



Melambatkan penyebaran coronavirus

Jangan keluar rumah. Ayoh selamatkan nyawa kita semua.

- ✦ **KERAP BASUH** tangan dengan sabun dan air mengalir, sekurang-kurangnya 20 saat. Keringkan dengan tuala kertas atau mesin pengering tangan.
- ✦ **ELAKKAN** menyentuh mata, hidung atau mulut.
- ✦ **TUTUP** hidung dan mulut dengan tisu apabila batuk atau bersin. Jika tiada tisu, batuk atau bersin pada siku atau lengan baju bahagian atas.
- ✦ **TELEFON** doktor anda atau talian **1800 675 398** jika perlu bantuan perubatan. Mereka akan menasihati apa yang perlu dilakukan.
- ✦ **TERUSKAN** amalan hidup sihat: bersenam, minum air, tidur yang cukup.
- ✦ **BELI** sanitiser tangan yang mengandungi lebih 60% alkohol.



Ketahui lebih lanjut
www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus

Jika khuatir, hubungi talian

koronavirus 1800 675 398 (24 Jam sehari)

Jika memerlukan jurubahasa, hubungi TIS National 131 450

Jangan gunakan talian Triple Zero (000) kecuali untuk kecemasan