

# با چه کسی تماس بگیرم



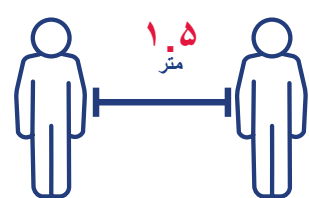
## پرسش ها و پشتیبانی

- برای پاسخ به سوالات خود در زمینه سلامتی یا بررسی علائم بیماری خود با شماره ۱۸۰۰ ۰۲۰ ۰۸۰ (به صورت شبانه روزی) تماس بگیرید.
- برای پاسخ به سوالات غیر مرتبط با سلامتی با شماره ۱۳ ۷۷ ۸۸ (به صورت شبانه روزی) تماس بگیرید.
- برای حمایت در زمینه سلامت روان با شماره ۱۸۰۰ ۵۱۲ ۳۴۸ (به صورت شبانه روزی) تماس بگیرید.
- برای بررسی علائم بیماری به [www.healthdirect.gov.au](http://www.healthdirect.gov.au) مراجعه کنید.
- برای سایر اطلاعات مربوط به کوید-۱۹ به [www.nsw.gov.au/covid-19](http://www.nsw.gov.au/covid-19) مراجعه کنید.

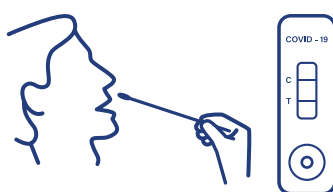
## از خود و سایرین محافظت کنید



بهداشت را به خوبی رعایت کنید



فاصله را رعایت کنید



تست بدهید

## سه صفر

شماره سه صفر (۰۰۰) را برای موقعیت های اضطراری مانند مشکلات تنفسی یا تنگی نفس در زمان استراحت ذخیره کنید.

## خدمات ترجمه

برای دریافت کمک رایگان ترجمه با شماره ۱۳ ۱۴ ۵۰ تماس بگیرید.

## اگر علائم بیماری زیر را دارید



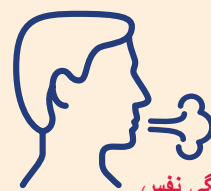
تب



سرفه



گلورد



تنگی نفس



آبریزش بینی



از دست دادن حس بویایی



از دست دادن حس چشایی

- فوراً تست دهید و خود را تا زمانی که نتیجه آزمایش منفی شود قرنطینه کنید
- برای اطلاعات بیشتر به [www.nsw.gov.au/covid-19](http://www.nsw.gov.au/covid-19) مراجعه کنید