

توجه

قبل از ورود به مرکز کمک به پناهجویان (ASRC) این را بخوانید

اگر هریک از علائم زیر را داشتید:

تب

سرفه

گلو درد

تنگی نفس

و

قبل از مریض شدن، در 14 روز گذشته به کشورهای ایران، سرزمین اصلی چین، ایتالیا، کره جنوبی سفر (از جمله عبور یا ترانزیت) کرده اید

یا

در 14 روز قبل از مریض شدن، تماس نزدیک با کسی داشته اید که تشخیص داده شده یا گمان می رود ویروس کرونا داشته است

وارد مرکز کمک به پناهجویان (ASRC) نشوید

لطفاً

□ برای گرفتن صلاحدید به تلفن مستقیم 1800 020 080
زنگ بزنید یا

□ به یکی از درمانگاه های تب به شرح زیر بروید:

شما می توانید به هریک از این درمانگاه های تب بروید ولو اینکه کارت مدیگر هم نداشته باشید

خود و خانواده تان را مورد محافظت قرار دهید

به طور مرتب دستان خود را بشویید

دستان خود را تر کنید.

به دستان خود صابون بزنید.

دستان خود را حد اقل 20 ثانیه به هم بمالید تا همه جای دست صابونی شود.

دستان خود را زیر آب جاری، آب بکشید

دستان خود را با حولهٔ کاغذی یک بار مصرف، یا با دست خشک کن برقی خشک کنید.

خودتان را عاری از میکرب و تندرست نگهدارید.

'Protect yourself and your family - Green' Factsheet

Protect
yourself and
your family

خود و خانواده خود را مورد محافظت
قرار دهید

Cover your
cough and
sneeze

سرفه و عطسه خود را بپوشانید

COVER your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze.

هنگام سرفه و عطسه کردن
دهان و بینی خود را با دستمال
کاغذی بپوشانید.

Put your used tissue in the rubbish **BIN**.

دستمال کاغذی استفاده شده
را درون سطل زباله اندازید.

If you don't have a
tissue, cough or
sneeze into your
upper sleeve or
elbow, **NOT YOUR
HANDS**.

اگر دستمال کاغذی ندارید، بر روی آرنج یا آستین
دست قسمت نزدیک به شانه عطسه و سرفه کنید، نه
در روی دستان تان.

WASH your hands with soap and
running water. Dry your hands
thoroughly with a disposable paper
towel or hand dryer.

دستان خود را با آب جاری و صابون بشوئید.
دستان خود را کاملاً با یک حوله کاغذی
یک بار مصرف یا با دست خشک کن برقی
خشک کنید.

Stay
germ
free and
healthy.

خودتان را عاری از میکرب و تندرست نگهدارید.