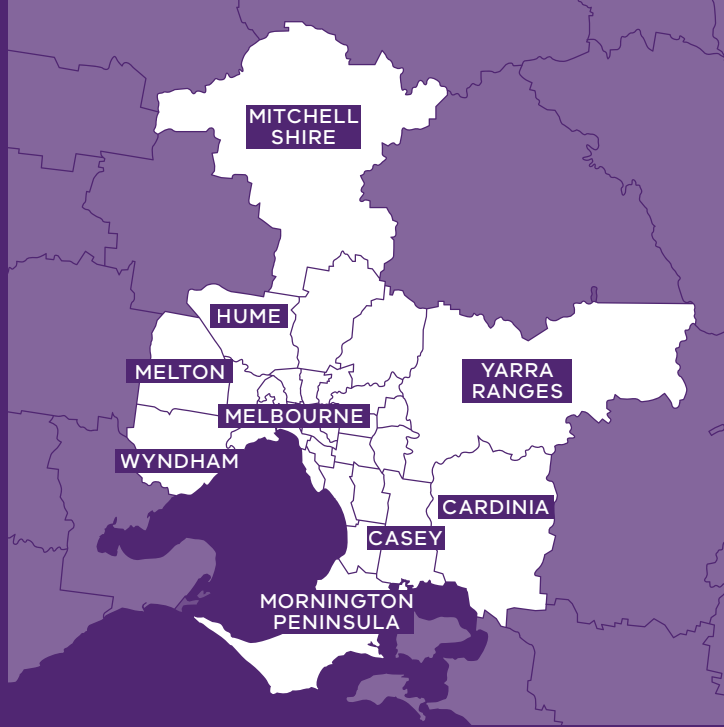


# MELBOURNE اور MITCHELL SHIRE گھر پر مقیم رہیں

گھر پر رہنے کی پابندیاں اب Melbourne اور Mitchell Shire میں لاگو ہیں۔  
گھر سے باہر جانے کی صرف چار وجوہات ہیں۔

خوراک اور اشیائے ضرورت کی خریداری کے لیے  
دیکھ بھال وصول اور فراہم کرنے کے لیے  
ورزش

کام یا تعلیم کے لیے اگر آپ یہ گھر سے نہیں کر سکتے ہیں



اور اگر آپ کو علامات لاحق ہیں، تو ٹیسٹ کروائیں

الگ رہنا

ہمیں اکٹھا رکھتا ہے



تمام موجودہ پابندیوں کے لیے جائیں [coronavirus.vic.gov.au/urdu](https://coronavirus.vic.gov.au/urdu)

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

# خود کو اور اپنے خاندان کو محفوظ رکھیں

اپنی کھانسی اور چھینک کو ڈھانپیں

1



کھانستے اور  
چھینکتے ہوئے اپنے منہ اور ناک  
کو ٹشو کیساتھ ڈھانپیں

2



استعمال شدہ ٹشو کو کوڑے دان  
میں پھینک دیں

اگر آپ کے پاس ٹشونہیں ہے، تو اپنی اوپری  
آستین یا کہنی میں کھانسیں یا چھینکیں،  
نہ کہ اپنے ہاتھوں پر

3



4

اپنے ہاتھوں کو صابن اور بہتے پانی سے دھوئیں۔  
اپنے ہاتھوں کو ڈسپوزیبل کاغذی تولیے یا ہینڈ  
ڈرائر کیساتھ اچھی طرح سے خشک کریں

جراثیم سے پاک اور صحتمند رہیں

# خود کو اور اپنے خاندان کو محفوظ رکھیں

اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے دھوئیں



1

اپنے ہاتھوں کو  
گیلا کریں



2

اپنے ہاتھوں  
پر صابن لگائیں

اپنے ہاتھوں کے تمام حصوں پر صابن  
کو کم از کم 20 سیکنڈ تک رگڑیں



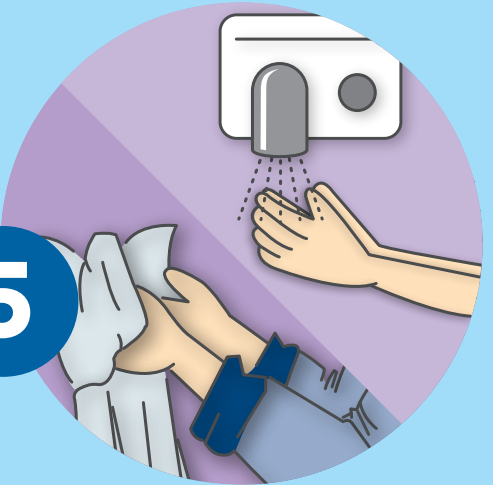
3

اپنے ہاتھوں کو پانی سے  
صاف کریں



4

اپنے ہاتھوں کو ڈسپوزیبل کاغذی  
تولیے یا ہینڈ ڈرائیو ساتھ اچھی  
طرح سے خشک کریں



5

جراثیم سے پاک اور صحتمند رہیں

# اگر آپ کو یہ علامات لاحق ہیں تو ٹیسٹ کروائیں۔



کھانسی



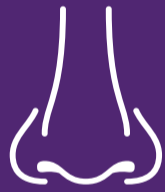
گلے میں خراش



ناک کا بہنا



بخار



سونگھنے یا ذائقے کی  
حس کا ختم ہو جانا



سانس کا اکھڑنا



سردی سے کپکانا  
یا پسینہ آنا

الگ رہنا

ہمیں اکٹھا

رکھتا ہے

یہ جاننے کے لیے کہ ٹیسٹ کہاں سے کروایا جا سکتا  
ہے، وزٹ کریں [coronavirus.vic.gov.au/urdu](https://coronavirus.vic.gov.au/urdu)

# محفوظ رہنے کے تین طریقے



جب آپ باہروں تو  
دوسروں سے 1.5  
میٹر کے فاصلے پر رہیں۔



اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی  
کیساتھ دھوئیں۔



اگر آپ کو کوئی علامات  
لاحق ہیں، تو گھر پر  
رہیں۔

الگ رہنا  
ہمیں اکٹھا  
رکھتا ہے

یہ جاننے کے لیے کہ ٹیسٹ کہاں سے کروایا جا سکتا  
ہے، وزٹ کریں [coronavirus.vic.gov.au/urdu](https://coronavirus.vic.gov.au/urdu)



# چہرے پر ماسک پہننے کا طریقہ

## How to wear a face mask – Urdu

There are two types of face masks you can use: cloth masks and surgical masks. Cloth masks are made of washable fabric and can be re-used.

چہرے پر پہننے کے دو طرح کے ماسک ہیں، جن سے آپ بہتر سکتے ہیں بکپڑے کے ماسک اور سر پر پھیلے ماسک کیپڑے کے ماسک دہن کے لیے بہتر ہیں اور انہیں دوبارہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

مزید عانتکے لیے ماسکوں - DHHS.vic چہرے پر ڈھلپنا - رات 1.59 بجے پیر 22 جولائی

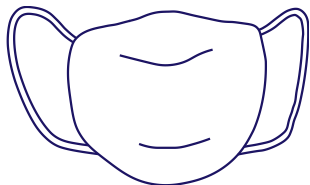
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/face-masks-covid-19>>

چہرے پر ماسک پہننے سے آپ کی اور آپ کی کسی بھی رشتہ دار کی حفاظت ہوتی ہے، جس کے ذریعہ کمپرونا وائرس (کوویڈ-19) سے اضافی جسمانی وکالتوں کو روکا جاسکتا ہے۔ اگر چہ ماسک کو کسی بنیادی طبی عمل سے پہلے ہاتھوں سے دھو کر اور اسے صحیح طریقے سے استعمال کیا جائے تو اسے دوبارہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔



ماسک پہننے سے پہلے ہاتھوں کو دھو لیں۔	
اگر آپ کو کوئی بیماری ہے تو ماسک پہننے سے پہلے اور ماسک پہننے کے بعد ہاتھوں کو دھو لیں۔	
ماسک کو پہننے سے پہلے اس کے سامنے سے ہاتھوں کو دھو لیں۔ اگر آپ ماسک کو پہننے سے پہلے ہاتھوں کو دھو لیں اور اسے صحیح طریقے سے پہنیں۔ ماسک کو پہننے کے بعد ہاتھوں کو دھو لیں۔	
ماسک کو کھولنے سے پہلے ہاتھوں کو دھو لیں اور اسے صحیح طریقے سے پہنیں۔ کانوں کے باہر سے ماسک کو کھولیں اور اسے صحیح طریقے سے پہنیں۔	
ماسک کو کھولنے کے بعد ہاتھوں کو دھو لیں اور اسے صحیح طریقے سے پہنیں۔ ماسک کو کھولنے کے بعد ہاتھوں کو دھو لیں اور اسے صحیح طریقے سے پہنیں۔	

## آپ کی وکالتوں کے لیے ضروری ہے



- باقی باقی ماسکوں کو دھو لیں۔
- دوسروں سے 9.1 فٹ کی دوری برقرار رکھیں۔
- خفیہ عوارض ہونے پر بہت سے ماسک پہننے سے اجتناب کریں۔
- ناسزگی محسوس ہونے کو گھوہرے سے روکیں۔

To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au) <public.health@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, 24 July 2020.

Available at [DHHS.vic - Coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

Urdu

OFFICIAL



Health and Human Services





# گر آپ کا coronavirus (COVID-19) ٹیسٹ مثبت نکلیا ہے

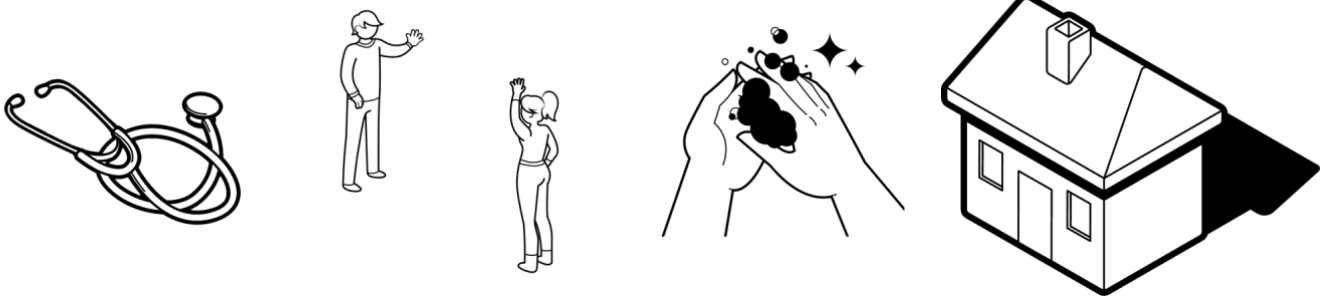
اردو

## آپ کا کورونا وائرس (COVID-19) ٹیسٹ مثبت نکلیا ہے

تو آپ کو خود کو تنہا رکھنا چاہئے اور کسی اور سے دور رہنا چاہئے۔ Department of Health and Human Services (DHHS) آپ کو یہ سب بتائے گا۔

آپ کو یہ سب بتائے گا۔

مؤید مقررہ وقت پر coronavirus ٹیسٹ کرنے سے 1800 675 398 پر رابطہ کریں (24 گھنٹے، ہفتے میں 7 دن)۔ اگر آپ کو کسی نئی بیماری کی ضرورت ہے تو کال کریں 131 450 پر۔



اگر آپ کو طبی امداد کی ضرورت ہے تو کھٹار یا ہاٹ لائن کو کال کریں

پانے کے خن دان اور ہاتھوں سے تنہائی لے کر گلیں

پانے کے ہاتھوں کو دھوئیے اور کھینٹے سے دھوئیے اور خون کو ڈھینیں

آپ کو زنگھری پر ہونا چاہئے

### مجھے یہ نتیجہ ملی کیوں اختیار کرنی چاہئے؟

آپ کا کورونا وائرس (COVID-19) ٹیسٹ مثبت نکلیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو زمرہ بندی کی ضرورت ہے اور آپ کو تنہا رکھنا چاہئے۔ اس بات کا قوی امکان ہے کہ آپ سے دوسروں کو یہ بیماری پھیل سکتی ہے۔

نتیجہ کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو گھریا رہنا پڑے گا۔ اس کے علاوہ، طبی ٹیم کے ساتھ مل کر کامیاب طور پر علاج کے دوران۔

گھر کو اور کو چھوڑنے سے آپ کو چھوڑنے سے متعلقہ امور سے محفوظ رکھنا چاہئے اور گھر پر قہم رہنا چاہئے۔

نتیجہ کی اطلاع دینے کے بعد، آپ کو اس بات سے آگاہ کیا جائے گا کہ آپ کو کورونا وائرس (COVID-19) ٹیسٹ کرنے کی اجازت ہے اور فیکر کٹھون زکو محفوظ رکھنے میں مدد ملے گی۔

### مجھے یہ کہہ کر نتیجہ کی اطلاع کرنی چاہئے؟

آپ کو فوراً اس سب سے متعلقہ امور سے آگاہ کیا جائے گا۔ جہاں آپ کو نتیجہ کی اطلاع دینے کی ضرورت ہے۔

یہ عام طور پر ایک ایجنٹ کے ذریعے، DHHS آپ کو کسی دوسری ایجنٹ کے ذریعے، یا ایک ایجنٹ کے ذریعے، اجازت دے سکتا ہے۔

اگر آپ کو نتیجہ کی اطلاع کے دوران خوراک یا دوا کی ضرورت ہو تو ہم امداد بھی دے سکتے ہیں۔

What to do if you've tested positive for coronavirus (COVID-19)– Urdu



Health and Human Services







[Emergency Management Communications](mailto:em.comms@dhhs.vic.gov.au) اس دیتا اور زکوہ کی اور فارمیٹ میں وصول کرنے کے لئے ای میل کریں  
<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, June 2020.

ISBN 978-1-76096-076-6 (online/print)

یہ آپریشن دیکھیے:

[Translated resources -- coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>



# سپورٹ تک کیسے رسائی حاصل کرنی ہے اگر آپ غیر محفوظ ، دباومیں یا بے چینی محسوس کرتے ہیں coronavirus (COVID-19) کے دوران

اگر آپ کے خیال میں آپ کو coronavirus (COVID-19) ہے، تو مہربانی کر کے کال کریں coronavirus ہاٹ لائن کو **1800 675 398** (24 گھنٹے)۔

اگر آپ کو مترجم کی ضرورت ہے، تو کال کریں **TIS National** کو **131 450** پر اور انہیں کہیں کہ وہ آپ کا رابطہ درج ذیل خدمات میں سے کسی سے کروائیں۔

ایمرجنسی کی صورت میں کال کریں **000** پر۔

ایمرجنسی امدادی پیکیجز

ایمرجنسی ریلیف پیکیجز ان غیر محفوظ لوگوں کے لیے دستیاب ہیں جنہوں نے coronavirus (COVID-19) کے باعث خود کو لازمی تنہائی میں رکھا ہوا ہے۔ ان میں ضروری خوراک اور ذاتی دیکھ بھال کی اشیا شامل ہیں ان لوگوں کے لیے جن کے پاس کم یا نہ ہونے کے برابر خوراک ہو، اور جن کی مدد کرنے کے لیے خاندان اور دوستوں کا کوئی نیٹ ورک نہ ہو۔ اسکی درخواست دینے کے لیے آپ کو آسٹریلیا کا رہائشی ہونا ضروری نہیں ہے۔

کال کریں coronavirus ہاٹ لائن کو **1800 675 398** پر

## اگر آپ خود کو گھرمیں غیر محفوظ محسوس کرتے ہیں تو ایک حفاظتی منصوبہ تیار کریں

گھرمیں تشدد یا جنسی حملہ کبھی بھی قابل قبول نہیں ہے۔ آپ کی مدد کے لیے اس coronavirus (COVID-19) کی وبا کے تمام دورانیے میں گھریلو تشدد

اور جنسی حملے کے سلسلے میں خدمات دستیاب ہیں

جب ایسا کرنا محفوظ ہو، تو رابطہ کریں یا کسی جاننے والے کو کہیں کہ وہ رابطہ کریں **safe steps** کیساتھ **1800 015 188** پر (دن میں 24 گھنٹے، ہفتے میں 7 دن) یا بذریعہ ای میل: [safesteps@safesteps.org.au](mailto:safesteps@safesteps.org.au)

سپورٹ سروسز کیساتھ حفاظتی منصوبہ تیار کرنے کے لیے رابطہ کریں۔

ایک ایمرجنسی تھیلے میں سامان رکھیں، بشمول اہم کاغذات، جیسا کہ پاسپورٹس اور کیڑے، اگر آپ کو جلدی میں جگہ چھوڑنی ہے۔ اسے آپ کو کسی دوست کی جگہ پر چھوڑنے کی ضرورت پڑ سکتی ہے۔

آپ کو اجازت ہے کہ آپ مدد حاصل کرنے کے لیے گھر چھوڑ سکتے ہیں۔ آپ پر جرمانہ نہیں لگے گا یا حکام کیساتھ کوئی مسئلہ درپیش نہیں آئے گا۔ اگر آپ کو پولیس روکتی ہے، تو مہربانی کر کے انہیں بتائیں کہ آپ گھرمیں غیر محفوظ محسوس کر رہے ہیں۔

آپ کو رابطے میں رہنا چاہیے ان کیساتھ جن پر آپ کو بھروسہ ہے اپنی پریشانیوں اور خدشات کے بارے میں بات چیت کر کے۔ اپنے قریبی دوستوں یا خاندان کیساتھ استعمال کرنے کے لیے ایک 'محفوظ لفظ' یا اشارہ طے کر لیں۔ جب آپ یہ لفظ استعمال کریں، تو وہ جان جائیں گے کہ آپ کو مدد کی ضرورت ہے اور وہ پولیس یا ایمرجنسی سروسز کو کال کر سکتے ہیں۔

## دباو اور بے چینی کی بڑھی ہوئی سطحیں

ان دنوں میں بے چینی اور پریشانی محسوس کرنا ایک نارمل رد عمل ہے۔ یہ بات بہت اہم ہے کہ آپ اپنی ذہنی صحت کا خیال رکھیں اچھے طور طریقوں پر عمل پیرا ہو کر، جس میں صحت مند غذا، ورزش اور نیند شامل ہیں۔

**Beyond Blue** عملی مشورے اور ریسورسز پیش کرتے ہیں [beyondblue.org.au](http://beyondblue.org.au) پر اور قلیل مدتی مشورے دیتے اور ریفر کرتے ہیں بذریعہ فون اور ویب چیٹ **1300 22 4636** پر۔

**Lifeline** : پیش کرتے ہیں ریسورسز اور مشورہ، بشمول بحران میں مدد اور خود کشی سے بچنا۔ فون: **13 11 14**



Health  
and Human  
Services

معذوروں کے لیے قابل رسائی شکل میں اس اشاعت کے حصول کے لیے ای میل کریں  
[.Emergency Management Communications <em.comms@dhhs.vic.gov.au>](mailto: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, March 2020.  
ISBN 978-1-76069-381-7 (pdf/online/MS word)

پردستیاب ہے

[About Coronavirus \(COVID-19\) < https://www.dhhs.vic.gov.au/family-violence-crisis-response-and-support-during-coronavirus >](https://www.dhhs.vic.gov.au/family-violence-crisis-response-and-support-during-coronavirus)

How to get family violence support during coronavirus (COVID-19) – Urdu



# Coronavirus (COVID-19) کے لیے ٹیسٹنگ

اگر آپ coronavirus (COVID-19) کے بارے میں کوئی سوال پوچھنا چاہتے ہیں تو 1800 675 398 پر 24 گھنٹے کھلی coronavirus ہاٹ لائن کو فون کریں۔

یہ جاننے کے لیے کہ آپ coronavirus کا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتے ہیں، 1800 675 398 پر 24 گھنٹے کھلی coronavirus ہاٹ لائن کو فون کریں یا یہاں دیکھیں <https://www.dhhs.vic.gov.au/getting-tested-coronavirus-covid-19>

اگر آپ کو انٹریپرٹ (زبانی مترجم) کی ضرورت ہو تو 131 450 پر فون کریں، پھر coronavirus ہاٹ لائن سے کال ملائے کو کہیں یا ان سے درخواست کریں کہ وہ ویب سائٹ دیکھ کر آپ کو معلومات دیں۔

آپ یہاں مزید وسائل کے تراجم دیکھ سکتے ہیں <https://www.coronavirus.vic.gov.au/translations>

## Coronavirus کی ٹیسٹنگ وکٹوریا میں سب لوگوں کے لیے مفت ہے جن میں انٹرنیشنل طالبعلم، پناہ کے درخواست گزار یا دوسرے ملکوں سے آنے والے ملاقاتی شامل ہیں

coronavirus کا ٹیسٹ سب لوگوں کے لیے مفت ہے۔ ان میں وہ لوگ بھی شامل ہیں جن کے پاس Medicare کارڈ نہیں ہے جیسے دوسرے ملکوں سے آنے والے ملاقاتی، انٹرنیشنل طالبعلم، تارکین وطن ورکرز اور پناہ کے درخواست گزار۔

اگر آپ کو علامات پیش ہوں تو آپ مندرجہ ذیل مقامات میں سے کہیں بھی مفت ٹیسٹ کروا سکتے ہیں:

- وکٹوریا کے کسی ہسپتال میں coronavirus کا Acute Respiratory Assessment Clinic (نظام تنفس کے شدید مسائل کی جانچ کا کلینک)
- Community Health Centre Respiratory Assessment Clinic (کمیونٹی ہیلتھ سنٹر میں نظام تنفس کے مسائل کی جانچ کا کلینک)
- شاپنگ سنٹروں کے ڈرائیو تھرو کلینک
- ریجنل واک تھرو کلینک

## کن لوگوں کو coronavirus کا ٹیسٹ کروانا چاہیے؟

اگر آپ کو ان میں سے کوئی علامات پیش ہوں تو آپ کو coronavirus کا ٹیسٹ کروانا چاہیے:

- بخار
  - کپکپی
  - کھانسی
  - گلے میں درد یا خراش
  - سانس لینے میں مشکل
  - ناک بہنا
  - سونگھنے کی حس ختم ہو جانا
- چاہے آپ کی علامات ہلکی ہوں، آپ کو ٹیسٹ کروانا چاہیے۔

## جب آپ ٹیسٹ کرواتے ہیں تو کیا ہوتا ہے؟

جب آپ ٹیسٹ کرواتے ہیں تو آپ سے کسی قسم کا شناخت نامہ اور اپنی رابطہ تفصیلات پیش کرنے کو کہا جائے گا۔ اگر آپ کے پاس Medicare کارڈ نہیں ہے تو براہ مہربانی کوئی شناخت نامہ مثلاً اپنا ڈرائیونگ لائسنس، پاسپورٹ، ٹرانسپورٹ کنسیشن کارڈ یا سٹوڈنٹ آئی ڈی ساتھ لے آئیں۔ ٹیسٹنگ کلینک کو آپ کے ویزے کے متعلق جاننے کی ضرورت نہیں ہے۔

coronavirus کا ٹیسٹ نرس، ڈاکٹر یا کوئی دوسرا طبی کارکن کرتا ہے۔ وہ آپ کے گلے کے پچھلے حصے اور ناک میں سلائی پھیر کر نمونہ لیں گے۔ اس ٹیسٹ میں ایک منٹ کے قریب وقت لگتا ہے۔

## کیا coronavirus کا ٹیسٹ کروانے کے بعد مجھے خود کو دوسروں سے الگ رکھنا چاہیے؟

اگر آپ کو علامات پیش ہوں تو ڈاکٹر یا طبی کارکن آپ کو بتائے گا کہ ٹیسٹ کا نتیجہ آنے تک آپ کو دوسرے لوگوں سے الگ رہنا چاہیے۔ اس کا مطلب ہے کہ اپنے ٹیسٹ کے بعد فوراً گھر چلے جائیں اور اپنے ٹیسٹ کا نتیجہ معلوم ہونے تک گھر میں ہی رہیں۔ آپ کا ڈاکٹر یا آپ کا ٹیسٹ کرنے والا کلینک آپ سے رابطہ کر کے بتائے گا کہ آپ کے coronavirus ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت ہے یا منفی۔

## ٹیسٹ کا نتیجہ آنے میں کتنا وقت لگتا ہے؟

ٹیسٹ کروانے کے بعد نتیجہ آنے میں بالعموم 1-3 دن لگتے ہیں۔ اگر بہت سے لوگ ٹیسٹ کروا رہے ہوں تو آپ کا نتیجہ آنے میں 5 دن تک لگ سکتے ہیں۔

اگر آپ اپنے نتیجے کے بارے میں کوئی سوال پوچھنا چاہتے ہیں تو اس کلینک یا ہسپتال سے رابطہ کریں جہاں آپ کا ٹیسٹ ہوا تھا۔ اگر آپ کا ٹیسٹ کسی شاپنگ سنٹر کے ڈرائیو تھرو کلینک میں ہوا تھا اور آپ کو ٹیسٹ کے نتیجے کا انتظار کرتے ہوئے 5 دن سے زیادہ گزر چکے ہوں تو براہ مہربانی 1800 675 398 پر 24 گھنٹے کھلی coronavirus ہاٹ لائن کو فون کریں۔ ہماری ٹیم آپ کو ٹیسٹ کا نتیجہ حاصل کرنے میں مدد دے گی۔ شاپنگ سنٹروں کے ڈرائیو تھرو کلینک ٹیسٹ کا نتیجہ حاصل کرنے میں آپ کی مدد نہیں کر سکتے لہذا براہ مہربانی ان سے ٹیسٹ کے نتیجے کے لیے رابطہ نہ کریں۔

آپ کو آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ بتایا جائے گا چاہے نتیجہ منفی ہو۔ اگر آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت ہو تو Department of Health and Human Services سے کوئی مزید معلومات لینے کے لیے آپ سے رابطہ کرے گا اور بتائے گا کہ آپ کو کیا کرنا ہو گا۔

اس اشاعت کو متبادل فارمیٹس میں حاصل کرنے کے لیے [Emergency Management Communications](#) کو ای میل کریں <em.comms@dhhs.vic.gov.au>

وکٹورین گورنمنٹ 1 Treasury Place, Melbourne کا منظور کردہ اور شائع کردہ۔

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

ISBN/ISSN 978-1-76069-423-4 (online/print)

یہاں دستیاب ہے [Translated resources - coronavirus disease \(COVID-19\)](#)  
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>





# Coronavirus (COVID-19) کے لیے ٹیسٹنگ

اگر آپ coronavirus (COVID-19) کے بارے میں کوئی سوال پوچھنا چاہتے ہیں تو 1800 675 398 پر 24 گھنٹے کھلی coronavirus ہاٹ لائن کو فون کریں۔

یہ جاننے کے لیے کہ آپ coronavirus کا ٹیسٹ کہاں سے کروا سکتے ہیں، 1800 675 398 پر 24 گھنٹے کھلی coronavirus ہاٹ لائن کو فون کریں یا یہاں دیکھیں <https://www.dhhs.vic.gov.au/getting-tested-coronavirus-covid-19>

اگر آپ کو انٹریپرٹ (زبانی مترجم) کی ضرورت ہو تو 131 450 پر فون کریں، پھر coronavirus ہاٹ لائن سے کال ملائے کو کہیں یا ان سے درخواست کریں کہ وہ ویب سائٹ دیکھ کر آپ کو معلومات دیں۔

آپ یہاں مزید وسائل کے تراجم دیکھ سکتے ہیں <https://www.coronavirus.vic.gov.au/translations>

## Coronavirus کی ٹیسٹنگ وکٹوریا میں سب لوگوں کے لیے مفت ہے جن میں انٹرنیشنل طالبعلم، پناہ کے درخواست گزار یا دوسرے ملکوں سے آنے والے ملاقاتی شامل ہیں

coronavirus کا ٹیسٹ سب لوگوں کے لیے مفت ہے۔ ان میں وہ لوگ بھی شامل ہیں جن کے پاس Medicare کارڈ نہیں ہے جیسے دوسرے ملکوں سے آنے والے ملاقاتی، انٹرنیشنل طالبعلم، تارکین وطن ورکرز اور پناہ کے درخواست گزار۔

اگر آپ کو علامات پیش ہوں تو آپ مندرجہ ذیل مقامات میں سے کہیں بھی مفت ٹیسٹ کروا سکتے ہیں:

- وکٹوریا کے کسی ہسپتال میں coronavirus کا Acute Respiratory Assessment Clinic (نظام تنفس کے شدید مسائل کی جانچ کا کلینک)
- Community Health Centre Respiratory Assessment Clinic (کمیونٹی ہیلتھ سنٹر میں نظام تنفس کے مسائل کی جانچ کا کلینک)
- شاپنگ سنٹروں کے ڈرائیو تھرو کلینک
- ریجنل واک تھرو کلینک

## کن لوگوں کو coronavirus کا ٹیسٹ کروانا چاہیے؟

اگر آپ کو ان میں سے کوئی علامات پیش ہوں تو آپ کو coronavirus کا ٹیسٹ کروانا چاہیے:

- بخار
  - کپکپی
  - کھانسی
  - گلے میں درد یا خراش
  - سانس لینے میں مشکل
  - ناک بہنا
  - سونگھنے کی حس ختم ہو جانا
- چاہے آپ کی علامات ہلکی ہوں، آپ کو ٹیسٹ کروانا چاہیے۔

## جب آپ ٹیسٹ کرواتے ہیں تو کیا ہوتا ہے؟

جب آپ ٹیسٹ کرواتے ہیں تو آپ سے کسی قسم کا شناخت نامہ اور اپنی رابطہ تفصیلات پیش کرنے کو کہا جائے گا۔ اگر آپ کے پاس Medicare کارڈ نہیں ہے تو براہ مہربانی کوئی شناخت نامہ مثلاً اپنا ڈرائیونگ لائسنس، پاسپورٹ، ٹرانسپورٹ کنسیشن کارڈ یا سٹوڈنٹ آئی ڈی ساتھ لے آئیں۔ ٹیسٹنگ کلینک کو آپ کے ویزے کے متعلق جاننے کی ضرورت نہیں ہے۔

coronavirus کا ٹیسٹ نرس، ڈاکٹر یا کوئی دوسرا طبی کارکن کرتا ہے۔ وہ آپ کے گلے کے پچھلے حصے اور ناک میں سلائی پھیر کر نمونہ لیں گے۔ اس ٹیسٹ میں ایک منٹ کے قریب وقت لگتا ہے۔

## کیا coronavirus کا ٹیسٹ کروانے کے بعد مجھے خود کو دوسروں سے الگ رکھنا چاہیے؟

اگر آپ کو علامات پیش ہوں تو ڈاکٹر یا طبی کارکن آپ کو بتائے گا کہ ٹیسٹ کا نتیجہ آنے تک آپ کو دوسرے لوگوں سے الگ رہنا چاہیے۔ اس کا مطلب ہے کہ اپنے ٹیسٹ کے بعد فوراً گھر چلے جائیں اور اپنے ٹیسٹ کا نتیجہ معلوم ہونے تک گھر میں ہی رہیں۔ آپ کا ڈاکٹر یا آپ کا ٹیسٹ کرنے والا کلینک آپ سے رابطہ کر کے بتائے گا کہ آپ کے coronavirus ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت ہے یا منفی۔

## ٹیسٹ کا نتیجہ آنے میں کتنا وقت لگتا ہے؟

ٹیسٹ کروانے کے بعد نتیجہ آنے میں بالعموم 1-3 دن لگتے ہیں۔ اگر بہت سے لوگ ٹیسٹ کروا رہے ہوں تو آپ کا نتیجہ آنے میں 5 دن تک لگ سکتے ہیں۔

اگر آپ اپنے نتیجے کے بارے میں کوئی سوال پوچھنا چاہتے ہیں تو اس کلینک یا ہسپتال سے رابطہ کریں جہاں آپ کا ٹیسٹ ہوا تھا۔ اگر آپ کا ٹیسٹ کسی شاپنگ سنٹر کے ڈرائیو تھرو کلینک میں ہوا تھا اور آپ کو ٹیسٹ کے نتیجے کا انتظار کرتے ہوئے 5 دن سے زیادہ گزر چکے ہوں تو براہ مہربانی 1800 675 398 پر 24 گھنٹے کھلی coronavirus ہاٹ لائن کو فون کریں۔ ہماری ٹیم آپ کو ٹیسٹ کا نتیجہ حاصل کرنے میں مدد دے گی۔ شاپنگ سنٹروں کے ڈرائیو تھرو کلینک ٹیسٹ کا نتیجہ حاصل کرنے میں آپ کی مدد نہیں کر سکتے لہذا براہ مہربانی ان سے ٹیسٹ کے نتیجے کے لیے رابطہ نہ کریں۔

آپ کو آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ بتایا جائے گا چاہے نتیجہ منفی ہو۔ اگر آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت ہو تو Department of Health and Human Services سے کوئی مزید معلومات لینے کے لیے آپ سے رابطہ کرے گا اور بتائے گا کہ آپ کو کیا کرنا ہو گا۔

اس اشاعت کو متبادل فارمیٹس میں حاصل کرنے کے لیے [Emergency Management Communications](#) کو ای میل کریں <em.comms@dhhs.vic.gov.au>

وکٹورین گورنمنٹ 1 Treasury Place, Melbourne کا منظور کردہ اور شائع کردہ۔

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

ISBN/ISSN 978-1-76069-423-4 (online/print)

یہاں دستیاب ہے [Translated resources - coronavirus disease \(COVID-19\)](#)  
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>



# پٹے کا ماسک بنانے کا طریقہ

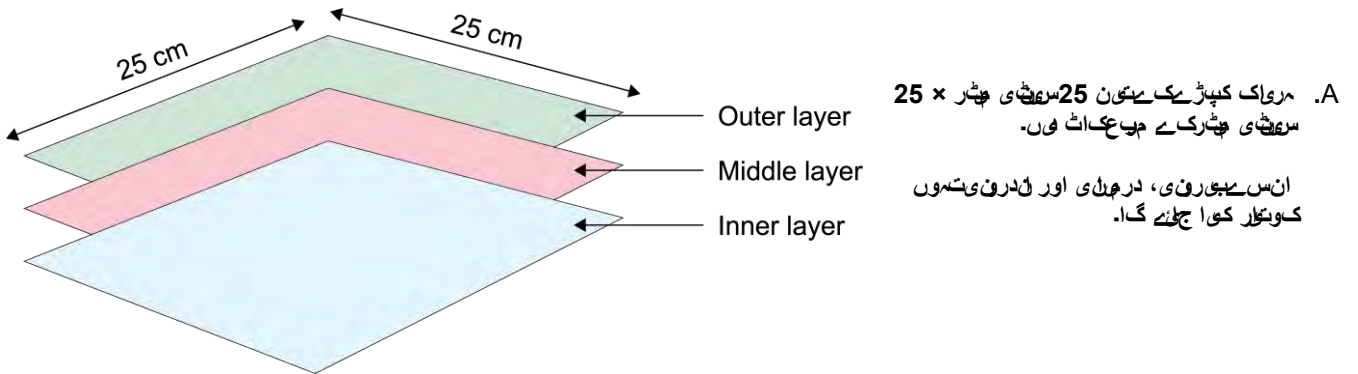
Design and preparation of cloth mask – Urdu

## اسکے پٹے کو ماسک بنانے کے لیے آپ کو ضرورت پڑے گی:

اجزاء	مقدار اور طول و عرض	مادہ کی قسم	مادہ کی مثال
بیرونی	ایکڑا، 25 سینٹی میٹر x 25 سینٹی میٹر	پانی رکنے والے کپڑا (پلیسٹریکول یا پبولون)	• کپڑا • دوبارہ استعمال کے قابل ٹیپز شریپینگ بیگ • فعال طور پر پیپزا (لمبھی سٹیک ہونے والے)
درمیانی	ایکڑا، 25 سینٹی میٹر x 25 سینٹی میٹر	کپڑے کا انترزاگ کھٹنہ (پلیسٹریکول یا پبولون)	• درج فلکی درمیتہ: • کپڑا یا • دوبارہ استعمال کے قابل ٹیپز شریپینگ بیگ
اندرونی	ایکڑا، 25 سینٹی میٹر x 25 سینٹی میٹر	پانی جذب کرنے والے کپڑا (کھٹنہ)	• کپڑا
کان کے لیے پس	2 انچ کے، مرطک 20 سینٹی میٹر	لچکدار یا ہاگسی لپڑے کی پٹیوں	• ٹی شرٹ • چھتے کے ٹکڑے

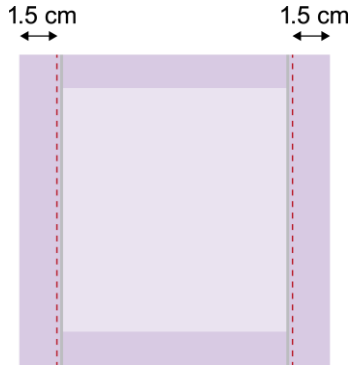
لمبھی سٹیک ہونے والے کپڑے کو دوبارہ استعمال کرنے اور نئے میں اور نہ ہی ان میں سوراخیں ہیں۔  
مواد کو جس کے مخصوص وقت کے لیے بنائے گئے ہیں ان کو دوبارہ استعمال کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ مواد کا طول و عرض تقویہ ایسا کہ اس میں بالکل سے سٹیک ہونے والے مواد ہے۔

## مراحل

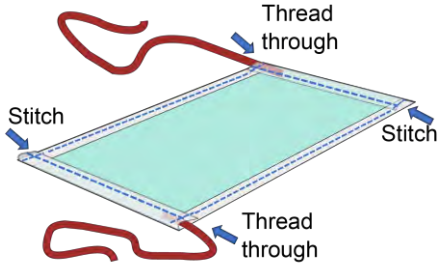




B. چھلر کو اوپر اور نیچے سے 1 سینٹی میٹر موٹوں اور نیکی کر کے ہر رخسے کی طرف سے لکیر بنائیں۔

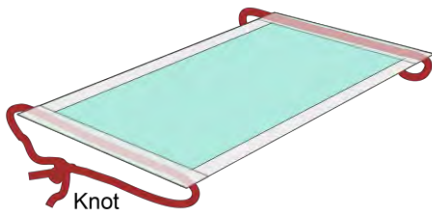


C. چھلر کی کنارے سے 1.5 سینٹی میٹر موٹوں اور نیکی کر کے ہر رخسے کی طرف سے لکیر بنائیں۔

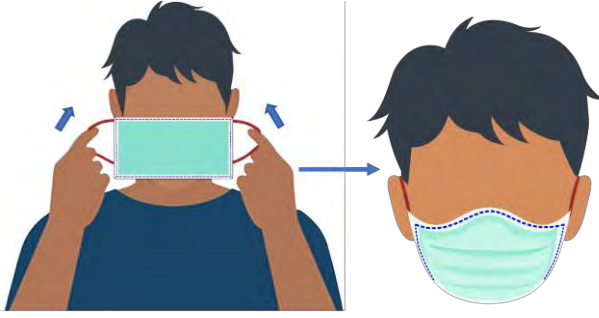


D. چھلر کے چوڑائی والے سرے کی کنارے پر 20 سینٹی میٹر لمبی 1 سینک، دھگہ یا کپڑے کی پیشوں کو لپیٹ لیں۔

اس میں ندر ڈالنے کے لیے سرفیشی پن یا باڑی سے نیکی کی جائے گی۔

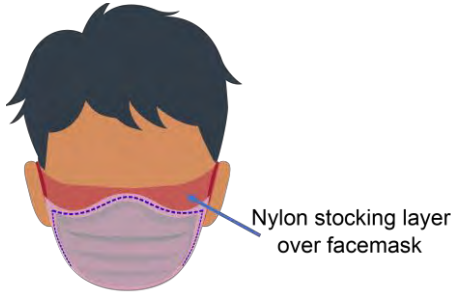


E. سوں کو وسطی سے گھٹا لگا لیں اور نیکی کر لیں۔



F. ماسک کو اچھی طرح سے پہنیں تاکہ ماسک آپ کے چہرے پر فٹ ہو جائے۔

پہننے کے دوران بیرون مہارت کو جٹا ہسے نہ چھوئیں۔



G. اگر آپ بلینے ماسک کی فیشن گبب تریبنا چلتے ہیں تو آپ ماسک کے اوپرنا بیتلہ شالم کسکتے ہیں اور سرکے پچھیے جسے ہیں بل دھسکتے ہیں۔

To find out more information about corona virus and how to stay safe visit [DHHS.vic – coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

If you need an interpreter, call TIS National on 131 450

For information in other languages, scan the QR code or visit

[DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>

For any questions

**Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)**

Please keep Triple Zero (000) for emergencies only



To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au)

<[public.health@dhhs.vic.gov.au](mailto:public.health@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, 11 July 2020 .