

## الفعاليات في الحرم الجامعي

مع تزايد القلق بشأن فيروس COVID-19 داخل مجتمع جامعة UNE وأرميديل، فقد أصدرنا القرار الصعب بإلغاء/تأجيل أية فعاليات مقرّر تنظيمها من خلال مكتبنا في الفصل الدراسي الأول.

لن تستضيف UNE International أو تشارك في أو تروج لأية فعاليات خلال هذا الوقت. نحن نتفهم أن هذا قرار مخيب للآمال خصوصاً لأولئك الذين انضموا إلينا مؤخراً في الفصل الدراسي الأول. كونوا مطمئنين، فنحن نعكف على استحداث طرق يمكننا أن نشركم بها (ونحافظ على ترفيهكم) ولكن عبر الإنترنت. وهذا يشمل جلسة معلومات عن الإسعافات الأولية عبر الإنترنت وندوة للصحة العقلية، وكليهما ستتخللهما أسئلة وأجوبة مباشرة مع المضيفين المعنيين. نحن نعكف حالياً على تطوير محتوى شيق وممتع على الإنترنت من أجلكم، والذي سيحتوي على أفلام وموسيقى ومقاطع فيديو تعليمية ومعلومات عن كيفية المساعدة في الحفاظ على صحتك البدنية والعقلية.

في هذه المرحلة، نحن نتطلع إلى استئناف الفعاليات والأنشطة في بداية الفصل الدراسي الثاني. ومع ذلك، فإننا نعلم أن التحديثات تأتي تباعاً وأن الوضع يتغير بسرعة. سوف نقوم بمراجعة موقفنا بشأن الفعاليات حسب توجيهات الحكومة الأسترالية ومسؤولي الصحة في بداية الفصل الدراسي الثاني وسنوافيكم بكل المستجدات في وقتها.

## الفعاليات المجتمعية

لا تنصح UNE International بالمشاركة في التجمعات أو الفعاليات و/أو الأنشطة واسعة النطاق. كما ننصحكم حينما أمكن بتقليل الوقت الذي تقضونه في اللقاءات الاجتماعية، خاصة إذا كنت أنت أو أي شخص تعرفه ليس على ما يرام. والأمر متروك لنا جميعاً لتحمل مسؤوليتنا الاجتماعية في الحدّ من خطر انتقال العدوى والإصابة في المجتمع.

## السفر

لقد فرضت الحكومة الأسترالية عزلة ذاتية قسرية لمدة أسبوعين على جميع المسافرين الدوليين القادمين إلى أستراليا. لذلك، إذا كنت تعرف شخصاً يريد السفر إلى أستراليا في المستقبل القريب، فيرجى تسجيل الدخول والتأكد من أنه على دراية بهذه القيود وتشجيعه على العزلة الذاتية. وإذا كنت تنوي السفر إلى أي مكان خارج أستراليا في المستقبل القريب، فيرجى إجراء تعديلات على ترتيبات سفرك حينما أمكن ذلك. أما إذا لم تتمكن من إجراء تغييرات على حجوزات سفرك، نذكرك بأن العزلة الذاتية ستكون مطلوبة لمدة أسبوعين بمجرد رجوعك إلى أستراليا. يتم فرض عقوبات صارمة إذا لم تلتزم بمتطلبات العزلة الذاتية هذه بعد السفر خارج أستراليا.

## الصحة والعافية

فيما يلي بعض الإجراءات البسيطة التي يمكنك القيام بها للمساعدة في الحفاظ على صحتك في الوقت الحالي:

- اغسل يديك لمدة 20 ثانية باستخدام صابون صلب أو سائل (حينما أمكن)
- استخدم معقم اليدين بعدد مرات أكثر
- اسعل و/أو اعطس في مرفقك. لا تسعل/تعطس في يدك أو بدون تغطية وجهك.
- إذا كنت تشعر بتوعك وترغب في استشارة طبيبك، فيرجى الاتصال مسبقاً وإبلاغه بالأعراض. يُرجى عدم الحضور للدراسة أو العمل إذا كنت تعاني من أعراض الحمى والسعال وسيلان الأنف و/أو ضيق في التنفس. احجز موعداً لزيارة الطبيب وتأكد أولاً من أن كل شيء على ما يرام.
- حافظ على دفئك، فمع ازدياد برودة الطقس وتغير الموسم تنتشر الميكروبات الضارة والالتهابات الأخرى.

- تواصل مع الأصدقاء والعائلة - رسالة نصية أو رسالة مرئية أو زيارة قصيرة حيثما أمكن ستذكر الآخرين بأنك تفكر فيهم خلال هذه الفترة.
- لا داعي للشراء النهم. نحن نعلم أن الرفوف فارغة في معظم محلات السوبرماركت والتي انعدمت فيها مناديل التواليت والمنتجات طويلة الأجل، ولكن ليس ثمة ما يدعو إلى الشراء النهم. تسوق كالمعتاد حيث يمكنك نشر رسالة الهدوء بين أصدقائك وعائلتك.
- حافظ على الأكل الجيد. سنقوم بمشاركة بعض الوجبات السهلة والمغذية لإعدادها مع اقترابنا من موسم الشتاء الذي سيعزز جهازك المناعي.
- احصل على الكثير من الراحة.

إذا كنت قلقاً بأي حال من الأحوال من أن دراستك ستتأثر خلال هذه الفترة، فيرجى التواصل معنا عبر [uneinternational@une.edu.au](mailto:uneinternational@une.edu.au) حتى تتمكن من مساعدتك.

نحن نتفهم أن هذا وقت غريب وقد تكون المعلومات مربكة. اعلم أن مكتبنا الدولي يمكنه دعمك ومساعدتك وموافاتك بالمستجدات أولاً بأول. احرص على التحقق من رسائل البريد الإلكتروني للطلاب، وإذا كانت لديك أسئلة، يرجى طرحها علينا.

إذا توحدنا كمجتمع وبدلنا قصارى جهدنا للحد من انتشار هذا المرض الجديدة مع رعايتنا لبعضنا البعض، فسوف نستطيع تحقيق تأثير دائم.