

Dari

دری

بخش صحت عامه شمال شرقی

مدیریت بخش تماس ردیابی تماس و مدیریت شیوع



21/8/12

دانش آموزان و کارکنان محترم مکتب ابتدائیه گلینرای،

شما اولین تماس نزدیک به فردی هستید که به ویروس کرونا (COVID-19) مبتلاء شده است و یا به جای رفته اید که در آنجا خطرابتلا و خطر انتقال ویروس کرونا (COVID-19) وجود داشته است. یک کارمند با صلاحیت به اساس ماده ۲۰۰ قانون صحت و سلامت عامه ۲۰۰۸ (Vic) این را مشخص نموده است.

شما به تاریخ 5/8/21 در معرض خطر مصاب شدن به ویروس کرونا (COVID-19) قرار گرفتید. اگر قرار گرفتن شما در معرض خطر مصاب شدن ادامه دار باشد، ممکن است این تاریخ تغییر کند (بطور مثال، اگر شما در همان محل بودباش که شخص مبتلاء به ویروس در حالت مریضی وجود داشته باشد زندگی میکنید).

احتمال بسیار زیاد وجود دارد که افراد که با فرد مبتلاء به ویروس کرونا (COVID-19) نزدیک بوده اند به این ویروس مبتلا میشوند و میتوانند آن را به افراد دیگر منتقل کنند. بهترین راه برای محافظت از خود، خانواده و جامعه تان این است که در خانه بمانید و از افراد دیگر دوری نمائید.

ما توصیه میکنیم که شما همین اکنون معاینه را انجام دهید تا ببینید که اگر به (COVID-19) مبتلاء هستید یا خیر- لطفاً اطلاعات بیشتر را در زیر و محل معاینه را در ضمیمه ببینید.

این ایمیل به شما کمک می کند تا بفهمید که چه باید کرد تا از افراد دیگر مصونانه دور (در قرنطین) بمانید. اگر می خواهید در مورد این ایمیل با کسی صحبت کنید، لطفاً با شماره **1300 651 160** تماس بگیرید (برای COVID-19 دکمه 0 را فشار دهید، و بعد از اتصال، لطفاً برای ترجمان درخواست کنید).

چیزی را که شما باید همین حال انجام دهید

- شما باید حداقل ۱۴ روز در خانه یا محل اقامت خود در قرنطین بمانید تا ساعت ۱۱:۵۹ شب **2021/08/19**.
- قرنطین با دور نگهداشتن افراد که ممکن است مبتلاء به COVID-19 باشند از افراد سالم باعث محافظت جامعه میشود.
- از خانه یا محل سکونت خود بیرون نروید، به استثناء این دلایل قانونی:
 - به خاطر مشکلات پزشکی (برای دریافت مراقبت یا ادویه، یا انجام دادن معاینه COVID-19)؛
 - در حالات اضطراری یا اگر شما مصون نباشید؛ و یا
 - حالاتیکه توسط رئیس عمومی صحت عامه و یا نماینده آن مشخص شده است.
- از رفتن به محل کار، مکتب، تحصیلات عالی، خرید و یا هر مکان یا محفل عامه حتی اگر در ساحات بیرونی هم باشد اجتناب ورزید.
 - اگر تشویش از دست دادن عاید تان را در زمان قرنطین دارید، شما میتوانید برای دریافت مبلغ ۱۵۰۰ دالر پول کمکی در خواست نمایید. برای معلومات بیشتر، به خط مستقیم تلفونی ویروس کرونا به شماره **1800 675 398** زنگ بزنید (برای مترجم دکمه 0 را فشار دهید).
- از ترانسپورت عامه، موترهای مسافر بری و تکسی استفاده نکنید.
- در خانه تان بازدید کننده نداشته باشید.
- برای تمرین خانه تان را ترک نکنید.
- تازمانی که یک مأمور ذیصلاح برای شما نگوید که قرنطین شما تمام است، شما نمیتوانید از قرنطین بیرون شوید.
- اگر شما خود را قرنطین نکنید و یا قبل از اینکه مأمور ذیصلاح برای شما بگوید، قرنطین را بدون داشتن دلایل قانونی ترک کنید، شما قانون شکنی میکنید و ممکن جریمه شوید.
- برای ما به شماره **1300 651 160** زنگ بزنید (برای COVID-19 دکمه 0 را فشار دهید، بعد از اتصال، اگر ترجمان ضرورت دارید، لطفاً درخواست کنید):
 - در مورد قرنطین هر سوال که داشته باشید از ما بپرسید؛
 - اگر در کدام آدرس دیگر خود را قرنطین میکنید برای ما اطلاع دهید؛
 - اگر نمیتوانید بطور مصونانه خود را در آدرس که در ابتداء این ایمیل ذکر شده قرنطین نمایید، باید جای امن دیگری را برای ماندن تنظیم نمایید.
 - اگر کسی به محل قرنطین شما بیاید، برای ما اطلاع دهید - ما با افراد که با آنها زندگی می کنید تماس میگیریم و به آنها میگوییم که چه باید کنند.

مراقب خود باشید و در صورت نیاز کمک طلب نمائید

- ما میخواهیم با شما کمک کنیم تا شما از صحت و سلامت خود هنگام قرنطین مراقبت کنید.
- ما هر روز بخاطر بررسی به شما پیام ارسال می کنیم یا زنگ میزنیم و سوالاتی را در مورد صحت و سلامتی از شما میپرسیم.
- متوجه بروز علائم باشید. در صورت داشتن یکی از موارد ذیل ممکن است مبتلاء به COVID-19 باشید: تب، لرزه یا عرق، سرفه، گلودرد، تنگی نفس، آب ریزش بینی و از دست دادن یا تغییر حس بو یا مزه.
- اگر علائم COVID-19 دارید، حتی اگر خفیف باشند، لطفا خود را معاینه کنید. برای انجام دادن معاینه شما میتوانید خانه خویش را ترک کنید.
- برای مراقبت های طبی یا انجام دادن معاینه، با یکی از بخش زیر تماس بگیرید:
 - با خط مستقیم تلفونی ویروس کرونا به شماره **1800 675 398** به تماس شوید (دکمه 0 را برای مترجم فشار دهید)؛
 - خدمات طبی درهوتل شما (اگر در قرنطین هتل باشید)؛ یا
 - داکتر شما به آنها اطلاع دهد که شما به عنوان یک تماس نزدیک COVID-19 ارزیابی شده اید تا بتوانند برای شما آماده شوند.
- در صورت بروز علائم جدی مانند مشکل در تنفس، به سه صفر (000) زنگ بزنید و امبولانس بخواهید. به آنها بگویید که شما تماس نزدیک اولیه COVID-19 هستید.

در روز ۱۲ قرنطین، معاینه را انجام دهید

- شما باید به تاریخ **18/8/2021** که روز ۱۲ ام قرنطین میشود یا بعد از آن تست را انجام دهید. این به خاطر این است که علایم کووید - ۱۹ در مدت زمان الی ۱۴ روز پس از تماس به شخص مبتلا به کووید - ۱۹ ممکن بوجود بیاید.
- اگر بخاطر انجام آزمایش میروید، شما نباید از ترانسپورت عامه، تکسی و موتر های مسافر بری استفاده نمائید معاینه کردن شما باید یا با موتر خودتان یا پای پیاده بروید. اگر نمیتوانید مصؤنانه برای انجام آزمایش سفر کنید، شما میتوانید با شماره تلفون **1800 675 398** زنگ بزنید تا آنرا در خانه انجام دهید (برای مترجم دکمه 0 را فشار دهید).
- در صورت منفی بودن نتیجه آزمایش تان، یک مأمور ذیصلاح به شما در مورد اینکه میتوانید قرنطین تان را در روز ۱۴ که تاریخ 19/8/2021 میباشد، به پایان برسانید. تا این تاریخ باید در قرنطین بمانید.
- اگر آزمایش را انجام نمیدهید، در آنصورت باید ۱۴ روز دیگر نیز در قرنطین بمانید. این بدین معنی است که شما در مجموع ۲۸ روز در قرنطین خواهید بود.

- اگر نتیجه معاینه روز ۱۳ شما مثبت بود و شما به بیماری COVID-19 مبتلاء شدید و یا شما با شخص دیگری که مبتلاء به COVID-19 است تماس نزدیک داشته اید، باید مدت بیشتری در قرنطین بمانید. اگر این چنین شد به شما اطلاع می‌دهیم.
- زمانی که بخاطر انجام آزمایش می‌روید، لطفاً نامه ضمیمه را نیز با خود بیاورید - شما می‌توانید یک نسخه الکترونیکی آنرا از تلفون خود نشان دهید.

چگونه خود را بطور مصون قرنطین نمایم

- در خانه یا محل اقامت خود بمانید تا زمان که یک مأمور ذیصلاح به شما بگوید که می‌توانید آنجا را ترک کنید.
- از افراد دیگر به شمول افراد که با آنها زندگی می‌کنید، دور باشید.
- در یک اتاق جدا از اتاق افراد دیگر بمانید و بخوابید و از حمام جداگانه استفاده کنید.
- دست هایتان را مکرراً بشوئید.
- اگر در یک اتاق با شخص دیگر باشید یا اگر باید از خانه بیرون بروید، همیشه ماسک روی را بپوشید.
- در صورت نیاز به تجهیزات محافظت شخصی (PPE)، مانند ماسک روی یا دستکش، لطفاً با شماره **1800 675 398** تماس بگیرید (دکمه 0 را برای مترجم فشار دهید).
- برای معلومات بیشتر در مورد اینکه در صورت تماس نزدیک با فرد که مبتلاء به COVID-19 است، چه باید کرد، لطفاً به خط مستقیم تلفونی ویروس کرونا به شماره **1800 675 398** زنگ بزنید (برای مترجم دکمه 0 را فشار دهید).
- هیچکس اجازه داخل شدن به مکان که شما در آنجا قرنطین استید را ندارد مگر اینکه آنها:
 - بطور معمول در آنجا زندگی می‌کنند یا باید در آنجا تجرید یا قرنطین شوند؛
 - نیاز به ارائه خدمات طبی یا مراقبت عاجل داشته باشند
 - نیاز به ارائه مراقبت به عنوان یک کارگر معلولیت داشته باشد؛
 - نیاز به ارائه مراقبت های شخصی یا کمک های خانگی افراد مسن، افراد دارای معلولیت یا مریضی طولانی داشته باشند؛ یا
 - طبق قانون ملزم یا صلاحیت داخل شدن را داشته باشند.

چگونه میتوانم مواد غذایی و اقلام ضروری را تهیه کنم؟

- از دوستان یا خانواده خود که در تجرید و یا قرنطین نیستند، بخواهید که غذا یا چیزهای دیگر مورد نیازتان را تهیه نموده و برای شما بگذارند.

- آنها نباید داخل خانه شوند یا با شما تماس داشته باشند. آنها باید در صورت امکان اشیاء را بیرون درب خانه شما بگذارند.
- اگر برای تهیه اشیاء که شما نیاز دارید با مشکل روبرو هستید، به خط مستقیم تلفونی ویروس کرونا به شماره **1800 675 398** زنگ بزنید (دکمه 0 را فشار دهید برای مترجم).
- در صورت نیاز می توانید یک بسته امدادی اضطراری رایگان با مواد اولیه و ضروری (مانند پوشک (nappies) یا وسایل مراقبت شخصی) دریافت کنید.

آیا میتوانم برای ورزش بیرون بروم؟

- شما نمیتوانید خانه خود را برای ورزش ترک کنید.
- اگر در یک خانه یا آپارتمان شخصی زندگی میکنید، می توانید به باغ، بالکن یا حویلی خانه خود بروید. شما نمیتوانید به باغ یا حویلی بروید که با خانواده ها دیگر مشترک باشد، مانند یک باغ یا حویلی مشترک در یک ساختمان آپارتمانی یا دیگر انواع اقامتگاه ها.

از کجا میتوانم معلومات بیشتر را دریافت نمایم؟

اگر سوالات مشخص دارید، لطفاً به ما در وزارت صحت به شماره **1300 651 160** زنگ بزنید (برای COVID-19 دکمه 0 را فشار دهید، و بعد از اتصال و اگر نیاز باشد، لطفاً مترجم بطلبید).

- اگر در تماس نزدیک به شخص مبتلا یا تماس مبتلا هستید چه باید بکنید

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

یا

<https://www.dhhs.vic.gov.au/what-do-if-you-have-been-close-contact-someone-coronavirus-covid-19-dari-doc>

- برای نظافت و فاصله فیزیکی

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

- کمک مالی و حمایت های دیگر برای افراد که توسط COVID-19 متأثر گردیده اند

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

- معلومات عمومی ویروس کرونا

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

تشکر برای مطالعه نمودن این معلومات. قرنطین میتواند چالش برانگیز باشد اما در حفظ خانواده و جامعه شما کمک میکند.

با احترام



پروفیسور پال
جانسن - رئیس

بخش صحت عامه شمال شرقی (NEPHU) - مدیریت مورد، ردیابی تماس و شیوع

یک کارمند با صلاحیت طبق قانون صحت و سلامت عامه ۲۰۰۸ (Vic).

این اطلاعیه مطابق با دستورالعمل های صادر شده ماده 200s قانون صحت و سلامت عامه ۲۰۰۸ (Vic) صادر شده است.