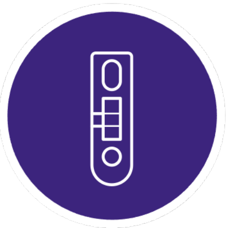
COVID ਸੁਰੱਖਿਆ

ਰੈਪਿਡ ਐਂਟੀਜੇਨ ਟੈਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਨਤੀਜਾ ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਜਾਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਰੈਪਿਡ ਐਂਟੀਜੇਨ ਟੈਸਟ ਕਿਸ ਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅੰਦਰ COVID-19 ਦੇ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਕੇਸ ਦੇ ਘਰੇਲੂ, ਸਮਾਜਿਕ, ਕੰਮ ਜਾਂ ਸਿੱਖਿਆ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਰਾਹੀਂ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਰੈਪਿਡ ਐਂਟੀਜੇਨ ਟੈਸਟ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਇਵੈਂਟ (ਸਮਾਗਮ) ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਜਿਹੀਆਂ ਹੋਰ ਸਥਿਤੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਟੈਸਟ ਕਰਦੇ ਹੋ।



ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਟੈਸਟ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਚਾਰ ਚੀਜ਼ਾਂ

1. ServiceNSW ਵੈੱਬਸਾਈਟ ‘ਤੇ ਜਾਂ ਐਪ 'ਤੇ **ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣਾ ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਟੈਸਟ ਨਤੀਜਾ ਦਰਜ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ** ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ COVID-19 ਜੋਖਮ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸਲਾਹ ਨਾਲ ਲਿੰਕ ਕੀਤਾ (ਜੋੜਿਆ) ਜਾ ਸਕੇ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਆਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ServiceNSW ਨੂੰ 13 77 88 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ।

> ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਫ਼ਤ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ 131 450 'ਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਰੋ, ਆਪਣੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਕਹੋ ਅਤੇ ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ServiceNSW ਨਾਲ ਕਰਾਈ ਜਾਵੇ।

2. **ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ 7 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਤੁਰੰਤ ਸਵੈ-ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਕਰ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ**
   ਸਵੈ-ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਅਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਸ ਵਕਤ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ServiceNSW ਨਾਲ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋਗੇ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ nsw.gov.au 'ਤੇ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹੋ।
3. ਲੱਛਣ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਟੈਸਟ ਆਉਣ ਤੋਂ 2 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ (ਜੋ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ), **ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਇਆ ਸੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ** ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਹੋਇਆ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਪਰਕ, ਕੰਮ ਵਾਲਾ ਸਥਾਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
4. **ਆਪਣੇ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰੋ** ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਪਾਜ਼ਟਿਵ ਰੈਪਿਡ ਐਂਟੀਜੇਨ ਟੈਸਟ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ **nsw.gov.au** ‘ਤੇ ਜਾਓ

> ਕੋਵਿਡ ਸੁਰੱਖਿਆ, ਇਹ ਸਾਡੀ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ

NSW GOVERNMENT