**KOVÍDH19 Véksin 201 Waákcóp**

Toiyar goijjé - Multnomah Kounthi aám manúic ór Sehét Cóuba (Multnomah County Public Health Division), 9/27/2001. Súwal goribólla, meerbanigori Beth Poteet loi [beth.poteet@multco.us](mailto:beth.poteet@multco.us) yáto 503-314-3136 ot konthék goijjo.

**Thaim:** 2 gondha

**Cíkibar or Moksot ókkol:** Waákcóp ibar céce, córik óiya óle faribou:

* COVÍDH19 or buniyadi cíz ore waazégora: iíne kibáfe hasgore, véksin or ejazotnamar karwayi, ocóbabík maamela ókkol, ar bústhar dhous ókkol
* Kibáfe KOVÍDH19 teésgora rasta deháfore ar hóñtte alók táka yáto kuwaranthín táka foribou íyan zanou
* Cómaj-haásgoijja véksin fóñsaibar hékmot ókkol ore sínnogoriyóre KOVÍDH19 véksin ólor babote cómajor sínta báfana ólore meséij diya
* Ítara maalumat ínore kibáfe ciíyar goríbou íyanor ekkán plan banaiyó

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Sóulot gorídoiya &**  **Thaim** | **Asbab fóttoro** | **Karwayi** | **Thopík &**  ***Niyóum*** |
| Waákcóp cúru óibar 10 miníth age |  | *Waákcóp ore 10 miníth soóre kúliyo. Manúic ólore gair nezámi cámil ar solam zanaibar ejazot diyó.* | Gair nezámi Estekbal |
| 15 miníth | * PPT: Waákcópór Súrhi * PPT: Zomin & Mozduri Monzurgora * PPT: Moksót ókkol * PPT: Ejendha * PPT: Dekbali Kaanun | * *KOVÍDH19 Véksin 201 waákcóp ot cámil óiya ólore estekbal gorazar.* * *Sóulot gorídoiya óle taránizer sinno der.* * *PPT Seláidh 2 ot zomin ar mozdur tosdiik or sáte cúru goró. Hédayotnamálla, soó*[*elaka tosdiik*](https://native-land.ca/resources/territory-acknowledgement/)*.*   + Ameríka dec ore surigori ana Afrikar manúic ólloi surigora decíyo zomin ot toiyar gora giye. Ei suri ar gulamiyót ore abad goroiya cáda samra-óla ókkole hokumot or bolloi goijjíl. Multnomah County boni ase, Tualatin Kalapuya; Molalla; Chinookan-hóta hóde eksáte tákoiya Multnomah, Kathlamet, ar Clackamas; ar aró oinno boot zati zara Kolumbia Doizzar hañsa-hañsa abad accíl, ítarar sura zomin or uore. Iítárar bútottu becá-becí manúic ar tarar salsolon ehóno basi ase ar ítáraré dóñgco goribólla íccagori ar jari asédé kúcic ór baa-ujudeó íyánore mukabela gorizar. Eksáte takoiya manúic iín é Grand Ronde ír Ekóttore Takoiya Gucti, Siletz Indians or Ekóttore Takoiya Gucti, indhílla Washington State ot Chinook Nation ar Cowlitz Nation hísabe boni ase. Éi gucti óla zat iín ar bortomane Multnomah County ít tákede 400 or uore gucti óla cómaj or membór ólore añára ízzot gori. * *Oñne estemal goroonde theknoloji plathfórom ot fúkdecor cámil óiya. Mesaál hísafe, abas bongora (mute), vídu, céth ar juwab doinna ehsás zahír gorár fangcen ókkol estemal gora.* * **Hoó:** Waákcóp ot hon aséde ítarare zanibólla sair. Oñnor nam, oñnor maiya-morot sinno (zodi ónne ekkán estemal goille), ar oñne hoçé ham goró, iín ciíyar goribólla oñnore dawot diyoum.   + *Sóulotgoridoiya é cámil óiya ólor nam or foila híssa loi hórof tortib mozin dhakibou (liís saibolla cámil oiyar theb (Participants tab) estemal goijjo).* * *PPT Selaidh 3-4 ot maze moksot ar ejendha ólor nozorsáni goró.* * Añárar waákcóp ólot, mocoór taalim (popular education) hóde niyoum ore estemal gori. Mocoór taalim é gurúp ot aséde maincór hékmot ar tojurba re ízzot de. Waákcóp ibat oñnorare hóta hóibólla dawot dir. * Sámne hoiék gondha cúndorgori eksáte hámgorizaite hémayot óibólla, añárar Dekbali Kaanun (Code of Care) ore peec goitto sair. *PPT Selaid 5 ot* Dekbali Kaanun *ore nozorsáni goro.*   + Éçe añárattu izafá goroon sáde no úçede éndillaa zehonó razinama aséne?   + Zehonó razinamar babot honíkkattu ocúida aséne? Zodi táke, sóulot goridoiyar háñse meerbanigori ekkán húsusi meséij fatháiyo. *[Zehoníkkattu honó ocúida aséne zanibólla ekkana gori entezar goró].*   + Zodi oñne Dekbali Kaanun ore mani loile, meerbanigori “buizza ouñl tuléde” ehsás zahír gorár bathón estemal goijjó. * Añárar forer hashormor íkka zaibor age honó súwal-sal aséne? * Oñnottu becá-becí súwal-sal tákit fare. Meerbanigori iínore Céth ot di ráko. Aheróttu oñnor súwal ólor juwab dibólla añára beetor kucíc gori zaiyoum. Zodi añárattu thaim no táke ar/yáto añára no zanile, fore añára juwab di zaiyoum. Añára sehét dekbal or mahér ókkol noi. | Estekbal & Sinnodiya  *Boro gurúp mocúwara* |
| 10 miníth |  | * *Sóulot goridoiya - zura ólar sáte alók rúm (breakout rooms) ókkol séth ap goro.* * **Hoó:** Aijja, añára KOVÍDH19 ar KOVÍDH19 véksin or babote murhai zanar kucíc goijjoum. Añára cómaj hísafe aséde cókthir uore towajju diyóre cúru goitto sair. Súwal íyan or babot alosona goribólla añárar óñnorare alók rúm ólot zura banai 3-4 miníth ólla alok goriyoum:   + **Cómaj ot ekzon ar ekzon ore saasita goribólla oñnora ki goró?** * *Beth é alók rúm ókkol kúli dibou. Alusona goribólla 3-4 miníth thaim diyó. Fottin zon ore boró gurúp ot loi áno.* * **Hoó:** Oñne ciíyar goijjode iín or babot zani to sair. Meerbanigori Céth ot ciíyar goró.   + *Céth ór zoriyaa dñor gori foriyó.* * **Hoó:** Oñne eksáte córik oiyode etólla cúkuriya zanair. | Dinamica/Icebreaker  *Fikirgora, Zuradiya & Ciíyargora* |
| 15 miníth | * Vúth: KOVÍDH19 Véksin babot Kíssa & Síntabáfna | * **Hoó:** Añára KOVÍDH19 véksin or babote murhaiyóre saíbár aage, añára cómaj ot Sehét or Hamgoroiya ólottu fúnnide kessú kissa ar sintabáfna babote ciíyar goitto saidde íyan zanibólla zodi oñnorar cómaj otttu ó honó iín funa zarne saibélla. * *Zoom ot vúth loiyó. Fóttizone vúth or fórom fura gorar fore, vúth or notiza ókkol ore gurúp ot ciíyar goijjó.*   + 1. KOVÍDH19 véksin é oñnor DNA re bodoli félaibou. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 2. Oñne véksin mari félile, oñnottu KOVÍDH19 noibou. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 3. Añáttu kudurotír biaram loi fáith goréde nezam aséde étolla añáttu véksin dorhar nai. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 4. Cúde búra manúic morédde KOVÍDH loí - Añi hóñissa ar sehét bála étolla añáttu véksin mara no foribou. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 5. Oñne 12 bosóizza fuwar sáiz/uzón óla 11 bosóizza fuwa úggware véksin mari fariba. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 6. Véskin ibáre beci toratori banaiyé étolla iba héfazot nai. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 7. Véksin ibare oñne ar hámel oi nofarofan gori bannaiye. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 8. Oñne véksin marar fore, ar honótte oñnottu maásk forá noforibou. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 9. Zodi añi véksin mariléyo zehonó báfe añáttu váires fóilait fare étolla añi véksin mari no mari honó forók no foribou. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni   + 10. Véksin or harone váires or zat ókkol poida ór. Oñnor cómaj ot oñne íyan fúinno ne?     - Juwab: Fúnni/nó fúni * **Véksin marar babote cómaj ottu tarár sintabáfnar babote oñne ar késsu fúinno ne?**   *Córik óiyóde étolla fóttizon ore cúkuriya zanair. Íyan ore waazé goró añára kíssa iínor babote forer hashormot buzaidiyoum.* | KOVÍDH19 Véksin babot Kíssa & Síntabáfna  *Vúth* |
| 40 miníth | * PPT: Jeopardy Geim | * **Hoó:** KOVÍDH19 ar KOVÍDH19 véksin babot taza kessú maalumat ore nozorsáni goribólla, añára Jeopardy geim kélibólla zair. * Geim ot córik óiya ólore thiím ólot horúf mozin nam loi mokoror gorídiyó (úggwa thiím ot 5-6 zon gori). Fótti úggwa thiím ore kisím ar súwal ókkol basíloibólla aros goijjó. Súwal or juwab dibólla ítarattu 30 sekén tákibou. Zehón ítarar thiím or háin áibou, tará nizera abas bon mute gori rákibou. * *Jeoparty Kélo. [Geim boudh ólla alok KOVÍDH19 Jeopardy PowerPoint saiyó. Súwal ar juwab ólore* [*nise*](#e06ui0rtizyt) *o faiba. Oñnottu maalumat ore taza goribar zorurot óitfare].* * **Hoó:** Eksáte córik oiyode etólla oñnoré cúkuriya zanair. | KOVÍDH19 Véksin 201  *Jeopardy Geim* |
| 35 miníth |  | * *Sóulat goridoiya é gurúp ot manúic or gonti loi alok rum séth ap goride.* * **Hoó:** Añára beggún eçe eksáte asíde íyan añára zani. Oñçaito sáidde ducmon óilde váires gwa, véksin maitto sa ba véksin maitto no sa éndhillaá mon-mezaz loi noi. * Cómaji membor ólor váires or babot sintabáfna re juwab diya óilde cúde maalumat ciíyar gorattu ware becí zoruri de íyan o añára zani. Éçe maincóre ízzótgori ar salsolon or munaséf torikaloi fúna ar taalukat gorar kaabeliyoti zorurot. * *JerMichael é tar anthí loi hóiyéde hota-battarar mesáil ciíyar goijje.* * **Hoó: Oñnor cómaj or manúic/oñne fúáñi hamgoróde manúic ólor véksin babot sintabáfna gín or juwab dibólla sóbse becí hémayot óiboude** hón kisím or durér hékmot ar meseij ólor maiddóme manúic gonti gurúp loi hóta hoibólla oñnottu fúáñti ham goitte ehón 20 miníth tákibou. Oñnottu monehódde gurúp ot cámil óibólla oñne nize-basí loi fariba. Ehón oñnor alok rum ot cámil óit fariba. Añára oñnore 20 minít or bútore boro gurúp ot firí loi áinnoum. Zodi éçe cúde 1 zon córik óiya óla zehonó alok rum tákile, oñnore añára Beci-salsolon or alok rum ot córai diyoum. * Véksin babot cómaji membor ólloi hóta-battara hobíccótt hónnane bálagori hás goribou ar hónnane no goribou íyan babote oñnottu báfna áit fare. Oñnor cómaj ot maze hóndorónor taalimi hékmot ól beetor hás goribou íyan babot o oñne hóta hóit faro - mesál, cómaji liídhar e maalumat, waákcóp ciíyargora, medhikel mahér ólloi maalumati secén ókkol, wagaira. * *Zodi honó gurúp ot cúde 1 zon cámil óiya tákile, sóulot goridoiya óle gurúp íbat cámil oibou.* * *Gurúp ólot 20 minít ólla forók ói zo.* * *Córik óiya ólore boro gurúp ot firí loi áno. Hotá-battara iín ólla zehonó hémayoti nosiyót ba amól ókkol ciíyar goribólla córik óiya ólore aros goró.* * *Véksin maroon óilde ekkán nizor zati fáisela. Fáiselgora zindhílla óibou ouk, yóñt añára eksáte así. Éi mockilat or thaim ibat cómaj ore taalim ar sapouth goribólla hamgori zoodde étolla añra oñnorare cúkuriya janair.* | Cómaji Sintabáfnare Juwab Diya  *Gura Gurúp ókkol* |
| 5 miníth |  | * Hoó: Aijja estemal gózzide sóbókor plan ór ék kopí ar sláidh ókkol ore fótti ekzon ólla añára entezam goríyoum. * Zehón añára gúsai felír, meerbanigori súwal iínot kessú asór áibólla ekkánagori thaim diyó. Zodi oñne saile, oñne nizorla kúla mone kessú núth leki zait faro. Oñnottu 5 miníth thaim táikibou. * *Úçi áiyedde iín Céth ot ciíyar goró.*   + **Maaluamt iín ore oñnor cómaj or bútore hóndhílla gori ciíyar goriba, íyan ólla oñnor plan ki? Oñnottu loot faito mone hódde haás manúic ókkol yáto oñnottu góitto mone hódde taalimi ívent ókkol or babot báfo.** * *Zodi thaim táile, repouth goribólla 2-3 nwa maincóre aros goijjó.* * Oñnora aijja eksáte córik oiyode etólla cúkuriya zanair! | Forer Tobka  *Zonfoti Ham* |

**KOVÍDH19 Hótora**

**Biaram**

* 10: Lota biaraimma manúic ókkol zindhílla miçábiaram yáto féccar biaram ola ólottu zodi KOVÍDH19 váires fai táke tará aró kothín biaram ór \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ hótorat ase.
* a. Hótorat nai
* b. Aró hóm hótorat
* **c. Aró becí**
* Maalumat: Kothín kolób or ocúida, kidhnír lota biaram, kensar, rokto hóm biaram, Thaip 2 miçábiaram, féccar biaram, bortoman ba ager cúñça thanoiya, ar gaar biaram óre fáith goréde nezám komzuri obosta, iín beggín e zehoníkkar KOVÍDH19 ór biaram óre aró konthin haálot ot fooñsaibar cómbobona beci. [Fura liís soó](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html).
* 20: Zodi oñnottu ekbar KOVÍDH19 biaram ói tákile, oñnottu ar íyan noibou.
  + A. Sóiyi
  + **B. Misá** Maalumat: [Bortoman or sóbut](https://www.nih.gov/news-events/nih-research-matters/lasting-immunity-found-after-recovery-covid-19) é íyan icára gorédde fooila KOVÍDH19 biaram oiyóre 6-8 mac or bútore abar biaram oon gair mamuli cíz. Kintu, héfazoti íyan hotódin tákibou, ekbar óttu becí KOVÍDH biaram oón cómbobne íyan mahér óle fakka gori no zane. Zará véksin nó mare ítaráttu abar biaram óibar cómbobona becí táke.
* 30: KOVÍDH19 biaram or alamot ókkol boot háfta hattáke boot mac foijjonto táki zait fare.
  + **A. Sóiyi**
  + B. Misá
  + Maalumat: [Lamba KOVÍDH](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/index.html) ot biaram or alamot ókkol ór ekkán ciímana asé ziín fooila KOVÍDH biaram oon or fore boot háfta yáto boot mac foijjonto táki zait fare. Biaram or alamot ókkol ot cámil ase komzuri, demak ot kúwa, kúcbo no fa, mezaj tobdili, ar áñdhdhir zura yáto doilla gússo hóñrani.
* 40: Ekgúilla klún enthibódhi ókkol ore KOVÍDH19 or elaj hísafe faa zait fare zará KOVÍDH19 teés pozéthív óiyede ar:
  + A. Zarár boc 12 bosór or uore ar 88lbs uore uzón
  + B. Zaráttu ase maamuli ba mazíla KOVÍDH or biaram or alamot ókkol
  + C. Zará COVÍDH loi hóspithal uçá foriyóre becí hotórat asé bouli mone hoór
  + **D. Uoror beggín**
  + Maalumat: [Ekgúilla klun enthibódhi elaj ókkol](https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le3897.pdf) é añárar jisím or biaram loi fáith goréde nezam óre nokol goriyóre KOVÍDH19 biaram óde váires loi mukabela gore. KOVÍDH teés pozéthiv óiyéde maincólla estemal or foréyo, boc 12 oite aró beci boc óla manúic zara biaram or háñse háfazot sára giye yáto biaram or háñse héfazot sára oibar beci hótorat ase (mesál hísafe góno bocoti) ar véksin no mare yáto ordék maijje YÁTO zara fura véksin mariléyo jisim or biaram loi fáith goréde nezam or komzuri biaram yáto nezam íyanore dabi rákede dabai hádde etólla nezam íyan mozbut noóde maincóre o ekguilla klun enthibódhi estemal gorit faribou.

**Véksin ókkol Kibáfe Hasgore**

* 10: KOVÍDH19 véksin ót cámil ase:
  + A. Váires
  + B. Cuwor or gusso ar iínor poidawar
  + C. Maikrocíp
  + D. A, B & C
  + **E. Uoror ekkán o noi**
  + Maalumat: Véksin ot cuwor or gusso, januwar or poidawar, maikrocíp, feçor baiccar gussor seél yáto ziñyata váires ókkol nai. Iín ottu KOVÍDH19 noibou yáto oñnor DNA re no bodolibou.
    - * 20: Fura véksin maijja oibolla cúde ek cóth mara foréde márha(brand) hónnwa?
        + **A. J & J**
        + B. Pfizer
        + C. Moderna
        + Maalumat: [J&J](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you) cúde ek dhous or zorurot óde. Pfizer/Comirnaty ar Moderna óilde fooilar dhous marar 3 yáto 4 háfta oite 6 háfta fore dusára dhous mara fore.
* 30 : Boot dhoilla bodhoilla váres or zat ókkol foida oón nan KOVÍDH19 váires ólla gair maamuli cíz.
  + A. Sóiyi
    - * **B. Misá**
      * Maalumat: Surum bodolar maiddóme váires ókkol musolsol tobdil uwat ase. Taitai noiya [váires or zat ókkol](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/variant.html) áiyoon or fore áñzi zagoi. Oinno cómot, noiya váires or zat ókkol táki zagoi. Noiya váires or zat poida úware homaibólla sóbse beetor torika óilde biaram faráre homa, zere cámil ase véksin mari féla.
* 40: Oinno véksin ólor dhoilla, KOVÍDH19 véksin é añára jisím ore KOVÍDH19 biaram óde váires ore kibáfe\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ar \_\_\_\_\_\_\_\_\_ foribou íyan cíkaide.
  + a. toiyargorá/borogoraá
  + b. siníloibo/izafágora
  + **c. siníloibo/mukabelgora**
  + Maalumat: [Véksin óle oñnor jisím ore](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you) dekíte KOVÍDH19 váires ot aséde prothín or dhoilla úggwa hótora nogoréde prothín banaibólla cíka. Oñnor jisím e prothiín ore juwab diyore biaram loi laraigoréde cells (seél) ar antibodies (enthibódhi) ókkol toiyar gore ziíne COVÍDH19 váires ore siniyóre fáith gore.

**Toiyargora**

* 10 : Johnson & Johnson véksin or buniyad óilde \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ór buniyadi véksin ólor uore doc-kuri bosóror tahákik.
* **A. adenovirus**
* B. mRNA
* C. dubarpoidagora
* Maalumat: J&J véksin or buniyad óilde adenovirus or tahákik or uore, kintu Pfizer/Comirnaty ar Moderna véksin ólor buniyad óilde mRNA er[tahákik or uore](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you).
* 20: KOVÍDH19 véksin ólor héfazoti teés ar jasai goribar tobka beggín ore amól goragiyé, ar honó tobka re batdiya nó za.
* **A. Sóiyi**
* B. Misá
* Maalumat: Agor tahákik, hokumot or faándh diya, ar cómaj ot beca-becí KOVÍDH19 oón é véksin ókkol toraturi toiyar ói áibolla cómbob óiye. Zehón véksin ókkol cúrur (klíníkel) teés ókkol faráigiye, iín ore ejazot dibólla Hána & Dabai Entezami Tonzim (FDA) er háñse fóñsaiye. Toiyarit maze [honó kutaiyi nó rake,](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/vaccine-safety-and-development) héfazoti nozor sani, yáto véksin ólore ejazot dibar karwayi.
* 30: Éçe cúrur (klíníkel) teés iín ot cámil óibólla \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ore cámil góitto húñciyari céctha áccil .
* **A. Dhoilla bodhoilla rong or manúic**
* **B.** Córkari hamdoiya ókkol
* C. Sehét dekbal hamgoroiya ókkol
* Maalumat: Pfizer/Comirnaty, Moderna ar J&J véksin ókkol olla, [Amerikat maze teés ot cámil óiyéde manúic ólot](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/diversity-vaccine-studies) tokoriban tin bak or ek bak (1/3) manúic óilde dhoilla bodhoilla rong or manúic.
* 40: FDA é fótti véksin ore estemal goribólla diyéde cíz íyan ore \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ bouli hoó.
* A. Tarahúragori Ejazotnama
* B. Munaséf Estemal or Ejazotnama
* **C. Zoruri Obostát Estemal or Ejazotnama**
* Maalumat: Boc 16 óite aró boc óla manúic ólolla FDA tonzim or torfóttu ehón [Pfizer/Comirnaty](https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-approves-first-covid-19-vaccine) re furafuri ejazotnama diye. Boc 12 óíte 15 bosór or nojuwan ókkol ólla Zoruri Estemal or Ejazot ar jisím or biaram loi fáith goréde nezam or komzuri óla munúic ólolla tesára (3 nombór) dhous ór bebosta ase.

**Oñne Hóñtte Véksin Mariba**

* 10 : Oñne KOVÍDH19 biaram ór haálot ot KOVÍDH19 véksin mari fariba.
* a. Sóiyi
* **b. Misá**
* Maalumat: Zodi oñnottu KOVÍDH óile, oñne biaram óttu bala oi zafán entezar gora foribou ar véksin maribar age alók raibar zorurot noibou. Oñne KOVÍDH19 loi hospithal ot dabai gorar haálotot véksin mari no fariba. Zodi oñne zana KOVÍDH19 or háñse giyóde étolla kuwaranthín ot óile, véksin mariba age kuwaranthín fúra foijjonto entezar goroon sa.
* 20 : Hámel yáto fuware dút hábadde beçiyaindóre, oñnottu véksin no maroon sa.
* a. Sóiyi
* **b. Misá**
* Maalumat: CDC tonzim é fakkagori [cuwaric goijjéde hámel ola beçiyainde véksin mari faribou](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/pregnancy-and-breastfeeding-and-covid-19-vaccine). Bortomane indhílla honó sóbut nai de zeçe KOVÍDH19 cóho zehonó véksin óle beçain yáto beçiyaindore fuwar zormo diyar ocúida (hámel oon ot ocúida) goijje. Zehonó súwal ba sínta tákile tarár sehét entezam goroiyar loi mocuwara goribólla añára maincóre hímmot dir.
* 30: Ehónot, boc 12 bosór or nise fuwaindólla honó véksin nai.
* **a. Sóiyi**
* b. Misá
* Maalumat: Zehon hóno múddot fakka nai, OHA é boc 5 oite 11 bosór fuwaindólla Okthubor ot ar boc 6 mac oite 4 bosór ólla Nowambor ba Disambor ot FDA ar CDCír KOVÍDH véksin ór zoruri obostat estemal or ejazotnama (EUA) faibar plan gorér.
* 40: Zehonokiya sáile véksin or busthar dhous mari faribou.
  + A. Sóiyi
  + **B. Misá**
  + Maalumat: [Pfizer véksin or busthar dhous](https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le3898B.pdf) ore dusára dhous marar sói mac fore maribólla cúwaric goijje zara Pfizer véksin maijje ar óit fare (a) boc 65 ar aró becí, (b) dekbal hánat lamba-nezam loi táker, (c) boc 18 bosór or uore ar sehéti ocuida ókkol ase, (d) boc 50 oite 64 bosór ar cómaji be insáfir harone hótora baribou, yáto (e) tarár hamhoros (macthor, bazomal or esthour ot ham goroiya, sehét dekbal ham goroiya, wagaira) or harone hótora bariboude indhílla manúic ókkol. Busthar dhous or epuainmén loibólla meerbanigori oñnor sehét dekbal entezam goroiya, fármesi loi konthék goijjo yáto 2-1-1 ot koól diyó.

**Véksin Marar Fore**

* + - * 10: Véksin marar fore ói tákede aám biaram or alamot ókkol ki ki?

1. Háñçani ar áñiccani
2. Nak óttu fáni zora
3. Gaat doród ar bolfora

Maalumat: Véksin marar fore [manúic ólottu](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/you-were-vaccinated-covid-19-what-now) véksin maijjéde zagat dorót óit fare yáto ból forit fare. Háñca, áñiccani, ar nak óttu fáni zora ókkol óilde KOVÍDH19 biaram or aám biram or alamot ókkol.

* 20 : Véksin marar fore oñnore ki goribólla aros gorít fare?

1. Fani beci háiyo
2. **Véksin marar fore 15 min entezar goriyó**
3. 10 min worjis goijjó

Maalumat: Véksin marar fore 15 miníth [saásita gorar thaim](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/you-were-vaccinated-covid-19-what-now) ót medhikél estháff óle oñnottu honó elarjir uldha asór nóde íyan etminan óit faribou.

* 30: Véksin maijja yáto nó maijja, fótti ekzon ottu céctha goroon sa:

1. Din or thaim ot bútore táka
2. hát ókkol dúwa, maásk fíñda, ar jisími dúre táka
3. ababiaram fúrai giyoide etólla cóbabik solafíra gorít fara

Maalumat: [Delta váires or zat](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/delta-variant.html) óilde toratori faráizagoi. Kessú dhetha olor duwara íyan o buza zádde Delta váires or zat or harone véksin nó maréde manúic ólottu becí kothín biaram óit fare. Fura-furi véksin mariféillede manúic ólottu Delta váires or zate honó harone biaram óileyó oinno zon or háñse váires farait fare, kintu véksin no maréde maincóttuware kessú hom thaim ólla oibou [Váires fólizare rúkibar torika ókkol ót](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/delta-variant.html) cámil ase maásk fíñda, jisími dúre táka, hát ókkol duwa, ar véksin mara.

* + - * 40: Zodi oñne véksin marifélile, oñnottu KOVÍDH19 biaram óibar mouka no tákibou.
        + A. Sóiyi
        + **B. Misá**
        + Maalumat: [Ocóbabik keis ókkol](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/effectiveness/why-measure-effectiveness/breakthrough-cases.html) góthit fare zehón véksin maijja manúic ókkol ottu KOVÍDH19 biaram óibou. Kothín biaram, hospithal túla fore ar foran zar dhoilla maamela óluttu rukibólla véksin ókkol becí hazór óileyó kintu honó véksin 100% asór no góre.

**Teésgora & Kuwaranthin**

* 10: Bortomane KOVÍDH19 biaram óiyéne saibólla niser teés ólottu hónnin goroon sa?
  + A. Enthibódhi teés
  + B. Leb ot biaram teés
  + C. Górot nize-baze teés
  + **D. B & C**
  + Maalumat: [Leb ot biaram teés óle](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html) oñnottu ehón KOVÍDH19 biaram aséne ar alók táka yáto kuwaranthín táka zorurot aséne íyan zanít deháibou. Górot [nize-baze teésgorar saáman](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html) BinaxNOW óilde biaram or teés ókkol. Enthibódhi teés óle oñnor jisím or biaram loi fáith goréde nezam óttu KOVÍDH19 biaram óde váires ór mukabela goribólla toiyar óde enthibódhi ókkol ore tuwai táke. Oñnottu KOVÍDH19 biaram tákar obostat leb ot biaram tuwaibólla enthibódhi teés goroon no sa.
* 20 : Zodi oñne véksin mari féilaiyóre ham ot/dormor górot/fémili membór, wagairat maze KOVÍDH19 biaram or háñse héfazot sára giyóde óile oñnottu ki goroon sa?
  + A. Biaram or háñse héfazot sára zar 3-5 din fore teés goijjó
  + B. Gorót tákiyo, zodiyó oñnottu biaram or alamot ókkol no tákileyó
  + C. Oñne biaram or háñse héfazot sára zon or fore, bildíng ór bútore manúic aséde zagat 14 din foijjonto yáto oñnor teés notiza negéthív fa foijjonto maásk fíñdiyo.
  + **D. A & C**
  + Maalumat: Zodi oñne véksin nó maro ar KOVÍDH19 biaram or háñse háfazot sára giyóde óile, oñnottu KOVÍDH19 biaram óla manúic loi ahéribar dola óiyóde íyanto 14 din foijjonto górot [kuwaranthín](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-long-should-you-quarantine) tákiyóre ói áitfarede zehonó biaram or alamot ókkol ore negerani goroon sa. Zodi cómbob óile, oñnor fúañti tákede maincóttu dure tákiyo, haásgori zodi ítara KOVÍDH19 biaram óttu becí kothin biaram óiboude íyan or becí hótorat tákile. Oñne ahéribar biaram or háñse héfazot sára zar 5 din fore teés gorit fariba.
* 30: Zodi oñne véksin maijja ar KOVÍDH19 teés notiza pozéthiv óile, oñnottu górot alók táka zoruri oibou zodiyó oñnottu honó biaram or alamot ókkol no tákileyó.
  + **A. Sóiyi**
  + B. Misá
  + Maalumat: Oñnottu biaram or alamot ókkol tákok yá no tákok íyan forbasára, zodi oñne véksin maijja ar KOVÍDH19 teés pozéthiv óile, oñnottu górot maze 10 din foijjonto [nize-baze alok](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-long-should-you-quarantine) tákoon sa. Zara véksin nó mare, ítarattu biaram or alamot déha giyéde édin yáto KOVÍDH19 teés pozéthiv óiyéde édin óite 10 din foijjonto alok tákoon sa.
* 40: Zodi oñnor fuwár nak óttu fáni zorér ar háñcerde óile oñnottu ki goroon sa?
  + A. Fuware górot rákiyo zodi goto 14 din or bútore fuwa gwa KOVÍDH19 biram óla zehonikkar háñse giyéde óile ar dhakthori negarani goraiyó ar/yáto teés goraiyo
  + B. Fuware górot rákiyo zodi goto 14 din or bútore fuwa gwa KOVÍDH19 biram óla zehoníkkar háñse giyéde nóile ar teés goráiyo. Zodi ítarar teés negéthiv áile, itaráttu biaram or alamot ókkol tákigileyó eskul ot zai faribou.
  + C. Zodi ítarar teés pozéthiv áile, biaram or alamot cúru owar fore 10 din foijjonto ar biaram or alamot ókkol bala óiyóre dabai sára 24 ghónda gaatzor nó táka foijjonto ítarare górot alók rakoon sa.
  + **D. A & C**
  + Maalumat: Zodi fuwagwa goto 14 din or bútore KOVÍDH19 biaram óla honíkkar háñse nó záde óile: eskul ot no zai [górot tákiyóre](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-long-should-you-quarantine) teés goraiyó
    - Zodi negéthiv óile: biaram or alamot ókkol bala óiyóre dabai sára 24 góndha foijjonto gaatzor no tákile eskul ot firí zaiyo
    - Zodi pozéthiv óile: biaram or alamot ókkol cúru owar fore 10 din foijjonto górot alók rakoon sa ar biaram or alamot ókkol baála óiyóre dabai sára 24 góndha foijjonto gaatzor no táile
  + Goto 14 din or bútore zodi fuwagwa KOVÍDH-19 biaram óla honíkkar háñse giyéde óile
    - Lagataar górot tákiyó: dhakthori negarani saiyo ar/yáto teés goraiyó
  + Zodi oñnottu dhakthor yáto kiliník no táile, 2-1-1 yáto Multnomah County Primary Care Clinics (Multnomah Kounthi Buniyadi Dekbal Kiliník) loi 503-988-5558 ot kool diyó
  + [Aró maalumat](https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Documents/COVID-19%20Exclusion%20Summary%20Chart.pdf)