



ШІСТЬ КРОКІВ, ЩОБ ЗУПИНИТИ ПОШИРЕННЯ ВІРУСУ: ДЛЯ МЕШКАНЦІВ УСТАНОВИ ПО ДОГЛЯДУ ЗА ЛЮДЬМИ ПОХИЛОГО ВІКУ

Дякую за те, що ви допомагаєте зберегти себе, своїх сусідів і всіх людей, які піклуються про вашу безпеку. Ми розуміємо, що часом це було непросто, і це було серйозною адаптацією для всіх.

Ваша безпека і добробут - наш пріоритет. Заходи, які ми прийняли, були спрямовані на забезпечення вашої безпеки.

Важливо, щоб ми всі продовжували робити все можливе, щоб захистити людей похилого віку, які перебувають під опікою, і персонал від COVID-19. Дана інформація призначена для того, щоб допомогти вам залишатися в безпеці і здоровими.

Якщо у вас є якісь занепокоєння або вам необхідна додаткова інформація, будь ласка, поговоріть з членами сім'ї, опікунами або співробітниками. Ми всі разом беремо в цьому участь.

Додаткову інформацію можна отримати на сайті [health.gov.au](https://www.health.gov.au) або зателефонувавши до Національної служби допомоги з коронавірусом за номером 1800 020 080.

ШІСТЬ КРОКІВ, ЩОБ ЗУПИНИТИ ПОШИРЕННЯ ВІРУСУ:

1. Повідомте вашому медичному працівникові, якщо вам нездужає

Ви повинні повідомляти про будь-які симптоми захворювання, незалежно від того, наскільки легкими вони є, вашому медичному працівникові. Медичний працівник зможе провести оцінку і, можливо, протестує вас на COVID-19. Симптоми COVID-19 можуть бути схожі на застуду чи грип і включають:

- температура
- кашель
- задишка
- біль у горлі
- головний біль

- втрата нюху
- втрата смаку
- нежить
- біль у м'язах
- ломота у суглобах
- діарея
- нудота / блювота
- зниження апетиту.

Тестування на COVID-19 доступне для усіх мешканців стаціонарних установ по догляду за людьми похилого віку.

2. Регулярно мийте руки

Вам необхідно ретельно мити руки. Ви завжди повинні робити це до і після контакту з іншими мешканцями, відвідувачами або працівниками. Ви повинні мити руки з милом і водою не менше 20 секунд. Якщо руки візуально не забруднені, можна використовувати дезінфекційний засіб для рук на спиртовій основі.

3. Піклуйтеся про себе і відвідувачів

Щоб знизити ризик поширення COVID-19, ми рекомендуємо вам:

- попросити ваших відвідувачів не приходити, якщо вони нездорові
- нагадати вашим відвідувачам мити руки і направляти їх туди, де вони можуть це зробити
- приймати не більше двох відвідувачів одночасно
- приймати відвідувачів у вашій кімнаті, на відкритому повітрі або на території, відведеній для відвідування
- уникати зон загального користування
- завжди практикувати фізичне дистанціювання (ми знаємо, що це важко - особливо з онуками)
- переконайтеся, що ваші відвідувачі не мали тісного контакту за останні 14 днів з інфікованим COVID-19.

4. Чи знаєте ви правила, які діють у вашому закладі для відвідувачів?

Службам по догляду за людьми похилого віку необхідно дотримуватися інструкцій штату або території. У кожній службі по догляду за людьми похилого віку є правила, які допомагають запобігти поширенню вірусу. Переконайтеся, що ви і ваші відвідувачі ознайомлені з цими правилами. Правила можуть змінитися, якщо у вашому районі є випадки COVID-19.

Перед тим, як увійти у вашу службу по догляду, відвідувачі повинні будуть зробити наступне:

- давати чесні відповіді на контрольні запитання про їх ризик COVID-19
- надати докази щеплення від грипу, зробленого у 2020 році
- погодитися дотримуватися правил для відвідувачів.

Попросіть відвідувачів давати чесні відповіді, щоб не допустити випадкового поширення COVID-19.

5. Чи ви знаєте, як залишатися на зв'язку з вашими рідними, якщо їх доступ до вас обмежений?

Може наступити період, коли вашій службі з догляду доведеться обмежити кількість відвідувачів. Наприклад, якщо спалах хвороби стався у вас в службі з догляду або у місцевому районі.

Ми закликаємо установи по догляду за людьми похилого віку та родичів співпрацювати між собою, щоб ви могли підтримувати зв'язок. Навіть якщо ваші близькі не можуть відвідати вас особисто, є багато способів залишатися на зв'язку.

Попросіть членів сім'ї або персонал служби продемонструвати, як підтримувати зв'язок за допомогою відеозв'язку. Попросіть їх показати вам, як і де можна під'єднатися до Інтернету.

6. Чи знаєте ви, що під час надзвичайної ситуації з COVID-19 ви можете попросити про тимчасове проживання з сім'єю?

Якщо ви відчуваєте себе в більшій безпеці, залишаючись з сім'єю, яка може забезпечити вам догляд, ви можете взяти екстрену відпустку. Пандемія - це надзвичайна ситуація. Екстрена відпустка надається до 30 червня 2021 року.

Поговоріть з постачальником послуг по догляду, якщо ви хочете взяти екстрену відпустку.

Нам необхідна ваша допомога

Додаток COVIDSafe є повністю добровільним. Завантаження додатку - це те, що ви можете зробити, щоб допомогти захистити свою родину, друзів і спільноту. Ви можете допомогти врятувати життя інших австралійців, включаючи тих, хто вам дорогий. Чим більше австралійців завантажує додаток COVIDSafe, тим швидше ми зможемо знайти вірус.

Для отримання офіційної інформації, ресурсів і рекомендацій відвідайте сайт www.health.gov.au.