



**Australian Government**  
**Department of Health**

ਮੈਲਬੌਰਨ ਵਿਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਵਾਧੇ ਤੋਂ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਲਈ ਸਬਕ

ਮੈਲਬੌਰਨ ਦੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਕੇਸਾਂ ਵਿੱਚ ਤਾਜ਼ਾ ਵਾਧਾ ਨਿਰਾਸ਼ਾਜਨਕ ਹੈ ਪਰ ਸਾਡਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਇਹ ਖਿਆਲ ਸੀ ਕਿ ਹੋਰ ਕੇਸ ਹੋਣਗੇ। ਇਹ ਸਮੁੱਚੇ ਦੇਸ਼ ਲਈ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚਿਤਾਵਨੀ ਹੈ।

ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਵਾਧੇ ਤੋਂ ਸਬਕ ਸਿੱਖੀਏ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਸਮੁੱਚੇ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹੋਰ ਕੇਸ ਦੇਖਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਲੜਾਈ ਵਿੱਚ ਸਖਤ ਮਿਹਨਤ ਨਾਲ ਜੋ ਅਸੀਂ ਹਾਸਲ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉਹ ਸਾਰਾ ਜ਼ੋਖਮ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼ ਜੋ ਮੈਂ ਪੁਰਜ਼ੋਰ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਾਡੀ ਸਫਲਤਾ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਉਸ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ਜਿੱਥੇ ਅਸੀਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਉਸ ਸਤਰ ਤੇ ਰਹਿ ਸਕਿਏ ਜੋ ਆਸਟਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੀ। ਵਾਇਰਸ ਅਜੇ ਵੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਫੀ ਸਮੇਂ ਲਈ ਰਹੇਗਾ - ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਥਿਤੀ ਬਦਲ ਰਹੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ, ਬਿਹਤਰ ਨਹੀਂ।

ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਕੋਪ ਦਾ ਫੈਲਣਾ ਕਿੰਨਾ ਸੌਖਾ ਹੈ ਜੋ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀਆਂ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਰੱਖਦੇ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋਣ ਉਪਰੰਤ ਘਰੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਇਥੇ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਵਿਡਸੇਫ ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਾ ਕਿੰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਲੱਭ ਸਕਣ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਲੱਗਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋ ਚੁੱਕੀ ਹੈ।

ਜਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ "ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜਾਸੂਸ" ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਲੱਭ ਸਕਦੇ ਹਨ ਓਨੀ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਹ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤਾਂ ਫਿਰ ਅਸੀਂ ਮੈਲਬੌਰਨ ਵਾਧੇ ਤੋਂ ਕੀ ਸਿੱਖਿਆ ਹੈ? ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਨਵੇਂ ਕੇਸ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਕੱਠਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਏ ਹਨ।

ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਕੀ ਦੱਸਦਾ ਹੈ? ਅਜਿਹਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਲੋਕ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਕਦਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿ ਕੋਵਿਡ -19 ਖਤਰਨਾਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉਹ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜਾਣਦੇ ਹਨ - ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਸਮੇਤ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਘੱਟ ਹੋਈਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਲੋਕ ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਥਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਹੋਟਲ ਅਤੇ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟਾਂ ਵਿਖੇ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਕੁਝ ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਲੋਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਭੌਤਿਕ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰਣ ਦੇ ਬਰਖਿਲਾਫ ਹਨ। ਇਹ ਦੂਸਰੇ ਖਾਸਕਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਬਜ਼ੁਰਗ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ੋਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋਣ ਸਕਦਾ ਉਹਨਾਂ ਉਪਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਮੁੱਚੇ ਸਮਾਜ ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਲਈ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਡਰਿੰਕ ਲਈ ਮਿਲਣ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੇ ਘਰ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਲਈ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਸਹੀ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ।

ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਮਿੱਤਰਾਂ, ਗੁਆਂਢੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਬਰਾਦਰੀ ਅਤੇ ਵਪਾਰਕ ਨੈਟਵਰਕਾਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹਾਂ।



## Australian Government

### Department of Health

ਵਿਕਟੋਰੀਅਨ ਵਾਧਾ ਸਾਨੂੰ ਇਹ ਵੀ ਦਰਸਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀਆਂ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡਸੇਫ ਐਪ ਨੂੰ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕਰਨਾ ਦੇ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਬਰਾਦਰੀਆਂ ਲਈ ਜਿਥੇ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਪਹਿਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਬੋਲੀ ਜਾਂ ਪੜ੍ਹੀ-ਲਿਖੀ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਬਹੁ-ਸੱਭਿਆਚਾਰਕ ਸਮਾਜ ਨੂੰ ਅਪ-ਟੂ-ਡੇਟ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਫੈਲੀ ਹੈ।

ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਘਰਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਖਾਸ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ 63 ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਲਾਂਚ ਕਰਨ ਉਪਰਾਂਤ ਕੋਵਿਡ-19 ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ 900,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਲੱਖਣ ਪੇਜ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ।

ਰਾਸ਼ਟਰਮੰਡਲ ਗ੍ਰਹਿ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਭਾਗ ਆਪਣੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਹੁਣ ਤੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਮਲਟੀਕਲਚਰਲ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਮੂਹਾਂ ਨਾਲ 4300 ਤੋਂ ਵੀ ਵੱਧ ਵਾਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾ ਚੁੱਕਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਇਹ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਲੋਕ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਈ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਚਿੰਤਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ। ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੁਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਬਾਰੇ ਭਰੋਸਾ ਦਿਵਾਵਾਂ: ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਦੁਆਰਾ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਜੀਪੀ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਵਾਲੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਕਲੀਨਿਕ ਵਿਚ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਬਿਲਕੁਲ ਮੁਫਤ ਹੈ - ਅਤੇ ਇਸ ਵਾਸਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਕਾਰਡ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਨੂੰ ਹਰਾਉਣ ਲਈ ਅਜੇ ਲੰਬਾ ਪੈਂਡਾ ਤਹਿ ਕਰਨਾ ਬਾਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹੁਣ ਵਿੱਲ ਕਰਨ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ। ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਫਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ। ਅਤੇ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰੇ ਰਹੋ।

ਆਸਟਰੇਲੀਆਈ ਸਰਕਾਰ ਦੇ ਚੀਫ ਨਰਸਿੰਗ ਅਤੇ ਮਿਡਵਾਈਫਰੀ ਅਫਸਰ, ਐਲੀਸਨ ਮੈਕਮਿਲਨ