

THÔNG TIN VỀ BỆNH CÚM DO VI-RÚT CORONA (COVID-19)

Vi-rút Corona được lây lan qua các hành động như ho, hắt hơi hay thở vào người khác, và qua việc chạm vào những chỗ đã có vi-rút. Vi-rút Corona có thể gây bệnh chết người đặc biệt là ở những người lớn tuổi hay bệnh hoạn mặc dù đối với nhiều người, bệnh có thể nhẹ hơn. Quý vị có thể lây bệnh cho người khác ngay cả khi quý vị không cảm thấy bệnh chỉ cả.

Làm thế nào để quý vị chặn đứng sự lây lan vi-rút

Quý vị nên giữ vệ sinh tốt bao gồm hắt hơi hay ho vào cùi chỏ tay hay vào miếng giấy tissue chứ không vào bàn tay của mình. Tránh chạm tay vào mặt và rửa tay thường xuyên với xà bông và nước trong ít nhất 20 giây.

Dưới đây là những luật lệ hiện được áp dụng:

- Ở tại nhà.
- Không đi ra ngoài trừ khi là việc quan trọng. Trong giai đoạn này, quý vị chỉ nên đi ra ngoài để làm việc hay học hành, đến các buổi hẹn y khoa, tập thể dục hay mua thực phẩm. Nếu đi ra ngoài quý vị phải ở cách người khác khoảng cách 1 mét rưỡi.
- Nếu phải đi ra ngoài, quý vị chỉ có thể đi một mình, với người sống chung nhà với quý vị hay chỉ với một người khác. Quý vị không thể tụ tập thành nhóm người.
- Nếu ở nhà, quý vị sẽ giúp cứu mạng sống.
- Đừng mời bạn bè hay người trong gia đình đến nhà quý vị để tụ họp vui chơi.

Nếu không tuân thủ các luật lệ nói trên, quý vị có thể bị phạt tại chỗ. Xin lưu ý là rất có thể sẽ có thêm những hạn chế nữa và quý vị có thể tìm biết những hạn chế mới nhất tại trang mạng https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus hay tải ứng dụng Coronavirus Australia về điện thoại thông minh của quý vị.

Nếu quý vị cảm thấy không khoẻ thì sao?

Những triệu chứng của bệnh cúm do vi-rút Corona gồm có: sốt, ho, đau cổ họng, mệt mỏi và hắt hơi.

- Gọi 000 trong trường hợp khẩn cấp.
- Nếu quý vị bị bất kỳ triệu chứng nào trong số này, hãy ở nhà, gọi cho bác sĩ của quý vị hay đường dây nóng về bệnh cúm do vi-rút corona qua số 1800 675 398.
- Đừng cho khách khứa vào nhà mình - chỉ những người nào thường sống trong nhà quý vị mà thôi.

Những cách quý vị có thể giúp đỡ người khác trong cộng đồng của quý vị

Trong giai đoạn này, quý vị có thể đề nghị giúp nhân hàng mua sắm và bỏ trước nhà cho họ hay giúp người khác đặt mua thực phẩm qua mạng internet. Hãy cố gắng giữ liên lạc với cộng đồng của mình bằng cách gọi cho bạn bè và gia đình để hỏi thăm họ.

Bắt đầu từ ngày 25 tháng Ba năm 2020, chính phủ đã thông báo cho các nơi thờ phượng, các sự kiện thể thao và các nơi tụ họp khác phải đóng cửa trong khi các nhà hàng và tiệm bán cà phê chỉ có thể phục vụ thức ăn mang ra khỏi tiệm mà thôi. Mọi việc đang thay đổi từng ngày và những giới hạn mới chắc chắn sẽ còn luôn được đưa ra áp dụng.

关于新冠病毒(COVID-19)的信息 (简体中文)

新冠病毒通过例如咳嗽、打喷嚏或者对着他人呼吸等行为以及触碰病毒经过的地方传播。虽然很多人病情较轻，但是，特别是对老年人和病人而言，新冠病毒疾病可能致命。即使你不觉得自己生病，也可以传染其他人。

如何防止病毒传播

保持良好的卫生习惯，打喷嚏和咳嗽时对着手肘或纸巾，而不要对着手。避免摸脸，经常洗手，用肥皂和水洗手20秒。

这些是当前的规定：

- 呆在家里
- 除非有必要，否则不要出去。在此阶段，除非你要去工作或学习、因医疗需要、运动或者购买生活必需品要出门，否则就应呆在家里。如果离开家，你必须与他人保持1.5米的距离。
- 如果你必须出去，你只能一个人出去，或者和你同住的人出去，或者只能和另一个人出去。不能集体聚集。
- 如果呆在家里，你能帮助挽救生命。
- 不要邀请亲朋好友来你家参加社交活动。

如果你不遵守以上规定，那么你可能被当场罚款。请注意，可能会有进一步的限制，你应该从https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus中获取关于限制规定的最新信息，或者把新冠病毒澳大利亚官方应用下载到你的手机上。

如果你感到不适，该怎么办？

感染新冠病毒的症状包括：发烧、咳嗽、喉咙疼、疲倦、气短。

- 在紧急情况下，拨打000。
- 如果你有上述任何症状，应留在家中，致电家庭医生或者新冠病毒热线1800675398。
- 只让常住在你家的人进入，不要让访客进入。

如何帮助在你社区的其他人

在此阶段，你可以提出帮助他们提货并将其放到他们家门口，或者帮助他们在网上订购食品。尝试通过致电亲朋好友来保持与社区的联系。

政府在2020年3月25日宣布将关闭用于崇拜、体育比赛以及其他聚集的场所，而餐厅和咖啡厅只能提供外卖。事态每天都在变化，新的限制随时都有可能推行。

有關冠狀病毒(COVID-19)的資訊 (繁體中文)

冠狀病毒通過例如咳嗽、打喷嚏或者對著他人呼吸等行為以及觸摸病毒經過的地方傳播。雖然很多人病情較輕，但是，特別是對老人家及病人而言，冠狀病毒疾病可能致命。即使你不覺得自己染病，也可以傳染其他人。

如何防止病毒散播

保持良好的衛生習慣，打喷嚏和咳嗽時向著手肘或紙巾，而不要向著手。避免摸臉，勤洗手，用規和水洗手20秒。

這些是當前的規定：

- 留在家中。
- 如非必要，不要外出。除非你要去上班或學習、就醫、運動或者購買生活雜貨需要出門，否則就應留在家中。如果你外出，則必須與他人保持1.5米的距離。
- 如果你必須外出，你只能自己一個人出去，或和跟你一齊住的人出去，或者同另外一個人出去。不可群體聚集。
- 如果留著家中，你可以幫助挽救生命。

如果你不遵守上述規定，你可能被當場罰款。需要注意的是，可能會有進一步的限制，你應該從https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus中獲取關於限制規定的最新資訊，或者將新冠病毒澳大利亞官方應用程式下載到你的智慧手機上。

如感不適，該怎麼辦？

感染冠狀病毒的症狀包括：發燒、咳嗽、喉嚨痛、疲倦、氣促。

- 如遇緊急情況，則撥打000。
- 如有上述任何症狀，應留在家中，致電家庭醫生或者冠狀病毒熱線1800675398。
- 只能讓常住在你家的人進入，不要讓訪客進入。

如何幫助在你社區的其他人

在現階段，你可以提出幫助他們提货及將其放到他們家門口，或者幫助他們在網上訂購食物。嘗試通過電話問候親朋好友來保持與社區的聯繫。

政府於2020年3月25日宣布將關閉用於做禮拜、體育賽事以及其他聚集的場所，而餐廳和咖啡廳只能供應外賣。事態每天都在變化，新的限制隨時都有可能施行。

CORONAVIRUS (COVID-19) INFORMATION

Coronavirus is spread by droplets - such as coughing, sneezing or breathing on other people, and by touching places where the virus has been. Coronavirus can be deadly, especially for the elderly or people with illnesses, although for many people the illness will be milder. You can infect other people even if you don't feel sick.

How you can stop the spread of the virus

These are the current rules:

- Stay at home. Do not go outside unless it is absolutely essential. If you stay home, you will help save lives.
- You can only go outside if you need to for work or study, going to medical appointments, accessing essential services, going for a walk in the park or to do your shopping.
- If you must go out, you may only go out by yourself, with the people you live with, or with one other person. When out, avoid any physical contact with others, especially with the elderly and sick. Maintain a distance of 1.5 metres between you and other people whenever possible.
- You need to stay inside your home and not leave for 14 days if you have been in close contact with someone with coronavirus, or if you have recently returned from overseas.
- Do not invite friends and family over to your house for social engagements.

Note that further restrictions are likely and you should get the latest restrictions from https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus or download the Coronavirus Australia app onto your smartphone.

You can receive an on-the-spot fine if you break any of these rules.

You should practise good hygiene including:

- Sneeze or cough into your elbow or a tissue, and throw away the tissue.
- Avoid touching your face.
- Wash your hands often, for 20 seconds with soap and water.
- Clean and disinfect surfaces, door handles, phones, keys and wallets often with alcohol-based sanitisers.
- Increase ventilation inside by opening windows.

What if you feel unwell?

Symptoms of Coronavirus include: fever, coughing, sore throat, fatigue, shortness of breath.

- If you experience any of these symptoms, stay at home, call your doctor or the Coronavirus Hotline 1800 675 398 anytime.
- You will need to ask someone else to get food for you and leave it at your door.
- Do not let visitors in - only people who usually live in your home.
- Wear a mask if you are directed to go out (e.g. to the doctor) but call ahead to wherever you are going first.
- Call 000 in an emergency.

Ways you can help other people in your community

Offer to pick up shopping and drop it at their door or help people to order food online.

Call people you know often to offer your support and make sure they have what they need.

As of March 25 2020, the Government has advised places of worship, sporting events and other gatherings will close, while restaurants and cafes may only serve takeaway. Things are changing every day and new restrictions are being put in place all the time.

INFORMATION ACCURATE AS OF 09/04/2020

USEFUL SERVICES

Adeegyo waxtar leh / Tajaajiloota barbaachiisoo /

ጠቃሚ አገልግሎቶች(በጭንቋ) / ጠቐምቲ ግልጋሎታት(ብጭንቋ)

/ خدمات مفيدة / Ajuuir ke kuwoony wiic keek /

Yararlanabileceğininiz Türkçe Bilgiler / Các Dịch vụ

Hữu ích / 有用的服务(语言) / 實用服務(語言) / Servizi

utili in Italiano / Χρήσιμες υπηρεσίες στα Ελληνικά /

Servicios útiles

Interpreter services / Tarjumidda adeegyada / Tajaajiila hiika afaanii / የማስተርጓሚ አገልግሎት / ግልጋሎት ምስትርጓም / خدمات الترجمة / Ajuuir ke wëër thook / Sözlü Çeviri Hizmetleri / Dịch vụ Thông ngữ / 口译服务 / 傳譯服務 / Servizi Interpreti / Υπηρεσίες διερμηνείας / Servicios de Interpretación

- Interpreter service: 131 450. You must say you need to talk about the coronavirus.
- Centrelink multilingual phone service: 131 202

Family violence / Rabshadda qoyska / Jeequmsa maatii / የቤተሰብ ጥቃት / ጥጥኣት ስድራቤት / العنف الأسري / Kĕĕk ku tጎጎ ነጋሩ reër baai etök / Aile İçi Şiddet / Bạo hành trong Gia đình / 家庭暴力 / 家庭暴力 / Violenza in famiglia / Ενδοοικογενειακή βία / Violencia Doméstica

- Safe Steps Family Violence Response Centre: 1800 015 188. 24/7 service in languages other than English, for women and young people experiencing family violence
- No to Violence Men's Referral Service: 1300 766 491. Anonymous and confidential telephone and online counselling and information for men with concerns about their anger, violence and abuse toward partners children or family members

Mental health / Caafimaadka dhimirka (maskaxda) / Fayyina mataa / የአእምሮ ጤና / 心灵健康 / النفسية / Tuaany de nom / Akil Sağlığı / Sức khoẻ Tâm thần / 精神健康 / Salute mentale / Ψυχική υγεία / Salud Mental

If you or someone you know needs to talk to someone about your mental health, call:

- Beyond Blue Anxiety assistance: 1300 22 4636
- Lifeline: 13 11 14

Trustworthy information / Macluumaadka lagu kalsoonaankaro / Odeeffannoo qabatamaa / ታማኝ መረጃዎች / ተአማኒ መረዳኦታ / معلومات جديرة بالثقة / Wël ke lëk İcök / Güvenilir Bilgiler / Thông tin đáng tin cậy / 值得信赖的信息 / 可信的資訊 / Informazioni affidabili / Αξιόπιστες πληροφορίες / Información Confiable

- Victorian Government Translated Resources: https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19
- For the most recent information about what businesses are open: https://www.dhhs.vic.gov.au/new-restrictions-and-closures
- News on Coronavirus in your language: https://www.sbs.com.au/ondemand/coronavirus/explained-in-your-language
- Translated information in different languages: www.healthtranslations.vic.gov.au
- The Australian Government website: www.health.gov.au
- The Victorian Health Department: www.dhhs.vic.gov.au

Zakat / Sadaqaa / ዛካት / ሳኔገ / Wëu ye ነጋሩ ye Muthiliim keek gam në yänken ke dužër bī ነጋሩ ጎጎጎ ሃ ነጋሩን / Zekat / Zakât

- National Zakat Foundation supports the Australian Muslim Community - if you're unable to cover basic costs apply at http://nzf.org.au/zakat-covid-19/



COVID-19 (CORONAVIRUS)

Keeping our community healthy

In la marwalba lala socdo si ay u ahaato bulshada mid caafimaad qabta

Fayyaa hawaasaa eeguu

ህብረተሰባችንን በጤንነት መጠበቅ

ምሕላው ጥዕና ማስበረሰብና

الحفاظ على صحة المجتمع

Mukku Akutnom ë Baai, Bë Naŋ Pial ë Güöp

Topluluğumuzun Sağlığını Koruyalım

Giữ cho cộng đồng của chúng ta khoẻ mạnh

保持社区健康

保持社區健康

Mantenere la nostra comunità in salute

Διατηρώντας την Κοινότητα μας υγιή

Para mantener una comunidad saludable



ADAM BANDT Leader of the Australian Greens

✉ adam.bandt.mp@aph.gov.au

📍 GF1 296 Brunswick St, Fitzroy VIC 3065

☎ (03) 9417 0759 📘 /Adam.Bandt.MP



MACLUUMAADKA KORONA FAYRIS 19 (COVID-19)

Koronafayris wuxuu ku fidaa falalka sida Qufac. Hindhisada ama ku neefsashada dada kale ama taabashada melaha Feyriska laga helo. Koronafayris wuxuu noqonkaraa dilaa, gaar ahaan dadka dada ah, ama dadka jiran, inkastoo badanaa jirooyinka (Xanuunka) daaqrkood ay yihiin luuca jilicsan ama fudud (Mild) oo aan hals aahay. Dadka xanuunka waad qaadsinkartaa xitaa adigoo qabin oo aan dareysaneyn in aad xanuunka qabtid.

Side baad ku joojin kartaa faafinta fayriska.

Xukuumadda waxay trii qof walba gurigiisa ha joogo xaaladdan (marxaladdan) hadda la joogo.

Waxaad u bixi kartaa shaqo, waxbarash ballan dhakhtar,in aad socod u baxdid meelaha lagu socdo sida Park (luga baxsi) ama in aad raashin soo iibsaneysid. Haddii aad guriga ka baxdid 1.5 meter (hal meter iyo bar) ka fogow dadka kale qofka kuugu dhaw.

Waxaa dhici karta xadeyn (xanibaad) dheeri ah in la soo saaro oo xitaa la mumnuuco arrimaha aan soo sheegnay.

Waxaa jira xanibaad cusub oo ah sida haddii aad baxaysid kaligaa box, ama dadka guri-ga kugula nool hal qof oo ka mid ah. Lama ogola in koox koox in aad u kulantaa ama laba qof kabadan in ay kulmaan.

Haddii aad guriga joogtid, joogitaankaaga waxaa dhicikarta in aad naf baddaadisid.

Saaxiibo iyo qaraabo haku casuumin ama ha ugu yeerin gurigaaga kulan bulshodeed lama ogola.

Laba qof ka badan makulmi karaan oo haddey dhacdo markaaba Waa lagu ganaaxayaa lacag haddii aad u hagaansamiweydid xeerkan ama sharcigan.

Waxaa dhici karta in la soo saaro xanibaad hor leh ee marwalba kala soco wixii soo kordha oo xanibaad ah https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus ama soo deji coronavirus Australia app mobaylkaaga (yoor smart phone).

Ku dhaqan fayadhawrka nadaafadda sida marka aad qufacdid ama aad hindhistid in aad u dhigid xusulkaaga ama safaleeti ama tissue oo gaacantaada ka ilaali qufaca iyo hindhisadaba.
Wajigaaga ha taaban, gacmaahaaga dhaq 120 miri (second) oo marwalba sabuun iyo biyo ku dhaq.

Calaamadaha lagu garto KORONA FAYRIS waxaa ka mid ah.

- Qandho, qufac, dhuntuuna ama cunaha ooku xanuuna, daal, neefsashada oo ku dhib-tadd.
- Haddii aad isku aragtid calaamadahaas gurigaaga joog kadibna wac dhakhtarkaaga ama wac telefoonka laagu tala galay caabuqan KARONA FAYRIS lambarka telefoonka oo ah 1800 675 398.
- Oo markaasna dad kale ha u ogoolaanin in ay kuu imaadaan inta guriga kugula nool oo kallya.

Siyaabaha aad kucaawin kartid dadka kale.

Marxaladdan waxaad dadka ku caawin kartaa in aad raashin u soo gadiid oo aad u dhigid gurigooda hortiiisa adiga oo aan gurigooda galin.

Kuxirnaw bulshadaada adigoo telefoon u diraya si aad u hubsatid caafimaadkooda iyo xaaladooda guud ahaan.

Laga bilaawo bisha march 25, 2020 xukuumadda waxay go'aamisay in dhamaan goobaha cibaadda, kulumada cijaaraha la xiro, isuimaatinkana waa la mumnuuqay, makhaaayaddaha iyo meelaha kafeeega waxaa lagu koobay in laga qaato cuntada oo aan la fadhisiin (take away).

Xaaladaha marwalba wey isbadalaaan ayadoo xanibaadyo horleh la soo saaro ee la soco marwalba adigoo furaya websitka kor ku yaala.

ODEEFFANNOO KORONAVAAYIRASI (COVID-19)

Koronaa vaayirasin karaa qufa’uu, haxxiffachuu ykn afuura namaatti baasuutiin akkasumas bakka vaayirasin itti argamuu taqan daddaarba. Koronaavaayirasin keessaatu namoota uuriin guddaa fi dhukkubsaaqoo tuhann irratti ni hammaataa, kanneen hafan baay’ee irratti dhukkubni kun hin jabaatu. Dhibee kanaan qabaamte si dhukkubu baatu-us namoota birootti dabarsuu malta.

Dadarbiisna Vaayirasin kana akkamitti dhorkata?

Qulquliina sirrii shakaaluun yeroo qufaatu ykn haxxifattu harka kee irratti osoo hin taane, ciqilee kee ykn tiishuu irratti godhi. Harka keetiin fuula kee gonkuma hin tuttuqiin, harka kee sekondii 20f saamunaa fi bishaanin daddabali dhiqadhu.

Seeroota ammatti hordofaman:

- Mana keessa turi
- Yoo haalaan barbaachisa ta’e malee alaatti hin bahiin. Ammaan tanaatti, dal-agmaa, barnoota, beellama mana yaalaa, qaama warraqsu (exercise) ykn nyaataaf dhugaatti bitaachuun qofaaf aalatti bahuu qabda. Yoo manaa baatees meetira 1.5 nama biroorra fagaattee argamuu qabda
- Yoo mana gad-bahuun dirgama ta’e qofaa kee, namoota si wajjiin jiraattan ykn nama biraa tokko qofaa wajjiin bahu dandeessa
- Yoo mana keessa turte lubbuu heedduun akka baraaramu gargaarta
- Hiriyoota fi firoota kee bashananaa ykn walgahi kun bohaartii mana keetti hin af-feerin

Seerota kana hojjiirra oolchuu dhabuun batalaatti adabbi sitti kenniisaa. Ugurri biroollee jiraachuu akka malu hubadhu akkasumas ugguroota yeroo yerootti bahan sar meta kana irra argatta https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus ykn Coronavirus Australia app mobayiila kee irratti buufadhu.

Fayyaan yoo sitti dhagahamuu baate hoo?

Koronaa vaayirasin qabamu mallattooleen akeekan ho’a qaamaa, qufa’uu, qonqoo keessa dhukkubuu, dadhaabbii qaamaa, argaanuu, afuura baasuu dadhaabu dabalata.

- Yoo mallatowwan kana ofirratti argite, mana turi, doktora keetiif ykn sarara bilbila gargaarsaa – 1800 675 398 irratti bilbilii.
- Namoota si waliin jirataaniin alatti keessumman akka sitti seenu hin hayyamiin
- Bilbila hatatamaa 000 irratti bilbilii

Akkaataa namoota hawaasa kee keessa jiran itti gargaartu

Sadarkaa ammaatti, namoota dukaana irraa meeshaalee bitaachu barbadan qarqaaruu fi namoota nyaatti manatti akka dhufuuf ajajatan dhaqabsiisuun tajaajiiluu dandeessa. Miseensoota hawaasaa kee waliin quba wal qabaadhu, hiriyootaa fi maatii kee telefoona bilbiilun waan irra jiran hubaadhu.

Bitootessa 25, 2020 irraa kaasee mootummaan manean amantii, qophiisna isportii fi walgahiwwaan akka cufaman, manneen bunaaw waan namootii fudhatanii deeman qofaa akka tajaajiilan hubachiiseera. Haallen kunneen guyyuu ni jijjirama akkasumas uggurooti haarawaan bakka buufamuu mala.

ኮረና ቫይረስ (COVID-19) የሚመለከት መረጃ

ኮረና ቫይረስ በሙሳል፣ በማስነጠስ፤ ወደ ሌላ ሰው በመተንፈስ፤ወይም ቫይረሱ ያለበትን ቦታ በመንኮትና በሙሳሉ ተግባራት ይተላለፋል/ይራራል። ኮረና ቫይረስ ገዳይ ሊሆን ይችላል፤ በተለይም ለአካወንቶችና ታማሚ ሰዎች። ምንም እንኳን ለብዙ ሰዎች ህመሙ ቀላል ያለ ቢሆንም እና እርስዎን ለአካዎም በሽታውን ወደ ሌሎች ሰዎች በማስተላለፍ ሊያሰጠቁ ይችላሉ።

የቫይረሱ ስርጭት ማቆም የሚቻልበት መንገድ

በታቻለ መጠን ጥሩ የሆነ የግል ገጽህና እንቅስቃሴ ይኑርም፣ ይኸውም ስለሰዎ ሆነ ሲያስነጥሱ እፍምንና እፍንጫም፣ በታጣፊ እጅም ወይም በሶፍት በመሸፈን ያስፈልግታል። በፍፁም በእጅም እያድርጉ። ፊትዎን በፍፁም በእጅም አይንኩ፤ እጅዎንም በገግዜው በውሃና በሳሙና ለ20 ሴኮንድ ያህል ይታጠቡ።

እነዚህ ወቅታዊ ህግጋት ናቸው፤

- እቤት ይቀመጡ
- የግድ አስፈላጊ ዜሊያን በስተቀር ወደ ውጭ አይውጡ። በአሁኑ ወቅት ለሰራ፣ለህክምና፣ ለአካል ብቃት እንቅስቃሴ ወይም ከግርሰሪ እዎ ለመግዛት ብቻ ነው ማድረግ ያለብዎት። ከቤት ውጭ ከመጡም ቢያንስ 1.5 ሜያህል ከሰዎች መረቅ ይኖርገዎታል።
- የግድ ወደ ውጭ መውጣት ካለብዎት ደግሞ ብቻዎ፣ ኣብረውት ከሚኖር ሰው ጋር፣ ወይም ከሌላ አንድ ሰው ጋር። በቡድን መውጣት አይችሉም።ገ
- እቤት በቆዩ ቁጥር የሰውን ህይወት ያድናሉ
- ምንም ዓይነት ዘመድም ሆነ ጌድኛ ወደ ቤትዎ ወይም ወደ ማህበራዊ ስብሰባ አይጋብዙ።

እላይ በተገለፀ ህግጋት ካልተገዙ በተገኙበት ቦታ ላይ ቅጣት ይቀበላሉ። ስዎችን በቡድን አያስባቡሱ፤ ለማህበራዊ ጉዳይ ሲባል ቤተዘመድም ሆነ ጌደኞች መጋበዝ አያስፈልግም ። አሁንም ተጨማሪ ክልከላዎች ሊደረጉ እንደሚችሉ ይጠብቁ። ወቅታዊ ክልከላዎች ለመመልከት ቀጥሎ የተመለከተውን ድረ ገፅ (https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus. ይከታተሉ። ወይም Coronavirus Australia የሚለውን ማሳሌኔ /app ስማርት ሞባይዎል ላይ ይጫኑ።

ደህንነት ካልተሰማዎት ምን ያደርጉሉ?

የኮሮና ቫይረስ ምልክቶች ትኩሳት፣ ማሳሰል፣የኮሮር መቀሰል፣ የድካም ስሜት፣የትንፋሽ ማጠርን ያኮትታል።

- እነዚህን ምልክቶች ከታይብዎት እቤትዎ ይቀመጡ፤ የቤተሰብ ሃኪምዎን ወይም የኮሮና ቫይረስ የጥሪ ማእከልን (hotline) በስልክ ቁጥር 1800 675 398 ይደውሉ
- ምንም እንግዳ ወደ ቤትዎ እንዳይመጣ ያድርጉ፤ ከእርስዎ ጋር ከሚኖሩት ሰዎች በስተቀር።
- ወደ ድንገተኛ አደጋ ጥሪ በ000 ይደውሉ

በማህበረሰብዎ ውስጥ ያሉትን ሰዎች መርዳት ከፈለጉ የሚደራግቸው መንገዶች

በዚህ ሁኔታ ላይ በማህበረሰብዎ ውስጥ ላሉት ወገኖች ከሱቅ እዎውን አምጥተው ቢቻቸው ድረስ ሊያደርስሩዎት ይችላሉ፤ ወይም በመስመር /online ላይ ምግብ እንዲገዙ ሊረዷቸው ይችላሉ።

በማህበረሰብዎ ውስጥ ያሉትን ዘመዶችምም ይሁን ጌዶኞችንም ስልክ እየደውሉ በመጠየቅና ግንኙነትዎን ለመቀጠል ይሞክሩ።

እ ኤ ኣ ከመጋቢት 25 ቀን 2020 ዓ/ም ጀምሮ ቤተ እምነቶች ፣ የሰፖርት ማእከላትና ሌሎች ስብሰባዎች እንዳይካሄዱ ለመንግስት ይመክራል። በሌላ በኩል ምግብ ቤቶችና ቡና ቤቶች የተዘጋጁ ነገሮችን ገዝተው ለሚሄዱ/ takeaway ተገልጋዮች ክፍት ይሆናሉ። በየቀኑ ነገሮች ስለሚቀያየሩ ተጨማሪ ክልከላዎች በየጊዜው እንደሚደረጉ መገንዘብ ያስፈልጋል።

ብዛዕባ ኮረና ቫይረስ (COVID-19) ዝተዋህበ መረዳኢታ

ኮረና ቫይረስ ብምስዓል፣ ብምህንጣስን፣ ናብ ኣላጊ ሰብ ብምትንፋስ ወይድማ እኒ ቫይረስ ዝርከቡሉ ቦታ ብምትንኳና ካብ ሰብ ናብ ሰብ ይመሓላለፍ/ይራጎሎ። ኮረና ቫይረስ ሰብ ክቆትል ይኽእል ኢዱ። ብፍላይ ገሽማግሌትን ሕማም ንዝመላለሶም ሰባት ቀታለ ክኸውን ይኽእል ኢዱ። እዚ ሕማምዚ ዋላ ንመብዛኡትኡ ሰብ ናኹስ ክበለ ይኹንምበር፣ ናይ ሕማም ምልክት ከይላሸውኩም እኒ ሕማም ናብ ካልጊ ሰብ ክተመሓላልፉ ትኽእሉ ኢኹም።

ለቡዳ ኢዚ ቫይረስ ጠጠው ክተብልሉ እትኹሉሉ መገዳ

ብዝተኻእለኩም መጠን ውልቃዊ ፅርዮትኩም ሓፊሙ። ክተህንጥሱ ወይ ካኣ ክትስዕሉ ከለኹም ብመፀፊፊ ኢድኩም ወይ ድማ ብሶሩት እምበር ኣብ ኢድኩም አይትግብሩ። ባሕኩም ፈጸምኩም ብኢድኩም አይተተንክዶ ኢድኩም ብላብዎኑ ብማይን ብባሙናን ንካባቢ 20 ሴኮንድ ተሓፀቡ።

እዚኣቶም እዋናዊ ሕግጋት ኢዮም፤

- ካብ ገዛ አይትውፅኡ።
- ናይ ግድን ክትውፀ ኢድላይ እንድሕር ዚይኮይኑ ናብ ደገግግዳም አይትውፅኡ። ኣብዚ እዎንዚ ናብ ሰራሕ ፣ ናብ ሕክምና ፣ ናብ ኣካዊ ምንቅስቃስን እስኪዛ ንምግዛእ ጥራሕ ኢኹም ክትውፀ ዘለኩም። ካብ ገዛ እንድሕር ወይእኹም ግና ካብ ሰባት ብውሑድ 1.5 ሜ ርሓቑ።
- ናይ ግድን ምውፃእ እንድሕር ኣለኩም ባይንኹም፣ምሳኹም ምስ ዝካብር ሰብ፣ ወይ ምስ ካላጊ ሓደ ሰብ ጥራሕ ውፁ። ብትጽጋለ ክትውፀ አይናቀድን።
- ኣብ ገዛ ብዝፀናሕኩም ቁፅሪ ሃወት ሰብ ተድሕኑ ኢኹም።
- ናብ ገዛኹም ይኹን ሰብ ናብ ዝእክብ ዝኾነ ማሕበራዊ ጉዳይ ዘመድ ይኹን ዓርቢ ኢይተዓድሙ።

ነምውን ልዕል ኢሎም ዝተገለፀ ሕግጋት እንድሕር ዚይተገዚኡኹም ኣብዝተረከቡኩም ቦታ መኻቅፀባት ክትቀበሉ ኢኹም። ሰባት ብጉጅለ ኢይተታኣኻኹቡ። ብማሕበራዊ ጉዳያት ብምስባብ ኣዛማድ ይኹን ኣዕርኽጥ ምዕዳም እየድልን።

ሎምውን ተወሳኺ ዓጋት ደምብታት ክወፁ ከምኸኻእሉ ምፅባይ ኢድላይ ኢዱ። ብዛፀባ ዝወፁ ዳድሽጉን እዋናዊ ክልከህት ብዘምልከት ንምርኣይ መርብብ ሓብሬታ https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus. ተኸታተሉ፤ ወይ ድም ኣብ ስማርት ሞባይልኩም Coronavirus Australia ዝብል መሳላጢያ /app ፅፃኑ

እንድሕር ተፀሊኡኩም እንታይ ትገብሩ?
ምልክት ኮሮና ቫይረስ ረእኪ፣ ዓፃል፣ ቁስለት ጉሮሮ ፣ ድኻም፣ናይ ሕፅራት ትንፋስን ዝእመስሉ ኢዮም።

- እዘን ምልክታት እዚኡን እንድስርዳዳ ረኢኹም ናብ ሓብዎ ስድራቤትኩም ወይ ድማ ናብ ዓውዒት ማእኸል የኮሮና ቫይረስ (hotline) ብቐፅሪ ስልኪ 1800 675 398 ደቁልኩም ኣኣርቡ።
- ዝኾነ ጋሻ ናብ ገዛኹም ንኹይመፅህ ግብር፣ ካብ ምሳኹም ዝካብሩ ሰባት ወጸኢ።
- ናብ ህፁፅ /ድንገተኛ ሓደጋ ብቐፅሪ ስልኪ 000 ደውሉ

ኣብ ውሽጢ ማሕበረሰብኩም ንዘለዉ ሰባት ክትሕገዞ ትኽእሉሎም መገድታት፤

ኣብዚ እዎንዚ እስኪዛ ካብ ሹቕ ናብ ገዛ ክተኛብልምዎ ትኽእሉ፤ ወይ ካኣ ብመስመር /online ብስል ምግብ ንኽገዝኡ ክትሕገዞምዎ ትኽእሉ ኢኹም፤ ኣብ ማሕበረሰብኩም ንዘለዉ ኣዛማድኩም ይኹን ኣዕርኽትኹም ብስልኪ እናደወልኩም ምሕታንጎ ርክብኩም ምቕያልን ኢድላይ ኢዮ።

እ ኤ ኣ ከብ መጋቢት 0ላት 25 2020 ዓ/ም ጀምሩ ኣብዳት እምነታት፣ ናይ ሰፖርት ማእኸላትን ካልኣት ህዝባዊ ኣኹባታት ንኽክልኩሉ መንግስት ይምዕድ። ብኸሊእ ወገን ኣብዳተ ምግብታት እንዳ ሻህን በንጎ ብሉላት ምግብታት ገዚኦም ንዝኹዱ/ takeaway /ተጠቀምጥ ክፉታት ኢዮም። በብዕላቱ ነገራት ስለዙቀያየሩ ተወሰኹት ክልከህት በኪኣዮ ክግብሩ ከምኸኻ ኢሉ ምርፍእ ኣግዲሱ ኢዮ።ክፉታት ኢዮም። በብዕላቱ ነገራት ስለዙቀያየሩ ተወሰኹት ክልከህት በኪኣዮ ክግብር ከምኸኻ ኢሉ ምርዳኢ ኣግዲሱ ኢዮ።

معلومات عن فيروس كورونا (COVID-19)

ارشادات وقائية للمحافظة على سلامة وصحة المجتمع
البيدين عند العطس أو السعال
معلومات عن فيروس كورونا
الجميع على علم بأن وباء فيروس كورونا، أخذ في الانتشار على مستوى العالم، والأسباب تعود إلى :
السعال في وجه الآخر
العطس في وجه الآخر
التنفس في وجه الآخر
لمس الأماكن الملوثة بالفيروس
الإصابة بـ (فيروس كورونا)، يؤدي إلى الوفاة خاصة لدى كبار السن وأصحاب الأمراض المزمنة. ورغم أن الفيروس غير مهدد بالموت، بالمقارنة مع الأمراض الأخرى، إلا أنه ونظرا لكونه سهل الانتقال والعدى إلى الآخر، يصح الفيروس خطر ومهدد
الخطوات المساعدة على وقف انتشار الفيروس
الالتزام بتعليمات الحكومة على ملازمة المنزل في هذه المرحلة الحرجة، مع الالتزام بتعليمات هامة للغاية
بالإمكان الخروج من المنزل لو المواعيد الطبية، أو لشراء بعض المستلزمات الغذائية الضرورية، أوممارسة رياضة المشي في المتزهات العامة فقط
في حال الخروج من المنزل، الرجاء الالتزام بترتك مسافة متر ونصف بينك وبين من تقابلها
سيكون حصر الأماكن المسموح بها أو غيره، كما ستكون قيود أخرى لما ذكر أعلاه، وسيصدر المنع بالتواجد فيها أو الاقتراب منها
للمزيد من هذه الإرشادات والمعلومات يرجى زيارة الرابط أدناه
www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus
ارشادات ينبغي تنفيذها وتطبيقها
تجنب التجمعات.
عدم دعوة الأصدقاء والعوائل لزيارة المنزل.
عند السعال أو العطس، ينبغي تغطية فمك وأنفك.
بيديك اليمنى أو اليسرى، حتى تلامس أطراف يدك
مقدمة أذنك اليمنى أو اليسرى
استصدر إرشادات وتوجيهات يومية في هذا الصدد

KORONABAIRATH (KOBIT-19) WĒĻ KĒ LĒK

Koronabairath aye thiiñ piny në ka cit γοκό, tiim ka ba wēēi enor koc kōk thōk, ku jārj de yān ci kōm ye cɪɪ bairath tɔ thiiñ. Koronabairath aléu bi koc nōk bike thoy, ku e dit enor kōcidit në run ku koc juéc ci ye tuaanŷ kàn keek dɔm, bēc e tɔ ke koor. Yin lēu ba koc kōk wook agut na yin cak rot yōk ke yin ci ye tuany.

Dhōl lēu bī yīn thīēi piny de bairath cək kāk

Yin bi dhiiɪ tɔ ke yin loi kē piath cit ba tiim ku yaalē nē yikoor, ke nē awereri nibi yic, ku cie dinduuc.
Aba dhiiɪ them ba yiniyin cie ye jak ku ye cinku loɔk nē thabuun ku piiu nē kaam thoɔk ebēn, nē yuul nyoɔt ke 20.

Ke kāk ke aa ye lōōŋ tɔ emeɛn :

- Rūēē baai.
- Duɔnē tɔ ayeer e ke tē yen kēriic. Nē ye kaameic, kē bi yīn cɔk dk hiiɪ ba ayeer e lēu ka la tē de pioc, tiŋ de akim, cōtiŋ nē wēt de pial e guop ka nē yōc de m̄th. Yin bi dhiiɪ tɔ tē mec enor koc kōk nē kaam ye miŋir 1.5 (miŋir tōk ku abak) na b ayeer.
- Na ba dhiiɪ tɔ ayeer, ke yin lēu ba la yitōk, wenē koc rēer yin wenē keek, ka wenē raan dēt tōk. Wek cie lēu bakē piny rōm ku wek cie wenhiim bi kut nē duut.
- Na rēērē baai, ke yin bi kony nē luɔn de wēi.
- Duɔnē mēeth ku koc rūuāi cɔɪ yōndu nē rēer ku ka kōk bi keek looi.

Yin lēu bī yīn kuum ba wēu cuat piny nē nyinic na cie yin bī luui cit men de ke lōōŋ tɔ nhial kāk.
Dōt men ke kə kāk ke gēl aa lēu bikē tɔ ku yin bi ka ke gēl yam dhiiɪ yōk tē https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus ka ba Coronavirus Australia app tāau nē themāatpundu yic.

Ku na yōk rot ke yin cie piɪ?

- Ka ye dōm de Koronabairath nyucɔth aa ye: alēth de guop, γοκό, rōl bec, dhāŋ, wēēi ciekiɪ.
- Na yōk rɔt ke yin nɔŋ ke ka nyooth tuany kāk, ke yin rēērē baai, cɪɪ akimū ka telepuɛn de koronabairath ŋaany thoɔk eluɔtɔ tɔ 1800 675 398.
 - Duɔnē koc nēm cɔk bɔ baai- ke koc wenē theer ciērj paandu kəpəc.
 - Cɪɪ 000 na tuŋ kēriic.

Dhīl lēu bī yīn koc ke komiōnitī kusny

Nē ye kaameic, yin lēu ba la rot yōk ba la yōōc thuuɔk ku ba ka cake γɔcɔ tāau piny nē yōnden thok ka ba miith tuɔc nē dhōl zɔlaany. Them ba tɔ ke yin ye thōk wenē komiōnitī ba mēeth ku koc rūuāi kēnē yiin cɔɪ nē telepuun ba tān tɔ keek nyic.

guēer ke Pesi Diāk ye nin 25, run 2020. Akuma e ci jam ye yān ke duɔr, amet ke thueēc ku yān kē waēer ye koc ke kenhiim kut thiŋ bi keek thiōk, ku bi yōōt ke cam bi yōōt ke cai aa lēu bikē koc γɔc ka bi yāth wei. Kārj aa waar rōth nē nyindhia ku ka ke gēl yam aa biēi keek nē thaə thoɔk ebēn.

KORONAVİRÜSLE (COVID-19) İLGİLİ TÜRKÇE BİLGİLER

Koronavirüs, başkalarının üzerine öksürmek, hapşırarak veya nefes vermek, ayrıca virüsün bulunduğu zemineleere dokunmak gibi eylemlerle bulaşır. Koronavirüs özellikle yaşlılar ve hastalar için ölümcül olabilir, ancak çoğu insan bu hastalığı hafif belirtilerle geçirecektir. Hasta olduğunuzda hissetmeniz bile başkalarına virüs bulaştırabilirsiniz.

Virüsün yayılmasını nasıl durdurabilirsiniz

Hapşırırken ve öksürürken elinizi kullanmayın, dirseğinizin içine doğru veya bir kağıt mendille hapşırarak ve öksürerek hijyen kurallarına uyun. Yüzünüzü dokunmamaya çalışın ve ellerinizi sık sık, akan suyun altında sabun kullanarak yıkayın.

Mevcut kurallar aşağıdaki gibidir :

- Evinizde kalın.
- Zorunlu haller dışında evinizden