



ШЕСТЬ ШАГОВ ДЛЯ ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ И ПОСЕТИТЕЛЕЙ, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЕ

Спасибо всем семьям и близким пожилых австралийцев за поддержку и сотрудничество. Это так важно в нынешнее трудное время.

Мы знаем, что COVID-19 оказывает непропорционально сильное влияние на пожилых людей. Мы прилагаем все усилия для обеспечения безопасности ваших близких пожилых людей во время ухода за ними.

Безопасность и благополучие уязвимых и пожилых австралийцев является нашим абсолютным приоритетом.

Следующая информация поможет вам защитить пожилых австралийцев от COVID-19.

Дополнительная информация доступна на веб-сайте [health.gov.au](https://www.health.gov.au) в разделе «Ресурсы». Я также призываю вас ознакомиться с отраслевым кодексом посещения домов престарелых в период пандемии COVID-19 по адресу <https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>.

Мы должны продолжать защищать права пожилых людей, получающих уход в соответствии с «Хартией прав пожилых людей, получающих уход». Вы можете найти эту Хартию на <https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>.

ШЕСТЬ ШАГОВ, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЕ:

Вы можете остановить распространение вируса и сохранить безопасность, выполнив ВСЕ шесть шагов

1. Вы хорошо себя чувствуете?

Вы должны оставаться дома и никого не посещать, если вы плохо себя чувствуете. Вы должны сделать это, даже если ваши симптомы очень слабые. Симптомы COVID-19 могут быть как у простуды или гриппа и могут включать:

- высокую температуру
- кашель
- одышку
- больное горло
- головную боль
- потерю обоняния
- потерю вкуса
- насморк
- боль в мышцах
- боль в суставах
- диарею
- тошноту / рвоту
- потерю аппетита

2. Является ли ваша вакцинация *против гриппа* действующей?

Если вы хотите посетить учреждение по стационарному уходу за престарелыми, вам необходимо сделать прививку от гриппа. Вы должны предоставить доказательства действующей вакцинации против гриппа. Если вы не можете сделать прививку, вы должны предоставить доказательство медицинского освобождения от прививки от своего лечащего врача. Мы также рекомендуем вам сделать прививку, если вы посещаете пожилых родственников и друзей в их собственных домах.

3. Знаете ли вы, как сделать ваш визит *максимально безопасным*?

Чтобы снизить риск распространения COVID-19, мы рекомендуем вам:

- мыть руки с мылом и водой не менее 20 секунд или использовать дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе:
 - » в начале и в конце вашего визита

» до и после контакта с жителем дома престарелых, например, во время помощи ему/ей с приемом пищи

» регулярно в течение дня

- показать доказательства того, что вы и все посетители, прошедшие с вами, получили прививку от гриппа 2020 года
- кашлять или чихать в локоть или салфетку, и сразу же после этого класть использованные салфетки в мусорное ведро и мыть руки
- не приходить в количестве более двух посетителей одновременно на одного жителя
- посещать вашего родственника/цу в его/ее комнате, на открытом воздухе или в месте, указанном учреждением
- избегать мест общего пользования
- соблюдать физическое дистанцирование, когда это возможно

Вы не можете посещать дома престарелых, если за последние 14 дней вы:

- вернулись из-за рубежа или
- имели тесный контакт с кем-то с COVID-19

В этих случаях вы должны находиться на карантине или в изоляции и никого не посещать.

Весь персонал и посетители должны предоставить обновленную контактную информацию в учреждение по уходу за престарелыми.

4. Будут ли с вами дети во время визита?

Вам нужно проверить, разрешается ли детям посещение, прежде чем вести их в дом престарелых. Если детям позволены посещения, вам нужно присматривать за детьми, которые находятся с вами, и следить за тем, чтобы они следовали рекомендациям по физическому дистанцированию и гигиене.

5. Знаете ли вы правила, которые установлены в учреждении, где живет ваш близкий?

Каждого поставщика услуг по уходу за престарелыми просят сообщить жителям и их семьям о правилах посещения. Они также должны держать вас в курсе любых изменений. Вам нужно будет:

- дать честные ответы на проверочные вопросы о риске, который вы представляете в отношении COVID-19
- показать доказательства вакцинации против гриппа 2020 года
- соблюдать правила для посетителей

Вам следует проверить рекомендации правительства вашего штата или территории, поскольку требования к службам по уходу за престарелыми могут отличаться от требований к остальному населению.

6. Знаете ли вы, как оставаться на связи с вашими близкими, если доступ к ним ограничен?

Иногда поставщику услуг может потребоваться ограничить доступ в учреждение. Например, если произошла вспышка заболевания на объекте или в прилегающей местности.

Мы призываем поставщиков услуг по уходу за престарелыми и родственников совместно помочь вам поддерживать связь с вашими близкими.

Если у вас есть сомнения по поводу визитов или ухода за другом или членом семьи, свяжитесь с:

- Сетью поддержки пожилых людей (Older Persons Advocacy Network - OPAN) по телефону 1800 700 600 или
- посетите их сайт по адресу www.opan.com.au.

OPAN может работать с вами и поставщиком услуг по уходу за престарелыми. Этот сервис бесплатный и конфиденциальный. Кроме того, вы можете связаться с Комиссией по качеству и безопасности ухода за престарелыми (Aged Care Quality and Safety Commission - ACQSC) по телефону 1800 951 822 или по адресу agedcarequality.gov.au.

Если у вас есть какие-либо опасения по поводу психического здоровья вашего знакомого или члена семьи, позвоните по бесплатному телефону линии поддержки COVID-19 для пожилых австралийцев по номеру 1800 171 866.

Мы нуждаемся в вашей помощи

Использование приложения COVIDSafe является полностью добровольным. Загрузив приложение, вы сможете защитить свою семью, друзей и общество. Вы можете помочь спасти жизни других австралийцев, в том числе тех, о которых вы заботитесь. Чем больше австралийцев подключится к приложению COVIDSafe, тем быстрее мы сможем найти вирус.

Для получения всей официальной информации, ресурсов и рекомендаций, посетите www.health.gov.au