**Women with   
Disabilities Australia (Kababaihang may Kapansanan Australya)**





# **Tungkol sa Coronavirus. Tinatawag din itong COVID – 19.**



Ang aklat na ito ay tungkol sa **coronavirus.**



Isinulat namin ang aklat na ito para sa **mga kababaihan at batang babae na may kapansanan.**



Kami ang Women With Disabilities Australia.

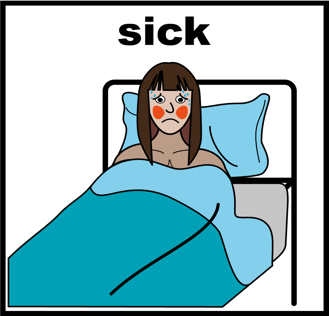
## **Ano ang coronavirus?**



Ang coronavirus ay tila isang masamang trangkaso o sipon.



Ito ay isang bagong virus sa Australya.



Ang coronavirus ay itinuturing na isang **pandemic**.   
Ang isang **pandemic** ay isang bagong virus na kumalat sa iba't ibang bansa.

## **Paano ako mahahawahan ng coronavirus?**

Ikaw ay mahahawahan ng coronavirus sa pamamagitan ng pisikal na kontak sa tao na may coronavirus.

Gaya kung ang isang tao na may virus ay



* umubo o bumahin sa paligid mo



* nakipagkamay sa iyo
* humawak sa isang bagay na hinawakan mo



* nakisalo ng inumin o pagkain sa iyo.

## **Paano ako mananatiling malusog?**

May magagawa kang mga bagay upang protektahan ang iyong sarili at ang iba pa laban sa pagkahawa sa coronavirus.

Ikaw ay maaaring



* maghugas ng iyong mga kamay gamit ang sabon at mainit-init na tubig
* sikaping huwag hipuin ang iyong mukha



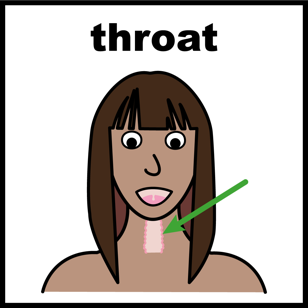
* lumayo sa mga tao na may sakit
* iwasan ang mga lugar na may maraming tao

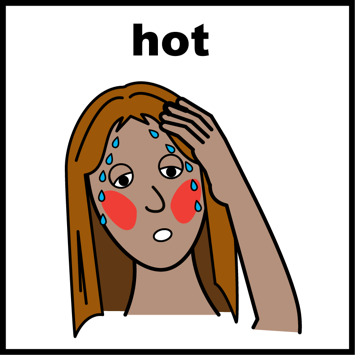


* kumain ng mga prutas at gulay
* matulog nang may sapat na oras.

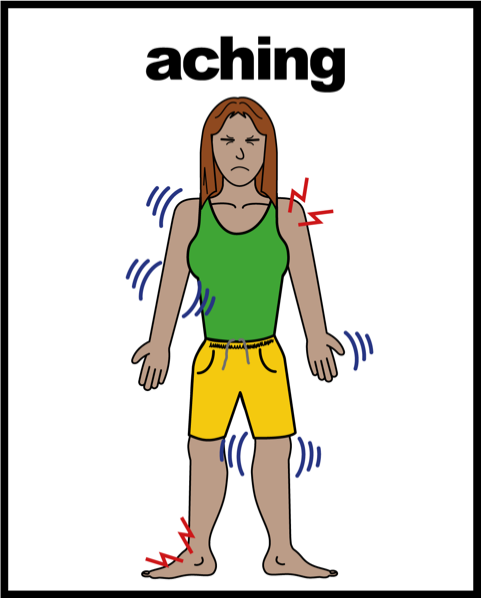
## **Paano ko malalaman kung ako ay may coronavirus?**

Kung ikaw ay may coronavirus, maaaring ikaw ay

* may ubo
* may masakit na lalamunan



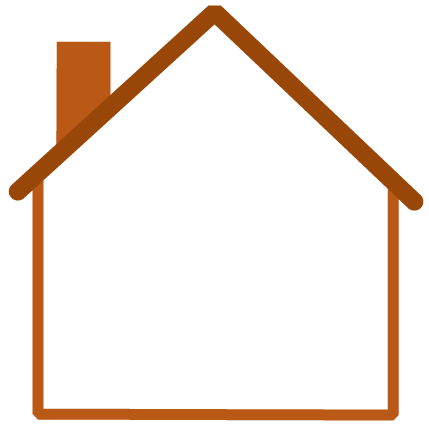
* may mataas na lagnat
* may masakit na ulo



* may mga masasakit sa katawan
* nakakaramdam ng kapaguran.

## **Ano ang gagawin ko kung ako ay magkasakit?**

Kung masama ang iyong pakiramdam, o may mga sintomas ng coronavirus, ikaw ay dapat





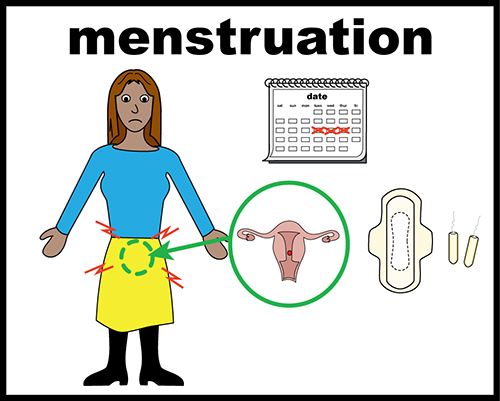
* manatili sa tahahan kung kaya mo
* sikaping huwag makipagkita sa ibang tao

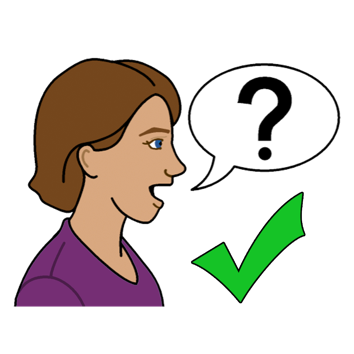


[Ang litratong ito](http://ravikarandeekarsblog.blogspot.com/2009/08/swine-flu-follow-these-7-steps.html) ng Hindi-Kilalang May-akda ay lisensiyado sa ilalim ng [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/)

* magtakip ng iyong bunganga kapag ikaw ay umuubo
* magsuot ng mask kapag nasa paligid ng ibang tao.



* tumawag sa iyong doktor at mag-book ng appointment
* magsabi sa kanila na ikaw ay maaaring nahawahan ng coronavirus
* sila ay maaaring magsagawa ng pagsusuri upang tingnan kung mayroon kang virus.

**Saan makakukuha ng tulong**

Upang kumuha ng tulong o karagdagang impormasyon tungkol sa coronavirus, maaaring mong kontakin ang

**Coronavirus Health Information Line (Telepono para sa Pangkalusugang Impormasyon tungkol sa Coronavirus)**

tumawag sa ………….. 1800 020 080

anumang oras sa araw o gabi.



**Health Direct**tumawag sa ………….. 1800 022 222

anumang oras sa araw o gabi.



**Ambulansya**Kung ikaw ay lubhang may sakit o hindi makahinga

tumawag sa ………….. 000

A close up of a sign

Description automatically generated**National Relay service**   
Kung ikaw ay bingi o may kahirapan sa pananalita   
tumawag sa ………….. 1800 555 677

TTY …………. 133 677

A picture containing clipart

Description automatically generated

**Translating and Interpreting Service**   
Kung kailangan mo ng tagasaling-wika

tumawag sa …………..  131  450

A close up of a computer

Description automatically generated**Karagdagang impormasyon**

Makakukuha ka ng karagdagang impormasyon at mga update tungkol sa coronavirus mula sa



**World Health Organisation (Organisayon ng Pandaigdigang Kalusugan)**

* [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)



**Pamahalaan ng Australya**

* [www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert](http://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert)



**Salamat**

**Sino ang sumulat ng aklat na ito?**

Ang Women with Disabilities Australia ang sumulat ng aklat na ito noong 2020.

Ang aklat na ito ay para sa pangkalahatang edukasyon at impormasyon lamang.

**Pag-aari ng akda**

© Pag-aari ng akda

Women with Disabilities Australia (WWDA) Inc. 2020.

Lahat ng mga karapatan sa intelektuwal na pag-aari, kabilang ang pag-aari ng akda at mga patente, na nasa aklat na ito ay pag-aari at lisensiyado ng Women with Disabilities Australia Inc.

**Ang mga larawang ginamit sa papel-kaalamang ito**

Easy on the I Images © 2019 Leeds at York Partnership NHS Foundation Trust. Ginamit nang may pahintulot. [www.easyonthei.nhs.uk](http://www.easyonthei.nhs.uk)

The Picture Communication Symbols © 2019 ng Mayer Johnson LLC, isang kompanya ng Tobii Dynavox. Ginamit nang may pahintulot. [www.tobiidynavox.com](http://www.tobiidynavox.com)