



INFORMASI PENTING tentang COVID-19

UNTUK VIHARA, CETIYA, ORGANISASI DAN KOMUNITAS INDONESIA



Panduan ini memberikan sumber informasi dan dukungan dalam bahasa Indonesia.

Untuk informasi dalam bahasa Inggris lihat [BCNSW COVID-19 guide](#)

Bantuan lebih lanjut? Hubungi Buddhist Council of NSW.

Email: office@buddhistcouncil.org , Telepon: (02) 9966 8893

Lindungi diri anda dan orang lain dengan mengikuti aturan berikut:

- Cuci tangan secara berkala (sabun atau sanitiser)
- Tinggal di rumah jika anda sakit
- Jaga jarak: praktek pembatasan sosial (dengan cinta kasih), isolasi diri jika timbul gejala

Batasi pertemuan tatap muka



INFORMASI tentang COVID-19 dalam bahasa Indonesia

Klik pranala (*hyperlink*) berikut atau gunakan pranala (*links*) penuh di tabel yang ada di akhir panduan ini.

- [NSW Health translated resources](#)
- [Commonwealth Dept. of Health translated resources](#)
- [Resources from SBS](#) dalam bahasa Indonesia
- [Centre for Cultural Diversity in Ageing](#)
- [Ethnolink translated resources](#)

DUKUNGAN UNTUK KOMUNITAS

Umat awam dan sangha di komunitas anda mungkin membutuhkan dukungan anda, khususnya bila mereka terisolasi, lanjut usia atau memiliki sanak saudara di rumah jompo. Dapatkah anda:

- Membuat orang-orang menerima informasi sepenuhnya? Tetap menjalin hubungan?
- Membantu pelayanan lewat siaran langsung (*live stream*)? Memiliki nomor telepon bantuan untuk komunitas anda?
- Mengantarkan makanan untuk orang yang tidak dapat berbelanja atau memasak?

The [Translating and Interpreting Service](#) (TIS) dapat membantu anda menggunakan layanan berbahasa Inggris

Untuk perawatan kesehatan mental,

- Dokter umum menyediakan perawatan kesehatan mental di garis depan dan dapat merujuk anda ke layanan lainnya.
- *Lifeline* menawarkan konseling lewat telepon 24 jam sehari. Hubungi **13 11 14**.
- [Transcultural Mental Health Centre](#) memiliki informasi dalam bahasa Indonesia
- [The NSW Mental Health Line](#) (1800 011 511, 24 jam) to untuk menemukan ahli kesehatan dalam bidang mental.
- The [Australian Association of Buddhist Counsellors and Psychotherapists](#) (AABCAP) dapat membantu menemukan konselor dan ahli psikology Buddhist yang terakreditasi.

Untuk orang-orang yang memiliki resiko mengalami kekerasan rumah tangga,

- [1800 Respect](#) menawarkan konseling dan informasi dalam bahasa Indonesia (1800 737 832)

Full links for the websites given above

BCNSW COVID-19 Info Guide	buddhistcouncil.org/covid19
NSW Health translated resources	health.nsw.gov.au/Infectious/diseases/Pages/covid-19-resources.aspx
Commonwealth Dept. of Health translated resources	health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert/translated-coronavirus-covid-19-resource
Resources from SBS in Indonesian	sbs.com.au/language/indonesian/coronavirus-updates
Centre for Cultural Diversity in Ageing	culturaldiversity.com.au/service-providers/multilingual-resources/multilingual-health-and-aged-care-information
Ethnolink translated resources	ethnolink.com.au/covid-19-coronavirus-translated-resources/#indonesian
Transcultural Mental Health Centre	dhi.health.nsw.gov.au/transcultural-mental-health-centre-tmhc/resources/in-your-language/indonesian/indonesian
The NSW Mental Health Line	health.nsw.gov.au/mentalhealth/Pages/Mental-Health-Line.aspx
AABCAP	aabcap.org/
1800 Respect	1800respect.org.au/languages/indonesian-what-is-1800respect
Translating and Interpreting Service	tisonational.gov.au/vi/Non-English-speakers