



ȘASE PAȘI PENTRU OPRIREA RĂSPÂNDIRII VIRUSULUI PENTRU FAMILII ȘI VIZITATORI

Mulțumim tuturor familiilor și celor dragi ai australienilor mai în vârstă pentru sprijinul și cooperarea dumneavoastră. Este atât de important în această perioadă dificilă.

Știm că infecția cu COVID-19 are un efect disproporționat asupra persoanelor în vârstă. Lucrăm mai mult ca niciodată pentru a ne asigura că cei dragi sunt în siguranță în serviciile lor de îngrijire pentru persoanele în vârstă.

Siguranța și bunăstarea australienilor vulnerabili și vârstnici este prioritatea noastră absolută.

Următoarele informații vă vor ajuta să protejați australienii mai în vârstă de COVID-19.

Informații suplimentare sunt disponibile pe situl [health.gov.au](https://www.health.gov.au) la secțiunea "resources". De asemenea, vă încurajez să citiți Codul domeniului de activitate privind vizitarea caselor pentru îngrijirea persoanelor în vârstă pe perioada pandemiei COVID-19 la <https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>.

Trebuie să protejăm în continuare drepturile persoanelor în vârstă care beneficiază de îngrijire în conformitate cu Carta drepturilor în domeniul îngrijirii persoanelor în vârstă. Puteți găsi Carta la <https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>.

ŞASE PAŞI PENTRU OPRIREA RĂSPÂNDIRII VIRUSULUI:

Puteți opri răspândirea virusului și rămâne în condiții de siguranță urmând TOȚI cei șase pași

1. Vă simțiți bine?

Trebuie să stați acasă și să nu vizitați pe nimeni dacă nu vă simțiți bine. Trebuie să faceți acest lucru chiar dacă simptomele sunt foarte ușoare. Simptomele de COVID-19 pot fi ca o răceală sau gripă și pot include:

- febră
- tuse
- dificultăți de respirație
- dureri în gât
- dureri de cap
- pierderea mirosului
- pierderea gustului
- curgerea nasului
- dureri musculare
- dureri articulare
- diaree
- greață/vărsături
- pierderea poftei de mâncare

2. Aveți vaccinul antigripal făcut la zi?

Dacă doriți să vizitați o unitate rezidențială de îngrijire pentru persoanele în vârstă trebuie să fiți vaccinat împotriva gripei. Trebuie să furnizați dovezi de vaccinare antigripală la zi. Dacă nu puteți face vaccinul, trebuie să faceți dovada unei scutiri medicale de la medicul dumneavoastră curant. De asemenea, vă recomandăm să vă vaccinați dacă sunteți în vizită la rudele și prietenii mai în vârstă, acasă la ei.

3. Știți cum să vă faceți vizita cât mai sigură cu putință?

Pentru a reduce riscurile de răspândire a virusului COVID-19, vă recomandăm:

- să vă spălați pe mâini cu apă și săpun timp de cel puțin 20 de secunde sau să folosiți un dezinfectant pentru mâini pe bază de alcool:
 - » la începutul și la sfârșitul vizitei dumneavoastră
 - » înainte și după ce aveți contact cu un rezident, cum ar fi, pentru a-i ajuta să ia masa
 - » la intervale regulate pe tot parcursul zilei

- să faceți dovada că dumneavoastră și toți vizitatorii ce vă însoțesc ați făcut vaccinul antigripal din 2020
- să tușiți sau să strănutați în cot sau într-un șervețel, aruncați imediat șervețelele în coșul de gunoi și spălați-vă pe mâini
- să nu fie mai mult de doi vizitatori la un moment dat pe rezident
- să vă vizitați ruda în camera lor, într-o zonă în aer liber, sau într-o zonă specificată de unitatea de îngrijire
- să evitați zonele comune
- să mențineți distanțarea fizică ori de câte ori este posibil

Nu puteți face vizite dacă în ultimele 14 zile:

- v-ați întors din străinătate, sau
- ați avut contact strâns cu cineva cu COVID-19

Ar trebui să fiți deja în carantină sau izolare și să nu vizitați pe nimeni.

Tot personalul și vizitatorii trebuie să furnizeze datele lor de contact actualizate unității de îngrijire pentru persoanele în vârstă.

4. Vă însoțesc copiii în vizita dumneavoastră?

Trebuie să verificați dacă copiii au voie să vă însoțească în vizită înainte de a merge la RACF [Unitate rezidențială de îngrijire pentru persoanele în vârstă]. Dacă copiii primesc permisiune, trebuie să-i supravegheați când sunt cu dumneavoastră și să vă asigurați că respectă regula distanțării fizice și sfaturile de igienă.

5. Știți ce reguli se aplică în unitatea de îngrijire a persoanei dragi?

Fiecărui furnizor de servicii i se cere să comunice cu rezidenții și familiile lor cu privire la regulile privind vizitele. Ei trebuie să vă țină la curent cu orice modificări.

Dumneavoastră va trebui să:

- dați răspunsuri sincere la întrebările de screening despre riscul dumneavoastră de COVID-19
- prezentați dovezi de vaccinare antigripală în 2020
- respectați regulile pentru vizitatori

Ar trebui să verificați instrucțiunile guvernului din statul sau teritoriul dumneavoastră deoarece cerințele pentru îngrijirea persoanelor în vârstă pot fi diferite față de cele pentru public.

6. Știți cum să păstrați legătura cu persoana dragă dacă accesul este restricționat?

S-ar putea ca uneori un furnizor să fie nevoit să restricționeze accesul în unitatea de îngrijire. De exemplu, dacă a existat un focar de infecție în unitate sau în zona locală.

Încurajăm furnizorii de servicii de îngrijire pentru persoanele în vârstă și rudele lor să colaboreze pentru a vă ajuta să păstrați legătura cu cei dragi.

Dacă aveți motive de îngrijorare cu privire la vizite sau la îngrijirea unui prieten sau a unui membru de familie, contactați:

- Older Persons Advocacy Network [Rețeaua de reprezentare a persoanelor în vârstă] (OPAN) la 1800 700 600, sau
- vizitați situl lor la www.opan.com.au.

OPAN poate lucra cu dumneavoastră și cu furnizorul de îngrijire pentru persoanele în vârstă. Acest serviciu este gratuit și confidențial. Ca alternativă, puteți contacta Comisia pentru Calitate și Siguranță pentru Îngrijirea Persoanelor în Vârstă (ACQSC) [Aged Care Quality and Safety Commission] la 1800 951 822 sau vizita situl agedcarequality.gov.au.

Dacă sunteți îngrijorat cu privire la sănătatea mentală a unui prieten sau membru de familie, sunați gratuit la linia telefonică COVID-19 de sprijin a australienilor în vârstă la 1800 171 866.

Avem nevoie de ajutorul dumneavoastră

Aplicația COVIDSafe este complet voluntară. Descărcarea aplicației este un lucru pe care îl puteți face pentru a vă proteja familia, prietenii și comunitatea. Puteți contribui la salvarea vieților altor australieni, inclusiv a celor de care aveți grijă. Cu cât australienii se conectează mai mult la aplicația COVIDSafe, cu atât mai repede putem depista virusul.

Pentru toate informațiile, resursele și instrucțiunile oficiale, vizitați situl www.health.gov.au