

Hakha Chin Hakha Chin

COVID-19 Corona Virus

Hi rungrul cu vawlei cung hmun tampi ah a ummi a si i rungrul a ngeimi minung sinin hmuhmi a si. Cu ruangah ralrin tein kan um hrimhrim a hau i kanmah le kan innchungkhar pawl runven dingah rungrul karhnak kha kan dihlak in kan hloh khawh.

HIHI NA SI MAW?

- Ramdang in nai te ah Australia na rak phanmi na si maw.
- Hi rungrul an ngei tiah chimhmi minung pakhat khat he naihniam in a ummi na si maw.

LE

HI TI HIN NA UM MAW?

- Taklinh, khuh, or fah, takpum fah, thawchuah iharhnak, thadih tuknak in na um maw.

HI BIAHALNAK PAWL NINGIN NA UM AHCUN:

Telofon in holhlehnak lei rianttuang piaknak (TIS) cu **131 450** ah chawn law nangmah na holh kha chim hna. Fon kha thlah loin tlai law holhlethu nih an chawnh tikah Zapi Ngandamnak lei Chawnhnak **1800 671 738** ah chawnh na herh kha chim hna law hika ah a ummi minung nih kha hmailei ah zaidah tuah na herh ti kha an in chimh lai. Rungrul a um le umlo a hlei in chek na hau men lai **ASILOLE** nan inn chungah zarh 2 um dingah chimh na si men lai.

Mah te'n zawt kham dingin a dang te ah um (self-quarantine) dingin fial na si ahcun, cu a sullam cu inn chungah na um lai i midang sinin a hlatnak ah na um lai tinak a si.

- Rianttuannak asilole sianginn ah na kal kho lo asilole rawl cawk dingin dawr pawl ah na kal kho lo – na theihngalh pakhat khat kha rawl le na herhmi sii cawk piak dingah fon in fial law na innka ah laak te dingin chiata seh.
- Hi zarh 2 chungah cun nan inn chungah mileng pawl luhter hna hlah.
- Hi lio caan ah a dang innchungkhar chungtel pawl caah rawl chuang hlah asilole zohkhenh hna hlah.
- Atu lio ah cun, Australia ah na hawikom asilole innchungkhar chungtel pawl a phanmi an um ahcun, zarh 2 chung an inn chungah an um a hau lai. An inn chungah **lut hlah**, asinain an innka ah rawl na va pek khawh hna i zarh 2 a dih hlan cu fon in na chawnh khawh hna.

Rungrul na ngeih zong ngeih lo zongah hi pawl tuah hi na caah **a biapi tuk:**

- Na kut kha chatpiat le ti tampi in ittawl, a hlei in rawl na tongh hlan le na tongh hnu, zunput na kal hlan le na kal hnu ah. A dang innchungkhar chungtel pawl he rawl pakaan kuar pakhat **ihrawm hlah uh**.
- Na kiu zawn ban asilole ttitsu cungah ikhuh asilole hachio. Ttitsu na hman ahcun, zaangfahnak in hlonh law na kut ittawl.
- Nan coka rawlchuannak le tikholhnak khaan kha tisa le chatpiat in atu le atu thianh.
- Na siibawi nih hmurhup (mask) an pek ahcun, ihuh hrimhrim.

Nangmah lawng na si lo; nangmah kha bawmh kan in duh. Pakhat khat kong ah na thin a phan asilole na ttih ahcun, zaangfahnak in fon kan chawn law na fon nambar kan hmuh lai i holhlethu he kan in chawnh tthan lai.

Launceston Zapi Siizung (Launceston General Hospital) Pehtlaihna: Susan **0409 537 922** le Janelle **0488 645 336**

Royal Hobart Siizung: Jenny asilole Grace **0448 902 042**

Mipeem Bawmhna Senttha: Ngandamnak a si lomi, bawmhna he aa pehtlaimi: **6221 0999**

A timhtuahu - Susan Neighbour, Ralzam Ngandamnak Zatlang nun lei Rianttuantu, LGH Vaute (March) 18,2020