

Vietnamese: COVID Safe community information

Avoid large family gatherings

Cảm thấy không khỏe? Hãy tránh những cuộc tập hợp gia đình đông đảo và được xét nghiệm ngay tức thì.

Nếu quý vị là một phần của một gia đình đông người, rộng lớn, đứng tránh ra xa có thể là hành động yêu thương lớn nhất.

Để có danh sách các phòng khám chữa bệnh có xét nghiệm COVID-19 hãy viếng thăm:

<https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>
#HãyĐiChămHỏiToàn #HãyĐượcXétNghiệm



Physical distancing – poster

Hãy giữ cho quý vị và những người thân yêu của quý vị được an toàn

- Đừng dự những cuộc tụ họp lớn của gia đình
- Giữ khoảng cách xa 1.5 mét với những người khác
- Rửa tay
- Ho và hắt hơi vào khuỷu tay quý vị
- Nếu quý vị cảm thấy không khỏe, hãy được xét nghiệm


Để có danh sách các phòng khám chữa bệnh có xét nghiệm COVID-19 hãy viếng thăm:

<https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>
#HãyĐiChămHỏiToàn #HãyĐượcXétNghiệm



COVID-19 – who to call – poster

COVID-19 (Siêu Vi Corona)
Có thể gọi ai




Thắc mắc và hỗ trợ
• Gọi số 1800 000 000 (miễn phí) hoặc số điện thoại địa phương của bạn để được hướng dẫn.
• Gọi số 132 278 888 (miễn phí) để được hướng dẫn về các dịch vụ hỗ trợ.
• Gọi số 1800 012 240 (miễn phí) để được hướng dẫn về các dịch vụ hỗ trợ.
• Truy cập trang web www.health.nsw.gov.au/covid-19 để tìm hiểu thêm về COVID-19.
• Truy cập trang web www.nsw.gov.au/covid-19 để tìm hiểu thêm về COVID-19.

Ba Số Không
Chỉ gọi ba số không (000) trong những trường hợp khẩn cấp như bị hỏa hoạn hoặc bị thương.

Dịch vụ thông ngôn
Gọi số 132 278 888 để được hướng dẫn về các dịch vụ thông ngôn.

Nếu có các triệu chứng
• Tránh tiếp xúc với người khác.
• Tránh đi công cộng.
• Tránh tiếp xúc với người khác.
• Tránh tiếp xúc với người khác.
• Tránh tiếp xúc với người khác.

Bảo vệ chính mình và người khác
• Giữ khoảng cách xa 1.5 mét.
• Rửa tay.
• Ho và hắt hơi vào khuỷu tay.



Look after your mental health during COVID-19 – poster

COVID-19
Giữ gìn sức khỏe tâm thần của chúng ta trong thời điểm đại dịch COVID-19 (Siêu Vi Corona)

1. Hoạt động cơ thể
Tập thể dục là một cách để giữ sức khỏe tâm thần. Hãy đi bộ, chạy bộ, hoặc tập yoga. Hãy tập thể dục ít nhất 30 phút mỗi ngày.

2. Ăn uống bổ dưỡng
Đảm bảo ăn uống bổ dưỡng. Ăn nhiều rau củ, trái cây, ngũ cốc và protein. Hạn chế ăn đồ ăn nhanh và đồ uống có đường.

3. Giữ liên lạc
Liên lạc với người thân và bạn bè. Hãy gọi điện thoại hoặc nhắn tin. Hãy tham gia các nhóm hỗ trợ.

4. Ngủ ngon và nghỉ ngơi
Ngủ đủ giấc. Hãy đi ngủ và thức dậy đúng giờ. Hãy nghỉ ngơi khi cần thiết.

5. Duy trì lối sống lành mạnh
Hạn chế uống rượu và hút thuốc. Hãy tập thể dục ít nhất 30 phút mỗi ngày.

6. Theo dõi sức khỏe tâm thần và phúc lợi của mình
Hãy chú ý đến cảm xúc của mình. Nếu bạn cảm thấy căng thẳng hoặc lo lắng, hãy tìm kiếm sự giúp đỡ.

7. Tìm hỗ trợ
Hãy tìm kiếm sự giúp đỡ nếu bạn cần. Hãy gọi điện thoại hoặc nhắn tin. Hãy tham gia các nhóm hỗ trợ.



Additional resources: [Tell staff if you have symptoms – poster](#)

Vietnamese: COVID Safe business information

Show your commitment to COVID Safety and keeping our community safe. Complete a COVID-19 Safety Plan and register as a COVID Safe business.

Links to translated COVID Safe Plans for businesses:

- [General](#)
- [Beauty, Nail, Waxing, Tanning and Hairdressing Salons](#)
- [Restaurants and Cafes including food courts](#)

For more information on COVID Safe businesses, go to www.nsw.gov.au/covid-19/covid-safe-business

Example of the Vietnamese COVID-Safe poster received on registration



Vietnamese: Media campaign assets



Stay safe family gatherings press ad



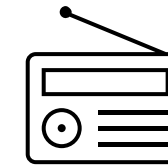
Get tested press ad



Mental wellbeing video



Continue healthcare video



Get tested (clinics) radio

Distancing radio

Border Entry social ad




Hygiene etiquette to stop the spread - poster

Thai: COVID Safe community information

If you have symptoms - poster

COVID-19 Symptoms and Testing



If you have symptoms such as cough, sore/scratchy throat or shortness of breath or unexplained fever, you should be tested for COVID-19.

Call your GP or visit a public COVID-19 clinic: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>

If you need an interpreter call TIS National on 131 450 and ask for the National Coronavirus Health Information Line.

Gejala-Gejala dan Test COVID-19 Indonesian

Jika Anda mengalami gejala-gejala seperti batuk, sakit/gatal tenggorokan atau sesak napas atau demam tanpa sebab yang jelas, Anda harus menjalani tes COVID-19. Teleponlah dokter (GP) Anda atau kunjungi klinik umum COVID-19: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>. Jika Anda membutuhkan juru bahasa, teleponlah TIS National di 131 450 dan mintalah National Coronavirus Health Information Line.

COVID-19の症状と検査 Japanese

咳、喉の痛み/かゆみ、息切れ、原因不明の発熱等の症状がある場合は、COVID-19（新型コロナウイルス感染症）の検査を受けましょう。かかりつけの医師（GP）までお電話または公立のCOVID-19クリニックをお訪ねください（<https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>）。通訳を必要とされる方は、電話通訳サービス（TIS National - Tel: 131 450）へお電話になり、National Coronavirus Health Information Lineにつなぐようご指定ください。

COVID-19 -ын шинж тэмдгүүд ба оношлогоо Mongolian

Хэрэв танд ханиалгах, хоолой хөндүүрлэх / загатах, амьсгал дундагч, эсвэл тодорхой буц шалтгаангүй халууралт зэрэг COVID-19-ийн шинж тэмдгүүд хамрагдаж байгаа бол, COVID-19-ийн үзлэг үзүүлэх үйлчилгээг урьдчилан захиалж, үйлчилгээг хүлээн авахыг зөвлөж байна. COVID-19-ийн үзлэг үзүүлэх үйлчилгээг хүлээн авахыг зөвлөж байна. COVID-19-ийн үзлэг үзүүлэх үйлчилгээг хүлээн авахыг зөвлөж байна.

อาการและการตรวจ COVID-19 Thai

ถ้ามีอาการ เช่น ไอ เจ็บคอ/คันคอ หายใจเหนื่อย หรือมีไข้โดยไม่ทราบสาเหตุ ท่านควรรับการตรวจ COVID-19 ที่โรงพยาบาลหรือคลินิก COVID-19 ที่: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics> ถ้าต้องการล่าช้าโทรหา TIS National หมายเลข 131 450 และขอใช้สาย National Coronavirus Health Information Line

National Coronavirus Health Information Line

1800 020 080

Physical distancing - poster

ป้องกันทุกคนให้ปลอดภัย: การอยู่ห่างกัน

ช่วยหยุดการแพร่ระบาดของ COVID-19 ระหว่างบุคคล



อยู่ห่างระยะ 1.5 เมตร หรือ 2 ก้าวใหญ่ ข้างผู้อื่น



อยู่ห่างจากทุกคนเมื่ออยู่เพื่อที่จะทำธุระส่วนตัว (ทั้งส่วนตัวและธุรกิจ)



จำกัดการจับมือหรือสัมผัสแบบผิวสัมผัส หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดหรือการจ้องมอง



ลดการใช้สถานที่สาธารณะหรือที่แออัดอยู่ห่างจากผู้อื่น 1.5 เมตร



ไม่จับมือหรือสัมผัสของผู้อื่น



ถ้าทางสะดวก ถ้าจำเป็นควรสวมหน้ากากอนามัย และอยู่ห่างจากผู้อื่น 1.5 เมตร

อยู่อย่างปลอดภัย



ใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลาเมื่ออยู่ในที่สาธารณะ



ไม่สัมผัสกับผู้อื่นโดยไม่จำเป็น

อย่าลืม COVID-19



อย่าลืม COVID-19

เพื่อข้อมูลเพิ่มเติม

โทรหาสายด่วน COVID-19 TIS National หมายเลข 131 450 หรือสาย National Coronavirus Health Information Line

NSW GOVERNMENT

Who to call - poster

COVID-19 (โคโรนาไวรัส) ใครควรรู้ได้



คำถามและความช่วยเหลือ

- โทร 1800 020 080 (1800) สำหรับคำถามเกี่ยวกับ COVID-19
- โทร 13 22 88 (1322) สำหรับคำถามเกี่ยวกับ COVID-19
- โทร 1300 512 348 (1300) สำหรับคำถามเกี่ยวกับ COVID-19
- TIS National 131 450 สำหรับคำถามเกี่ยวกับ COVID-19
- TIS National 131 450 สำหรับคำถามเกี่ยวกับ COVID-19

ศูนย์สนับสนุน

ให้ข้อมูลเกี่ยวกับ COVID-19 และบริการช่วยเหลือ

บริการสนับสนุน

สำหรับคำถามเกี่ยวกับ COVID-19 โทร 13 22 88

คำแนะนำ



อย่าลืม COVID-19



อย่าลืม COVID-19



อย่าลืม COVID-19



อย่าลืม COVID-19

NSW GOVERNMENT

Avoid large family gatherings

รู้สึกไม่สบายใช่ไหม? หลีกเลี่ยงการพบปะกับครอบครัวและไปตรวจทันที

ถ้าคุณเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวใหญ่ ครอบครัวขยาย การแยกตัวออกจากกัน เป็นการแสดงความรักอย่างใหญ่หลวง

รายการคลินิกตรวจ COVID-19 ที่:

<https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>

NSW GOVERNMENT

Thai: COVID Safe business information

Show your commitment to COVID Safety and keeping our community safe. Complete a COVID-19 Safety Plan and register as a COVID Safe business.

Links to translated COVID Safe Plans for businesses:

- [General](#)
- [Restaurants and Cafes including food courts](#)
- [Beauty, Nail, Waxing, Tanning and Hairdressing Salons](#)

For more information on COVID Safe businesses, go to www.nsw.gov.au/covid-19/covid-safe-business

Example:

The screenshot shows the NSW COVID-19 Safety Plan form for Restaurants and Cafes. The header includes the NSW Government logo and the text 'COVID-19 > ช่วยให้ธุรกิจกลับสู่สภาพดำเนินกิจการได้'. The form title is 'แผนความปลอดภัย COVID-19' with a date of 'มีผลบังคับ 24 กรกฎาคม 2020'. The section is 'ร้านอาหารและคาเฟ่ (รวมทั้งศูนย์อาหาร)'. The text explains that the plan is for businesses to follow COVID-19 safety measures to keep customers and staff safe. It includes a table for 'รายละเอียดของธุรกิจ' (Business Details) with fields for 'ชื่อธุรกิจ', 'ประเภทธุรกิจ', and 'เลขที่ใบอนุญาต'. Below this is a section for 'ผู้รับผิดชอบ' (Responsible Person) with fields for 'ชื่อ', 'ตำแหน่ง', and 'ลายเซ็น'. The bottom section is 'ข้อมูลเพิ่มเติม' (Additional Information) with a table for 'รายละเอียดเพิ่มเติม' (Additional Details) with columns for 'หัวข้อ' (Topic) and 'รายละเอียด' (Details). The table has three rows: 'การปฏิบัติตามมาตรการป้องกัน COVID-19', 'การปฏิบัติตามมาตรการป้องกัน COVID-19', and 'การปฏิบัติตามมาตรการป้องกัน COVID-19'.

Hindi: Media campaign assets



[Stay safe family gatherings press ad](#)
[\(English for Indian press\)](#)



[Distancing press ad](#)
[\(English for Indian press\)](#)



[Get tested](#)
[\(clinics\) radio](#)

[Get tested](#)
[\(symptoms\) radio](#)

Polish: COVID Safe community information

Links to translated PDF documents to download:

[Help us stop the spread – brochure](#)

[Home isolation guide – factsheet](#)

[Physical distancing – poster](#)

[Tell staff if you have symptoms – poster](#)

Help us stop the spread

- Clean your hands thoroughly for at least 20 seconds with soap and water, or an alcohol-based hand rub.
- Cover your nose and mouth when coughing and sneezing with a tissue or a flexed elbow. Put the tissues in the bin.
- Avoid close contact with anyone with cold or flu-like symptoms.
- Stay home if you are sick.

Βοηθήστε μας να σταματήσουμε την εξάπλωση του ιού

- Ψάχνετε καλά τα χέρια σας για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο αντισηπτικό χεριών.
- Καλύψτε τη μύτη και το στόμα σας όταν βήξετε και φτερνίζεστε με χαρτομάντιλο ή με τον αγκώνα σας λυγισμένο. Πιέστε τα χαρτομάντιλα στα σκουπίδια.
- Αποφύγετε την στενή επαφή με οποιοδήποτε παιδί έχει συμπτώματα κρυολογήματος ή παρόμοια με της γρίπης.
- Μείνετε στο σπίτι εάν έχετε άρρωστοι.

Aiutateci a fermare il contagio

- Lavatevi le mani energicamente per almeno 20 secondi con acqua e sapone, o con un disinfettante a base di alcol da strofinare sulle mani.
- Coprite naso e bocca quando tossite o starnutite con un fazzoletto usa-e-getta oppure con il polso o il gomito piegato. Gettate i fazzoletti nel bidone della spazzatura.
- Evitate contatti ravvicinati con chiunque abbia il raffreddore o presenti sintomi simili a quelli influenzali.
- Rimasete a casa se siete malati.

Помогнете ни да го спречиме ширењето на вирусот

- Мийте ги рацете детално 20 секунди со сапун и вода или со гел за дезинфекција на рацете базиран на алкохол.
- Покријте ги носот и устата кога кашлате или кивате. Писнете го тоа во картонско марамице или вистративоста на локот. Фрлете го марамицето во канти за губре.
- Избегајте блиски контакт со сите што има симптоми или симптоми слични на грип.
- Останете дома ако сте болни.

Pomóż nam w zatrzymaniu rozprzestrzeniania się wirusa

- Mij ręce dokładnie wodą z mydłem przez co najmniej 20 sekund lub użyj środka dezynfekującego na bazie alkoholu.
- Zakrywaj nos i usta w czasie kaszlu lub kichania chusteczką higieniczną lub schowaj w zgięciu łokcia. Wytrząś chusteczki do kosza.
- Unikaj bliskiego kontaktu z każdym, kto ma objawy grypopodobne.
- Pozostań w domu, jeżeli jesteś chory.

health.nsw.gov.au/coronavirus

Arkusz informacyjny

Porada dotycząca izolacji w domu dla osób z potwierdzonym zakażeniem COVID-19 (koronawirusem)

Niektórzy ludzie, u których stwierdzono zakażenie nowym koronawirusem (COVID-19) będą wymagać leczenia szpitalnego, podczas gdy większość osób, które są w mniejszym stopniu chore, mogą się leczyć w domu, w izolacji. Jeżeli stwierdzono u Ciebie COVID-19 i lecysz się w domu, musisz się poddać samoizolacji i stosować do tych wskazówek do czasu, gdy twój lekarz lub publiczna placówka ochrony zdrowia nie powiadomi Cię, że nie musisz już więcej przebywać w izolacji.

Dziśnia aktualizacja: 02 kwietnia 2020

Obserwuj objawy

Jeżeli Twoje objawy powiększają się, nasilają, (np. trudność w stanie spoczynku lub trudności z oddychaniem), zadzwoń pod 000. Poinformuj personel pogotowia, że potwierdzono u Ciebie COVID-19 (koronawirusa). Jeżeli objawy się pogorszą, ale nie będą jeszcze poważne, skontaktuj się ze swoim lekarzem lub publiczną placówką ochrony zdrowia.

Czy mogę chodzić do pracy lub do szkoły? Czy mogę przyjmować gości?

Nie. Izolacja w domu oznacza, że musisz pozostać w domu lub w hotelu i ograniczyć swoje normalne zajęcia. Nie możesz chodzić do pracy, szkoły, przedszkola, na uniwersytet, zajęcia rekreacyjne lub w miejsca publiczne, ani po zakupy. Nie powinieneś pozwalać, by inni, którzy nie mają ważnej potrzeby przebywania w twoim domu, odwiedzali Cię, kiedy przebywasz w izolacji. Uwaga: Możesz wyjść z domu jedynie w celu uzyskania pomocy medycznej lub w nagłych przypadkach.

Czy mogę wyjść do ogrodu albo na spacer?

Możesz wychodzić do swojego prywatnego ogrodu lub na swoje prywatne podwórze lub na prywatny balkon, jeżeli posiadasz. Nie możesz wychodzić z domu, jeżeli nie szukasz pomocy medycznej lub w nagłych przypadkach.

Odseparuj się od innych osób w domu

Jeżeli mieszkasz razem z innymi osobami, musisz, na ile to możliwe, • pozostać odseparowany od innych

More isolation guidance for people confirmed to have COVID-19 (Coronavirus) infection

<https://www.health.nsw.gov.au/coronavirus/Pages/isolation-factsheet.aspx>

Dbajmy o bezpieczeństwo wszystkich: Dystans fizyczny

pomaga powstrzymać rozprzestrzenianie się COVID-19 między ludźmi

- Zachowuj odległość 1,5 metra lub 2 dużych kroków od innych osób.
- Ograniczaj spotkania z rodziną i znajomymi. Zmniejsz tego rozmawiaj z nimi telefonicznie lub online.
- Unikaj podawania dłoni, uścisków lub całowania innych osób.
- Przestrzegaj obowiązujących w Nowej Południowej Walii przepisów dotyczących spotkań (w celach prywatnych i służbowych).
- Ruch na świeżym powietrzu jest dozwolony, ale zachowuj odległość 1,5 metra od innych osób.
- Jeśli masz jakiegokolwiek objawy, poddawaj się testowi na koronawirusa. Odizoluj się od innych osób do czasu obrazymania wyników.

Dbaj o swoje bezpieczeństwo

- Wuj ręce mydłem przez co najmniej 20 sekund lub używaj środka do dezynfekcji rąk.
- Kiedy kaszlesz lub kichasz, unikaj w kierunku twarzy i wytrząś chusteczkę higieniczną.

Objawy COVID-19

- Gorączka
- Również
- Ból gardła
- Płyny z nosa

Większe informacje

National Coronavirus Health Information Line: 1800 020 080

En telefoneringssamtalningssamtal kan du få hjælp til at forstå, hvad du skal gøre, hvis du har symptomer på COVID-19. Ring på 1800 020 080.

Call now

COVID-19 Symptoms and Testing

If you have symptoms such as cough, sore/scratchy throat or shortness of breath or unexplained fever, you should be tested for COVID-19.

Call your GP or visit a public COVID-19 clinic: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>

If you need an interpreter call TIS National on 131 450 and ask for the National Coronavirus Health Information Line.

COVID-19 Συμπτώματα και Εργαστηριακές Εξετάσεις

Εάν έχετε συμπτώματα όπως βήχας, πονόλαιμο/αισθησιακή ξηρότητα στο λαιμό ή δύσπνοια ή ανεξήγητο πυρετό, θα πρέπει να κάνετε το τεστ για COVID-19. Τηλεφωνήστε στον γιατρό σας ή επισκεφθείτε μια δημόσια κλινική COVID-19: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>. Εάν χρειάζεστε διαμνημόνιο, καλέστε το TIS National στο 131 450 και ζητήστε τη γραμμή National Coronavirus Health Information Line.

Sintomi del COVID-19 e relativo test

Se presenti sintomi quali tosse, mal di gola/gola irritata o fiato corto o febbre senza motivo, dovresti sottoporli al test per il COVID-19. Chiama il medico di famiglia o recati presso un ambulatorio pubblico per il COVID-19: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>. Se ti serve un interprete, chiama il TIS National al numero 131 450 e chiedi della National Coronavirus Health Information Line.

COVID-19 Симптоми и тестирање

Ако имате симптоми, на пример, кашлате, ве болни/гребе грлото или останувате без здих или имате необјаснета треска, треба да се тестираате за COVID-19. Јавете се кај вашиот доктор од општа пракса или посетете јавна клиника за COVID-19: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>. Ако ви треба преведувач, јавете се на TIS National на 131 450 и побарајте да ве поврзат со National Coronavirus Health Information Line.

Objawy COVID-19 i testowanie

Jeżeli masz objawy takie jak kaszel, ból/podrażnienie gardła albo duszność czy niewyjaśniona gorączka, powinieneś poddać się testowi na obecność wirusa COVID-19. Zadzwoń do swojego lekarza lub odwiedź stronę internetową klinik publicznych COVID-19: <https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>. Jeśli potrzebujesz tłumacza usłownego, zadzwoń do TIS National pod numer 131 450 i poproś o National Coronavirus Health Information Line.

National Coronavirus Health Information Line

1800 020 080

Polish: COVID Safe community information

COVID-19 – who to call – poster



COVID-19 (Koronawirus)
Do kogo zadzwonić

Pytania i pomoc

- Tel. **1800 020 080** (24/7) – pytania związane ze zdrowiem lub informacje dotyczące objawów.
- Tel. **13 77 88** (24/7) – pytania nie związane ze zdrowiem.
- Tel. **1800 612 348** (24/7) – pomoc w kwestiach zdrowia psychicznego.
- Odezwij się: www.healthdirect.gov.au – informacje dotyczące objawów.
- Odezwij się: www.nsw.gov.au/covid-19 – wszelkie inne informacje związane z COVID-19.

Telefon 000

Zachowaj telefon 000 na nagłe sytuacje, takie jak trudności z oddychaniem lub płytki oddech w spoczynku.

Pomoc tłumacza

Pro bezplatna pomoc w Twoim języku zadzwonił **13 14 50**.

Jeśli masz objawy

Objawy: Gorączka, Kaszel, Ból gardła, Płytki oddech.

- **Przed wszystkim zastosuj samoizolację.** Zadzwoń do swojego lekarza lub odwiedź publiczną przychodnię COVID-19: www.nsw.gov.au/covid-19.
- Jeśli swoim samochodem lub prywatnym samochodem prowadzonym przez kierowcę z rodziny albo bliską osobą: **Nie korzystaj z komunikacji miejskiej, taksówki, ani nie jedź razem z innymi osobami.**
- **Nie** maskę chirurgiczną. Jeśli nie masz, poproś o maskę natychmiast po przybyciu.

Chroń siebie i innych.

- Przechodź zawsze higienę.
- Przechodź zawsze dystans społecznego.
- W miarę możliwości pozostawaj w domu.

NSW GOVERNMENT

Avoid large family gatherings

**Czujesz się niedobrze?
Unikaj dużych spotkań
rodzinnych i natychmiast
poddaj się badaniu.**

Jeżeli masz dużą,
wielopokoleniową rodzinę,
niezblizanie się do niej może być
największym objawem miłości.

Listę klinik diagnostycznych dla
COVID-19 znaleźć można na stronie:

<https://www.nsw.gov.au/covid-19/how-to-protect-yourself-and-others/clinics>
#staysafe #gettested



Greek: COVID Safe community information

- [If you have COVID-19 symptoms, call your doctor – poster](#)
- [Tell staff if you have COVID-19 symptoms – poster](#)
- [Avoid large family gatherings](#)
- [Keeping everyone safe: physical distancing – poster](#)
- [COVID-19: Who to call – poster](#)
- [Look after your mental health during the COVID-19 pandemic – poster](#)

Greek

Έχετε συμπτώματα; Κάντε την εξέταση.

Οποίος έχει συμπτώματα του COVID-19 θα πρέπει να εξεταστεί.

Τα συμπτώματα περιλαμβάνουν:

 πυρετό ≥37.5°	 βήχα	 πονόλαιμο
 δυσκολία στην αναπνοή	 απώλεια όσφρησης	 απώλεια γεύσης

Άλλα αναφερόμενα συμπτώματα του COVID-19 περιλαμβάνουν:

κόπωση, καταρροή, πόνο στους μύες, πόνο στις αρθρώσεις, ναυτία/έμετο, διάρροια, απώλεια όρεξης ή άλλα συμπτώματα γρίπης.

 Η εξέταση είναι δωρεάν, γρήγορη και εύκολη
health.nsw.gov.au/coronavirus

Greek: Media campaign assets



COVID-19

Εξεταστείτε για οποιοδήποτε σύμπτωμα, κάθε φορά.

Βοηθήστε στην πρόληψη εξάρσεων του COVID-19. Εάν έχετε έστω και ένα σύμπτωμα, ανεξάρτητα πόσο ελαφρύ, εξεταστείτε – ακόμη και αν είχατε εξεταστεί πριν. Η εξέταση είναι ασφαλής, εύκολη και δωρεάν στις δημόσιες κλινικές.

Οπότε, εάν έχετε οποιοδήποτε από τα παρακάτω, εξεταστείτε σήμερα.

- > Πυρετό
- > Πονόλαιμο
- > Βήχα
- > Δύσπνοια, (δυσκολία αναπνοής)
- > Απώλεια όσφρησης
- > Απώλεια γεύσης

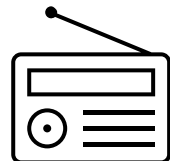
> ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΜΑΣ ΝΑ ΠΑΡΑΜΕΙΝΟΥΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΑΠΟ ΤΟΝ COVID

Για να βρείτε την πλησιέστερη κλινική εξέτασης, επισκεφθείτε nsw.gov.au ή επικοινωνήστε με τον Παθολόγο σας

Dr James Dent

NSW GOVERNMENT

[Get tested press ad](#)



[Get tested \(clinics\) radio](#)

[Distancing radio](#)



COVID-19

Μην καθυστερείτε να φροντίσετε την υγεία σας εξ αιτίας του COVID-19.

Σας ευχαριστούμε που κάνετε μια καταπληκτική δουλειά σταματώντας τη διάδοση του COVID-19. Ενώ κάνετε ό, τι καλύτερο μπορείτε για να προσέχετε τους άλλους, είναι σημαντικό να μην αγνοείτε τις δικές σας ιατρικές ανάγκες.

Είναι ασφαλές να κρατάτε τα ιατρικά και ψυχικής υγείας ραντεβού και να πηγαίνετε στο νοσοκομείο εάν το χρειάζεστε. Ανεξάρτητα από τις ανησυχίες που έχετε, εμείς είμαστε εδώ για εσάς.

Φροντίζοντας τον εαυτόν σας, βοηθάτε να σώσουμε ζωές.

> ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΜΑΣ ΝΑ ΣΩΣΟΥΜΕ ΖΩΕΣ

Για τις πιο πρόσφατες πληροφορίες σχετικά με τον COVID-19 επισκεφθείτε nsw.gov.au

Dr James Edwards

NSW GOVERNMENT

[Continue healthcare press ad](#)

Italian: COVID Safe community information

Links to translated PDF documents to download:

[Help us stop the spread – brochure](#)

Help us stop the spread

- Clean your hands thoroughly for at least 20 seconds with soap and water, or an alcohol-based hand rub.
- Cover your nose and mouth when coughing and sneezing with a tissue or a flexed elbow. Put the tissues in the bin.
- Avoid close contact with anyone with cold or flu-like symptoms.
- Stay home if you are sick.

Βοηθήστε μας να σταματήσουμε την εξάπλωση του ιού Greek

- Καθαρίστε καλά τα χέρια σας για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο αντισηπτικό χερούλι.
- Καλύψτε τη μύτη και το στόμα σας όταν βήχετε και φτερνίζεστε με χαρτομάντιλο ή με τον αγκώνα σας λυγισμένο. Πιχάτε το χαρτομάντιλο στο σκουπίδι.
- Αποφεύγετε την στενή επαφή με οποιοδήποτε που έχει συμπτώματα κρυολογήματος ή παρόμοια με της γρίπης.
- Μεινέτε στο σπίτι εάν έχετε άρρωστο.

Aiutateci a fermare il contagio Italian

- Lavatevi le mani energicamente per almeno 20 secondi con acqua e sapone, o con gel disinfettante a base di alcol da strofinare sulle mani.
- Coprite naso e bocca quando tossite e stannutite con un fazzolettino usa-e-getta oppure tossite o stannutite nel gomito piegato. Gettate il fazzolettino nel bidone della immondizia.
- Evitate contatti ravvicinati con chiunque abbia il raffreddore o presenti sintomi simili a quelli influenzali.
- Rimaneate a casa se siete malati.

Помогните ни да го спречиме ширењето на вирусот Macedonian

- Мыте ги рацете длабоко 20 секунди со сапун и вода или со гел за дезинфекција на рацете базиран на алкохол.
- Покривајте ги носот и устата кога кашлате или кивате. Пирајте го тоа во картонско марамче или ватерпеноста на лакот. Фрлете го марамчето во кофа за губре.
- Избегнувајте блиски контакт со оние што има настинка или симптоми слични на грип.
- Останете дома ако сте болни.

Pomóż nam w zatrzymaniu rozprzestrzeniania się wirusa Polish

- Mij ręce dokładnie wodą z mydłem przez co najmniej 20 sekund lub użyj środka dezynfekującego do rąk na bazie alkoholu.
- Zakrywaj nos i usta w czasie kaszlu lub kichania chusteczką higieniczną lub schowaj w zgięciu łokcia. Wytrząś chusteczkę do kosza.
- Unikaj bliskiego kontaktu z każdym, kto ma objawy grypopodobne.
- Pozostań w domu, jeżeli jesteś chory.

 health.nsw.gov.au/coronavirus

[Slowing the spread of COVID-19 – factsheet](#)



Rallentare la diffusione del COVID-19

I singoli, i datori di lavoro e le organizzazioni possono contribuire a contenere la diffusione del coronavirus (COVID-19) e a proteggere i più vulnerabili nella comunità.

Tutti sono incoraggiati ad agire ORA per ridurre la diffusione o il rischio di infezione. Praticare una buona igiene e mantenere le distanze fra persone sono due importanti modi per contribuire.

Mantenere le distanze sociali (social distancing) significa evitare contatti ravvicinati con altre persone. Anche se non è sempre possibile, cercate di mantenere una distanza di 1,5 metri dalle altre persone.

Consigli per il pubblico

- Tutti i viaggiatori stranieri dopo l'arrivo in Australia devono auto-isolarsi per 14 giorni, anche se non avvertono sintomi.
- Praticate una buona igiene: lavatevi spesso le mani con acqua e sapone per almeno 20 secondi, evitate di toccarvi il viso, tossite o stannutite nel gomito o in un fazzoletto di carta, quindi gettatelo in un cestino dei rifiuti. Disinfettate regolarmente le superfici che toccate di frequente.
- Restate a casa se non vi sentite bene, non visitate persone vulnerabili in ospedale o strutture di assistenza per anziani, persone con patologie cardiache, polmonari, renali o diabetiche.
- Se i vostri bambini o ragazzi sono ammalati, non mandarli a scuola o all'università finché non vengono meno i sintomi.
- Programmate la possibilità che il bambino / ragazzo non possa frequentare l'asilo o la scuola in caso di chiusura. Per aggiornamenti controllate regolarmente i siti [Department of Education](#) e [Childs School NSW](#).
- Date sostegno agli altri nella comunità: tenetevi in contatto con amici e familiari.
- Mantenete le distanze fra persone: evitate gli assembramenti e mantenetevi in contatto con familiari, amici e colleghi di lavoro per telefono, e-mail o social media.
- Evitate di stringere la mano, o di salutare con abbracci o baci.
- Discouraggiate i piani di viaggio all'estero o in altri stati d'Australia.
- Parlate con il vostro medico e farmacista per procurarvi una scorta di emergenza di farmaci necessari per voi e famiglia.
- Tenetevi informati: poiché la situazione cambia rapidamente, controllate regolarmente i seguenti siti per aggiornamenti: [NSW Health COVID-19 website](#) e [NSW Health Facebook page](#).

Consigli per datori di lavoro e fornitori di servizi

- Incoraggiate accordi di lavoro / apprendimento flessibili e incoraggiate il personale a rimanere a casa in caso di malattia.
- Incoraggiate il personale a rimandare o annullare i viaggi non urgenti.
- Avvicinate i vostri studenti all'uso di pulvisci regolari.
- Acquistate prodotti per l'igiene (ad es. disinfettanti per le mani a base di alcool) e vendeteli.

[Home isolation guidelines for people confirmed to have COVID-19 infection – factsheet](#)

italian



Scheda informativa

Indicazioni per le persone con un'infezione conclamata da COVID-19 (Coronavirus)

La maggior parte delle persone cui è stata diagnosticata un'infezione da COVID-19 (Coronavirus) verrà isolata in ospedale. Se venite dimessi dall'ospedale, dovete seguire le indicazioni che seguono finché il vostro medico o la struttura di salute pubblica vi comunica che non siete più tenuti a rimanere in isolamento.

Ultimo aggiornamento: 7 aprile 2020

Monitorate i sintomi

Se i vostri sintomi diventano acuti (ad esempio, febbre, tosse o difficoltà a respirare), dovete chiamare il numero 000. Dite al personale dell'ambulanza che avete un'infezione conclamata da COVID-19 (Coronavirus). Se i vostri sintomi peggiorano, senza però il vostro acuto, contattate il vostro medico o la struttura di sanità pubblica.

Posso andare al lavoro o a scuola? Posso ricevere visite?

No. L'isolamento in casa significa che dovete rimanere nella vostra abitazione o in albergo e limitare le normali attività.

Non potete andare al lavoro, a scuola, al nido d'infanzia, all'università, a strutture del tempo libero o in spazi pubblici o a fare la spesa.

Non dovete consentire a persone che non hanno un bisogno inderogabile di visitarvi a casa mentre siete in isolamento.

N.B.: Potete uscire di casa per ricevere assistenza medica o a causa di un'emergenza.

Posso uscire in giardino o fare una passeggiata?

Potete uscire nel vostro giardino o cortile privato o sul balcone di casa, se ne avete uno. Non potete uscire di casa se non per ricevere assistenza medica o per rispondere ad una situazione d'emergenza.

Rimanete separati da altre persone in casa

Se condividete l'abitazione con altre persone, dovete, nei limiti del possibile:

- rimanere isolati da altri.
- indossare una mascherina chirurgica quando siete nella stessa stanza con un'altra persona.
- usare un bagno a parte, se disponibile.
- evitare zone condivise o comuni e indossare una mascherina chirurgica quando attraversate tali spazi.

Home isolation guidelines for people confirmed to have COVID-19 (Coronavirus) infection
<https://www.health.nsw.gov.au/health-factsheets/Pages/home-isolation-guidelines.aspx>

1 of 8

[Tell staff if you have COVID-19 symptoms – poster](#)

Tell staff immediately if...



you have a fever, cough, sore throat or shortness of breath and you have been overseas in the last 14 days.

Βοηθήστε μας να σταματήσουμε την εξάπλωση του ιού Greek

Ενημερώστε αμέσως το προσωπικό εάν έχετε πυρετό, βήχα, πονόλαιμο ή δύσπνοια και ήσαστε στο εξωτερικό τις τελευταίες 14 ημέρες.

Aiutateci a fermare il contagio Italian

Dite subito al personale se avete febbre, tosse, mal di gola o fiato corto e siete stati all'estero negli ultimi 14 giorni.

Помогните ни да го спречиме ширењето на вирусот Macedonian

Веднаш кажете му на персоналот ако имате треска, кашлате, ве боли грлото или се задишувате и ако сте биле во странство во изминатите 14 дена.

Pomóż nam w zatrzymaniu rozprzestrzeniania się wirusa Polish

Poinformuj natychmiast personel jeżeli masz gorączkę, kaszel, ból gardła lub duszności oraz jeżeli przebywałeś za granicą w ciągu ostatnich 14 dni.

 health.nsw.gov.au/coronavirus

Italian: COVID Safe community information

- [If you have COVID-19 symptoms, call your doctor – poster](#)
- [Tell staff if you have COVID-19 symptoms – poster](#)
- [Avoid large family gatherings](#)
- [Keeping everyone safe, physical distancing – poster](#)
- [COVID-19, who to call – poster](#)
- [Look after your mental health during the COVID-19 pandemic – poster](#)
- [Hygiene etiquette – help us stop the spread – poster](#)

Italian

Hai sintomi? Fai il test.

Chiunque abbia sintomi del COVID-19 dovrebbe essere testato.

I sintomi includono:

 ≥37.5° febbre	 tosse	 mal di gola
 difficoltà a respirare	 perdita dell'olfatto	 perdita del gusto

Altri sintomi del COVID-19 riportati includono:
affaticamento, naso che cola, dolore muscolare, dolori articolari,
nausea / vomito, diarrea, perdita di appetito o altri sintomi influenzali.

 **NSW**
GOVERNMENT

Il test è gratuito, veloce e facile
health.nsw.gov.au/coronavirus

Italian: Media campaign assets



COVID-19

Vuoi ritrovarti con amici e familiari? Tieniti al sicuro.

Potresti sentirti al sicuro con amici e familiari, ma il COVID-19 si può diffondere negli incontri sociali.

In NSW, raccomandiamo di evitare assembramenti di 10 o più persone in una casa, specie se qualcuno non sta bene.

E ricorda che sono piccole azioni che aiutano tutti a restare al sicuro.

- Non invitare ospiti se tu o qualcuno in famiglia non sta bene.
- Tieni una distanza di 1,5 m anche sta familiari e amici.
- Indossa una mascherina se non puoi tenere una distanza fisica.
- Evita gli abbracci. E' più sicuro salutare con la mano.
- Lava le mani regolarmente.
- Se hai sintomi anche lievi, fai il test e resta in isolamento.

Stai a tutti noi fare scelte al sicuro dal COVID e aiutare a fermare il contagio.

> AIUTACI A RESTARE AL SICURO DAL COVID

Per le ultime informazioni visita il sito nsw.gov.au

NSW GOVERNMENT

[Stay safe family gatherings press ad](#)



[Distancing radio](#)

[Get tested \(clinics\) radio](#)



COVID-19

Fai il test ogni volta, se hai qualcuno dei sintomi.

Aiuta a prevenire la diffusione del COVID-19. Se accusi anche un solo sintomo, per quanto lieve, fai il test anche se lo hai fatto già prima. Il test è sicuro, facile ed è gratis nelle cliniche pubbliche.

Fai il test oggi stesso, se avverti anche uno solo dei seguenti sintomi.

- Febbre
- Mai di gola
- Tosse
- Fiato corto
- Perdita dell'olfatto
- Perdita del gusto

> AIUTACI A RESTARE AL SICURO DAL COVID


Per trovare la più vicina clinica per il test visita il sito nsw.gov.au o contatta il tuo medico

NSW GOVERNMENT

Dr James Dent

[Get tested press ad](#)

Spanish: Media campaign assets



COVID-19

A cada síntoma, todas las veces, pide que te hagan la prueba.

Ayuda a prevenir brotes del COVID-19. Aunque tengas un solo síntoma, no importa cuán leve sea, pide la prueba – aunque ya te la hayan hecho antes. La prueba es segura, fácil y gratuita en las clínicas públicas.

Así que si tienes cualquiera de los siguientes, hazte la prueba hoy.

- > Fiebre
- > Dificultad para respirar
- > Dolor de garganta
- > Pérdida del olfato
- > Tos
- > Pérdida del gusto

AYÚDENOS A MANTENERNOS PROTEGIDOS CONTRA EL COVID

Para encontrar la clínica de pruebas más cercana visita nsw.gov.au o ponte en contacto con tu médico clínico

Dr James Dent

NSW GOVERNMENT

[Get tested press ad](#)



COVID-19

No te demores en cuidar tu salud por el COVID-19.

Gracias por haber hecho un espléndido trabajo deteniendo la diseminación del COVID-19. Mientras te esfuerzas lo más que puedes en cuidar a otros, es importante que no ignores tus propias necesidades de salud.

Puedes cumplir con total seguridad tus citas periódicas, médicas y de salud mental, e ir al hospital si lo necesitas. No importa qué preocupaciones de salud tengas, estamos aquí para ayudarte.

Cuidándote a ti mismo, nos ayudas a salvar vidas.

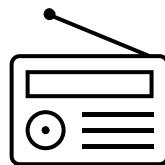
AYÚDENOS A SALVAR VIDAS

Para la información más reciente sobre el COVID-19 visite nsw.gov.au

Dr James Edwards

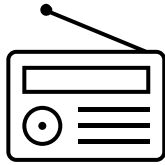
NSW GOVERNMENT

[Continue healthcare press ad](#)

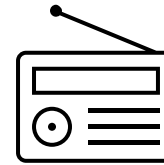


[Get tested \(clinics\) radio](#)
[Get tested \(symptoms\) radio](#)

Punjabi: Media campaign assets



[Get tested \(symptoms\) radio](#)



[Get tested \(clinics\) radio](#)



Customer
Service

Thank you

www.customerservice.nsw.gov.au