



Australian Government
Department of Health

ལོ་ན་ཆུན་པའི་རྟོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་-19 རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ།

རྟོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་སྐབས་ལོ་ན་ཆུན་པའི་སྤྱོད་ལུ་རྣམས་ལ་རམ་འདེགས་བྱེད་རྒྱ་གཞི་ཆེན་པོ་ཡིན།
ལོ་ན་ཆུན་པའི་རྟོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་-19 རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ་ཡིས་མི་ཆུན་པ་ལ་རོགས་པ་བྱེད་པ་དང་།
ཁོང་དག་གི་དགའ་ཉེ་དང་ལྷ་སྦྱོང་བའི་ལྷན་སྐྱེལ་མཐུན་གནས་པ་དང་།
རིམས་ནད་སྐབས་ཁོང་དག་ལ་དགོས་པའི་ཞབས་ཀྱི་དག་ལུ་མཐུན་ནས་འབྱོར་བའི་རོགས་པ་བྱེད་པ་ཡིན།
རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ་འདི་ཡིས་ཁ་ཡོད་ལག་ཡོད་ཀྱི་རོགས་རམ་དང་སློབ་སྟོན་མཁོ་འབྲུལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

ཁྱེད་ཀྱིས་རྟོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་དམ་བསྐྱབས་སྐྱོར་སྦྱོང་བྱུང་བ་དང་།
ལོ་ན་ཆུན་སྦྱོང་རམ་འདེགས་ཞབས་ཀྱི་དག་སྐྱོར་གྱི་ཆ་འཕྲིན་ལྷངས་པ་འཇམ།
མི་ཞེག་ལ་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་སྐྱོར་སྐྱོང་ཆ་བཤད་བྱུང་བ་ཡིན། སོ་སོ་རང་ཉིད་རམ་གྲོགས་ལོ། ཡང་ན།
ནང་མི་ཞེག་ལ་སེམས་སྐྱོན་ནད་གཞི་ཡོད་པ་དག་གིས་རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ་སྤེད་སྦྱོང་བརྗེད་ཡོད་པའི་ཁྱི་མེན་ཤི་ཡ་ཨོ་སི་ཨོ་ལི་ཡའི་སློབ་སྟོན་
པའི་ལྷན་སྐྱེལ་ཆ་བཤད་ཆོག།

རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ་དེ་མི་ཆུན་པ་དང་། ཁོང་དག་གི་སྤྱོད་ལུ་མཆེད་དང་ལྷ་སྦྱོང་བ།
དེ་བཞིན་གྲོགས་པོ་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་བ་དག་གི་ཆེད་རོགས་པ་བྱེད་ཆེད་སྐབ་རུང་ཡོད།
རིན་མེད་ཁ་བར་ཞབས་ཀྱི་ཁྱི་མེད་གུང་གསེང་སྐབས་མ་གཏོགས་གཞུང་ལྷན་པ་ནས་གཞུང་པ་སངས་བར་ལྷ་ཉོ་ཆུ་ཆོད་ 130
ནས་ལྷོ་ཉོ་ཆུ་ཆོད་ 6 བར་གཏོང་ཆོག། ཁྱེད་ཀྱིས་རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ་ཨང་གུངས་ 1800 171 866 སྤེད་ཁ་བར་གཏོང་ཆོག།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཨིན་སྐད་ལས་སྟོག་པའི་སྐད་ཡིག་གཞན་ནང་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱའི་དགའ་འདེམས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན།
སྐད་སྐྱོར་བ་ཞེག་གིས་རོགས་པ་བྱེད་བྱུང། ཡིག་སྐྱོར་དང་སྐད་སྐྱོར་ཞབས་ཀྱི་ལ་ 131 450 སྤེད་ཁ་བར་གཏོང་སྟེ་ཁྱེད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྐྱོར་འདྲི།
ཁྱེད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནང་། ཁྱེད་ཀྱིས་ཁོང་དག་ལ་ལོ་ན་ཆུན་པའི་རྟོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་-19
རམ་འདེགས་མཐུན་ཁ་སྤེད་སྐྱེལ་མཐུན་བྱེད་པའི་དེ་སྐྱེལ་ཀྱི་ཆོག།

སྤྱི་ཚོགས་ཐུག་འཕྲད་ལས་འཆར།

སྤྱི་ཚོགས་ཐུག་འཕྲད་ལས་འཆར་གྱིས་ཨོ་སི་ཨོ་ལི་ཡའི་མི་ཆུན་པ་རྣམས་ལ་མཇུག་འབྲེལ་དང་རོགས་ཀྱི།
དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་སྤེལ་མཐུན་མཁོ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།
དེ་ཡིས་མི་རྣམས་དྲང་སྲངས་པའི་ལྷན་འབྲེལ་བ་བཟོ་བ་དང་ཁོང་དག་ལྷན་རྒྱུན་ལྷན་གཞི་རྟེན་སྟོན་ལུ་ཆོད་གཏོང་བ་ཡིན།

ཉོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་སྐབས།

ལུས་ལོའི་རྒྱང་ཐག་འཛོག་དགོས་པའི་སྐྱོན་གྱིས་ངོ་གདོང་ལྷག་འཕྲད་བྱེད་མི་ལུས་པས་འདི་ནི་ཁ་པར་ལམ་བརྟན་པར་བརྒྱུད་ནས་བྱེད་ལུགས།

དུང་སྒྲངས་པའི་ལྷན་རྒྱུན་དུ་འབྲེལ་གཏུག་བྱེད་པ་ཡིས་མི་རྣམས་ལ་ཉན་མཁན་ཡོད་པ་ཚོར་བ་སྐྱེས་པར་འགྲུབ་པ་དང་།

རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུང་ངམ་གཅིག་ལུ་ཚོར་མཁན་རྣམས་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པ་ཡིན།

སྤྱི་ཚོགས་ལྷག་འཕྲད་ལས་འཆར་ནི་ད་ལྟོ་ཆར་གཞུང་གིས་མ་ཅ་གཏོང་བའི་བྱིས་དུ་ལྟ་སྐྱོང་ངམ་ཀན་གསོ་ལྟ་སྐྱོང་ཆེད་ལྟ་སྐྱོང་དམ་སྟན་ལྷན་ཁུ་རྒྱ
ག་མཁན་གྱི་མི་ཀན་པའི་ཆེད་རིན་མེད་ཞབས་ལུ་ཞིག་ཡིན།

མི་ཀན་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་ཉིད་སྤྱི་ཚོགས་ལྷག་འཕྲད་ལས་འཆར་སྤེང་ལོས་སྐྱོར་བྱེད་ཚོགས།

ལོས་སྐྱོར་བ་དག་ཀན་གསོ་ལྟ་སྐྱོང་མཁོ་སྐྱོད་པ་དང་། ལན་མི་དང་ཕྱོགས་ལོ་དག་ནས་ཀྱང་ཡོང་ཚོགས་མང་བ་འཚོལ་བར།

www.health.gov.au/community-visitors-scheme ལྟོང་བསྐྱོད།

སེམས་ཁམས་བདེ་ཐབས།

ཉོག་དབྱིབས་རིམས་ནད་སྐྱོན་པས་ང་ཚོའི་འཚོ་བ་སྐྱེལ་སྤངས་ཐད་སྐྱེད་བཅོས་མང་དག་བྱིན་ཡོད།

གལ་ཉེ་བྱེད་རང་སེམས་ཁམས་ལངས་པ་དང་ཁེར་རྒྱུང་ཚོར་བའམ། ཟེ་ཚོམ་སྐྱེས་པའམ་ཞེད་སྐྱེད་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུའི་ཚོར་སྐྱེད་བྱི་ཡོད་ན།

བྱེད་ཀྱི་ནང་མི་དང་ཕྱོགས་ལོ། དེ་བཞིན་སྐྱོན་པའི་ལྷན་རྒྱུན་ཆ་བཤད་པ་ཡིས་རོགས་པ་བྱེད་ལུགས་ཆ་འཕྲིན་དང་སྐོབ་སྟོན།

དེ་བཞིན་རམ་འདེགས་ཞབས་ལུའི་རྒྱ་བྱེད་ཆེད། www.headtohealth.gov.au ལྟོང་བསྐྱོད།

ཆ་འཕྲིན་མང་བ།

གཞུང་འབྲེལ་འབྲུང་ཁུངས་དག་ནས་ཆ་འཕྲིན་སྒྲངས་རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

དེ་ཚོགས་ www.health.gov.au/resources/translated ལྟོང་བསྐྱོད་པའམ། ཉོག་དབྱིབས་རོགས་རམ་ལ་1800 020

080 ལྟོང་ཁ་པར་གཏོང།

བྱེད་ཀྱི་ནང་མི་དང་ཕྱོགས་ལོ། དེ་བཞིན་སྤྱི་ཚོགས་བདེ་འཇགས་གནས་པར་ COVIDSafe ཉེར་སྐྱོད་པའི་ལེན་བྲ།

ཨིན་ཡིག་སྤེང་ཁོ་སྟོན་དུ། COVIDSafe ཉེར་སྐྱོད་དེ་ད་ལྟོ་ཨེ་ར་བེལ་དང་། སྐོལ་རྒྱན་དང་སྤྱི་སྐྱོད་རྒྱ་ཡིག་མེའ་ནམ། ཀོ་རི་ཡ། ཨི་ཏ་ཡི།

སྤྱི་རིག་པན་ཐབ་དང་ཁར་ཀའི་སྐྱོད་ནང་ཐོབ་རུང་ཡོད།

ཉེར་སྐྱོད་དེ་ལྷན་ལྷགས་ཅན་ཉེར་སྐྱོད་མཚོན་ལམ་གྱི་གལ་པོ་ལེ་མཚོན་ནས་པའི་ལེན་བྱེད་ལུགས། བྱེད་ཀྱིས་སོ་སོའི་ནང་མི་འམ་ཕྱོགས་ལོ།

ཡང་ན། ཀན་གསོ་ལྟ་སྐྱོང་ལས་བྱེད་ཞིག་ལ་ཉེར་སྐྱོད་དེ་པའི་ལེན་བྱེད་པའི་རོགས་པ་སྒྲངས་ཚོགས།