



ဘဉ်ယးဒီးခိရိနဉ်တၢ်ဆါယၢ်တၢ်အိၣ်ဘူးလိာ်သးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤ

Coronavirus close contact information sheet

တၢ်မ့ၢ်တဲဘဉ်နၤလၢနအိၣ်ဘူးဘဉ်ဒီးပုၤတဂၤလၢဘဉ်ခိရိနဉ်တၢ်ဆါယၢ်န့ၣ်တၢ်အံၤအခိပညီမ့ၢ်ဝဲနကဘဉ်မၤနီၢ်ကစၢ်တၢ်အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤဂၤလၢနဟံၣ်ပုၤလၢ (၁၄)သီအတီၢ်ပုၤစးထီၣ်ဖဲလၢနအိၣ်ဘူးဘဉ်ဒီး ပုၤတဂၤလၢဘဉ်ခိရိနဉ်တၢ်ဆါယၢ်တဂၤန့ၣ်ဝံၤအလီၢ်ခဲန့ၣ်လီၤ. နကဘဉ်မၤနီၢ်ကစၢ်တၢ်အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤဂၤအံၤတုၤလၢပဒိၣ်တဲနၤလၢမ့ၢ်ပုၤဖျဲးဝဲလံၤနပတုၣ်ကွံာ်နတၢ်အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤဂၤအခါန့ၣ်လီၤ.

တၢ်ဝဲအံၤမ့ၢ်တၢ်အရၢဒိၣ်မးလၢပကဘဉ်လူၤပိာ်ထွဲတၢ်နဲၣ်ကျဲသ့ၣ်တဖၣ်အံၤ ဒ်တၢ်သိၣ်တၢ်သီအိၣ်ဝဲအသိးန့ၣ်လီၤ.

တၢ်အိၣ်ဘူးဘဉ်လိာ်သးစံးတၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်မန့ၣ်လဲၣ်? (What is a close contact?)

တၢ်အိၣ်ဘူးဘဉ်လိာ်သးန့ၣ်အခိပညီမ့ၢ်ဝဲတၢ်တဲသကိးတၢ်လၢမဲာ်သကိးမဲာ်အါန့ၣ် (၁၅)မံးနံး, အိၣ်ယုာ်ဘူးဘဉ်လိာ်သးဒီးပုၤလၢအအိၣ်ဒီးခိရိနဉ်တၢ်ဆါယၢ်တဂၤလၢတၢ်လီၢ်တပုၤယီအါန့ၣ် (၂)န့ၣ်ရံၣ်.

တၢ်အိၣ်ဘူးဘဉ်လိာ်သးအံၤကဲထီၣ်အသးသ့ၣ်လၢကျဲအါဘိလၢအပၣ်ယုာ်ဒီး-
Close contact can happen in many ways including:

- အိၣ်ယုာ်ဟံၣ်တဖျါန့ၣ်ယီ
- ပုၤဂၤကူးကဆဲးထးခိၣ်ထံအထံဖျါန့ၣ်ဖိသ့ၣ်တဖၣ်ဖျိးဘဉ်နၤ
- အိၣ်ဘဉ်လၢဒၤပုၤတဖျါန့ၣ်ယီမ့ၢ်တၢ်မၤလီၢ်တလီၢ်ယီလၢ(၂)န့ၣ်ရံၣ်အတီၢ်ပုၤမ့ၢ်တၢ်မၤနီၢ်ဒီး (၂)န့ၣ်ရံၣ်
- တၢ်တဲသကိးတၢ်မဲာ်သကိးမဲာ်အါန့ၣ် (၁၅)မံးနံးလၢတၢ်လီၢ်တနီၤနီၤအပုၤဒ်အမ့ၢ်သိလ့ၣ်ပုၤမ့ၢ်ဂ့ၢ်, ဖဲးလၢအစိာ်ထီၣ်စိာ်လီၤပုၤလၢတၢ်သ့ၣ်ထီၣ်အပုၤ, ဆ့ၣ်နီၤဘူးဘဉ်ဒီးပုၤဂၤလၢကမ့ၢ်ဝဲစိာ်တီဆ့ၢ်ဘးစံးကါအပုၤမ့ၢ်တၢ်မၤနီၢ် တၢ်အိၣ်တၢ်ကျးအလီၢ်န့ၣ်လီၤ.



ယလိာ်ဘဉ်မၤတၢ်မန့ၣ်လဲၣ်? (What do I need to do?)

နကဘဉ်မၤ ခိရိနဉ်တၢ်ဆါယၢ်တၢ်မၤကွၢ်န့ၣ်လီၤ. ပုၤတဂၤဂၤကဆဲးကျိးနၤဒီးကတဲဘဉ်နၤလၢနလိာ်ဘဉ်မၤကွၢ်နသးလၢအခါဖဲလဲၣ်န့ၣ်လီၤ.

အိၣ်လၢဟံၣ်- နမၤကွၢ်သးဝံၤတၢ်ဆါယၢ်မ့ၢ်တၢ်အိၣ်သနာ်က့ၤလၢ(၁၄)သီအတီၢ်ပုၤန့ၣ်တကြားနဟးထီၣ်လၢဟံၣ်ချၢဘဉ်

- မ့ၢ်တၢ်မၤနီၢ်လၢနလိာ်ဘဉ်ကသံၣ်ကသီအတၢ်မၤစၢၤဒီးဂ့ၢ်ဂီၢ်အူအတၢ်ကဲထီၣ်သးဘဉ်န့ၣ် နတဘဉ်ဟးထီၣ်လၢဟံၣ်ချၢဘဉ်
- မ့ၢ်သ့န့ၣ် လၢနဟံၣ်ပုၤနကြားအိၣ်ဒၣ်လၢနဒၤလီၤဆီတဖျါန့ၣ်အပုၤန့ၣ်လီၤ
- မံးအီၤလၢမံးလီၢ်ဒၤလီၤဆီတဖျါန့ၣ်အပုၤ
- မ့ၢ်သ့တခါန့ၣ်သ့တၢ်ဟးလီၢ်ဒီးတၢ်လုာ်ထံလီၢ်ဒၤလီၤဆီ
- ဝံးစူၤသ့ဘဉ်တၢ်ကးဘၢနါဒုကိာ်ပုၤဖဲလၢနအိၣ်ဒီးပုၤဂၤအခါ
- မၤနတံၤသကိးမ့ၢ်တၢ်မၤနီၢ်ဟံၣ်ဖိယီဖိလၢအဂၤလၢကလဲၤမၤန့ၢ်နၤတၢ်အိၣ်တၢ်အီ မ့ၢ်တၢ်မၤနီၢ်ကသံၣ်ကသီလၢနဂီၢ်ဝံၤဒီးမၤအဟံၣ်န့ၣ်နၤလၢနဒၤဝဲတြီမဲာ်ညါတက့ၢ်
- နမ့ၢ်အိၣ်ဟံၣ်လၢနငါအိၣ်အီၤ/နနီၢ်ကစၢ်ဟံၣ်န့ၣ်တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ပုၤဖျဲးဂ့ၢ်ဂ့ၢ်လၢနကလဲၤလၢနဟံၣ်ကရၢၢ်ပုၤသ့, ဘျီၣ်ဖိလၢအတအိၣ်ဒီးအခိၣ်ဒုးလၢအမ့ၢ်ဟံၣ်တၢ်ကွၢ်စိလီၤသ့, ဘဉ်ဆဉ်နကဘဉ်အိၣ်ယံၤဒီးပုၤလၢအိၣ်ဟံၣ်တဖျါန့ၣ်ယီဒီးနၤန့ၣ်လီၤ.
- နမ့ၢ်အိၣ်လၢဟံၣ် (Apartment) န့ၣ်တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်ပုၤဖျဲးဂ့ၢ်ဂ့ၢ်လီၤလၢနကလဲၤလၢဟံၣ်လီၢ်ခဲကရၢၢ်ပုၤ ဘဉ်ဆဉ်နကဘဉ်သိးတၢ်ကးဘၢနါဒုကိာ်ပုၤန့ၣ်လီၤ
- နကဘဉ် အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပုၤဂၤ (၁.၅) မံးထၢၣ်န့ၣ်လီၤ

LAST UPDATED: July 31, 2020. ACN: 136 467 715





bendigo Community Health services

လၢယဟံၣ်ဖိယီဖိ, တံၤသကိးသ့ၣ်တဖၣ်, ပှၤလၢယမၤသကိးတၢ်သ့ၣ်တဖၣ်အဂီၢ် တၢ်ဝဲအံၤအခိပညီမ့ၢ်တၢ်န့ၣ်လဲၣ်?
What does this mean for my family, friends and co-workers?

နမ့ၢ်ဘၣ်ဟံၣ်အိၣ်ဖးနသးဒီးပှၤဂၤခိဖျိလၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤတဂၤလၢဘၣ်ခိရိန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်အယိသန့က့, မ့မ့နဟံၣ်ဖိယီဖိ
ဒီးပှၤလၢအဂၤလၢနအိၣ်ယုၣ်တပူၤယီဒီးအိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်တလိၣ်မၤတၢ်အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပှၤဂၤဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ဒ်လဲၣ်ဂ့ၤဒ်လဲၣ်ဂ့ၤန့ၣ် တသ့ဖဲအသ့နကဘၣ်အိၣ်ယံၤသးဒီးပှၤဂၤ, ဒီးနယံၣ်ဖိယီဖိစ့ၢ်ကိးန့ၣ်လီၤ.

ယမ့ၢ်အိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤတဂၤလၢအဘၣ်ခိရိန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်န့ၣ် ယကဘၣ်တဲပှၤဂၤစ့ၢ်ဧါ?

If I have been in close contact with someone who is confirmed case of coronavirus, do I need to tell others?

နမ့ၢ်အိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤဂၤလၢဘၣ်ခိရိန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်ဒီးနတၢ်ဆါပနီၣ်မ့ၢ်တအိၣ်နီမံၤဘၣ်န့ၣ်ပှၤဂၤလၢအတမ့ၢ်နဟံၣ်ဖိယီဖိဘၣ်န့ၣ်
တလိၣ်တဲအိၣ်ဘၣ်.

ဖဲလၢနဘၣ်အိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပှၤဂၤအခါ တၢ်ဆါပနီၣ်မ့ၢ်ဟဲကဲထီၣ်အသးဒ်အမ့ၢ်-

- တၢ်ကိာ်ထီၣ်
- တၢ်ကူး
- ကိာ်ယုၣ်ဆါ
- ကသါတပဲၤဘၣ်
- နါအ့ၣ်ထံယုၤ
- နါတနၢတၢ်ဘၣ်
- အိၣ်တၢ်တဝံၣ်ဘၣ်န့ၣ် နကဘၣ်လဲၤမၤကွၢ်နသးကဒီးအသိတဘျီန့ၣ်လီၤ.



နမ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်ဘၣ်ဖုးဒီးတၢ်ပနီၣ်လၢအဖိခိၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ဖဲနအိၣ်ယံၤလိာ်သးဒီးပှၤဂၤအဆၢကတီၢ်န့ၣ်-

If you develop any of the symptoms listed above at any time during your isolation:

- ဆဲးကျိးဘၣ်ကသံၣ်သရၣ်မ့တမ့ၢ်ခိရိန့ၣ်အလီကျိၤလီၤဆိဖဲ (၁၈၀၀- ၆၇၅-၃၉၈) ဒီးတဲဘၣ်အဝဲသ့ၣ်လၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်
ဒီး ပှၤဂၤလၢဘၣ်ခိရိန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်အယိနအိၣ်ဒီးတၢ်ဆါအပနီၣ်န့ၣ်လီၤ.
- ဖဲနလဲၤမၤကွၢ်သးဒီးဟဲက့ၤအခါ, နတၢ်ကးဘၢနါဒုကိာ်ပူၤမ့ၢ်အိၣ်န့ၣ် သိးထီၣ်အိၣ်တက့ၢ်.
- နကဘၣ်အိၣ်စီၤစုၤယံၤဒီးပှၤဂၤ.
- ဖဲလၢနကလဲၤဆူနကသံၣ်သရၣ်အိၣ်, တၢ်ဆါဟံၣ်မ့တမ့ၢ် တၢ်မၤကွၢ်အလီၢ်အခါ တဘၣ်သူကမျၢၢ်ဝံစီၤတီဆုၤ
ဒီးသိလ့ၣ်ဒီးလဲ(Taxi) ဘၣ်.
- ဖဲနလဲၤတုၤလၢတၢ်မၤကွၢ်လီၢ်အခါန့ၣ်တဲဘၣ်ကဒီးအဝဲသ့ၣ်လၢနအိၣ်ဘူးဘၣ်ဒီးပှၤလၢဘၣ်ခိရိန့ၣ်တၢ်ဆါယၢ်န့ၣ်တက့ၢ်.

နကသံၣ်သရၣ်မ့တမ့ၢ်ပှၤမၤတၢ်ဖိလၢတၢ်ဆါဟံၣ်သ့ၣ်တဖၣ်ကတဲဘၣ်နၤလၢနဘၣ်မၤတၢ်မနုၤလဲၣ်ဖဲနလဲၤတုၤအခါန့ၣ်လီၤ.

Connect with us: www.bchs.com.au

