



Kurangi risiko Anda terhadap coronavirus (COVID-19).

- **CUCI** tangan sering dengan sabun dan air mengalir, setidaknya selama 20 detik. Keringkan dengan handuk kertas atau pengering tangan.
- **COBA** tidak menyentuh mata, hidung, atau mulut Anda.
- **TUTUPI** hidung dan mulut Anda dengan tisu saat Anda batuk atau bersin. Jika Anda tidak punya tisu batuk atau bersin ke dalam lengan baju bagian atas atau siku Anda.
- **TINGGAL** di rumah jika Anda merasa sakit. Jika Anda minum obat, pastikan Anda sudah punya cukup.
- **TELPON** dokter Anda atau hotline - **1800 675 398** - jika Anda memerlukan perhatian medis. Mereka akan memberitahu Anda apa yang harus dilakukan.
- **LANJUTKAN** kebiasaan sehat: olahraga, minum air putih, dapat cukup tidur.
- **MEMAKAI** masker wajah tidak diperlukan jika Anda sehat.
- **BELI** pembersih tangan (hand sanitiser) berbasis alkohol dengan lebih dari 60% alkohol.



Untuk informasi lebih lanjut
www.coronavirus.vic.gov.au/indonesian

Jika Anda khawatir, hubungi

hotline coronavirus 1800 675 398 (24 jam)

Jika Anda membutuhkan juru bahasa, hubungi TIS National di nomor 131 450

Harap menggunakan Zero Zero Zero (000) hanya untuk keadaan darurat

Untuk menerima publikasi ini dalam format yang mudah diakses, email COVID-19@dhhs.vic.gov.au

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, March 2020. (2001628_v1)

Reduce your risk of coronavirus (COVID-19) - Indonesian



Health and Human Services