

COVID-19

DÀNH CHO NHỮNG NGƯỜI QUAY LẠI NEW ZEALAND BỊ COVID-19 CHUYỂN ĐẾN JET PARK

Bạn đã được chẩn đoán mắc COVID-19. Bây giờ bạn được yêu cầu cách ly tại cơ sở/khách sạn cách ly Jet Park, nơi đó có nhiều hỗ trợ hơn cho những người bị COVID-19.



Nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ thu xếp việc di chuyển đến Jet Park của bạn. Khách sạn này cung cấp mọi thứ bạn cần trong thời gian cách ly, bao gồm cả chăm sóc y tế.

Vì bạn mắc COVID-19, 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 phải nhập viện thì thời gian cách ly của bạn sẽ lâu hơn. Nhân viên y tế của 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.

Thông tin này nhằm giúp bạn biết những gì sẽ xảy ra khi bạn đến Jet Park. Bạn sẽ nhận được Tài liệu Chào đón khi đến nơi, trong đó có nhiều thông tin về việc lưu trú của bạn tại Jet Park.

VỀ VIỆC LƯU TRÚ CỦA BẠN TẠI JET PARK

- **Những người quay lại New Zealand cùng bạn (bạn đồng hành) cũng sẽ được yêu cầu chuyển đến Jet Park.** Nếu bạn ở chung phòng với những người đó tại cơ sở/khách sạn cách ly tập trung, thì họ có thể tiếp tục ở chung phòng với bạn, hoặc được sắp 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. Nhân viên Y tế Cộng đồng sẽ thảo luận về quyết định quan trọng này với bạn. Các bạn đồng hành của bạn cũng có thể phải làm thêm các xét nghiệm và sẽ được nhân viên y tế của Jet Park kiểm tra mỗi ngày. Ngày họ được rời khỏi Jet Park có thể khác với bạn.
- 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.
- 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.
- 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.

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

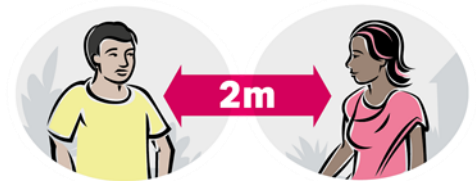
Có sẵn Wi-Fi miễn phí để bạn có thể giữ liên lạc với bạn bè và gia đình thông qua tin nhắn, điện thoại và điện thoại video.

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.



TÔI SẼ GIẶT QUẦN ÁO CỦA TÔI NHƯ THẾ NÀO?

Jet Park có hệ thống giặt giữ 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.

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](#) (Tổ chức phi lợi nhuận của các bác sĩ sản phụ khoa).

COVID-19

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

ĐƯỜNG DÂY TRỢ GIÚP CÁC GIA ĐÌNH CHÂU Á

Để được tư vấn nói chung và hỗ trợ cai nghiện cờ bạc dành 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

THÔNG TIN ĐƯỢC DỊCH SANG CÁC NGÔN NGỮ KHÁC

Truy cập arphs.health/nz/communityinfo
hoặc covid19.govt.nz/translations

MUỐN NÓI CHUYỆN? 1737

Gọi điện hoặc nhắn tin miễn phí đến 1737
Truy cập 1737.org.nz để biết thêm thông tin.



FOR RETURNING TRAVELLERS WITH COVID-19 GOING TO JET PARK

You have been diagnosed with COVID-19. You are now required to isolate at a quarantine hotel - Jet Park – where there is more support for people with COVID-19.



Public Health staff will have called you to arrange for your move to Jet Park. This hotel provides everything you need while you are in isolation, including access to medical care.

As you have COVID-19, 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 are admitted to hospital, this will extend your stay in isolation. The medical team at Jet Park will check your symptoms and will let you know when you are free to leave.

This information is to help you know what to expect when you move to Jet Park. You will receive a welcome pack on arrival with more information on your stay at Jet Park.

ABOUT YOUR STAY AT JET PARK

- **Your travelling companions will be asked to go to Jet Park too.** If you have been sharing a room at the managed isolation hotel, your companion/s may continue to share a room with you, or stay in a separate room. Staying in the same room as you may make their isolation time longer and increase their risk of becoming sick. Public Health will discuss this important decision with you. Your travelling companions may also need to have extra tests and will be checked by the medical team at Jet Park each day. Their day of release from Jet Park may be different to yours.
- 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.
- 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.

- If you start feeling more unwell when at Jet Park – 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.

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

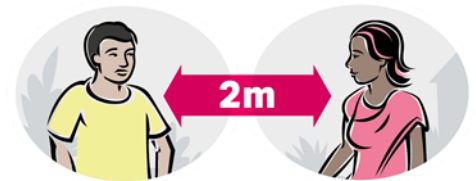
There is free Wi-Fi so you can stay connected with your friends and family via text, calls and video.

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; this 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.



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.

BREASTFEEDING WHILE IN ISOLATION

The benefits of breastfeeding outweigh any potential risks of transmission of the virus 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

ASIAN FAMILY SERVICES HELPLINE

For general counselling in English, Mandarin, Cantonese, Korean, Vietnamese, Japanese, Thai and Hindi languages. Call 0800 862 342, Monday to Friday from 9am to 8pm or visit asianfamilyservices.nz

INFORMATION IN TRANSLATED LANGUAGES

Visit arphs.health.nz/communityinfo or covid19.govt.nz/translations

NEED TO TALK? 1737

Free call or text 1737
Visit 1737.org.nz for information

