

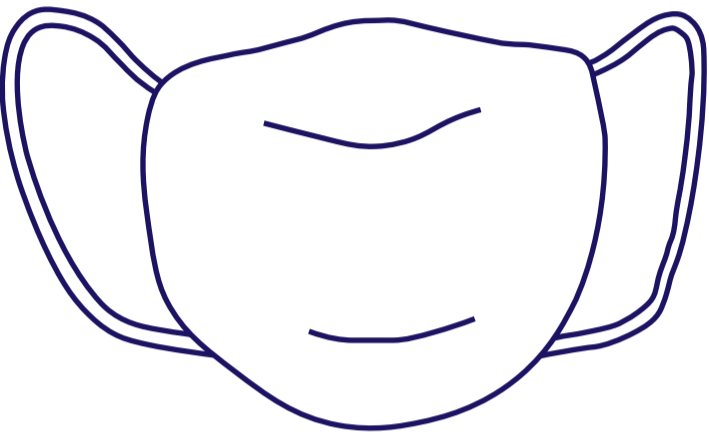


ངས་ཁ་རས་གྲོན་དགོས་སམ།

ཁ་རས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཁྲབ་གདལ་བྱུང་བའི་ས་ཆའི་ནང་ COVID-19 རས་སྤང་སློབ་བྱེད་པའི་དྲོགས་ཚོན་འཕར་མ་ཞིག་ཡིན། ཁ་རས་སློབ་བྱེད་པའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤང་དགོས་མཁོ་དག་གི་ཆེད། མོ་སེའི་ས་གནས་མངའ་སྡེ་དང་ས་ཁུལ་སློབ་སློན་དག་ཞིབ་བཤེར་བྱ། གལ་ཏེ་བྱེད་ཉིད་སྤྱི་སྤྱོད་སྤུམ་འཁོར་ལྟ་བུའི་གནས་སྤངས་ནང་ལུས་སེའི་རྒྱང་ཐག་འཛོག་རྒྱ་ཁག་ལོ་ཡོད་ན། བྱེད་ཉིད་ཁ་རས་གྲོན་དགོས་པའི་གདམ་ག་བྱེད་ཆོག།

COVID མེད་པའི་ངང་གནས་ཆེད།:

- བྱེད་ཉིད་ལག་པ་དག་འཁྲུང་བའམ་དུག་སེལ་བྱ།
- ལུས་སེའི་རྒྱང་ཐག་སོར་གནས་བྱ། (མི་ཉམ་ 1.5)
- བྱེད་ཉིད་ COVID-19 ཡི་སློན་འགོག་སྐྱོད་ཁབ་དག་དུས་དང་མཐུན་པ་རྒྱག།
- གལ་ཏེ་བྱེད་ཉིད་བདེ་ཐང་ཚོར་བྱེད་མེད་ན། བྱིས་དུ་སྤོང་དེ་བརྟག་དབྱེད་བྱ།



གལ་ཏེ་བྱེད་ཉིད་ཁ་རས་གྲོན་པའི་གདམ་ག་བྱེད་པ་ཡིན་ན།:



ཁ་རས་མ་གྲོན་གོང་བྱེད་ཉིད་ལག་པ་འཁྲུང།



ཁ་རས་བྱིས་བྱེད་ཉིད་སྤྱི་སྤྱོད་དང་ཁ་ཁེབས་པ་དང་། དེ་བྱེད་ཉིད་མས་ལེ་འོག་རན་པོ་ཁེབས་ཤིང་སྤྱི་སྤྱོད་སྤང་དང་འོ་གདོང་བྱུར་དག་ཁེབས་པའི་དེས་བརྟན་བྱ།



ཁ་རས་གྲོན་སྐབས་སམ་སྤྱད་སྐབས། ཁ་རས་མདུན་དོས་ནས་མ་རེག་གལ་ཏེ་བྱེད་ཉིད་ཁ་རས་ལ་རེག་པ་ཡིན་ན། ལམ་སེའི་བྱེད་ཉིད་ལག་པ་འཁྲུང་བའམ་དུག་སེལ་བྱ། ཁ་རས་དེ་བྱེད་ཉིད་མས་ལེ་འམ་མཐིང་པ་ཉེ་འཁོར་དུ་དབྱེད་སྤེམ་འཛོག།



ཁ་རས་སྤྱད་པའི་རྗེས་བྱེད་ཉིད་ལག་པ་འཁྲུང་བའམ་དུག་སེལ་བྱ།



ངས་ཆའི་ཁ་རས་དག་གྲོན་ཐངས་ལེ་རེའམ་ཉུང་མཐར་ཉིན་ལྟར་འཁྲུང་དགོས།



*བེད་སྤྱོད་རྒྱུ་ལ་ཅན་གྱི་ཁ་རས་དེ་ཡང་བསྐྱར་བེད་སྤྱོད་མི་བྱེད་པ་དང་། བེད་སྤྱོད་བྱས་པའི་རྗེས་ལམ་སེའི་གཞུག་དགོས།

གལ་ཆེ། དབྱུགས་གཏོང་ལེན་གྱི་གཚོང་ནད་དཀའ་ངལ་ཡོད་པའི་སྤྱི་བོ་རྣམས་ཀྱིས་ཁ་རས་བེད་སྤྱོད་མ་བྱེད་གོང་སྐྱོན་པའི་སློབ་སློན་བྲངས་དགོས།
 ཞིབ་ཐའི་ཆ་འཕྲིན་ཆེད། National Coronavirus Helpline ལ་ **1800 020 080** མོག་ཁ་པར་གཏོང་བ་དང་། སྐད་རྒྱུར་ཞབས་ཏུ་
 དག་གི་ཆེད་ **གདམ་ག་ 8** འདེམས། ཡང་ན། **www.health.gov.au** ལྟེང་བསྤྱོད།