

# TESTE RASTREIU PROTEJE PRESIZA EMA HOTU NIA APOIU



Durante pandemia ne'e tomak, ita-nia apoiu hodi halo-tuir ba orientasaun sira saúde públika nian ne'e sai vitál tebes hodi hamenus coronavírus habelar bá-mai. Hodi halo ida-ne'e, ita-boot salva ona vida. Tan restrisaun sira ba 'blokeiu/ lockdown' nian hamamar ona, ita hasoru daudaun risku ida ba onda daruak husi infesaun nian. Ita hotu bele ajuda minimiza risku ne'e hodi kontinua apoia medida sira saúde públika nian atu kontrola ninia da'et, hanesan liuhusi teste no rastreiu ba kontaktu.

Teste no rastreiu ba kontaktu nian ne'e ajuda hakotu kadeia transmisaun husi vírus ne'e. Liuhusi identifikasaun ba ema sira ne'ebé halo ona kontaktu besik ho ema ruma ne'ebé mak hetan teste pozitivu ba coronavírus, no husu ba sira atu halo auto-izolamentu, ita bele limita vírus ne'e da'et bá-mai (reprodusaun). Hodi mantein número reproduasaun (R) ne'ebé ki'ik, permite ita atu kontinua hakat ba oin hodi hala'o moris iha família, serbisu no sosiál ne'ebé normál liutan. Kolega sira no família bele haree ka hasoru malu fali, no mós eskola no negósiu sira bele loke fila fali. Ida-ne'e mós sei ajuda hodi proteje ita-nia servisu saúde nian atu la sai sobrekarregadu.

Teste no rastreiu ba kontaktu nian ne'e sei bele la'o ho di'ak bainhira ita hotu-hotu hala'o ita-nia parte. Ida-ne'e katak:

- halo teste se bainhira ita hetan sintomas;
- ajuda halo rastreiu ba kontaktu;
- halo auto-izolamentu bainhira rekomenda ba ita atu halo ida-ne'e.

Hamutuk ho distansiamentu sosiál no medida sira ba ijiene nian, teste no rastreiu mak biban ida di'akliu ba ita atu proteje ita-nia comunidade sira husi coronavírus.



## Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:



# TESTE RASTREIU PROTEJE MATADALAN IDA PASU TUIR PASU

Test ✓ Trace ✓ Protect ✓

HSC Health and Social Care

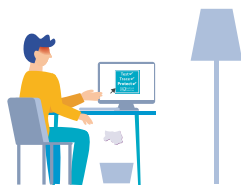
1



## DETEKTA SINTOMA SIRA

Se ita-boot foin hetan me'ar lapara, isin-manas maka'as ka lakon sentidu ka iha mudansa ba sente sabór ka horon iis, entaun ita-boot no ema hotu-hotu iha ita-nia uma-laran tenki imediatamente halo auto-izolamentu.

2



## SOLISITA TESTE IDA AGORA

Vizita ba [nidirect.gov.uk/coronavirus](https://nidirect.gov.uk/coronavirus) atu halo rezerva ba teste ida liuhusi online. Liga ba 119 se karik ita-boot labele halo rezerva ba teste ida liuhusi online.

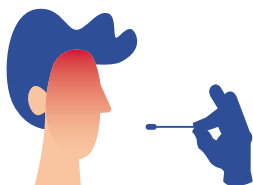
3



## IZOLA AN

Izola an iha loran 10 nia laran depoizde mosu sintomas, kleur liutan se bainhira isin-manas sei nafatin (to'o pelumenus oras 48 nia laran depoizde ita-nia temperatura ne'e sai normál fali). Ema sira seluk ne'ebé hela hamutuk ho ita-boot tenki izola an iha loran 14 nia laran.

4



## HETAN TESTE

Teste ne'e hala'o iha sentru sira ba teste viajen rápida (drive through) nian no ita-boot tenki to'o mai ho kareta (la'ós mai la'o ain, ho transporte públiku, ho taksi ka liuhusi kualkér meu sira seluk). Teste sira iha uma nian mós disponível.

5



## HETAN REZULTADU SIRA

Ita-boot sei hetan rezultadu sira iha oras 72 nia laran. Se ita-boot hetan teste negativu ba coronavirus, entaun ita-boot no ita-nia família bele hapara tiha auto-izolamentu.

6



## FORNESE DETALLE SIRA

Se ita-boot hetan teste pozitivu ba coronavirus, trasadór kontaktu sira husi Ajénsia Saúde Pública (PHA) nian sei kontakta ba ita-boot husi número 028 9536 8888. Sira sei husu ba ita-boot kona-ba sesé de'it mak halo ona kontaktu ho ita-boot foin lailais ne'e.

7



## PHA INFORMA BA KONTAKTU SIRA

Se karik ita-boot hetan coronavirus, PHA sei kontakta ba ema sira ne'ebé halo ona kontaktu besik ho ita-boot. Sei la fahe ka partilla ita-nia naran anaunsér ita-boot fó permisaun. Dadus hotu-hotu sei rai ho seguru.

8



## HUSU BA EMA SIRA NE'EBÉ HALO KONTAKTU BESIK NE'E ATU HALO IZOLAMENTU

Sei husu ba ema sira ne'ebé halo ona kontaktu besik ne'e atu halo izolamentu iha loran 14 nia laran keda husi loran ikusliu ne'ebé sira halo kontaktu ho ita-boot.

9



## FAMÍLIA HUSI EMA SIRA NE'EBÉ HALO KONTAKTU BESIK

Se bainhira ema ne'ebé halo kontaktu besik ne'e la iha sintomas ruma, entaun ema sira seluk iha uma-laran ne'e la prezisa atu halo izolamentu. Se bainhira ema ne'ebé halo kontaktu besik ne'e dezenvolve sintomas, entaun sira tenki halo-tuir matadalan ida-ne'e hahú keda husi pasu 1.

Bainhira ita-boot bele sai husi uma, mantein seguru no kontinua halo-tuir rekomendasaun saúde pública nian.

- Fase ita-nia liman halo didi'ak no beibeik no mós evita kaer kona ita-nia oin.
- Mantein ita-nia distánsia husi ema seluk bainhira ba iha li'ur.
- Bainhira me'ar ka fanin, taka ho ita-nia liman-sikun ka tisu ida hafoin soe tisu ne'e ba iha lixu-fatin bainhira uza hotu.

Ita-boot bele hada'et vírus ne'e maski ita-boot la iha sintomas.

WE ALL  
MUST DO IT  
TO GET  
THROUGH IT



STAY SAFE



SAVE LIVES