



Australian Government
Department of Health

הקלת ההגבלות בגין נגיף הקורונה (קוביד-19)

אוסטרליה הצליחה "לשטח את העקומה" כשמספר המקרים החדשים של קוביד-19 ברחבי היבשת בימים אלו מאד נמוך. אנו יכולים כעת להתחיל לצעוד בזהירות לקראת הקלת חלק מההגבלות שעזרו לנו לדכא את התפשטות הנגיף.

ניכר היה שהיו הבדלים באופן בו התפשט הקוביד-19 בחלקים השונים של המדינה. תכנית בת שלושה צעדים מעניקה מתווה להסרת ההגבלות. המדינות והטריטוריות יישמו את הצעדים בקצב שונה, בהתאם לנסיבות השוררות אצלם, על פי מצב בריאות הציבור והתנאים המקומיים.

תכנית בת 3 צעדים

התכנית בת 3 צעדים מבוססת על חוות דעת של מומחים מהוועדה המרכזית להבטחת הבריאות באוסטרליה על הדרך ליישום אופן עבודה וצורת חיים הבטוחים מנגיף הקורונה, כשהם "קוֹבִידִיִּיף".

יש לצעוד את הצעדים הראשונים בזהירות. חשוב מאד שלא נמהר יתר על המידה ונאבד את הישגים שכבר הישגנו. צעדים ראשונים אלו יעניקו לנו הזדמנויות נוספות להתחבר עם משפחה וחברים פנים מול פנים.

הצעדים הבאים, השלב השני, יבנו על הישגים אלו עם אפשרות למפגשים של קבוצות גדולות יותר ופתיחת בתי עסקים נוספים. בצעדים האחרונים, השלב השלישי, נתחיל לאמץ דרכי חיים ועבודה הבטוחים מנגיף הקורונה, כשהם "קוֹבִידִיִּיף". זו תהיה "הנורמה החדשה" שלנו כל עוד מהווה הנגיף איום.

חשוב שכולנו נתמוך בכל אחד מהצעדים הללו על יד כך שנשמור על מרחק אחד מהשני, על היגיינה טובה ושנשאר בבית כשאנו לא חשים בטוב. אימוץ הרגלים אלו יעזור למשפחות, לחברים ולקהילות שלנו לחיות כשהם בטוחים מנגיף הקורונה, כשהם "קוֹבִידִיִּיף".

שמירת מרחק אחד מהשני

אנו צריכים בכל מצב להשתדל לשמור מרחק של לפחות 1.5 מטר מאנשים אחרים. אם ישנו קהל רב במרכזי הקניות ובמקומות הציבוריים וקשה לשמור מרחק מפאת הצפיפות, אל תכנס למרחב. חזור כשהמקום לא כל כך עמוס לעיפה.

היגיינה טובה

היגיינה טובה עוזרת לעצור את התפשטות נגיף הקורונה. רחוץ את ידיך בתכיפות עם מים וסבון ואל תיגע בפנים, וזכור להשתעל ולהתעטש לתוך המרפק שלך במקום לתוך כף היד.

הישאר בבית אם אתה אינך חש בטוב ולך להיבדק

עכשיו יותר מתמיד, חשוב להישאר בבית אם אתה מצונן או סובל מתסמינים של שפעת. אם יש לך חום, שיעול, כאב גרון, קוצר נשימה, לך להיבדק לברר אם נחשפת לנגיף הקורונה.

התקן את אפליקציית ה"קוֹבִידֶסִיִיף"

אם עדיין לא עשית זאת אז התקן את אפליקציית ה"קוֹבִידֶסִיִיף" בהקדם האפשרי. האפליקצייה מסייעת לרשויות הבריאות הציבוריות להאיץ את תהליך ההודעה לאנשים שבאו במגע עם אדם החולה בנגיף הקורונה.

אוסטרליה הבטוחה מנגיף הקורונה, "קוֹבִידֶסִיִיף"

ההצלחה שלנו תלויה בכך שנאמץ את ההרגלים שהוזכרו לעיל ונהפוך אותם לחלק מחיינו. כל פעם שאתה יוצא מביתך חשוב על הדרכים בהם תשמור על בטיחותך, על בטיחות משפחתך ועל בטיחות חבריך והחברים לעבודה. חשוב ופעל מתוך בחירה מודעת לאופן ולמועד בו אתם פועל.

התעדכן במידע העדכני ביותר בכל מה שקשור לנגיף הקורונה ועל ההגבלות האחרונות באזור מגוריך. בקר באתר ממשלת אוסטרליה לקבלת עדכונים אחרונים, ולמציאת קישורים לכל מדינה וטריטוריה. ניתן גם להתקשר לקו הסיוע הלאומי לנגיף הקורונה בטלפון 1800020080 או לקו שירותי התרגום בטלפון 131450.