



Deri luäk jiek i di mi jieki rɔ /ci mal,cuci,kie gə a ri ke coronavirus (COVID-19)

Mi diiwi je tije coronavirus (COVID-19), cɔl ji coronavirus kəthdien ke **1800 675 398** (thaakni 24).

Mi goori luuc thuc, cɔl **TIS National** ke **131 450** kə thiecke ke yoo ba ji mat ke ji lättni ti ca gɔr wane me ti. Ke kui kə mi pəth cɔl **000**.

Tin luəke naath ke pəth

Tin luəke naath ke pəth teke thin ke kui neni tin ca rɔ luəŋ kə ca rɔ gək guəth in tietke rɔ thin ke kui coronavirus (COVID-19). Te reydien ke kuan kene nyin yupə puəny ke kui neni tin teke mi tɔt kie thil kuən, kə thile je ji maarä kie mäthni te deeke luäk. Kə /cie ney tin ca nhök ciaŋ kə Australia dee thiec tɔ kəɔ.

Cɔl ji coronavirus kə kəth eme **1800 675 398**.

Riali duɔɔp malä ikä mi jieki je thile mal dhɔru

Kɔr kene kuk tɔɔc mi /ci raan e gɔr cien /ca ke nhök ken tɔtɔ. Te laət ke kui köör kene kuk tɔɔc mi /ci raan e gɔr thin guəthni diaal ke jen guəath coronavirus (COVID-19) e jiäak eme.

Mi lotde rɔ en yoo deri neme laɔ,ruacni kie jiek radɔdien mi naci be ruac ke [safe steps](#) ke **1800 015 188** (thaakni ti 24 ke cəŋ rey nini dəŋ 7 ke juok) kie ke email: safesteps@safesteps.org.au

Ruacni ke laət luək nath ke yoo ba çap kənä rialikä.

Pik bəkdu in pəth, ke wargakni in bum çetke passports kene bieyni mi dɔŋ goori jien ke pəth. Kə lotde rɔ en yoo bi je bəny dhɔr mäəthdu.

Nhɔake je en yoo deri dhɔru bəny piny ke yoo bi luäk wə gɔr. Ca ji bi jiek kə bi tjil riek tetä kume. Kə mi ci polith ji kap çuɔŋ, lättni je ke en yoo jieki rɔ thile ji mal cien.

Kə gɔae en yoo bi teke mat ke ney tin nääthi tin rɔŋ ke yoo deri ke laɔ tin diærke ji kə nɔŋke ji. Matde 'riet kənä' kie nyuuth mi bia nɔc yene mäthniku tin thiək ke ji kie raan cien. Mi wij riet emɔ wə lar bi ken e nɔc en yoo goori luäk, a deeke polith cɔl kie laət guəth in pəth.

Mi ci çuɔc kene diær rɔ rep

Jiek ran ke rɔ çuce kene diær ke ken tin la tuɔk rey guəth mi çetke ne. Gɔae en yoo bi çaru yop ke laɔdu ke tin laa lättni ni wen, çetke mieth mi gɔaa kene yoo bi jal kə bi niēn.

Beyond Blue thɔpe naath luek kene kuak kɔkien kə beyondblue.org.au ke luäk ruac ke guəath mi çiekciek ke yoo ba ji mat ke ney kɔkien ke talɔpoon kene webchat ke **1300 22 4636**.

Lifeline thɔpe kuak kene luek, amäni luäk rikni kene gəŋ nath kə yoo /ca rɔ bi nɔp. Poon: **13 11 14**.

Кε γöö bi wargakni ṭiṭi jiek κε duɔɔp mi thiak agɔa jākni email [Emergency Management Communications](mailto:em.comms@dhhs.vic.gov.au) <em.comms@dhhs.vic.gov.au>.

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

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, April 2020.

ISBN 978-1-76069-381-7 (pdf/online/MS word)

Available at [About Coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/victorian-public-coronavirus-disease-covid-19) < <https://www.dhhs.vic.gov.au/victorian-public-coronavirus-disease-covid-19>>

How to access support if you feel unsafe, stressed or anxious during coronavirus – Nuer