

نصائح حول كوفيد-19

اغسلوا أيديكم بانتظام

اغسلوا أيديكم بالصابون أو المعقم قبل وبعد القيام بما يلي:

- لمس وجهكم
- نزع الكمامة
- الدخول أو الخروج من أي مبنى أو متجر وعند استخدام المصاعد



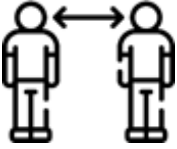
ارتدوا الكمامة عند الاقتضاء

- تأكدوا من أنها تغطي أنفكم وفمكم
- تساعد الكمامات في منع انتشار العدوى كما تساعد على حمايتكم وحماية عائلتكم



اتركوا مسافة آمنة بينكم وبين الآخرين

- ابتعدوا عن الأشخاص الذين لا يعيشون معهم بمسافة 1.5 متر
- ابتعدوا عن الآخرين بمسافة 1.5 متر عندما تكونوا في المتاجر أو الأماكن المزدحمة أو المتنزهات أو أماكن العمل



يساعد إجراء الفحص على تتبع انتشار الفيروس ويقلل من المخاطر

يُرجى إجراء الفحص إذا:

- عانيتم من أي أعراض للمرض وابقوا في المنزل حتى الحصول على نتائج فحصكم
- قد تشمل أعراض كوفيد-19 ما يلي:



فقدان حاسة
الشم أو التذوق



ضيق في
التنفس



القشعريرة



السعال



ألم في الحلق



سيلان الأنف



الحمى

يُرجى إجراء الفحص إذا:

- كنتم على اتصال وثيق بشخص مُصاب بكوفيد-19 في الأيام الـ 14 الماضية
- قمتم بزيارة إحدى مواقع التعرض الحالية للفيروس، حتى لو لم تعانوا من أي أعراض
- يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني التالي لمعرفة مواقع التعرض الحالية للفيروس:

www.coronavirus.vic.gov.au/exposure-sites

- يمكنكم معرفة مواقع إجراء الفحص عبر الموقع الإلكتروني

www.coronavirus.vic.gov.au/where-get-tested-covid-19



سجّلوا دخولكم دائماً عبر استخدام تطبيق QR Code من هاتفكم

- نزلوا تطبيق Service Victoria app

www.service.vic.gov.au/check-in

- استخدموا هذا التطبيق لمسح رمز الاستجابة السريعة QR code عند الدخول إلى المتاجر أو المباني أو أماكن العمل.



لقاح كوفيد-19

إن لقاحات كوفيد-19 مهمة لكم ولعائلاتكم ولمجتمعكم.

- لقاحات كوفيد-19 فعّالة للغاية وهي تساعد في منع إصابة الأشخاص بكوفيد-19
- يمنع اللقاح انتقال المرض ويُبطئ انتشاره.



قد تساعدنا لقاحات كوفيد-19 في القيام بالأشياء التي نستمتع بها مجدداً

- قضاء وقت مميّز مع أصدقائنا وعائلاتنا
- العمل في ظل قيود أقل
- التحرك بحريّة
- نحن بحاجة إلى اللقاح من أجل إنهاء هذا الوباء وتقليل عدد الحالات المُصابة بالفيروس ومنع تحوُّله.



وافقت TGA على اللقاحات المتوفرة في أستراليا ضد كوفيد-19
(TGA: إدارة السلع العلاجية)

- وجدت إدارة السلع العلاجية أن اللقاحات آمنة وفعّالة بعد إجراء اختبارات صارمة
- لا تحتوي لقاحات كوفيد-19 على فيروس كوفيد-19
- يتوفر اللقاح الآمن ضد كوفيد-19 إذا كنت حاملاً أو إذا كنت تُرضعين.



يتم إعطاء لقاح كوفيد-19 للمجتمع بأسره على مراحل

- وذلك من أجل مساعدة الضعفاء وإعطائهم الأولوية
- اللقاح مجاني لكل من يعيش في أستراليا. لا تحتاجون إلى بطاقة مديكير.
- لمعرفة ما إذا كان بإمكانكم الحصول على اللقاح الآن، زوروا الموقع الإلكتروني

www.health.gov.au/resources/apps-and-tools/covid-19-vaccine-eligibility-checker



حجز موعد لكم لأخذ اللقاح

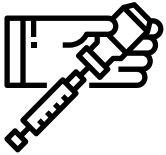
- يمكنكم الاتصال على الرقم 1800 675 398 والضغط على الرقم '0' (صفر) إذا كنتم بحاجة إلى مترجم شفهي
- الحجز عبر الإنترنت

<https://portal.cvms.vic.gov.au>

www.coronavirus.vic.gov.au/book-your-vaccine-appointment

الآثار الجانبية المُحتملة

- قد تنجم بعض الآثار الجانبية عن لقاح كوفيد-19. وهي عادة ما تكون خفيفة، وتستمر لمدة يوم أو يومين فقط
- الآثار الجانبية الشائعة هي ألم أو احمرار أو حكة في الذراع أو قشعريرة خفيفة أو صداع أو آلام في المفاصل أو تعب
- الآثار الجانبية الخطيرة نادرة. التمسوا الرعاية الطبية إذا شعرتُم بالمرض بعد الحصول على اللقاح
- إن المخاطر المنخفضة للغاية من حدوث آثار جانبية خطيرة للقاح تتجاوز إلى حد كبير مخاطر الإصابة الشديدة أو الوفاة بعد الإصابة بفيروس كوفيد-19.



تأكدوا دائماً من الحصول على معلومات صحيحة

- سيساعدكم ذلك على اتخاذ القرار الصحيح. راجعوا دائماً مصادر موثوق بها للمعلومات والحقائق

www.who.int/

www.health.gov.au

www.coronavirus.vic.gov.au

المعلومات المفصلة هنا مستمدة من الوثائق العامة لدائرة الصحة و Vic Health

لطلب نسخة من هذه المعلومات بلغتكم، يُرجى الاتصال بـ

بلدية كايسي 9705 5200 بلدية داندينونج الكبرى 8571 1000 بلدية كاردينيا شاير 1300 787 624