外國人抵台自主健康聲明

Deklarasi kesehatan mandiri orang asing tiba di Taiwan

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 部門Dept. |  | 重出入境/抵台日期Reentry/ Tgl. tiba di Taiwan |  |
| 單位Unit |  |
| 工號I.D. No. |  | 姓 名Nama |  |
| 自述旅遊史暨身體狀況 |
| 1. 本人是否有以下症狀： Apakah saya mempunyai gejala dibawah ini

□發燒Demam □咳嗽Batuk □鼻塞Hidung tersumbat、流鼻水Hidung beringus □喉嚨痛Sakit tenggorokan1. 出國旅遊史Riwayat perjalanan ke Luarnegri：本人前往： Saya bepergian ke：

□大陸Tiongkok □香港Hongkong □澳門Macau □新加坡Singapura □日本Jepang □韓國Korea □泰國Thailand □菲律賓Filipina □ (其他地區Daerah lainnya)  |
| 自 主 聲 明 內 容 Isi Deklarasi mandiri |
| 本人近期抵達台灣，為預防武漢肺炎（COVID-19）疫情降低可能傳播風險，保障個人自己、親友及周遭人士的健康，本人聲明於抵台14日內確實做好自主健康管理措施：Saya baru baru ini tiba di Taiwan ,untuk mencegah kemungkinan penyebaran Pneumonia Wuhan (COVID-19) dan mengurangi risiko penularan, dan untuk melindungi kesehatan individu, kerabat, teman, dan orang orang disekitar mereka, saya menyatakan bahwa saya telah melakukan tindakan manajemen kesehatan mandiri saya sendiri dalam 14 hari setelah tiba di Taiwan : 1. 維持手部清潔，保持經常洗手習慣，原則上可以使用肥皂和清水或酒 精性乾洗手液進行手部清潔。另應注意儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴。手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手及徹底洗淨。

Menjaga kebersihan tangan, menjaga kebiasaan mencuci tangan setiap waktu, pada dasarnya mencuci tangan boleh menggunakan sabun dan air atau sabun kering cuci tangan yang mengandung alkohol. Selain itu diusahakan tangan anda tidak menyentuh secara langsung mata , hidung dan mulut.Ketika tangan anda menyentuh cairan alat pernafasan,cuci tangan anda dengan sabun dan basuh dengan air sampai bersih. 1. 於自主健康管理期間，每日早/晚各量體溫一次、詳實記錄體溫及活動史。

Selama masa melakukan manajemen kesehatan mandiri, setiap pagi/ malam mengukur suhu tubuh sekali, mencatatnya berikut mencatat riwayat aktifitas secara terperinci.1. 如沒有出現任何症狀可正常生活，但應儘量避免出入公共場所，外出時請一定嚴格遵守全程佩戴外科口罩。

Jika tidak menunjukkan gejala apapun boleh melakukan kegiatan seperti biasa, tapi diusahakan tidak masuk keluar tempat umum, Saat keluar rumah benar benar mematuhi selalu mengenakan masker bedah. 1. 如出現發燒、呼吸道症狀或有身體不適，請確實佩戴外科口罩，儘速就醫。就醫時，並應主動告知醫師接觸史、旅遊史、居住史、工作環境、以及身邊是否有其他人有類似的症狀。

Jika menunjukkan demam, gejala pernafasan atau merasa tidak sehat , harap mengenakan masker bedah, segera kedokter, saat kedokter mengambil inisitiatif memberitahu dokter riwayat kontak anda, riwayat perjalanan, riwayat tempat tinggal, lingkungan kerja, dan apakah ada orang disekitarnya yang memiliki gejala serupa.1. 生病期間應於家中休養，並佩戴外科口罩、避免外出。當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。

Saat sakit harus beristirahat dirumah, dan mengenakan masker, tidak keluar rumah.Saat masker bersentuhan dengan cairan oral dan hidung, masker dilipat kedalam , dibuang ketempah sampah dan menggantinya dengan yang baru.1. 生病期間，與他人交談時，除戴上外科口罩外，儘可能保持 1 公尺以上距離。

Saat sakit, berbicara dengan orang lain, selain memngenakan masker diusahakan jaga jarak 1 meter . |
| 請詳細閱讀後簽署聲明Harap dibaca dengan seksama dan ditandatangani |
| 聲明人Saya  |  | 聲明日期Tanggal |  |