(001) ماذا تفعلون إذا ثَبُتَت إصابتكم بفيروس كورونا (كوفيد-19)؟

يجب عليكم عزل أنفسكم والبقاء في المنزل إذا ثَبُتَت إصابتكم بفيروس كورونا (كوفيد-19). وقد يكون هذا الأمر صعباً، ولكن من المهم أن تَبقَوا في المنزل لحماية أنفسكم وأحبائكم والمجتمع.

قد يتمّ تغريمكم إذا غادرتم المنزل عندما يتوجّب عليكم عزل أنفسكم.

العزلة تعني أنه لا يمكنكم مغادرة منزِلَكم إلّا لتلقّي الرعاية الطبية أو في حالات الطوارئ.

سيتصل بكم فريق دائرة الصحة والخدمات الإنسانية لمعرفة المكان الذي تقومون بعزل أنفسكم فيه، ومع من تعيشون والأشخاص الذين كنتم على اتصال بهم مؤخّراً. وقد يتصل الفريق بهم أيضاً.

سيتّصل بكم الفريق بانتظام، ويمكنكم الاتصال بهم إذا كنتم بحاجة إلى المساعدة أو إذا كان لديكم أي أسئلة. ويجب عليكم البقاء في العزلة حتى يمنحكم الفريق تصريحاً بإنهائه.

للمزيد من المعلومات أو للمساعدة في الحصول على المواد الغذائية أو للدعم الاجتماعي، يُرجى الاتصال بالخط الساخن الخاص بفيروس كورونا (كوفيد-19) على الرقم 398 675 1800 والضغط على الرقم 0 للتحدّث مع مترجم.

شكراً لكم على مساعدتكم في إبطاء انتشار فيروس كورونا (كوفيد-19).

(002) كيف تعزِلوا أو تحجِروا أنفسَكم في منزلكم؟

يجب عليكم البقاء في المنزل إذا ثَبُتَت إصابتكم بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو إذا كنتم على اتصال وثيقٍ بشخصٍ مُصاب بفيروس كورونا. وعندما تكونون في المنزل، هناك خطوات يمكنكُم اتخاذها للحفاظ على سلامة الأشخاص الذين تعيشون معهم.

* ابتعدوا عن الآخرين بمسافة متر ونصف
* ابقوا في غرفة مُنفصلة عنهم وتجنّبوا استخدام نفس الحمّام، إن أمكن
* تجنّبوا مشاركة الأدوات المنزلية مثل الأطباق أو الصحون والأكواب وأدوات المائدة
* أغلقوا باب غرفتكم وافتحوا النافذة
* نظّفوا الأسطح المنزلية بانتظام مثل أسطح الطاولات والأبواب والصنابير أو الحنفيّات والمقابض
* اغسلوا الغسيل باستمرار
* إذا كان لديكم كمّامة طبيّة جراحية وقفّازات أو كفوف مُخصّصة للاستخدام لمرة واحدة استخدموها عندما تكونون في نفس الغرفة مع أشخاص آخرين
* اغسلوا أيديكم وقوموا بالسعال والعطس في منديل أو محرمة أو في كوع ذراعكم.
* لا تستقبلوا الزوّار
* لا تشاركوا الطعام
* اطلبوا من الأصدقاء أو العائلة، الذين لا يتوجّب عليهِم عزل أنفسهم، إحضار الطعام أو الأشياء الضرورية الأخرى لكم والتأكد من توصيلها بدون حدوث أي اتصال معكم. ويجب عليهم ترك هذه المؤن عند باب منزلكم ويجب ألّا يدخُلوا أبداً إلى منزلكم.

للمزيد من المعلومات أو للمساعدة في الحصول على المواد الغذائية أو للدعم الاجتماعي، يُرجى الاتصال بالخط الساخن الخاص بفيروس كورونا (كوفيد-19) على الرقم 398 675 1800 والضغط على الرقم 0 للتحدّث مع مترجم.

شكراً لكم على مساعدتكم في إبطاء انتشار فيروس كورونا (كوفيد-19).

(003) ماذا تفعلون إذا كنتم على اتصال وثيق بحالة مؤكّدة؟

الشخص الذي هو على اتصال وثيق بحالة مؤكّدة هو الشخص الذي قضى أكثر من 15 دقيقة وجهاً لوجه مع شخص ثَبُتَت إصابته بفيروس كورونا أو إذا قضى أكثر من ساعتين معه في مكان مُغلق. ستتصل بكم دائرة الصحة والخدمات الإنسانية إذا كنتم على اتصال وثيق بحالة مؤكدة.

يجب على الأشخاص الذين هم على اتصال وثيق بحالة مؤكّدة إجراء الفحص والبقاء في المنزل لمدّة 14 يوماً بعد آخر اتصال لهم مع هذه الحالة المؤكّدة. ويجب عليكم عدم مغادرة المنزل أو مكان إقامتكم إلّا لتلقّي الرعاية الطبية أو في حالات الطوارئ. وقد يتمّ تغريمكم إذا غادرتم المنزل.

نحن نعلم أن هذا الأمر سيكون صعباً، ولكن من المهم أن تبقوا في المنزل لحماية أنفسكم وأحبائكم والمجتمع.

للمزيد من المعلومات أو للمساعدة في الحصول على المواد الغذائية أو للدعم الاجتماعي، يُرجى الاتصال بالخط الساخن الخاص بفيروس كورونا (كوفيد-19) على الرقم 398 675 1800 والضغط على الرقم 0 للتحدّث مع مترجم.

شكراً لكم على مساعدتكم في إبطاء انتشار فيروس كورونا (كوفيد-19).

(004) ماذا تفعلون إذا ساءت حدّة الأعراض؟

إذا ساءت حدّة الأعراض، يُرجى الاتصال بالخط الساخن الخاص بفيروس كورونا (كوفيد-19) على الرقم 398 675 1800 للحصول على المشورة والضغط على الرقم 0 للتحدّث مع مترجم.

إذا كنتم بحاجة إلى زيارة الطبيب، اتصلوا به مُسبقاً وأخبِروه أنكم شخصاً مُصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو أنكم على اتصال وثيق بحالة مؤكدة حتى يتمكّن من اتخاذ التدابير المُناسبة لمكافحة العدوى.

إذا كنتم تعانون من أعراض خطيرة مثل صعوبة في التنفّس، اتصلوا برقم الطوارئ 000 واطلُبوا الإسعاف وأخبِروهُم أنكم شخصاً مُصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو أنكم على اتصال وثيق بحالة مؤكدة.

(005) كيف تعتنون بشخصٍ خلال فترة العزل أو الحجر الصحي؟

إذا كنتم تعتنون بشخص مُصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو شخص كان على اتصال وثيقٍ بحالة مؤكدة، فهناك بعض الأشياء التي يمكنكم القيام بها للحفاظ على سلامة الجميع:

* تأكدوا من بقاء الشخص المُصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19) في غرفة واحدة بعيداً عن الآخرين
* قوموا بإغلاق أبواب غرفته وفتح النوافذ
* قوموا بالحفاظ على عدد مقدمي الرعاية عند الحدّ الأدنى
* اغسلوا أيديكم بالماء والصابون أو استخدموا مُعقّم اليدين قبل الدخول إلى غرفته وبعد الخروج منها.
* إذا كانت تتوفّر لديكم كمّامة طبية جراحية مُخصّصة للاستخدام مرّة واحدة قوموا بارتدائها عندما تكونون في غرفته أو استخدموا غطاء الوجه.
* لا تشاركوا الأدوات المنزلية مثل الأطباق أو الصحون والأكواب وأدوات المائدة معه
* لا تشاركوا الطعام والشراب.
* نظّفوا الأسطح المنزلية مثل أسطح الطاولات، والصنابير او الحنفيات والمقابض بشكل مُتكرّر
* ارموا المناديل أو المحارم والكمّامات في كيس بلاستيكي
* لا تستقبلوا الزوّار

للمزيد من المعلومات أو للمساعدة في الحصول على المواد الغذائية أو للدعم الاجتماعي، يُرجى الاتصال بالخط الساخن الخاص بفيروس كورونا (كوفيد-19) على الرقم 398 675 1800 والضغط على الرقم 0 للتحدّث مع مترجم.

شكراً لكم على إبطاء انتشار فيروس كورونا وإنقاذ الأرواح.

(006) عمليات التحقّق التي تقوم بها الشرطة

يجب عليكم البقاء في المنزل إذا ثَبُتَت إصابتكم بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو إذا كنتم على اتصال وثيق بحالة مؤكدة. وتقوم قوات الدفاع الأسترالية بإجراء عمليات تحقّق عشوائية للتأكّد من بقاء الأشخاص في منازلهم وبإمكانهم إصدار غرامات إذا لزم الأمر. ابقوا في المنزل وحافظوا على سلامتكم.