

# โทรศัพทใดคร

## คำถามและความสับสน

- โทร **1800 020 080** (24 ชั่วโมง/7 วัน) สำหรับคำถามที่เกี่ยวกับสุขอนามัยหรือเช็ดอาการ
- โทร **13 77 88** (24 ชั่วโมง/7 วัน) สำหรับคำถามที่ไม่เกี่ยวกับสุขอนามัย
- โทร **1800 512 348** (24 ชั่วโมง/7 วัน) สำหรับการสนับสนุนสุขภาพจิต
- ดูที่ [www.healthdirect.gov.au](http://www.healthdirect.gov.au) เพื่อเช็ดอาการ
- ดูที่ [www.nsw.gov.au/covid-19](http://www.nsw.gov.au/covid-19) สำหรับข้อมูลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกั COVID-19



## ศูนย์สามตัว

เก็บศูนย์สามตัวไว้ (000) สำหรับกรณีฉุกเฉิน เช่นหายใจลำบากหรือหายใจถี่ เมื่อพักผ่อน

## บริการล่าม

สำหรับความช่วยเหลือฟรีในภาษาของคุณ โทร **13 14 50**

## ถ้าคุณมีอาการ

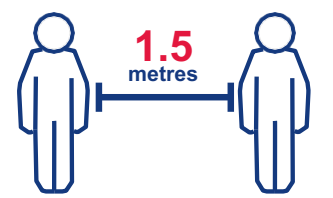


- ไปตรวจทันที และแยกตัวอยู่ตามลำพังจนกว่าจะได้รับผลตรวจเป็นลบ
- สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม ดูที่ [www.nsw.gov.au/covid-19](http://www.nsw.gov.au/covid-19)

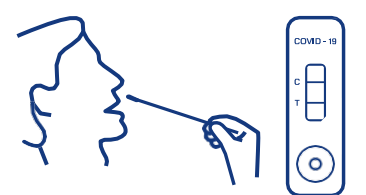
## ป้องกัน ตัว คุณเอง และ ผู้อื่น



ปฏิบัติ  
สุขอนามัยที่ดี



ปฏิบัติ  
การอยู่ห่างกัน



ทำการตรวจ