

কোভিড-১৯ (করোনা ভাইরাস) কাকে ফোন করতে হবে



প্রশ্নমালা এবং সহায়তা

- স্বাস্থ্য অথবা লক্ষণ সম্পর্কিত প্রশ্নের জন্য **১৮০০ ০২০ ০৮০** নাম্বারে (২৪/৭) ফোন করুন।
- স্বাস্থ্য সম্পর্কিত নয় এমন সব প্রশ্নের জন্য **১৩ ৭৭ ৮৮** নাম্বারে (২৪/৭) ফোন করুন।
- মানসিক সুস্বাস্থ্য রক্ষায় সহায়তার জন্য **১৮০০ ৫১২ ৩৪৮** (২৪/৭) নাম্বারে ফোন করুন।
- লক্ষণগুলো সম্পর্কে জানতে www.healthdirect.gov.au এ দেখুন।
- কোভিড-১৯ সম্পর্কিত অন্যান্য তথ্যাবলী জানতে হলে www.nsw.gov.au/covid-19 এ দেখুন।

ট্রিপল জিরো

ট্রিপল জিরো (০০০) নাম্বারটি জরুরী প্রয়োজনে যেমন শ্বাস কষ্ট বা বিশ্রামের সময় নিশ্বাস নিতে অসুবিধা হলে ব্যবহারের জন্য **সংগ্রহে রাখুন।**

দোভাষী সেবা

বিনামূল্যে আপনার ভাষায় সহায়তার জন্য **১৩ ১৪ ৫০** নাম্বারে ফোন করুন।

আপনার যদি নিম্নলিখিত লক্ষণগুলো দেখা দেয়

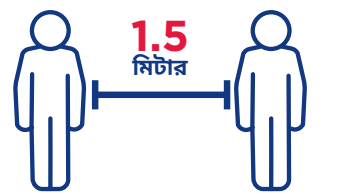


- **সাথে সাথে পরীক্ষা করুন এবং নেগেটিভ রেজাল্ট পাওয়ার পূর্ব পর্যন্ত স্বেচ্ছা নির্বাসনে থাকুন।** আপনার পারিবারিক ডাক্তারকে কল করুন অথবা পাবলিক কোভিড-১৯ ক্লিনিকে যান: www.nsw.gov.au/covid-19
- আপনার নিজের গাড়ী ব্যবহার করুন অথবা আপনার পরিবারের কেউ বা ঘনিষ্ঠ কেউ আপনার গাড়ীটি ড্রাইভ করবে। **গনপরিবহন, টেক্সি বা রাইড শেয়ার সার্ভিস ব্যবহার করবেন না।**
- **সার্জিকেল মাস্ক ব্যবহার করুন।** যদি আপনার কাছে না থেকে থাকে, আপনি ডাক্তারের কাছে উপস্থিত হওয়ার সাথে সাথে একটা মাস্ক চেয়ে নিন।

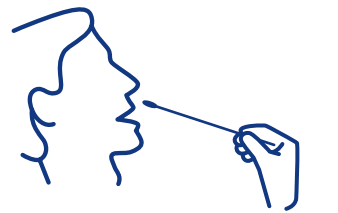
আপনি নিজকে এবং অন্যকে রক্ষা করুন



**ভাল পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা
থাকার অনুশীলন করুন**



**সামাজিক দূরত্ব
মেনে চলার অভ্যাস করুন**



পরীক্ষা করুন

