



ШЕСТ ЧЕКОРИ ДА СЕ ЗАПРЕ ШИРЕЊЕТО ЗА СТАНАРИТЕ НА УСТАНОВИ ЗА НЕГА НА СТАРИ ЛИЦА

Благодариме што помагате да останете безбедни вие, другите станари и сите луѓе кои се грижат за вас. Разбираме дека се ова тешки времиња и големи промени за сите нас.

Вашата безбедност и добросостојба се наш најголем приоритет. Мерките што ги воведовме се за да останете безбедни.

Многу е важно е сите ние да продолжиме да правиме сè што можеме за да ги заштитиме од КОВИД-19 станарите во установите за нега на стари лица и вработените. Следните информации се за да помогнат да останете безбедни и добро.

Ако имате некој проблем или ви требаат повеќе информации, ве молиме разговарајте со членовите на вашето семејство, негувателите или вработените. Сите ние сме работиме на истото.

Повеќе информации се достапни на интернет-страницата [health.gov.au](https://www.health.gov.au) или може да се јавите на Националната линија за помош во врска со коронавирусот на 1800 020 080.

Шест чекори за да се запре ширењето:

1. Речете му на вашиот здравствен работник ако не се чувствуваат добро

Вие мора да му пријавите на вашиот здравствен работник секој симптом на болест, без оглед колку да е благ. Таа или тој ќе направи процена и веројатно ќе ве тестира за КОВИД-19. Симптомите на КОВИД-19 може да личат на настинка или грип (flu) и може да вклучуваат:

- треска
- кашлање
- отежнато дишење
- болки во грлото

- главоболка
- немање осет за мирис
- немање осет за вкус
- нос што „тече“
- болки во мускулите
- болки во зглобовите
- пролив
- мачнина/повраќање
- немање апетит.

Тестирањето за КОВИД-19 е достапно за сите станари на установи за резиденцијална нега на стари лица.

2. Редовно мијте ги рацете

Треба темелно да ги миете рацете. Тоа треба секогаш да го правите пред и после секој контакт со кој и да е станар, посетител или вработен во домот. Рацете треба да ги миете со сапун и вода најмалку 20 секунди. Ако рацете не ви се видливо валкани, користете средство за дезинфекција на рацете на база на алкохол.

3. Водете сме за себе и за посетителите

За да помогнете да се намали ризикот од ширење на КОВИД-19, ние ви препорачуваме:

- побарајте од вашите посетители да не ве посетуваат ако не се чувствуваат добро
- потсетувајте ги вашите посетители да си ги мијат рацете и кажувајте им каде можат да го прават тоа
- не треба да имате повеќе од двајца посетители во исто време
- со вашите посетители среќавајте се во вашата соба, на отворено околу зградата или во простор одреден од установата
- одбегнувајте со посетителите да се задржувате во простории за заедничко користење
- секогаш применувајте физичко растојание (знаеме дека е тешко – особено со внучињата)
- проверете дали вашите посетители во последните 14 дена имале близок контакт со некој со КОВИД-19.

4. Дали знаете кои се правилата за посетители во вашата установа?

Установите за резиденцијална нега на стари лица треба да ги следат упатствата на државите или териториите. Секоја установа за резиденцијална нега на стари лица има правила за спречување на ширењето на вирусот.

Проверете дали вие и вашите посетители ги знаете тие правила. Правилата може да се сменат ако во вашата локална област има случаи на КОВИД-19.

Пред да влезат во вашата установа за нега на стари лица, вашите посетители треба:

- да одговорат на прашања за да им помогнат на вработените да извршат процена на ризикот од КОВИД-19
- да покажат дека добиле вакцина против грип (flu) во 2020 година
- да прифатат да ги исполнуваат правилата за посетители

Побарајте од вашите посетители да даваат точни и искрени одговори, за да не се случи случајно да го прошират вирусот КОВИД-19.

5. Дали знаете како да останете во контакт со вашите блиски ако тие не можат да ве посетуваат?

Може да се случи вашата установа за нега на стари лица да треба да воведо поголеми ограничувања на посети. На пример, ако се појават случаи во вашиот дом или во околната област.

Ние ги поттикнуваме установите за нега на стари лица и роднините да соработуваат за да обезбедат дека можете да останете во контакт. Дури и ако вашите блиски не можат да ве посетат лице-во-лице, има многу начини на кои можете да останете во врска.

Побарајте од членовите на вашето семејство или од вработените во установата да ви покажат како да одржувате контакт со помош на видео-повици. Побарајте да ви покажат како и каде можете да се поврзете преку интернет.

6. Дали знаете дека можете да побарате привремено да живеете со семејството за време на вонредната ситуација со КОВИД-19?

Ако се чувствувате побезбедни со семејството кое може да ви пружи нега, вие може да земете отсуство во вонредна ситуација (emergency leave). Сегашната пандемија е вонредна ситуација. Отсуство во вонредна ситуација е достапно до 30 јуни 2021 година.

Разговарајте со вашиот давател на услуги ако сакате да земете отсуство од вашиот дом за нега на стари лица.

Њ треба вашата помош

Апликацијата COVIDSafe е на целосно доброволна основа. Инсталирањето на апликацијата може да помогне да го заштитите вашето семејство, пријателите и заедницата. Вие може да помогнете да се спасат животите на други Австралијани, вклучувајќи ги тие кои ги негувате. Колку што повеќе Австралијани се поврзани со апликацијата COVIDSafe, толку побрзо можеме да го најдеме вирусот.

За сите официјални информации, ресурси и упатства видете на www.health.gov.au