



# COVID-19

## שינויים לכללי הבידוד העצמי

אינכם נדרשים לשהות בבידוד-עצמי אם נמצאתם חיוביים ל COVID-19 אך מומלץ שתישארו בבית עד שהתסמינים החמורים יותר (נזלת, כאבי גרון, שיעול וחום גבוה) יעלמו.

אם אתם נדרשים לעזוב את הבית:

- עטו מסכה כאשר אתם נמצאים בתוך מבנים או נוסעים בתחבורה ציבורית
- הימנעו מהתקהלויות רבות משתתפים ומקומות סגורים צפופים
- אל תבקרו אנשים הנמצאים בסיכון של תחלואה קשה, המאושפזים בבית חולים, או שהם דיירים בבית אבות או מתקן לבעלי מוגבלויות למשך לפחות 7 ימים.
- שוחחו עם המעסיק שלכם בנוגע למועד חזרתכם לעבודה.

אם אתם סובלים מתסמינים של הצטננות או שפעת, אנא הישארו בבית והיבדקו. אם אתם זכאים לתרופות אנטיביוטיות מפני COVID-19, חשוב שתיבדקו ברגע שתפתחו תסמינים. הישארו בבית אם אינכם חשים בטוב, אפילו אם תוצאת הבדיקה שלכם COVID-19 שלילית, כדי שלא תדביקו את יקיריכם ואת חברי הקהילה שלכם.

למרות שכבר אין מחויבות לעדכן את הרשויות באם נמצאתם חיוביים לבדיקת האנטיגן המהירה NSW Health מבקש מהציבור לעדכן את Service NSW באם נמצאתם חיוביים כיוון שהרישום עשוי לעזור לכם לקבל סיוע רפואי ושירותי תמיכה אחרים.

אם ענייני בריאות מדאיגים אתכם ואתם זקוקים לתמיכה בשפתכם, התקשרו לשירותי התרגום (TIS) בטלפון 131450 ובקשו את Healthdirect בטלפון 1800 022 222.