

کوید-۱۹ (ویروس کرونا) با کدام نفر تماس بگیرم



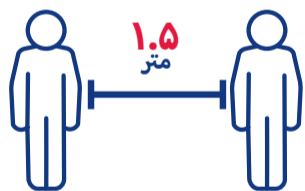
سؤالات و کومک‌ها

- به نمبر ۰۸۰ ۰۲۰ ۱۸۰۰ (۲۴ ساعت و هر روز هفته ۷/۲۴) برای سؤالات صحتی یا پرسان در مورد علائم بیماری تلفون کنید.
- به نمبر ۸۸ ۷۷ ۱۳ (۷/۲۴) برای پرسان سؤالات غیر صحتی تلفون کنید
- به نمبر ۳۴۸ ۵۱۲ ۱۸۰۰ (۷/۲۴) برای کومک در صحت روانی تلفون کنید
- برای بررسی علائم از این وب سایت دیدن کنید. www.healthdirect.gov.au
- به این سایت www.nsw.gov.au/covid-19 برای معلومات مربوط به کوید-۱۹- مراجعه کنید.

از خود و افراد دیگر محافظت کنید.



بهداشت و نظافت
خوب را تمرین کنید.



فاصله اجتماعی را
تمرین کنید



در خانه بمانید
اگر میتوانید

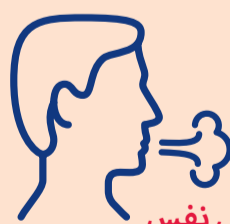
سه صفر

تلفون به **سه صفر (۰۰۰)** را فقط برای مواقع عاجل مانند وقتی که در نفس کشیدن مشکل دارید یا دچار قلت نفس هستید، استفاده کنید.

خدمات ترجمانی

برای کومک مجانی به لسان خودتان به نمبر ۱۳ ۱۴ ۵۰ تلفون کنید.

اگر شما کدام علائمی دارید



قلت و کمی نفس



گلو درد



سرفه کردن



تب

- اول خود را جدا کنید به داکتر خود تلفون کنید یا از وب سایت کلینیک کوید-۱۹- استفاده کنید: www.nsw.gov.au/covid-19

- با موتر خود سفر کنید یا با موتر خصوصی که یک نفر از اقوام یا از نزدیکان شما آنرا میراند، سفر کنید. از وسایل موتوری عمومی، تاکسی یا خدمات موتوری مشترک استفاده نکنید.
- ماسک عملیات جراحی به صورت خود بزنید. اگر در دسترس نیست، عاجلا وقتی رسیدید آنرا تقاضا کنید.