

فيروس كورونا الجديد COVID-19

انتشر هذا الفيروس في معظم دول العالم وتتم الإصابة به بالعدوى من الأشخاص الذين أصيبوا به بالفعل. ولهذا السبب يجب أن نكون حذرين للغاية وأن نبذل قصارى جهدنا لوقف انتشار الفيروس لحماية أنفسنا وعائلاتنا.

هل

- وصلت مؤخرًا إلى أستراليا من الخارج؟
- كنت قريبًا من شخص أُخبر بأن لديه هذا الفيروس.

وهل

- تعاني من الحمى والسعال والتهاب الحلق وألم في الجسم وصعوبة في التنفس وتعب شديد.

إذا كان الجواب بنعم على هذه الأسئلة:

اتصل بخدمة الترجمة عبر الهاتف (TIS) على الرقم 131 450 وأخبرهم باللغة التي تتحدثها. ابق على الهاتف وعندما يتحدث إليك المترجم، أخبره أن عليك الاتصال بخط الصحة العامة على الرقم **1800 671 738** وسيخبرك أحد الأشخاص هنا بما عليك القيام به بعد ذلك. قد تضطر إلى إجراء اختبار خاص للفيروس أو قد يقال لك بأن عليك البقاء داخل منزلك لمدة أسبوعين. إذا تم إخبارك **بالحجر الذاتي** فهذا يعني أن عليك المكوث داخل منزلك وبمعزل عن الآخرين.

- لا يمكنك الذهاب إلى العمل أو المدرسة أو إلى المتاجر للحصول على الطعام - اطلب من شخص تعرفه هاتفياً أن يحضر لك الطعام والأدوية التي تحتاجها ويتركها عند بابك لتستلمها.
- لا تسمح للزوار بدخول منزلك لمدة أسبوعين.
- لا تطبخ لأفراد الأسرة الآخرين أو ترعاهم خلال هذا الوقت.

- في الوقت الحالي إذا كان لديك أصدقاء أو أفراد عائلة سيصلون إلى أستراليا، فسيتمتعون عليهم البقاء داخل منزلهم لمدة أسبوعين. **لا تدخل** إلى منزلهم ولكن يمكنك توصيل الطعام إلى باب المنزل والتحدث معهم عبر الهاتف حتى تنتهي فترة الأسبوعين.

سواء أكنت مصابًا بالفيروس أم لا، من المهم جدًا أن تقوم بالأمر التالية:

- اغسل يديك مرات عديدة بالماء والصابون خاصة قبل لمس الطعام والذهاب إلى المراض وبعدهما. لا تشارك بنفس طبق الطعام مع أفراد الأسرة الآخرين.
- عليك السعال والعطس في مرفقك أو في منديل ورقي. إذا استخدمت منديلًا عليك رميه وغسل يديك.
- نظف طاولات المطبخ والحمام مرات عديدة بالماء الساخن والصابون.
- إذا أعطاك طبيبك قناعًا تأكد من ارتدائه.

لست وحدك فنحن نريد مساعدتك. إذا كنت قلقًا أو خائفًا من أي شيء يرجى الاتصال بنا وسنرى رقمك ونعاود الاتصال بك من خلال مترجم.

جهات الاتصال في مستشفى لانيسيتون الحكومي: سوزان 0409 537 922 وجانيل 0488 645 336

مستشفى هوبارت الملكي: جيني أو جريس 0448 902 042

مركز موارد المهاجرين: للدعم غير المتعلق بالصحة: 6221 0999

قامت بتحضيره سوزان نايبور، أخصائية اجتماعية في مجال صحة اللاجئين، مستشفى لانيسيتون الحكومي، 18 مارس/أذار 2020