

# រក្សាឱ្យមនុស្សគ្រប់រូបមានសុវត្ថិភាព៖ ការរក្សាគម្លាតរាងកាយពីគ្នា

## ជួយបញ្ឈប់ការឆ្លងរាលដាលនៃ COVID-19 រវាងមនុស្ស និងមនុស្ស



នៅឆ្ងាយពីគ្នា 1.5 ម៉ែត្រ  
ឬ 2 ជំហានធំឆ្ងាយពីគ្នា  
ពីមនុស្សដទៃទៀត។



ធ្វើតាមបទបញ្ញត្តិរបស់រដ្ឋ  
NSW សម្រាប់ការប្រមូលផ្តុំ  
(ជាបុគ្គល និងអាជីវកម្ម)។



ដាក់កម្រិតការទៅលេងគ្រួសារ  
ឬមិត្តភក្តិ។ និយាយជាមួយ  
ពួកគេតាមទូរសព្ទ  
ឬតាមអ៊ីនធឺណិត ជំនួសវិញ។



ការហាត់ប្រាណនៅខាងក្រៅ  
មិនមានបញ្ហាអ្វីទេ  
ប៉ុន្តែត្រូវនៅឆ្ងាយពីគ្នា 1.5  
ម៉ែត្រ ពីមនុស្សដទៃទៀត។



កុំចាប់ដៃ អោប  
ឬចើបមនុស្សផ្សេងទៀត។



ត្រូវធ្វើតេស្ត ប្រសិនបើអ្នកមាន  
រោគសញ្ញាណាមួយ។  
ដាក់ខ្លួនឯងឱ្យនៅដោយឡែក  
ពីគេវិញដល់អ្នកទទួលបាន  
លទ្ធផលធ្វើតេស្តរបស់អ្នក។

### ស្នាក់នៅឱ្យមានសុវត្ថិភាព



សូមលាងដៃរបស់អ្នកជា  
មួយនឹងសាប៊ូរយៈពេល  
យ៉ាងហោចណាស់ 20  
វិនាទី ប្រើប្រាស់វត្ថុលាងដៃ  
អនាម័យ។



សូមក្អក ឬកណ្តាស់ចូល  
ទៅក្នុងកែងដៃរបស់អ្នក  
ឬក្រដាសអនាម័យ។  
បោះចោលក្រដាស  
អនាម័យភ្លាម។

### រោគសញ្ញា COVID-19



គ្រុន



ក្អក



ឈឺបំពង់ក



ដង្ហើមខ្លាំង

### សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម

សូមហៅទូរសព្ទទៅខ្សែទូរសព្ទព័ត៌មានស្តីពីសុខភាពវីរុសកូរ៉ូណាថ្នាក់ជាតិលេខ 1800 020 080 ។  
សម្រាប់អ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់តាមទូរសព្ទដោយឥតគិតថ្លៃ សូមទូរសព្ទទៅលេខ 131 450 និយាយជាភាសាដែលអ្នកត្រូវការ។  
ស្នើសុំអ្នកបកប្រែផ្ទាល់មាត់ដើម្បីភ្ជាប់អ្នកទៅ ខ្សែទូរសព្ទព័ត៌មានស្តីពីសុខភាពវីរុសកូរ៉ូណា។

