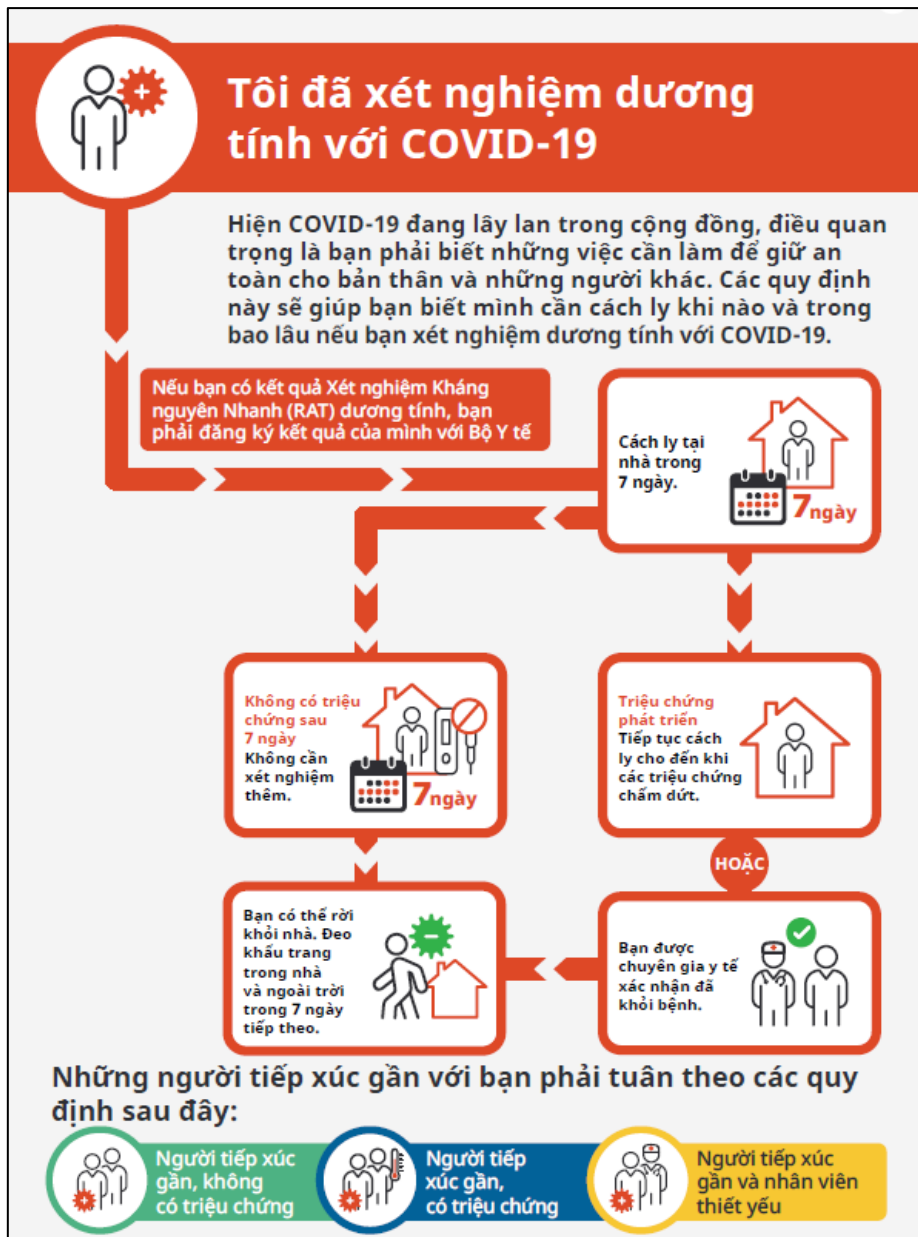


Ngày 11 tháng 3 năm 2022

Sống chung với
COVID-19 (Số 3-2022)

Tin mới nhất từ Chính phủ WA:

- Xin tham khảo sơ đồ phản ứng dưới đây trích từ “Hướng dẫn kiểm soát bệnh COVID-19 của bạn”.



- Để xem hướng dẫn chi tiết, bạn có thể tham khảo:
<https://www.wa.gov.au/system/files/2022-03/Managing-COVID-19-booklet-Vietnamese.pdf>



知人。知老。

A culture of caring. A lifetime of joy.

The Chung Wah Association

Community & Aged Care 

ABN 31 621 821 100

Hành động của Chung Wah Community Care:

- Phát mũ chống giọt bắn cho nhân viên hỗ trợ chăm sóc để bảo vệ họ tốt hơn.
- Trước khi cung cấp dịch vụ, tất cả nhân viên sẽ tự kiểm tra tình trạng sức khỏe của mình, Kiểm tra sức khỏe cho khách hàng / người tham gia cùng chăm sóc.

Cách bạn có thể giúp ngăn chặn sự lây lan của coronavirus:

- **Tập thể dục hàng ngày:** Tập thể dục có thể làm giảm mức độ căng thẳng, ngăn ngừa sự buồn chán và giảm thiểu việc ngủ trưa trong ngày. Bạn có thể theo dõi bài tập từ liên kết sau:
<https://www.facebook.com/chungwahcac/videos/cac-wellness-tv-exercise/783098009162358/>
- **Đeo khẩu trang** khi nhận dịch vụ hoặc khi ra ngoài cộng đồng.
- **Tuân thủ nguyên tắc vệ sinh hô hấp và ho:** ho hoặc hắt hơi vào khăn giấy và vứt bỏ khăn giấy ngay lập tức, hoặc ho / hắt hơi vào chỗ cong của khuỷu tay, thực hiện vệ sinh tay.
- **Vệ sinh và giặt là:** thường xuyên vệ sinh môi trường và thiết bị, xử lý an toàn đồ vải và chất thải.
- **Lập tức thông báo** cho Điều phối viên dịch vụ của bạn nếu bạn hoặc gia đình của bạn có triệu chứng, tiếp xúc gần và cách ly, hoặc bạn đã xét nghiệm COVID dương tính.