Amharic

ኮቪድ-19 ወረርሺኝ መረጃ – Lilydale (Sofina Foods) (COVID-19 Outbreak Info – Lilydale (Sofina Foods))

ለፋብሪካ ሰራተኞች ጥያቄ እና መልስ (Q & A for Plant Workers)

ነሃሴ 28, 2020

ስለ በሽታው: (About the Illness:)

የኮቪድ-19 ምልክቶች ምን ምን ናቸው? (What are the symptoms of COVID-19?)

- ኮቪድ-19 ሳል፣ ለመተንፈስ መቸገር፣ ትኩሳት፣ የአፍንጫ ፈሳሽ፣ የጉሮሮ ህመም፣ ድካም፣ ራስ ምታት፣ ተቅማጥ፣ ማቅለሽለሽ/ማስመለስ ወዘተ ጨምሮ ብዙ ምልክቶች ሊኖረው ይችላል - በዚህ አገናኝ ላይ ሙሉ የምልክቶች ዝርዝር ይገኛል፡፡ https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page16997.aspx#sign

አንዴ ኮቪድ ከያዞት በኋላ ለምን ያህል ጊዜ አስተላላፊ ሆነው ቆይተዋል? (How long are you contagious, once you get COVID?)

- ለመጀመሪያ ጊዜ ምልክቶቹን ካሳዩበት ወይም ምልክቶቹ ለመጨረሻ ጊዜ እስከታዩበት ባሉት 10 ቀናት ውስጥ ይበክላሉ/ ያስተላልፋሉ ብለን እናምናለን::
- ሰዎች ለቫይረሱ ከተጋለጡ በኋላ ምልክቶቹን ለማሳየት ከ2 እስከ 14 ቀናት ድረስ ይወስዳል::
- ሰዎች ምልክቶቹን ከማሳየታቸው ከ2 ቀናት በፊት ሊበክሉ/ሊያስተላልፉ ይችላሉ::
- ለዚህም ነው ለሰዎች ራሳቸውን ለይተው እንዲቆዩ የምንመክረው:: ይህም ማለት ከሌሎች ሰዎች ጋር ለ10 ቀናት ያህል መገናኘት የለባቸውም:: በዚህ መንገድ ሌሎች በአቅራቢያዎ ያሉትን ሰዎች መጠበቅ የሚቻለው::
- ምንም እንኳን 10ሩ ቀናት ቢያልፉም እና ምልክቶቹ ካልጠፉ የበሽታውን ወደ ሌሎች መተላለፍ ለመከላከል እራሶን ለይተው መቆየቶን እንዲቀጥሉ እንጠይቆታለን:: እራሶን ለይቶ ማቆየት መቼ ማቆም እንዳለቦት Public Health ይነግሮታል እስከዛው ግን እባኮን እራሶን ለይቶ ማቆየቶን እንዳያቆሙ::
- አስተላላፊ እንዳልሆኑ ለማረጋገጥ እንደገና መመርመር አያስፈልጎትም::

ያገገሙ ሰራተኞች ወደ ስራ መመለስ አስጊ የማይሆነው መቼ ነው? (When is it safe for recovered employees to return to work?)

- ኮቪድ-19 ፖዘቲቭ ከሆኑ ወይም ምልክቶቹ ካሉቦት: ምልክቶቹ መታየት ከጀመሩበት ጀምሮ ወይም ምልክቶቹ ሙሉ ለሙሉ ከተወገዱበት ቀን ጀምሮ ረዘም ላለው ጊዜ የሚጠበቅቦትን አነስተኛውን የ10 ቀናት እራስን ለይቶ የማቆየት ሂደት ካለፉ እንደ አገገሙ ይቆጠራል::
- ኮቪድ-19 ፖዘቲቭ ከነበረ ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት ከነበርዎት ወይም ኮቪድ-19 ሊኖርበት ከሚችል ሰው ጋር ግንኙነት ከነበሮት: ከኮቪድ-19 ኬዝ ጋር ግንኙነት ከፈጠሩ ከ14 ቀናት በኋላ ወደ ስራ መመለስ ይችላሉ(ይህም ምልክቶችን አላሳዩም ወይም ፖዘቲቭ ካልሆኑ ማለት ነው)

የተጠቁ እና የበሽታውን ምልክት የማያሳዩ ሰዎች ሌሎችን ለመበከል ቫይረሱን በበቂ ሁኔታ ይለቃሉ? (Do infected and asymptomatic persons shed the virus enough to infect others?)

- የበሽታውን ምልክት የማያሳዩ ሰዎች ማለት የኮቪድ-19ን ምንም ምልክቶች የማያሳዩ ነገርግን በቫይረሱ የተያዙ ሰዎች ናቸው::
- ኮቪድ-19 ፖዘቲቭ የሆኑ ነገርግን ምልክቶችን የማያሳዩ ሰዎች አስተላላፊ ናቸው ተብሎ ይታመናል::
- ማንኛውም ምልክቶች ከሌሉ: እንደሚበክሉ ይታሰባል እና - የፖዘቲቭነት ወጤት ከመድረሱ ከ2 ቀናት በፊት እና ከደረሰ ከ10 ቀናት በኋላ እራሶትን ይለዩ::

ለምሳሌ: ሜሪ ምንም ምልክቶች የሉባትም ነገርግን በሰኔ 1፣ 2020 ተመርምራለች። የምርመራ ውጤቷ በኮቪድ-19 መያዝዋን ያሳያል ሜሪ እስከ ሰኔ 11፣ 2020 ድረስ ራስዋን ለይታ ማቆየት አለባት።

የበሽታውን ምልክት የማያሳይ ሰው ምን ያህል አስተላላፊ ሊሆን ይችላል? (How contagious can an asymptomatic person be?)

- ምንም የተጨበጠ ሳይንሳዊ መረጃ የለም ነገር ግን አብዛኞቹ ኮቪድ 19 የተገኘባቸው ሰዎች ምልክት ካሳየ ሰው ጋር ንክኪ እንደነበራቸው እየተመለከትን ነው።
- ምልክት የሌላቸው ሰዎች ምልክት ያላቸውን ሰዎች ያህል አስተላላፊ አይደሉም ተብሎ ይታመናል። ሆኖም ግን ቫይረሱን ሊያስተላልፉ ይችላሉ፣ ከጥንቃቄያችን መዘናጋት የለብንም።

በመጀመሪያ ኔጋቲቭ ሆነው ነገር ግን በድንገት እንደ የትኩሳት ስሜት እና /ወይም የአፍንጫ ፍሳሽ ያሉ ቀላል ምልክቶች ከጀመሮ እና/ወይም እንደገና እንዲመረመሩ ከተጠየቁ ነገር ግን አሁን ከተሻሎት ወደ ስራ መመለስ ይቻላል? (If you had initially tested negative but suddenly developed light symptoms like a feverish sensation and/or running nose and/or have been asked to be retested but now you feel better. Is it safe to return to work?)

- ማንኛውም ምልክቶችን የሚያሳይ ሰው ለ10 ቀናት ያህል ወይም ምልክቶች እስኪጠፉ ድረስ (ለየትኛውም ለረዘመው ጊዜ ያህል) ራሱን ለይቶ ማቆየት አለበት እንዲሁም መመርመር አለበት።

የኮቪድ-19 ምርመራው ውጤት ፖዘቲቭም ይሁን ኔጋቲቭ ይህ ይጠበቅበታል።

መጀመሪያ ስመረመር ኔጋቲቭ ነበርኩ። ከሁለት ቀናት ቦሃላ ትኩሳት ወይም የአፍንጫ ፍሳሽ እንደገና ነበረኝ። ወደ 811 ደውዬ ነበር እና እንደገና ለምርመራ እንድመጣ ተጠይቄያለሁ። የምርመራው ውጤት እንደገና ኔጋቲቭ ከሆነ ወደ ስራ መመለስ አለብኝ? (When I first tested my test came back negative. Two days later I felt feverish or had a runny nose again. I called 811 and was asked to come in for testing again. Should I go back to work if the test is negative again?)

- ትኩሳት እና የአፍንጫ ፍሳሽ የኮቪድ 19 ምልክቶች ናቸው። የምርመራዎ ውጤት ኔጋቲቭ ከሆነ በኋላ ምልክቶቹ ከታዩቦት ለ10 ቀናት ያህል ወይም ምልክቶቹ እስኪጠፉ ለሚረዝመው ጊዜ ያህል ድረስ ራስዎን መለየት አለብዎት።
- በመስመር ላይም (https://myhealth.alberta.ca/Journey/COVID-19/Pages/COVID-Self-Assessment.aspx) ወይም 811 ላይ በመደወል ሌላ ምርመራ መጠየቅ ይችላሉ። ምልክቶች ተመልሠው ከታዩ እንደገና ለመመርመር ነገሮችን ያመቻቹ።
- ለ10 ቀናት ወይም ምልክቶች እስኪጠፉ ለየትኛውም ለረዘመው ጊዜ ያህል ራስዎን ያግልሉ።
- የምርመራው ውጤት ኔጋቲቭ ከሆነና ምልክቶቹ መታየት ካቆሙ ከ10ሩ ቀናት በኋላ ወደስራ መመለስ ይችላሉ።

ምርመራ: (Testing:)

ምልክቶች ሳይታዩብዎ ፖዘቲቭ ሊሆኑ ይችላሉ? (If you have no symptoms, can you test positive?)

- አዎ፥ ቫይረሱ ካለብዎ ምልክት ባያሳዩም ፖዘቲቭ ሊሆኑ ይችላሉ።

ምልክቶችን የማያሳዩ ሰዎች ቫይረሱን ሊያሰራጩ ይችላሉ። ሁሉም ሰው የማይመረመረው ለምንድን ነው? (People who don't show symptoms can also spread the virus. Why not test everyone?)

- በLilydale/Sofina Foods እና ሌሎች የስጋ ማቀነባበሪያ ፋብሪካዎች ውስጥ ለሚሰሩ ሰዎች ምልክቶች ባይታዩባቸውም ምርመራን እያቀረብን ነው።
- ምልክቶች ባይታይቦትም ምርመራ እንዲያደርጉ ይመከራል። በአሁኑ ወቅት መመርመር የግድ አይደለም።
- እንደ Continuing Care Homes ያሉ ሌሎች ተቋማትን እና ድርጅቶችንም እየመረመርን ነው።
- ምልክቶች ባይታይባቸውም ሰራተኞችን እና ነዋሪዎችን እየመረመርን ነው።

- ለጠቅላላው ማህበረሰብ በከፍተኛ ደረጃ አስተላላፊ በመሆናቸው እና በሽታውን የማሰራጨት እድላቸው ትልቅ በመሆኑ ምልክት ያለባቸውን መመርመር እጅግ አስፈላጊ ነው።
- ምልክቶች ያሉበት በAlberta ውስጥ ያለ ማንኛውም ሰው ለምርመራ ብቁ ነው።
- የምርመራ አቅማችንን ከምርመራ ስልታችን ጋር አመጣጥነን መጓዛችንን ማረጋገጥ አለብን።
- ሁሉም ምርመራ በነጻ ነው።
- መመርመርን እንመክራለን።

የመስመር ላይ ምዘናን ለማድረግ ሞክሪያለሁ ነገር ግን ጥያቄዎቹን መረዳት አልቻልኩም። AHS ምን አይነት ሌሎች አማራጮችን ያቀርባል? (I tried to do the online assessment, but I don't understand the questions. What other options does AHS offer?)

- ወደ Health Link 811 በመደወል ስለ የኮቪድ 19 ተጋላጭነት ስጋቶች መልስ ሊሰጥ ከሚችል ለዚሁ ከሰለጠነ የተመዘገበ ነርስ ጋር በቀጥታ መነጋገር ይችላሉ።
- Health Link የትርጉም አገልግሎቶችን ያቀርባል፥ ከ300 ለሚበልጡ ቋንቋዎች ለ24/7። የቋንቋ ድጋፍ ከፈለጉ እባክዎ ለርዳታ 811 ላይ ይደውሉ።

እራስን መለየት እና መከላከል (Self-Isolation and Protection)

ስለ መለየት የበለጠ ማውራት እንችላለን? ፖዘቲቭ ከሆኑ ወይም ምልክት አሳይተው ተለይተው ካሉጋር የሚኖሩ ነገርግን በበሽታው ያልተያዙ ሰዎችን መሃል ከፍተኛ ግራ መጋባት አለ። ምንም እንኳን ደህና ቢሆኑም እራሳቸውን ለይተው ማቆየት እንዳለባቸው እና እንደሌለባቸው በዚህ ሁኔታ ውስጥ ላሉ ሰዎች ግልጽ አይደለም። (Can we talk more about isolation? There is a lot of confusion around those who are not infected but who may be living with those who are positive or symptomatic and isolating. It can be unclear to those in that situation whether they have to isolate as well, even if they're feeling well.)

- በተረጋገጠ የኮቪድ-19 ሁኔታ ውስጥ ካለ ሰው ጋር የሚኖር **ሰውም** እራሱን ለ14 ቀናት ለይቶ ማቆየት አለበት። 14ቱ ቀናት የሚጀምሩት ምልክቶቹ ከጀመሩበት ቀን ጀምሮ ነው።
- **ለምሳሌ:**
- ባል በምርመራ ፖዘቲቭ ከሆነ ሚስትየው እራሷን ለ14 ቀናት ለይታ ማቆየት ያለባት ባልየው እራሱን ለይቶ ማቆየት ከጀመረበት ጊዜ ጀምሮ ነው። ታማሚው ባል በቤተሰቡ ውስጥ የቫይረሱን ስርጭት ለመገደብ በተለየ መኝታ ቤት ውስጥ መሆን እና የተለየ መታጠቢያ ቤት መጠቀም አለበት።

በቤት ውስጥ የተረጋገጠ ኬዝ ካለ በቤት ውስጥ ያሉ ሌሎች ሰዎች ምን ማድረግ አለባቸው? (If there is a confirmed case in the household, what should the other people in that household do?)

- በቤት ውስጥ የተረጋገጠ የኮቪድ-19 ኬዝ ካለ ሁሉም የቤተሰቡ አባላት የኬዙ ምልክቶች ከታዩበት የመጀመሪያው ቀን ጀምሮ እራሳቸውን ለ14 ቀናት መለየት አለባቸው። l
- ይህ የበሽታውን መስፋፋት ለመከላከል ይረዳል።
- ሌላ የቤተሰቡ አባል ፖዘቲቭ ከሆነ እና ከፖዘቲቩ ኬዝ ጋር ያለ ግንኙነት ከነበረ 14ቱን ቀናት ሁሉም የቤተሰብ አባላት እንደ አዲስ መጀመር አለባቸው።
- ብዙ አባላት ያሉት ቤተሰብ ውስጥ ሰዎች እራሳቸውን ለይተው ማቆየት ከተቸገሩ ሰዎች እራሳቸውን ለይተው እንዲያቆዩ የሚረዳ የነጻ ድጋፍ መስጫ አለ። **እነዚህን አገልግሎቶች ለማግኘት የቤተሰቦን ሃኪም ወይም 811 ማግኘት ይችላሉ።**

በቤተሰቡ ውስጥ የሚኖሩ አንዳንድ ሰዎች በኮቪድ-19 ተይዘው ነገርግን በዛው ቤተሰብ ውስጥ ያሉ ሌሎች ሰዎች የማይያዙበት ምክንያት ምንድን ነው? (Why is it that some people in a household have gotten COVID-19 and other people in that same household have not?)

- በቻይና ውስጥ ባሉ በርካታ ቤተሰቦች ውስጥ ከቤተሰቡ አባላት መካከል 15%ቱ ብቻ በበሽታው ተይዘዋል። በበሽታውን የሚያዙትን ሰዎች ቁጥር የሚወስነው ታማሚው ሰው እራሱን ከሌሎቹ የቤተሰብ አባላት ምን ያህል በጥሩ ሁኔታ ለይቷል በሚለው ነው።
- ምን አልባት አንተ እና ያንተ ቤተሰቦች የምትወስዷቸው የተለመዱ እርምጃዎች- እንደ የእጅ መታጠብ እና መደበኛ የቤት ውስጥ ጽዳት ያሉት የበሽታውን በቤተሰብ ውስጥ መሰራጨት ገተውት ይሆናል።

እባክዎ ስለ የጭምብል አጠቃቀም ስርአት እና ጥቅም ላይ የዋሉ/ቆሻሻ ጭምብሎች ተገቢ አያያዝ ይግለጹ። ጭምብሎች ለምን ያህል ጊዜ አገልግሎት መስጠት ይችላሉ? ቢረጥቡ/ቢቆሸሹስ? (Please explain mask protocol and safe handling of used/dirty masks. How long are masks good for? What if they get wet/dirty?)

- በLilydale/Sofina Foods ውስጥ ጥቅም ላይ ያሉት የህክምና ጭምብሎች እና ሰዎች በህብረተሰቡ ወስጥ እንዲያረጓቸው የምንመከራቸው ጭምብሎች ሌሎችን ለመከላከል የተዘጋጁ ናቸው: ስርጭቱን ጭምብሉን ካደረገው ሰው ወደ ሌላ እንዳይተላለፍ ለማስቆም።
- ጭምብሉ ከረጠበ በኋላ ወጤታማ ስለማይሆን መቀየር አለበት።
- ጭምብሎን ውጪ ላይ ወይም በስራ ቦታ ላይ አድርገውት ከነበር ወደ ቤት ሲመለሱ እንደቆሸሸ ቆጥረው ማስወገድ አለቦት።
- ጭምብሎን እንዴት ማውለቅ እንዳለቦት:

  1. እጆችን አልኮል ነክ በሆነ የእጅ ማጽጃ ወይም በሳሙና እና ውሃ ያጽዱ።

  2. የጭምብሉን የፊት ለፊት ክፍል አይንኩ። ጭምብሉን በማሰሪያዎቹ ወይም ተወጣሪ ማንጠልጠያዎቹ በመጠቀም ያውልቁ።

  3. በቆሻሻ ማጠራቀሚያ ውስጥ ይጣሉ።

  4. ጭምብሉን ካስወገዱ ቦሃላ እጆችን አልኮል ነክ በሆነ የእጅ ማጽጃ ወይም በሳሙና እና ውሃ ያጽዱ ።

- እነዚህን ቅደም ተከተሎች በጥንቃቄ መተግበሮ እጅግ ጠቃሚ ነው። ቫይረሱ የጭምብሉ ውጫዊ ክፍል ላይ ካለ ሲነኩት ሊበክሎት ይችላል።
- Lilydale/Sofina Foods እንደ የስራ ላይ መለያ ሂደት ሰራተኞች ለስራ በሚመጡበት ወቅት በየቀኑ ጭምብሎችን እየሰጣቸው ይገኛል። በስራ ላይ አስፈላጊ ከሆነ አዳዲስ ጭምብሎችንም ማግኘት ይቻላል።
- የራስዎን ጭምብል ካዘጋጁ በመደበኛነት መታጠብ አለበት። ደህንነቱ የተጠበቀ እና ውጤታማው የአጠባ ዘዴ ልክ እንደ መደበኛ ልብሶች በማጠቢያ ማሽን ማጠብ ነው።

የሰራተኛ ማመላለሻ ሰርቪስ ላይ ያሉ ምክረ ሃሳቦች ምንድን ናቸው? (What are the recommendations around carpooling?)

- ሰራተኞች የሰራተኛ ማመላለሻ ሰርቪስ አጠቃቀም መመሪያዎችን እንዲከተሉ ይመከራል።
  - በኋላ መቀመጫዎች ላይ የሚቀመጡ ተጓዦችን መካከል ያለ እርቀትን ለመጨመር ከተለያየ ቤተሰብ የመጡ ከ2 ያልበለጡ ሰዎች አንድን መኪና ይጋራሉ።
  - በመኪና ውስጥ ጭምብሎች በአግባቡ አፍ እና አፍንጫን ሸፍነው ሁልጊዜ መደረግ አለባቸው።

የሰራተኛ ደህንነት በLilydale (Worker Safety at Lilydale)

ወደ ፋብሪካው ለሚመጡ አዲስ እና ተመላሽ ሰራተኞች በአሁኑ ወቅት ያለው መመሪያ ምንድን ነው? ስራ ከመጀመራቸው በፊት ምርመራ ይደረግላቸዋል? (What is the current procedure for new and returning employees coming to the plant? Are they being tested before they start work?)

- በዚህ ጊዜ ያሉት ሰራተኞች በሙሉ የምርመራ አገልግሎት ቀርቦላቸዋል።

- ሁሉም አዳዲስ እና ተመላሽ ሰራተኞች ወደ Lilydale/Sofina Foods ከመመለሳቸው በፊት ምርመራቸውን እንዲያመቻቹ ጥያቄ ቀርቦላቸዋል።
- የህመም ስሜት ከተሰማዎ ወደ ስራ መሄድ የለቦትም። እባክዎ ወደ Lilydale/Sofina Foods ደውለው ስለመቅረቶ እና ምን እንደሚሰማዎ ይንገሯቸው።
- የኮቪድ-19 ስርጭትን ለመግታት የታመሙት ሰዎች ወደ ስራ አለመምጣታቸውን ማረጋገጥ በጣም ጠቃሚ ነው። .
- የህመም ስሜት ከተሰማዎት ወይም የኮቪድ-19 ምልክቶች ከተሰሞት እባክዎን ስለ ምልክቶቹ እና የተመዘገበው ነርስ የኮቪድ-19 ምርመራ ማድረግ እንደሚያስፈልግዎ ለማወቅ እንዲችል ወደ 811 ደውለው ይወያዩ።
- ማንኛውም ሰራተኛ ስለኮቪድ-19 ጥያቄዎች ካሉት እና ወደ ስራ ከተመለሰ እባክዎ ወደ የሰው ሃብት አስተዳደር ይምሩት።

ምንም እንኳን ምርመራ ያላደረጉ አንዳንድ ሰዎች ቢኖሩም በLilydale/Sofina Foods ውስጥ የምርት ሂደት መቀጠሉ ችግር የለውም ብለው ያስባሉ? (Do you consider it safe to continue the production at Lilydale/Sofina Foods even though some people have not been tested?)

- አዎ። በLilydale/ Sofina Foods ወይም ሌላ የስራ ቦታ የበሽታውን ስርጭት ለመከላከል እጅግ አስፈላጊው ነገር ጥሩ የንጽህና አጠባበቅ ልምዶችን ማዘውተር ነው፤ አካላዊ ርቀትን መጠበቅ፣ አካላዊ ርቀትን መጠበቅ ካልተቻለ ጭምብል መጠቀም፣ ቶሎ ቶሎ እጆትን በሳሙና እና በውሃ መታጠብ ወይም የእጅ ማጽጃን መጠቀም እንዲሁም ከታመሙ በቤቶ መቆየት።
- ሰራተኞችን ለመጠበቅ በLilydale/ Sofina Foods በፊትም የነበረ ወይም አዲስ በስራ ላይ የዋሉ በስራ ቦታ ላይ መወሰድ ስላለባቸው እርምጃዎች ምክረ ሃሳብ ሰጥተናል።
- እነዚህ ባህሪያዊ እርምጃዎች ሁላችንም መረዳት እና መተግበር ይጠበቅብናል- ይህም ተግዳሮት ሊሆን ይችላል። የባህሪያዊ እርምጃዎችን መተላለፍ ካጋጠመ ተጨማሪ ጥበቃ ለመስጠት እንደ የፕላስቲክ መከለያዎች ያሉ ቁሳዊ መቆጣጠሪያዎችንም ጠቁመናል።

በLilydale/Sofina ላሉ ሰራተኞች ጠቃሚ አድራሻዎች: (Important Contacts for Workers at Lilydale/Sofina:)

Sofina
Christian Glico
403-718-0047 ext 3342

Calgary Catholic Immigration Society
https://www.ccisab.ca/
403-262-2006

Primary Care Network (PCN) Mosaic
http://mosaicpcn.ca/About/Pages/MPCN-Clinics.aspx

UFCW Local 401
https://gounion.ca/
403-291-1047

ለበለጠ መረጃ (የተለያዩ ቋንቋዎች)
https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page16944.aspx

Alberta Health COVID-19 መረጃ
www.alberta.ca/covid19

ጥያቄዎች:
Community.engagement@ahs.ca