

ઓસ્ટ્રેલિયા પાછા ફરેલા લોકોના પરિવારજનો અને મિત્રો માટે માહિતી

COVID-19 (કોરોનાવાઇરસ) માં જુદા રાખવા (ક્વોરન્ટાઇન) કે જાતે અલગ રહેવું

વિદેશથી પાછા ફરેલા પરિવારજનો અને મિત્રોને પ્રથમ ૧૪ દિવસ માટે હોટલમાં રોકાવું જરૂરી છે

સમગ્ર સમુદાયને સુરક્ષિત રાખવા માટે, વિદેશથી ઓસ્ટ્રેલિયા આવેલા તમારા પરિવાર અને મિત્રો એ પ્રથમ ૧૪ દિવસ ક્વોરન્ટાઇનમાં રહેવું પડશે. મોટાભાગના લોકો માટે તે એનએસડબલ્યુની સરકાર દ્વારા આયોજિત હોટલમાં હશે.

ભલે ને તેઓ હાલમાં સ્વસ્થ હોય તો પણ, વિદેશથી પરત આવતા દરેકને આ લાગુ પડે છે. કારણ કે કદાચ તેઓ COVID-19 ધરાવતા કોઈકના સંપર્કમાં આવ્યા હોઈ શકે છે. જો તેમના પરત ફર્યાનાં ૧૪ દિવસમાં તેમને કોઈ લક્ષણો ના જણાય તો તેમને ચેપ લાગ્યો હોવાની શક્યતા ઓછી છે.

આનો ઉદ્દેશ સમુદાયમાં COVID-19નો ફેલાવો ઘટાડવાનો છે અને જે લોકો પાલન ન કરે તેમને ભારે દંડ લાગુ પડશે.

તાલીમ પામેલા કર્મચારીઓ તમારા પ્રિયજનોની સંભાળ રાખશે, અને તે ૧૪ દિવસો શક્ય બને તેટલા આરામદાયક બનાવશે. તેમને સુરક્ષિત રાખવામાં આવશે અને તેમને ખોરાક અને તબીબી સારવાર પૂરી પાડવામાં આવશે.

જે લોકોને હોટલમાં રહેવા માંથી મુક્તિ આપવામાં આવે તેમણે ૧૪ દિવસ ઘરે એકલા રહેવાનું રહેશે

વિદેશથી પરત ફરેલા પરિવારજનો કે મિત્રોને તબીબી કે કરાણામૂલક કારણોસર હોટલમાં રહેવા માંથી મુક્તિ મળી શકે છે. આ વિનંતીઓ જે તે કિસ્સાઓ મુજબ વિચારવામાં આવે છે.

જે લોકોને હોટલમાં રહેવા માંથી મુક્તિ મળે તેમણે ૧૪ દિવસ ઘરે એકલા રહેવું જ પડશે.

ગમે તેટલા સ્વસ્થ હોય તો પણ, ઘરે એકલા રહેવાનું કહેવામાં આવ્યું હોય તે દરેકને આ લાગુ પડે છે. તેમણે ઘરે જ રહેવું જોઈએ.

જ્યારે તમારા પરિવારજનો અને મિત્રોને ઘરે એકલા રહેવાનું કહેવામાં આવ્યું હોય ત્યારે તમારે તેમની મુલાકાત લેવી જોઈએ નહિં.

જો કે તેમના શારીરિક સંપર્કમાં આવ્યા વગર બીજી રીતે તમે તેમને મદદ આપી શકો છો. (દા.ત. ભોજન પહોંચાવવાનું કરવું, ફોન પર વાત કરો અથવા ઓનલાઇન સંપર્કમાં રહો.)

ક્યાં તો ક્વોરન્ટાઇનમાં અથવા ઘરે એકલા રહીને ૧૪ દિવસ પછી તમારા પરિવારજનો અને મિત્રો સુરક્ષિત છે

૧૪ દિવસ જાતે એકલા રહ્યા પછી તમે તમારા પ્રિયજનોને મળી શકો છો, પરંતુ તમારે હાલના એનએસડબલ્યુના શારીરિક અંતર અને મુલાકાતીઓની સંખ્યા મર્યાદાના નિયમોનું પાલન કરવું પડશે.

પરિવારજનો અને મિત્રો સાથે શારીરિક સંપર્ક ન કરવો એ અસામાન્ય બાબત હોય શકે છે - ખાસ કરીને જો તેઓ થોડા સમય માટે દૂર રહ્યા હોય.

તેમ છતાં, COVID-19થી સુરક્ષિત રહેવા માટે તમારે:

- શારીરિક અંતર જાળવવું પડશે- ૧.૫મીટરનું અંતર રાખો
- બીજા સાથે હાથ ન મિલાવવો, ચુંબન ન કરવું કે ભેટવું નહિં
- ઓછામાં ઓછી ૨૦ સેકન્ડ સુધી તમારા હાથ સાબુ અને પાણીથી ધોવા
- જો તમે હાથ ધોઈ શકો તેમ ના હો તો હેન્ડસેનિટાઇઝરનો ઉપયોગ કરો
- તમારા આંખ, નાક અને મોઢાને અડશો નહિં

જો તમને ચિન્હો જણાતા હોય તો COVID-19ની તપાસ કરાવો.

જો તમારી તબિયત સારી ના હોય તો મુલાકાત લેશો નહિં.

જેને પણ, શ્વસનક્રિયાની તકલીફના લક્ષણો (જેવા કે ખાંસી, ગળામાં દુખાવો કે ખરાશ, નાકમાંથી પાણી વહેવું અથવા શ્વાસ લેવામાં તકલીફ) અથવા વગર કારણે તાવ આવતો હોય, તેણે કોરોનાવાઇરસની તપાસ કરાવવી જોઈએ.

તમારા ડૉક્ટરને ફોન કરો અથવા જાહેર COVID-19 દવાખાનાની મુલાકાત લો <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>

એનએસડબલ્યુ આરોગ્ય કેન્દ્રોમાં Medicareની જરૂર નથી.

વધુ માહિતી માટે રાષ્ટ્રીય કોરોનાવાઇરસ આરોગ્ય માહિતી સેવાને 1800 020 080 પર સંપર્ક કરો

નિ:શુલ્ક ફોન દુભાષિયા સેવા માટે TIS National ને 131 450 પર ફોન કરી તમારી ભાષા કહો.

દુભાષિયાને તમને કોરોનાવાઇરસ આરોગ્ય માહિતી સેવા સાથે જોડી આપવા કહો.

