



## BẠN BỊ COVID-19 VÀ ĐANG DI CHUYỂN TỪ NHÀ MÌNH ĐẾN CƠ SỞ CÁCH LY JET PARK

Nhân viên Y tế Cộng đồng đã gọi cho bạn để thông báo rằng bạn bị nhiễm COVID-19. Bây giờ bạn được yêu cầu phải cách ly với người khác để không lây truyền virus cho bất kỳ ai. Việc cách ly tập trung có thể giúp giữ an toàn cho gia đình và cộng đồng của bạn.



Bạn đã được yêu cầu đi đến Jet Park, một khách sạn/cơ sở cách ly; mọi thứ được cung cấp cho bạn trong thời gian bạn lưu trú ở đó.

Bạn sẽ cần phải cách ly thêm **72 giờ sau khi các triệu chứng bệnh của bạn** không còn nữa và cách ly **ít nhất mười ngày** tính từ khi các triệu chứng bệnh bộc phát. Nếu bạn cần được nhập viện thì thời gian cách ly của bạn sẽ bị ảnh hưởng. Đội ngũ y tế tại Jet Park sẽ kiểm tra các triệu chứng bệnh của bạn thường xuyên và sẽ cho bạn biết khi nào bạn có thể rời khỏi cơ sở cách ly.

Nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ thu xếp việc di chuyển đến Jet Park của bạn. Thông tin này nhằm hỗ trợ việc di chuyển của bạn và giúp bạn biết những gì sẽ xảy ra khi bạn đến Jet Park.

### VỀ VIỆC LƯU TRÚ CỦA BẠN TẠI JET PARK

- Tại Jet Park, bạn sẽ được bố trí phòng ngủ, phòng tắm và TV. Bạn sẽ được cung cấp thức ăn, truy cập Wi-Fi và dịch vụ giặt ủi miễn phí.
- Nhân viên Jet Park sẽ hỗ trợ bạn và cung cấp thêm thông tin khi bạn đến nơi. Duy trì 'vùng an toàn' của bạn. Ở trong phòng riêng của bạn lâu nhất có thể. Không mời người khác vào phòng riêng của bạn hoặc sang phòng của người khác hoặc phòng của các thành viên khác trong gia đình bạn.
- Nếu bạn bắt đầu cảm thấy không khỏe so với lúc trước, bao gồm việc xuất hiện các triệu chứng như sốt, ho, khó thở hoặc đau họng, **vui lòng ở trong phòng riêng của bạn và gọi 8998 từ máy điện thoại trong phòng;** nhân viên y tế sẽ đến phòng bạn kiểm tra.
- Ho, hắt hơi và giữ vệ sinh tay đúng cách là việc rất quan trọng. Vứt bỏ khăn giấy đã qua sử dụng. Rửa tay bằng xà phòng và lau khô kỹ lưỡng. Sử dụng chất khử trùng tay nếu không có xà phòng và nước.
- Trong khi di chuyển đến Jet Park, và khi không ở trong phòng riêng của bạn, hãy đeo khẩu trang (khăn che mặt) và đảm bảo giữ gìn vệ sinh tốt để bảo vệ mọi người.



## CÁC CÂU HỎI THƯỜNG GẶP

### ĐIỀU GÌ XẢY RA VỚI CÁC THÀNH VIÊN TRONG GIA ĐÌNH TÔI?

Nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ liên hệ với các thành viên trong gia đình bạn, những người có tiếp xúc gần gũi với bạn.

Nếu bạn và người nhà thường sống chung phòng hoặc chung nhà, nhân viên Jet Park sẽ thảo luận về các lựa chọn cho partner/vợ/chồng, người nhà của bạn hoặc là ở nhà hoặc là di chuyển đến Jet Park cùng với bạn. Nếu họ di chuyển đến Jet Park, họ có thể tiếp tục sống chung phòng với bạn, hoặc họ có thể cần phải ở phòng riêng. Việc ở cùng phòng với bạn có thể khiến cho thời gian cách ly của họ lâu hơn và làm tăng nguy cơ họ mắc bệnh.

### ĐIỀU GÌ SẼ XẢY RA VỚI CÁC CON CỦA TÔI?

Nếu bạn có con, nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ làm việc với bạn để xem xét cách thức sao cho các bé có thể được chăm sóc tốt nhất trong thời gian bạn cách ly.

Chúng tôi hiểu rằng, trong một số trường hợp, trẻ em sẽ cần phải đi đến Jet Park cùng với cha mẹ hoặc người chăm sóc trẻ.



Nếu con của bạn sống cùng bạn và không bị COVID-19 nhưng sau đó xuất hiện các triệu chứng bệnh, hãy thông báo cho nhân viên y tá kiểm tra sức khỏe hàng ngày của bạn. Đưa trẻ sẽ cần được xét nghiệm ngay lập tức. Điều đó có thể làm thay đổi thời gian lưu trú của bạn tại Jet Park, nhưng điều quan trọng là phải biết các bé có bị bệnh hay không để các bé có thể nhận được sự chăm sóc và điều trị thích hợp.

### ĐIỀU GÌ SẼ XẢY RA VỚI CÁC THÀNH VIÊN DỄ BỊ TỔN THƯƠNG TRONG GIA ĐÌNH?

Nếu người nhà bạn đã có tiếp xúc gần gũi với bạn và họ thuộc diện dễ bị tổn thương, họ có thể cần phải đi đến Jet Park. Nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ liên lạc và làm việc chặt chẽ với bạn và các thành viên trong gia đình để hỗ trợ họ.

### TÔI CHUẨN BỊ HÀNH TRANG THẾ NÀO CHO THỜI GIAN Ở JET PARK?

Bạn nên chuẩn bị hành trang cho khoảng thời gian lưu trú ít nhất là mười ngày và mang theo các vật dụng chính như: quần áo, đồ vệ sinh cá nhân (xà phòng, kem đánh răng), điện thoại, cục sạc và các loại thuốc men. Bạn cũng có thể mang theo các vật dụng giải trí như sách vở và máy tính, thiết bị cầm tay.

Bạn không cần phải mang theo đồ ăn thức uống, vì chúng tôi cung cấp các bữa ăn. Bạn có thể mang theo đồ ăn vặt, nhưng vui lòng không mang theo rượu, thực phẩm để nấu nướng, hoặc các thiết bị đun nấu thức ăn. Chăn, ga, gối, nệm và các loại khăn được Jet Park cung cấp.

### TÔI SẼ GIẶT QUẦN ÁO CỦA TÔI NHƯ THẾ NÀO?

Jet Park có hệ thống giặt giũ áo quần một cách an toàn, vì vậy quần áo của bạn sẽ được giặt cho bạn. Hãy làm theo các hướng dẫn mà Jet Park đưa ra cho bạn.

### ĐIỀU GÌ XẢY RA VỚI THÚ CƯƠNG CỦA TÔI TRONG KHI TÔI CÁCH LY?

Nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ làm việc với bạn để đưa ra các lựa chọn cho thú cưng của bạn trong thời gian bạn cách ly.

### LÀM SAO ĐỂ TÔI GIỮ LIÊN LẠC VỚI GIA ĐÌNH VÀ BẠN BÈ?

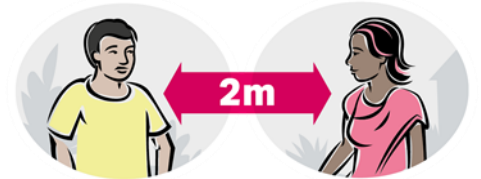
Có sẵn Wi-Fi miễn phí để bạn có thể giữ liên lạc với bạn bè và gia đình thông qua tin nhắn, điện thoại và điện thoại video.



Ngoài ra còn có dịch vụ điện thoại trong phòng. Điện thoại từ phòng này sang phòng khác trong khách sạn và điện cho lễ tân khách sạn là miễn phí. Gọi điện ra bên ngoài đến các số di động hoặc các số điện thoại khác thì không miễn phí; tiền cước được tính theo từng phút theo biểu giá của khách sạn, và bạn sẽ phải thanh toán.

### TÔI CÓ THỂ TẬP THỂ DỤC HOẶC ĐI DẠO TRONG JET PARK KHÔNG?

Được, nhân viên Jet Park sẽ thông báo cho bạn về cách thức bạn có thể ra ngoài tập thể dục hoặc đi dạo vào các khung giờ nhất định. Khi không ở trong phòng riêng của bạn thì hãy luôn luôn đeo khẩu trang, sử dụng chất khử trùng tay và giữ khoảng cách hai mét với người khác.



### CHO CON BÚ TRONG KHI CÁCH LY

Lợi ích của việc cho con bú lớn hơn nhiều so với rủi ro tiềm ẩn của việc lây truyền bệnh nếu bạn bị COVID-19. Bà mẹ hoặc bác sĩ gia đình của bạn có thể tư vấn thêm, hoặc bạn có thể tìm thêm thông tin tại trang web của [Royal College of Obstetricians and Gynaecologists](https://www.rcog.org.uk/) (Tổ chức phi lợi nhuận của các bác sĩ sản phụ khoa).

## ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG TIN VÀ TƯ VẤN



### ĐƯỜNG DÂY Y TẾ HEALTHLINE

Điện thoại miễn phí 0800 358 5453  
Hoạt động 24/24 và có thông dịch viên hỗ trợ

### MUỐN NÓI CHUYỆN? 1737

Gọi điện hoặc nhắn tin miễn phí đến 1737  
Truy cập [1737.org.nz](https://1737.org.nz) để biết thêm thông tin.

### CƠ QUAN PHÚC LỢI XÃ HỘI (WORK AND INCOME)

Để được trợ giúp thanh toán các hóa đơn, hỗ trợ vì mất việc làm, hỗ trợ tiền thuê nhà và trả góp khoản vay mua nhà, hãy gọi 0800 559 009 hoặc truy cập [workandincome.govt.nz](https://workandincome.govt.nz)

### THÔNG TIN ĐƯỢC DỊCH SANG CÁC NGÔN NGỮ KHÁC

Truy cập [arphs.health/nz/communityinfo](https://arphs.health/nz/communityinfo) hoặc [covid19.govt.nz/translations](https://covid19.govt.nz/translations)

### NGƯỜI TỊ NẠN

Gọi cho đường dây hỗ trợ và tư vấn thông tin của RASNZ theo số 0800 472 769, Thứ Hai đến Thứ Sáu, từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

Truy cập [rasnz.co.nz/covid-19-resources](https://rasnz.co.nz/covid-19-resources) để biết thêm thông tin. Chỉ dành cho khu vực Auckland.

### ĐƯỜNG DÂY TRỢ GIÚP CÁC GIA ĐÌNH CHÂU Á

Để được tư vấn nói chung và hỗ trợ cai nghiện cờ bạc cho người nói tiếng Anh, Hoa, Quảng Đông, Hàn Quốc, Việt Nam, Nhật Bản, Thái Lan và Hindi, hãy gọi 0800 862 342, thứ Hai đến thứ Sáu từ 9 giờ sáng đến 8 giờ tối hoặc truy cập [asianfamilyservices.nz](https://asianfamilyservices.nz)

## YOU HAVE COVID-19 AND ARE MOVING FROM YOUR HOME TO JET PARK

Public Health staff will have called you to let you know that you have COVID-19. You are now required to isolate away from others so you don't spread the virus to anyone. Staying in isolation can help keep your family and community safe.



You have been asked to go to Jet Park, a quarantine hotel, where everything is provided for you during your stay.

You will need to stay in isolation until **72 hours after your symptoms** have stopped **and at least ten days** since your symptoms started. If you need to be admitted to hospital this will affect how long you stay in isolation. A medical team based at Jet Park will check your symptoms regularly and will let you know when you will be free to leave.

Public Health will arrange for you to move to Jet Park. This information is to support your move and help you know what to expect when you get to Jet Park.

### ABOUT YOUR STAY AT JET PARK

- At Jet Park, you will get a bedroom, bathroom and TV. You will be given meals, have access to free Wi-Fi and a laundry service.
- The Jet Park team will support you and give you more information when you arrive. Maintain your bubble. Stay in your room as much as possible. Do not invite people to your room or visit other people or family members in their hotel rooms.
- If you start feeling more unwell – including symptoms such as fever, a cough, difficulty breathing or a sore throat, **please stay in your room and call 8998 from your room phone;** a health professional will come to check on you.
- Practising good cough, sneeze and hand hygiene is vital. Throw away used tissues. Wash your hands with soap and dry them well. Use a hand sanitiser if soap and water are not available.
- While moving to Jet Park, and when not in your room at the hotel, wear a face covering and make sure you practise good hygiene to protect others.





## FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

### WHAT HAPPENS TO MY HOUSEHOLD MEMBERS?

The Public Health team will be in contact with members of your household who are close contacts.

If you usually share a room or home, the Jet Park team will discuss options for your partner/spouse or family member to either stay at home or move to Jet Park with you. If they move to Jet Park, they may be able to continue sharing a room with you, or they may need to stay in separate rooms. Staying in the same room as you may make their isolation time longer and increase their risk of becoming sick.

### WHAT WILL HAPPEN TO MY CHILDREN?

If you have children, the Public Health team will work with you to see how best they can be looked after while you're in isolation. We understand that, in some cases, children will need to go with their parents or caregivers to Jet Park.



If your child is with you and doesn't have COVID-19 but later develops symptoms, tell the nurse who does your daily health checks. The child will need to be tested immediately. This may change the length of your stay at Jet Park but it is important to know if they get sick, so they can receive the right care and treatment.

### WHAT WILL HAPPEN TO VULNERABLE FAMILY MEMBERS?

If you have family members who have been in close contact with you and who are vulnerable, they may need to go to Jet Park. The Public Health team will be in touch and work closely with you and your family members to support them.

### WHAT DO I PACK FOR MY STAY AT JET PARK?

You should pack for a stay of at least ten days and bring the main items; clothes, toiletries, phone, charger and any medication. You may also bring entertainment items like books and laptops/devices.

You do not need to bring any food, as meals are provided. You are welcome to bring snacks, but please do not bring alcohol, food to cook, or cooking equipment. Bedding and towels are provided by Jet Park.

### HOW WILL I WASH MY CLOTHES?

At Jet Park there is a system to get your laundry done in a safe way, so your clothes will be washed for you. Please follow the advice given to you at Jet Park.

### WHAT HAPPENS TO MY PETS WHEN I AM IN ISOLATION?

The Public Health team will work with you on options for your pets while you're in isolation.

### HOW WILL I STAY IN TOUCH WITH MY FAMILY AND FRIENDS?

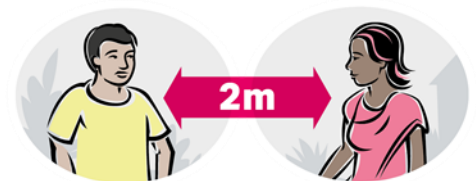
There is free Wi-Fi so you can stay connected with your friends and family via texts, calls and video.

There is also an in-room telephone service. Calling between rooms within the hotel and for hotel services is free. External calling to mobile phones or other numbers is not free; it is charged per minute at hotel rates which you will need to pay for.



### CAN I EXERCISE OR GO FOR A WALK AT JET PARK?

Yes, the Jet Park team will advise you on how you can go out for exercise or walks at specific times. When outside your hotel room wear a mask at all times, use hand sanitiser and keep two metres away from others.



### BREASTFEEDING WHILE IN ISOLATION

The benefits of breastfeeding outweigh any potential risks of transmission if you have COVID-19. Your midwife or GP can provide further advice, or you can find more information at the [Royal College of Obstetricians and Gynaecologists website](#).

### FOR FURTHER INFORMATION AND ADVICE

#### HEALTHLINE

Freephone 0800 358 5453  
A 24/7 service with interpreters available

#### WORK AND INCOME

For help with paying bills, job loss support, rental support and mortgage repayment support call 0800 559 009 or visit [workandincome.govt.nz](#)

#### FORMER REFUGEE BACKGROUND

Call RASNZ support and information line on 0800 472 769, Monday to Friday, 9am to 5pm.

Visit [rasnz.co.nz/covid-19-resources](#) for more information. For the Auckland region only.

#### NEED TO TALK? 1737

Free call or text 1737  
Visit [1737.org.nz](#) for information.



#### INFORMATION IN TRANSLATED LANGUAGES

Visit [arphs.health/nz/communityinfo](#) or [covid19.govt.nz/translations](#)

#### ASIAN FAMILY SERVICES HELPLINE

For general counselling and gambling support for English, Mandarin, Cantonese, Korean, Vietnamese, Japanese, Thai and Hindi speakers, call 0800 862 342, Monday to Friday from 9am to 8pm or visit [asianfamilyservices.nz](#)