In partnership with

Government of South Australia

SA Health

The Islamic Society of South Australia Inc

I.S.S.A

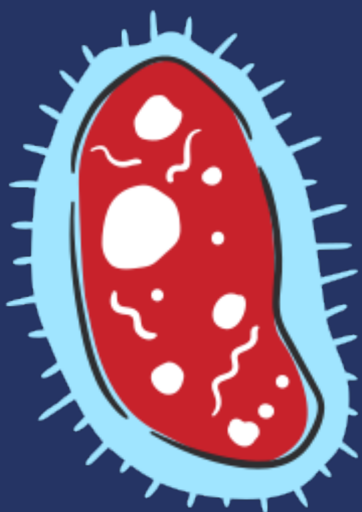
AUSTRALIAN multicultural foundation

URDU

ہنگامی معلومات کا مجموعہ

کووِڈ۔١٩

نیاکرونا وایرٔس



کوو ڈ۔١٩ ایک متعدی/چھوتی بیماری ہے جس کا سبب نیا کرونا وائرس ہے جس کا تعلق کرونا وائرس فیملی سے ہے جو عام سردی سے لے کرزیادہ شدید بیماریوں تک کا باعث بنتی ہے۔

علامات

اپنےلِئےخطرےکوکمِ کریں

کیاِ کرناِہےِ

Coronavirus (COVID-19)

کووڈ-۱۹ علامات کیِ نشاندہیِ کرنا

علامات	کووڈ-۱۹ علامات- ہلکی سے شدید تک	سردی زکام علامات کا بتدریج حملہ	نزلہِ بخار علامات کا اچانک حملہ
بخار	عام	بہت ہیِ کم	عام
کھانسی	عام	عام	عام
گلےِ کیِ خراش	کبھِی کبار	عام	عام
سانسِ کاِ پھولنا	کبھِی کبار	نہیں	نہیں
تھکن	کبھِی کبار	کبھِی کبار	عام
دردِ اورِ تکلیف	کبھِی کبار	نہیں	عام
سردردِ	کبھِی کبار	عام	عام
بہتی ہوئِ یا بھری ہوئ ناک	کبھِی کبار	عام	کبھِی کبار
اسہال/پیچش	بہتِ ہیِ کم	نہیں	کبھِی کبارِ خاص طورِ پرِ بچوںِ میں
چھینکنا	نہیں	عام	نہیں

سب مِلکر ہم پھیلاؤکوِروکنے میں
مددِکرسکتے ہیناوِرصحت مندرِہسکتے ہیں

کرونا وائرس)کووڈ ۱۹)سے متعلق مذید
معلومات کے لئے دیکھیں: health.gov.au

Australian Government

HELP STOP THE SPREAD AND STAY HEALTHY

CORONAVIRUS (COVID-19)

اپنے لئےِ خطرےِ کوِکمِ کریں

اپنےِ ہاتھوں کو اکثرکم ازکم ۲۰ سیکنڈ تک دھوئیں، خاص طور پر بیت الخلا جانے کے بعد، اپنی ناک پھونکنے اور استعمال شدہ ٹشوز کو ہاتھ میں رکھنے کے بعد

۶۰ِ **فیِ صد** سے زیادہ الکحل مواد والا **ہینڈِسینیٹائزر** استعمال کریں

اپنےِ منہ کوِ چھونے سےِ گریزِ کریں

کھانسی یا چھینک آنے پر اپنے منہ اور ناک کو اپنی کہنی سے **ڈھانپیں**

اگر آپ بیمارہیں یا جب باہر جانے لگیں تو **ماسکِ پہنیں**

گھرِ پرِ رہیںِ سوائے اس کے کہ آپ کا باہر نکلنا ضروری ہو۔ اگر آپ باہر نکلتے ہیں تو دوسرے لوگوں سے کم ازکم ۱.۵ میٹر کا فاصلہ رکھیں

بار بار چھوئیۓ جانے والی سطحوں، جیسے باتھ روم کے سینک اور کچن کاؤنٹر، کو **صاف کریں**

صحتِ مندانہِ عادات کوِ جارِیرکھیں: ورزش کریں، پانی پیئیں اور خوب سوئیں/ نیند خوب کریں

CORONAVIRUS
(COVID-19)

اگراپِّ شدیدِعلاماتِ محسوسِ کریں توِ

000 پرکال کریں

فوریِ طبی مددِکے لئے

ڈاکٹر یا ہسپتال سے طبی امداد حاصل کرنے کے
لئے پہلے فون کر کہ **ملاقاتِ کاِ وقتِ طےِکروایئں**

Seniors Service

اگر اپّ کی عم۶۰ سال سے زیادہ ہے یا شدید بیمار ہیں اور اپّ کو ایسے معاملات میں مدد درکار ہے، جیسے سودا سلف خریدنا، دوایئں لینا، کسی سے بات چیت کرنا یا سوالات پوچھنا یا موجودہ صور ت حال سے متعلق تشویش ہو تو اسلامک سوسایٹی اف ساؤتھ استّریلیا کو اس نمبر پر فون کریں:

8374 2280

Islamic Society of South Australia

انٹرِ پریٹرِ کیِ ضرورتِ ہے؟

131 450

پر کال کریں اورِاپنی ترجیحی زبان
کے لئےِ درخواست کریں