



12/8/21

أعزائي طلاب وموظفو مدرسة Glenroy الابتدائية،

أنت على اتصال مباشر وثيق بشخص مصاب بفيروس كورونا (كوفيد-19) أو تعرضت لموقع تعرض حيث كان هناك خطر انتقال كوفيد-19. قام بتصنيفك موظف مفوض بموجب المادة 200 من قانون الصحة العامة والرفاهية لعام 2008 (Vic).

لقد تعرضت لكوفيد-19 في تاريخ 5/8/21. قد يتغير هذا التاريخ إذا كان تعرضك مستمرًا (على سبيل المثال، إذا كنت تقيم في نفس مكان الإقامة كحالة مؤكدة أثناء مرضهم).

هناك احتمال كبير أن يصاب الأشخاص الذين كانوا قريبين من شخص مصاب بكوفيد-19 بالفيروس ويمكن أن ينقلوه إلى أشخاص آخرين. أفضل طريقة لحماية نفسك وعائلتك ومجتمعك هي البقاء في المنزل والابتعاد عن الآخرين قدر الإمكان.

نوصي بإجراء الفحص الآن لمعرفة ما إذا كنت مصاب بكوفيد-19 - يرجى الاطلاع على مزيد من المعلومات المرفقة أدناه حول أماكن إجراء الاختبار.

سيساعدك هذا البريد الإلكتروني على فهم ما يجب عليك فعله للابتعاد عن الأشخاص الآخرين (الحجر الصحي) بأمان. إذا كنت بحاجة إلى التحدث مع شخص ما حول هذا البريد الإلكتروني، يرجى الاتصال **1300 651 160** (اضغط 0 لكوفيد-19، وعند إجابة اتصالك، يرجى طلب مترجم).

ما يجب عليك فعله الآن

- يجب عليك البقاء في المنزل أو في مكان إقامتك في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا على الأقل حتى 11:59 مساءً في 19/08/2021.
- يحمي الحجر الصحي المجتمع عن طريق إبعاد الأشخاص الذين قد يكونوا مصابين بكوفيد-19 عن الأشخاص غير المصابين.
- لا تغادر منزلك أو مسكنك إلا لهذه الأسباب المشروعة:
 - لأسباب طبية (للحصول على رعاية طبية أو إمدادات، أو إجراء اختبار لكوفيد-19)؛
 - في حالة الطوارئ أو إذا كنت لا تشعر بالأمان؛ أو
 - على النحو المحدد من قبل كبير مسؤولي الصحة أو المندوب.

- لا تذهب إلى العمل أو المدرسة أو مراكز التعليم العالي أو التسوق أو أي أماكن أو أحداث عامة، حتى لو كانت في الهواء الطلق.
- إذا كنت قلقًا بشأن فقدان الدخل أثناء الحجر الصحي، فقد تتمكن من الحصول على دفعة دعم قدرها 1500 دولار.
- لمزيد من المعلومات، اتصل بالخط الساخن الخاص بفيروس كورونا **1800 675 398** (اضغط 0 للحصول على مترجم).
- لا تستخدم وسائل النقل العام أو المشترك أو خدمات سيارات الأجرة.
- لا تستقبل زوار في منزلك.
- لا تترك منزلك لممارسة الرياضة.
- لا يمكنك مغادرة الحجر الصحي حتى يخبرك الموظف المعتمد أنه يمكنك المغادرة.
- إذا لم تقم بالحجر الصحي أو قمت بمغادرة الحجر الصحي قبل أن يخبرك الموظف المعتمد أنه يمكنك المغادرة، وليس لديك سبب مشروع، فسوف تخالف القانون وقد يتم تغريمك.
- اتصل بنا على الرقم **1300 651 160** (اضغط 0 لكوفيد-19، وعند إجابة اتصالك، إذا لزم الأمر، يرجى طلب مترجم) إلى:
 - اسألنا أي أسئلة حول الحجر الصحي؛
 - أخبرنا إذا كنت تخطط للحجر الصحي في عنوان مختلف؛
 - رتب مكانًا آمنًا للبقاء فيه إذا لم تتمكن من الحجر الصحي بأمان على العنوان المدرج في الجزء العلوي من هذا البريد الإلكتروني؛
 - أخبرنا إذا انتقل شخص ما إلى مكان الحجر الصحي الخاص بك - سنتصل بالأشخاص الذين تعيش معهم ونخبرهم بما يجب عليهم فعله.

اعتني بنفسك واطلب المساعدة إذا كنت بحاجة إليها

- نريد مساعدتك في الاعتناء بصحتك وعافيتك أثناء وجودك في الحجر الصحي.
- سوف نرسل لك رسالة نصية أو نتصل بك كل يوم مع استبيان يسألك عن صحتك وعافيتك.
- احترس من الأعراض. قد تكون مصابًا بكوفيد-19 إذا كان لديك أي مما يلي: حمى، قشعريرة أو تعرق، سعال، إتهاب في الحلق، ضيق في التنفس، سيلان في الأنف وفقدان أو تغير في حاسة الشم أو التذوق.
- إذا كانت لديك أي أعراض لكوفيد-19، حتى لو كانت خفيفة، فيرجى إجراء الفحص. يمكنك مغادرة منزلك لإجراء الفحص.
- للحصول على رعاية طبية أو لإجراء فحص، اتصل إما:
 - **الخط الساخن الخاص بفيروس كورونا على 1800 675 398** (اضغط 0 للحصول على مترجم)؛
 - الخدمة الطبية في فندقك (إذا كنت في الحجر الصحي بالفندق)؛ أو
 - طبيبك العام لإعلامهم بأنه قد تم تقييمك على أنك جهة اتصال وثيقة بكوفيد-19 حتى يتمكنوا من الاستعداد لك.
- إذا ظهرت عليك أعراض خطيرة، مثل صعوبة التنفس، فاتصل بالرقم ثلاثة اصفار (000) واطلب سيارة إسعاف. أخبرهم أنك جهة اتصال وثيقة أساسية لكوفيد-19.

اخضع للفحص في اليوم 13 من الحجر الصحي

- يجب إجراء الفحص في اليوم 13 من الحجر الصحي أو بعده مباشرة، والتاريخ هو 18/8/2021. هذا لأنه من المرجح أن تصاب بكوفيد-19 في غضون 14 يومًا من اتصالك بكوفيد-19.
- يجب ألا تستخدم خدمات النقل العام أو سيارات الأجرة أو خدمات المشتركة عندما تذهب لإجراء الفحص. يجب عليك القيادة أو المشي بنفسك. إذا لم تتمكن من الذهاب بأمان لإجراء الفحص، فيمكنك إجراء الاختبار في المنزل عن طريق الاتصال بالرقم **1800 675 398** (اضغط على 0 للحصول على مترجم).
- إذا كانت نتيجة الفحص سلبية، فسيؤكد الموظف المعتمد أنه يمكنك إنهاء الحجر الصحي في اليوم 14 من تاريخ 19/8/2021. يجب عليك البقاء في الحجر الصحي حتى هذا التاريخ.
- إذا لم تخضع للفحص، فيجب عليك البقاء في الحجر الصحي لمدة 14 يومًا إضافية. هذا يعني أنك ستبقى في الحجر الصحي لمدة 28 يومًا.
- إذا كان فحص اليوم 13 الخاص بك إيجابيًا وكنت مصابًا بكوفيد-19 أو إذا كنت على اتصال وثيق بشخص آخر مصاب بكوفيد-19، فستحتاج إلى البقاء في الحجر الصحي لفترة أطول. سنخبرك إذا حدث هذا.
- يرجى إحضار الرسالة المرفقة معك عند ذهابك لإجراء الفحص - يمكنك إظهار نسخة إلكترونية على هاتفك.

كيفية الحجر الصحي بأمان

- ابق في المنزل أو في مسكنك حتى يخبرك الموظف المعتمد أنه يمكنك المغادرة.
- الابتعاد عن الأشخاص، بما في ذلك أي شخص تعيش معه.
- ابق ونم في غرفة منفصلة عن غرف الأشخاص الآخرين واستخدم حمامًا منفصلًا.
- اغسل يديك بانتظام
- ارتد دائمًا كمامة للوجه إذا كنت بحاجة إلى التواجد في نفس الغرفة مع شخص آخر أو إذا كان عليك مغادرة المنزل.
- إذا كنت بحاجة إلى أي معدات حماية شخصية (PPE)، مثل كمامات الوجه أو القفازات، فيرجى الاتصال على **1800 675 398** (اضغط على 0 للحصول على مترجم).
- لمزيد من المعلومات، حول ما يجب عليك فعله إذا كنت على اتصال وثيق مع شخص مصاب بكوفيد-19 يرجى الاتصال ب **الخط الساخن لفيروس كورونا على 1800 675 398** (اضغط على 0 للحصول على مترجم).
- لا يُسمح لأي شخص بالدخول إلى مكان وجودك في الحجر الصحي إلا إذا كانوا:
 - يعيشون عادةً هناك أو يحتاجون إلى العزل أو الحجر الصحي هناك؛
 - بحاجة إلى تقديم رعاية أو خدمات طبية أو طارئة؛
 - بحاجة إلى توفير الرعاية كموظف لذوي الاحتياجات الخاصة؛
 - بحاجة إلى تقديم رعاية شخصية أو مساعدة منزلية نتيجة لعمر الشخص أو احتياجات خاصة أو حالته الصحية المزمنة؛ أو
 - يجب أن تدخل على النحو المطلوب أو المصرح به بموجب القانون.

كيف يمكنني الحصول على الطعام والمواد الأساسية؟

- اطلب من الأصدقاء أو العائلة، الذين ليسوا في عزل أو في الحجر الصحي، توصيل الطعام أو الأشياء الأخرى التي تحتاجها.
- لا ينبغي أن يدخلوا أو يتواصلوا معك. يجب أن يتركوا الأغراض خارج باب منزلك إن أمكن.
- إذا كنت تواجه مصاعب في الحصول على الأشياء التي تحتاجها، فاتصل ب **الخط الساخن لفيروس كورونا** على **1800 675 398** (اضغط 0 للحصول مترجم).
- يمكنك الحصول على حزمة إغاثة طارئة مجانية تحتوي على أغذية أساسية وضروريات (مثل الحفاضات أو مواد العناية الشخصية) إذا كنت في حاجة إليها.

هل يمكنني الخروج لممارسة الرياضة؟

- لا يمكنك مغادرة منزلك لممارسة الرياضة.
- إذا كنت تعيش في منزل أو شقة خاصة، فيمكنك الخروج إلى حديقة أو شرفتك أو ساحة الفناء الخاصة بك. لا يمكنك الذهاب إلى حديقة أو الباحة التي تشاركها مع أسر أخرى، مثل حديقة مشتركة أو باحة في مبنى سكني أو أي نوع آخر من أماكن الإقامة.

أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات؟

إذا كانت لديك أي أسئلة محددة، يرجى الاتصال بنا في وزارة الصحة على **1300 651 160** (اضغط 0 لكوفيد-19، وعند إجابة اتصالك، إذا لزم الأمر، يرجى طلب مترجم).

- ماذا تفعل إذا كنت على اتصال وثيق بشخص مصاب بكوفيد-19

<https://www.dhhs.vic.gov.au/what-to-do-close-contact-coronavirus-covid-19>

أو

<https://www.coronavirus.vic.gov.au/sites/default/files/2021-08/What%20to%20do%20if%20you%20are%20a%20close%20contact%20-%2005082021%20-%20Arabic.docx>

- النظافة والتباعد الجسدي

<http://www.dhhs.vic.gov.au/staying-safe-covid-19>

- الدعم المالي وغيره من أشكال الدعم للأشخاص المتضررين من كوفيد-19

<https://www.dhhs.vic.gov.au/financial-support-coronavirus-covid-19>

- معلومات عامة عن كوفيد-19

<https://www.coronavirus.vic.gov.au/Arabic>

شكرا لك على قراءة هذه المعلومات. يمكن أن يكون الحجر الصحي صعبًا ولكنه يساعد في الحفاظ على أمان عائلتك ومجتمعك.

تفضلوا بقبول فائق الاحترام،



المدير البروفيسور

بول جونسون

وحدة الصحة العامة الشمالية الشرقية (NEPHU) - إدارة الحالات والاتصال الوثيق وتفشي المرض

موظف معتمد بموجب قانون الصحة العامة والرفاهية لعام 2008 (Vic).

تم إصدار هذا الإشعار وفقاً للتوجيهات الصادرة بموجب s200 من قانون الصحة العامة والرفاهية لعام 2008 (Vic).