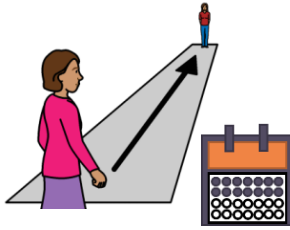


خود ایزوله کردن و کوروناوایرس (کووید 19)

خود ایزوله کردن چیست؟

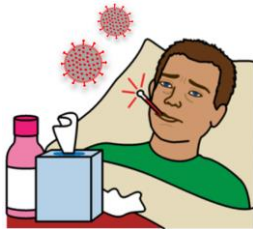


خود ایزوله کردن راهی برای جلوگیری از شیوع کووید 19 است. یعنی باید از افرادی که با آنها زندگی نمی کنید، برای 14 روز دور باشید. شما می توانید در خانه یا یک اتاق در هتل بمانید.

چه کسی به خود ایزوله کردن ضرورت دارد؟



هرکسی که پس از 15 مارچ 2020 از خارج از کشور به استرالیا می آید

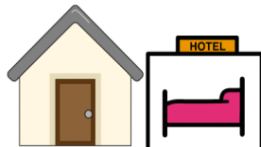


هرکسی که کووید 19 داشته باشد
هرکسی که با کسی زندگی می کند که کووید 19 دارد
هرکسی که با کسی که کووید 19 دارد تماس نزدیک داشته باشد.
"تماس نزدیک" به معنای خیلی نزدیک بودن با شخص برای 15 دقیقه یا بیشتر است.

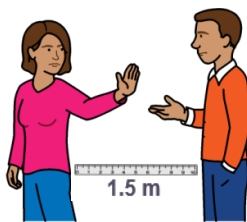


اگر خودتان را ایزوله نکنید، ممکن است جریمه شوید.

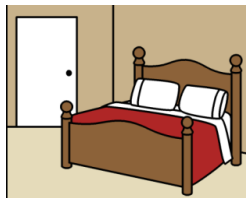
چطور خودتان را ایزوله کنید؟



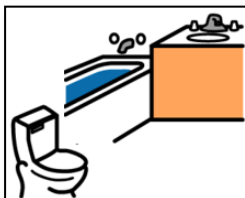
خانه یا اتاق هتل خود را ترک نکنید مگر اینکه به داکتر یا شفاخانه بروید.



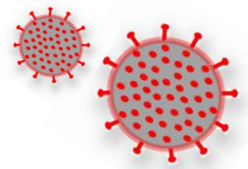
حداقل 1.5 متر از هر کسی که با او زندگی می کنید فاصله بگیرید.



در صورت امکان از یک اتاق خواب جداگانه استفاده کنید



در صورت امکان، از تشناب جداگانه استفاده کنید



خود ایزوله کردن و کوروناوایرس (کووید 19)



برای پاک کردن سطحی که لمس کرده اید باید از مواد ضد عفونی کننده استفاده کنید.
"ضد عفونی کننده" یک مایع پاک کننده است که میکروب ها را از بین می برد.

بازدید کننده نداشته باشید

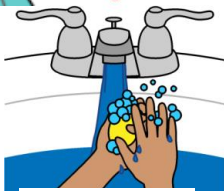


اگر کووید 19 دارید، باید ماسک صورت خود را بپوشید وقتی که

- در یک اتاق با افراد دیگر هستید

- به داکتر یا شفاخانه مراجعه می کنید

در صورتی که با کسی که کووید 19 دارد زندگی می کنید، ضرورتی به پوشیدن ماسک صورت ندارید، مگر اینکه احساس ناخوری کنید



همه در خانه باید به شستن دست خود ادامه دهند



همه باید 14 روز در خانه بمانند. می توانید به حوالی خود بروید



اگر به خوراک یا چیزهای دیگر ضرورت دارید، از دوستان و خانواده ای که با آنها زندگی نمی کنید آنها را بخواهید. اگر نمی توانید برای گرفتن این چیزها کمک بگیرید با شماره 1800 675 398

تماس بگیرید.

در صورت ضرورت به ترجمان  با شماره 131 450 تماس بگیرید.

آیا هیچ سوالی دارید؟

با شماره 131 450



در هر زمانی با شماره 1800 020 080 تماس بگیرید. در صورت ضرورت به ترجمان تماس بگیرید.