



IS-SITT PASSI BIEX TITWAQQAF IL-FIRXA FOST IR-RESIDENTI TAL- KURA TAL-ANZJANI

Grazzi talli qed tgħin biex iżzommu lilkom infuskom, lil sħabek residenti u lill-persuni kollha li jieħdu sħiebek siguri. Aħna nifhmu li kultant din kienet tinvolvi sfida, u aġġustament kbir għal kulhadd.

Is-sigurtà u l-benesseri tiegħek hija l-akbar prijorità tagħna. Il-miżuri li ddaħħalna ġew biex inżommuk sigur.

Huwa importanti li lkoll nkomplu nagħmlu dak kollu li nistgħu biex niproteġu lir-residenti tal-kura tal-anzjani u lill-istaff mill-COVID-19. L-għan tal-informazzjoni li ġejja hu li jgħinek tibqa sigur u b'saħħtek.

Jekk għandek xi tħassib jew tħoss li għandek bżonn aktar informazzjoni, jekk jogħġbok kellem lill-membri tal-familja, lill-kerers u lill-istaff. Aħna lkoll għandna x'naqsmu ma' din il-ħaġa.

Aktar informazzjoni tinsab fuq il-websajt health.gov.au jew tista' ċċempel lill-Linja Nazzjonali Telefonika tal-Għajnuna tal-Coronavirus fuq 1800 020 080.

Sitt passi biex titwaqqaf il-firxa:

1. Avża lill-ħaddiem tal-kura tas-saħħa tiegħek jekk tħossok ma tiflaħx

Int trid tirrapporta kwalunkwe sintomu ta' mard, tkun kemm hu ħafifa lill-ħaddiem tal-kura tas-saħħa tiegħek. Huma jistgħu jagħmlu assessjar u possibilment jittestjawk għal Covid-19. Is-sintomi ta' COVID-19 jistgħu jkunu riħ jew influwenza u jistgħu jinkludu:

- deni
- sogħla
- qtugħ ta' nifs
- uġiġ fil-grizmejn
- uġiġ ta' ras
- telf tar-riħa

- telf ta' togħma
- imnieher inixxi
- uġiġħ fil-muskoli
- uġiġħ fil-ġogi
- dijarea
- dardir / remettar
- telf tal-aptit

It-testijiet COVID-19 jistgħu jingħataw lir-residenti kollha ta' faċilitajiet tal-kura residenzjali tal-anzjani.

2. Aħsel idejk regolarment

Għandek bżonn taħsel idejk sewwa. Għandek dejjem tagħmel dan qabel u wara li jkollok kuntatt ma' xi residenti, viżitaturi jew hađdiema oħra. Għandek taħsel idejk bis-sapun u bl-ilma għal mill-inqas 20 sekonda. Jekk idejk ma jidhrux maħmuġin, tista' tuża sanitiser tal-idejn ibbażat fuq l-alkoħol.

3. Tħares lilek innifsek u l-viżitaturi

Biex tgħin tnaqqas ir-riskji tat-tixrid ta' COVID-19, nirrakkomandawlek:

- li titlob lill-viżitaturi tiegħek biex ma jżurux jekk ma jifilħux
- tfakkar lill-viżitaturi tiegħek biex jaħslu idejhom u tgħidilhom fejn imorru biex jagħmlu dan
- għandek tara li ma jkollokx aktar minn żewġ viżitaturi fl-istess ħin.
- tiltaqa' mal-viżitaturi tiegħek fil-kamra tiegħek, f'żona barra, jew f'żona speċifikata mill-faċilità tiegħek
- Tevita żoni komunali mal-viżitaturi tiegħek
- dejjem tipprattika d-distanzjar fiżiku (nafu li dan huwa diffiċli - speċjalment man-neputijiet)
- Iċċekkja li l-viżitaturi tiegħek ma kellhomx kuntatt mill-qrib fl-aħħar 14-il ġurnata ma' xi ħadd b'COVID-19

4. Taf x'inhuma r-regoli għall-viżitaturi li japplikaw għall-faċilità tiegħek?

Is-servizzi ta' kura residenzjali tal-anzjani għandhom isegwu d-direzzjonijiet tal-istat u tat-territorju. Kull servizz ta' kura residenzjali tal-anzjani għandu regoli biex jgħin fiż-żamma tat-tixrid tal-virus. Kun żgur li int u l-viżitaturi tiegħek jafu dawn ir-regoli. Ir-regoli jistgħu jinbidlu jekk ikun hemm każijiet ta' COVID-19 fiż-żona lokali tiegħek.

Qabel ma jidhlu fil-faċilità tiegħek tal-kura tal-anzjani, il-viżitaturi tiegħek ser ikollhom bżonn:

- jwieġbu mistoqsijiet biex jgħinu lill-istaff jivvaluta r-riskju tagħhom ta' COVID-19
- juru li kellhom tilqim kontra l-influenza 2020
- jaqblu li ssegwu r-regoli għall-viżitaturi

Itlob lill-viżitaturi tiegħek biex jiżguraw li jwieġbu onestament sabiex ma jxerdux b'mod aċċidentali l-virus COVID-19.

5. Taf kif tibqa' żżomm kuntatt mal-maħbubin tiegħek jekk ma jkunux jistgħu jżuru?

Jista' jkun hemm żmien meta l-faċilità tiegħek ta' kura tal-anzjani teħtieġ li tillimita aktar in-nies li jżuru d-dar tiegħek. Pereżempju, jekk kien hemm imxija fid-dar tiegħek jew fiż-żona lokali.

Aħna ninkoraġġixxu faċilitajiet ta' kura tal-anzjani u l-qraba biex jaħdmu flimkien biex niżguraw li tistgħu żżommu kuntatt ma' xulxin. Anki jekk il-maħbubin tiegħek ma jistgħux iżuruk wiċċ imb wiċċ, hemm ħafna modi kif tista' tibqa' konness magħhom.

Staqsi lill-membri tal-familja tiegħek jew lill-istaff tal-faċilità biex juruk kif għandek iżżomm kuntatt bl-użu ta' telefonati permezz tal-vidjo. Itlobhom biex juruk kif u fejn tista' tikkonnettja mal-internet.

6. Taf li tista' titlob li tgħix mal-familja temporanjament waqt l-emerġenza COVID-19?

Jekk tħossok aktar sigur meta toqgħod mal-familja li tista' tieħu ħsiebek, tista' tieħu leave ta' emerġenza. Il-pandemija attwali hija sitwazzjoni ta' emerġenza. Il-leave ta' emerġenza jista' jinkiseb sat-30 ta' Ġunju 2021.

Kellem mal-provveditur tiegħek tal-kura tal-anzjani jekk tixtieq tieħu leave mid-dar tiegħek tal-kura tal-anzjani.

Għandna bżonn l-għajnuna tiegħek

L-app COVIDSAFE hija kompletament volontarja. It-tniżżil tal-app huwa xi ħaġa li tista' tagħmel biex tgħin tiproteġi lill-familja, ħbiebek u l-komunità. Tista' tgħin biex issalva l-ħajjiet ta' nies oħra. Iktar ma jkun hemm Awstraljani li jikkonnettjaw mal-app COVIDSAFE, iktar nistgħu nsibu malajr il-virus.

Għall-informazzjoni uffiċjali, ir-riżorsi u l-gwida kollha, żur www.health.gov.au