In association with British Red Cross

Doctors of the World

Gindikaayu Coronavirus (Covid19)

WOLOF

Tektal bii mu àju ci tektal wergu-yaram ak leeralu NHS te ab tektal la buñuy jox ñépp ñu nekk ci UK, ak réew bumu mëna cosaanoo.

Firndé 8 [15.12.2020]

Translated by Transbless Translations

Ëmbeef yi

Lan mooy Coronavirus (Covid-19) ak nan ngay def ba mucc si?

Loo wara def soo gisee ay mandarga?

Gindikaay sorante buñu jagleel kër yi nga xàm ne mën nañu am infection coronavirus (COVID-19)

Ñaata fan lañu wara toog ngir topp digley sorante gi?

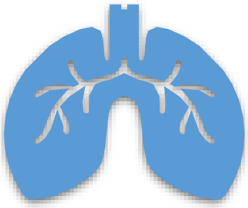
Kañ nga wara jokkook NHS 111?

Nan nga wara def ngir jokkook NHS 111?

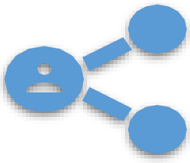
Lan nga wara def soo amee lula jaaxal ci sa nekkiinu imigéré?

Lan nga wara def ngir coronavirus (COVID-19) baña làw?

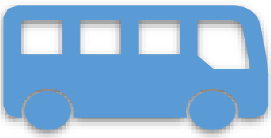
Lan mooy Coronavirus (Covid-19) ak nan ngay def ba mucc si?



COVID-19 feebar bu bees la bu mën a lór xëtër, cëri nooyikaay yi ak yenen cër yi. Doomu-jàngoro buñuy woowee coronavirus moo koy joxé.



Mën nga nekk ci kaaànge soo wañee sa laale ak nit ñi nga bokkalul dëkkuwaay, tekk ci di toppaale dogal yuñuy jël ci wàllum cet ni gëna baaxee ngir ñu mëna dakkal ni coronavirus bi di wàllee. Lii nit yépp la boole ci at yépp – donte amuloo benn màndarga buy feeñ ci yaw wala ci sa wérgu-yaram.



Jëfandikoo dem ak dikk buñuy bokk: Da nga wara moytu di jëfandikoo dem ak dikk buñuy bokk lu gëna bari te jéema dawal welo, dox wala dawal woto ci biir. Soo bëggee jëfandikoo dem ak dikk buñu bokk, fexal ba moytu jamono yu nit ñi di gëna bari te ngeen wey di sorante. Da nga wara sol muuraayu fagaru soo duggee ci dem ak dikk yi. Lu am solo la nga top gindikaay bii, mën nañ la fayloo alaaman soo ko defulee.

Wey di liggéey: Sudee da nga wara wey di liggéeyi ci sa kër. Soo bëggee dem liggéeyi, da nga wara njëkka xool ndax yaw ak sa waa kër amu leen ay màndarga. Sudee dee kenn ci yeen amul màndarga, mën nga wey di liggéey fiileek yaa ngi bayyi digante bu toll ci 2 meetar te di faral di raxas say yoxo wala di jëfandikoo gel yi. Mën nga xool ak ñi ngay liggeeyal ngir ay dogal ci wàllum kaarànge ak ay jumtukaayi kaarànge yi am ci sa barabu liggéeyukaay.

Pëliis bi ak larme bi mën nañu def jël ay dogal ngir fexe ba nit ñi def luni mel, tekk dif exe ba lekk yi ak yi mënul ñàkk ñu jox leen nit yi yomba.

Mën ngeen toxalsi ap jumtukaay ci seen jollasu bu muus ngir fagaru. Jumtukaay ji dina leen yegal ndax nekkoon ngeen ci wetu benneen jariñookat jumtukaay ji gu ame jàngoroy koronawiirus. Te sudee da ngeen ame jàngoroo ji, lolu mën na leen jappale ci leral jokkoo yi yo xamne sudul none mën ngeen leen rere te deñc xibaar yoyu lol jambur te ñakk tur.

Sudee Angalteer wala Reewum Galles ngeen di dund, toxalsi leen **NHS COVID-19 App**. Jumtukaay ji amna jokkoo ak kep ku am lu ëp 16 at. Ngir xibaar yu ngëna doy ci 11 kàllaama: https://covid19.nhs.uk/information-and-resources-translated.html

Sudee Ekos ngeen di dund, mën ngeen toxalsi **Protect Scotland App.** Jumtukaay ji amna jokkoo ak kep ku am lu ëp 16 at. Ngir xibaar yu ngëna doy: https://www.protect.scot/

Sudee Irlànd bu Bëj-gànnar ngeen di dund, mën ngeen toxalsi **StopCOVID NI Proximity App**. Jumtukaay ji amna jokkoo ak kep ku am lu ëp 11 at. Ngir xibaar yu ngëna doy: https://www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-stopcovid-ni-proximity-app

Setantalal ak Njiitu gox gi ndax cakku sartu tëjjuwaay ca bir gox ga mënesu ko jëfë sa kaw.	
Ci Angalteer**,**	https://www.gov.uk/government/publications/coronavirus-covid-19-meeting-with-others-safely-social-distancing
Ci Ekos**,**	https://www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-protection-levels/
Ci Wales**,**	https://sanctuary.gov.wales/covid-19
Ci Irlànd di Noor,	https://www.health-ni.gov.uk/publications/guidance-accompany-health-protection-coronavirus-restrictions-no-2-regulations-northern-ireland-2020

Lan nga wara def soo gisee ay màndarga?

Soo amee:

- Yaram wu tang lool – da ngay melni ku ame tangoor ci sa dënn wala sa ginaaw, wala
- sëqët su bees suy wey – loolu mooy da nga tambale sëqët ay yoon yu bari, wala
- ñakk, wala coppite ci, li ñam yi di saf ak liñuy xeeñ (anosmie) – soo mënul xeeñcu wala yëg cafka lumu mëna doon, wala mbir yi soppi niñu daan xeeñee

Da nga wara top jéego yii numu gëna gaawee:

Bér sa bopp: nekk ci kër gën gaa neew 10 fan te topp **<u>gindikaayu béru ngir kër yi mëna am feebaru coronavirus.</u>** Képp ku nekk ci seen kër wala ku nekkoon di jokkoo ak yaw dafa wara bér boppam gën gaa neew 10 fan.

Demal defi testu Coronavirus ci biir <u>juróomi fan yu njëkk</u> yi nga gis ay màndarga**:** Képp ku nekk mën nañ ko defal ab caytu bu amul peyor su amee ay màndarga ngir xool ndax dafa am doomi jángoro bi. 2 anam ñoo am ngir ñu defal la test. Mën nañ la defal test bi fi nga dëkk, wala nga dem ci barab buñuy defee test. Di nga jot ci resiltaa test yi ci mesas, m-bataaxal wala ñu woo la telefon.

Demal defi testu Coronavirus

Ngir jàpp ab test wala nga komànde ko demal ci net bi ci situ https://www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test Soo mënul dug ci net bi, woowal 119 ci **Angalteer, Wales ak Irlànd di Noor** wala 0800 028 2816 ci **Ekos**.

Sudee mujjantalu caytu bi dafa ñakk dëggal teewaay doomu jàngoro ji: mën nga ñakka bér sa bopp soo gisee ni yaa ngi am wérgu yaram bu baax te gisatuloo ay màndarga. Ñeneen ñu bokk ci seen kër wala ñu jegge la bu baax mën nañu dakkal bér seen bopp.

Sudee mujjantalu caytu bi dafa dëggal teewaay doomu jàngoro ji: da nga wara matal li des ci fukki fani beru yi, te ñépp ñu nekk ci kër gi wala ñu jege la bu baax war na weyal li des ci 10 fani bér-sa-bopp bi. Sàrwis bi yor wàllum topp bi ci sa barab dina jokkoo ak ya ngir laaj la nga jàppale leen ngir dakkal yeneeni wàllaate wiris bi. Di nañ leen laaj fi nga nekkoon ak kan moo leen jegewoon. Lii lu mënul ñakk la ngir xammee kan lañu wara bér te nekk nekk ci kër gi diirup 10 fan wala luko ëpp.

Ngir am ciyeneeni leeral:

Ci **Ekos**, https://www.gov.scot/publications/coronavirus-covid-19-test-and-protect-coronavirus-service/

Ci **Irlànd di Noor,** https://www.publichealth.hscni.net/publications/test-trace-protect-step-step-guide-and-translations

Gindikaay sorante buñu jagleel kër yi nga xàmantane mën nañ am barelu coronavirus

Bul dem ci liggéeyukaay bi, lekool bi, fajkat bi, farmasi bi wala ci lopitaal bi

Jëfandikoo leen ay wanag yu wuute, wala nga raxasu laata nga koy jëfandikoo

Moytul di laalante ak yeneen nit

Laajal ñu indil la sa lékk ak say garab

Toppal digle yuñu gàn

Tëdël yaw doŋŋ, su mënee nekk

Deel faral di raxas say yoxo

Naanal ndox mu bari

Jëlal paracetamol ngir mu jàppale la ci say màndaga

Lu am solo la nga top gindikaay bii, mën nañ la fayloo alaaman soo ko defulee.

Ngir am ci yeneeni leeral yëal https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance

Ñaata fan lañu wara took ngir topp digley sorante bi?

- Képp ku gis ay mandarga dafa wara sorante ak nit ñi ci kër gi diirup gën gaa neew 10 fan.
- Sudee da nga dëkk ay yeneen nit, dañoo war a took ci kër gi te ñu bér leen gën gaa neew ci diirup 10 fan, ngir moytu infection bi law ba génn ci biti.
- Waaye, su amee kenn ci waa kër gi ku gis ay màndarga, dafa wara des ci kër gi te ñu ber ko ci diirup 10 fan bawoo ci bës bimu tàmbalee gis màndarga yi. Donte loolu dafay tekki ni nekk nañu ci kër lu ëpp 10 fan.
- Soo dëkkee ak kenn ku am 70 at wala luko ëpp, bu am ab weradi bu yàgg, mu ëmb wala sistem iminiteeram néew doole, jéemal seet feneen foo ko mën a dugal ngir mu took fa 10 fan.

Kañ nga wara jokkook NHS 111?

- da nga feebar lool ba mënuloo def li nga daan faral di def, mel ni seetaan Tele, jëfandikoo sa telefon, jàng wala wàcc ci làl
- nga yëg ni mënu loo dëkku say màndarga ci kër gi
- sa wergu-yaram gën a nasax

Nan nga wara ngir jokkook NHS 111?

Mën nga jëfandikoo sàrwiisu coronavirus NHS 111 bi ci net bi (https://111.nhs.uk/covid-19) ngir xool lan moo ci topp. Soo mënul dugg ci sàrwiisi net yi mën nga woote ci 111 (nimero bii amul fay dara). Mën nga am ku lay firil ci sa làkk di tontu “**waaw**”ci laaj yépp.

Lan mooy xew suma amee luma jaaxal ci sama nekkiinu imigéré?

Aji-tukki yu bawoo bitim-réew di dem ca **Angalteer**, bokk na ci képp ku dëkk ci RU te amul keyit **duñu** ko fayyeeku ci:

- saytu ndax amna coronavirus (donte saytu gi dafay wone ni amuloo coronavirus)
- pajum coronavirus – soo tàmbalee paj mi aka b saytu te mu wone amuloo coronavirus, mën nañ la fayyeeku ngir bépp paj bi nga amal bi nga jotee say resiltaa ci saytu gi
- pajum xale yu ame sindoromu infalamatuwaar yu bari sistem

Soxlawul benn saytug imigéré sudee ab saytu wala pajum COVID-19 kese nga am.

Lan nga wara def ngir coronavirus baña làw?

- Deel faral raxas say loxo ay yoon, di jëfandikoo saabu ak ndox, ci diiru 20 saa gën gaa neew
- Toppal digle yuñu ci dàŋkaafuak kaarànge
- Ak foo mëna dëkk, toppal digle yi ñu joxe ci wàllum sol mask te wey di soriwante ci digante 2 meetar ak nit yi nga bokkalul kër.

<u>Ngir am ciyeneeni leeral</u>:

- Gindikaayu NHS: https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/
- Gindikaayu WHO: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses