

要保证安全就待在家里

手和脸

- 咳嗽或打喷嚏时不要用手遮挡
- 用纸巾遮住你的鼻子和嘴巴，然后扔掉纸巾，洗手。
- 如果你没有纸巾，用胳膊或袖口遮挡你的咳嗽或喷嚏。
- 擤鼻涕、咳嗽、打喷嚏或上过厕所后洗手。
- 不要用没有洗过的手去摸你的眼睛、鼻子和嘴巴。
- 戴口罩。

和其他人一起住

- 你应该尽量避免与其他人待在同一个房间。各睡各的卧房，各用各的卫生间（如果有）。
- 你不得让外人进你的家门，除非他们是来提供医护、贴身照顾或帮助做家务。
- 确保你和家里其他人保持 1.5 米的距离。
- 有其它住宿选择（看下面）。

保持屋内清洁

- 经常清洁表面 – 电话、门把手、电灯开关和台面。
- 用洗涤剂擦掉尘土和细菌。
- 对所有表面进行消毒。
- 除了和你住在一起的人以外，不要和其他人共用水瓶、玻璃杯、厨具或餐具。

待在家里

- 你必须在家隔离，一直到卫生和民众服务部同意结束隔离为止。

主要联系电话：

普通热线：1800 675 398

Colac 新冠肺炎支持热线：5232 9440（食物和其它生活必需品）

住宿：1300 651 160