jirta 5-11 sano, taas oo tilmaamaysa in laga taxadaro tallaalista.

Taas darteed Machadka Caafimaadka Dadweynuhu ma rabo inuu soo saaro talo guud oo ku saabsan in la tallaalo carruurta oo dhan, laakiin waxa uu aaminsan yahay in irbadaha koowaad iyo labaad ee tallaalka ee la siiyo caruurta iyo dhallinyaradu ay yarayn karaan halista in ilmuhu bukoodo.