

# কাকে ফোন করতে হবে

## প্রশ্নাবলী এবং সহায়তা

- স্বাস্থ্য সম্পর্কিত বিষয়ে কোন প্রশ্ন থাকলে অথবা উপসর্গগুলো চেক করতে ১৮০০ ০২০ ০৮০ (২৪/৭) এ ফোন করুন।
- স্বাস্থ্য সম্পর্কিত বিষয় নয় এমন সব প্রশ্নের ব্যাপারে ১৩ ৭৭ ৮৮ (২৪/৭) এ ফোন করুন।
- মানসিক সুস্থতা সহায়তায় ১৮০০ ৫১২ ৩৪৮ (২৪/৭) এ ফোন করুন।
- উপসর্গগুলো চেক করতে [www.healthdirect.gov.au](http://www.healthdirect.gov.au) এ ভিজিট করুন।
- অন্যান্য কোভিড-১৯ সম্পর্কিত বিষয়ে [www.nsw.gov.au/covid-19](http://www.nsw.gov.au/covid-19) এ ভিজিট করুন।

## ট্রিপল জিরো (Triple Zero)

জরুরী প্রয়োজনের জন্য ট্রিপল জিরো (000) সংরক্ষণ করুন যেমন শ্বাস-প্রশ্বাস নিতে কষ্ট হলে অথবা বিশ্রামের সময় শ্বাস নিতে কষ্ট হলে।

## দোভাষীর সেবা (Interpreter service)

বিনামূল্যে আপনার ভাষায় সহায়তা পাওয়ার জন্য ১৩ ১৪ ৫০ এ ফোন করুন।

## আপনার যদি উপসর্গ থেকে থাকে



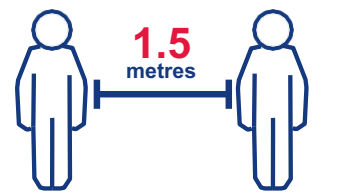
- সাথে সাথে টেস্ট করান এবং আপনার টেস্টের রেজাল্ট নেগেটিভ না আসা পর্যন্ত স্ব-বিচ্ছিন্ন থাকুন।
- আরও তথ্যের জন্য [www.nsw.gov.au/covid-19](http://www.nsw.gov.au/covid-19) এ ভিজিট করুন।



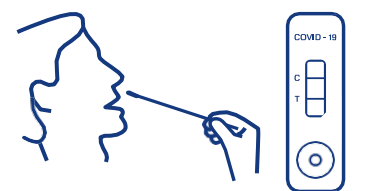
নিজেকে এবং  
অন্যদের রক্ষা  
করুন



ভাল স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন  
করুন



শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখুন



টেস্ট করান