



Australian Government
Department of Health

Облекчаване на ограниченията във връзка с коронавируса (COVID-19)

Австралия постигна голям успех в „изглаждането на кривата“. Броят на новите случаи на COVID-19 в Австралия всеки ден е много малък. Сега можем да започнем да предприемаме внимателни стъпки за облекчаване на някои от ограниченията, които ни помогнаха да намалим разпространението.

Съществували са различия в начина, по който COVID-19 се е разпространил в различни части на страната. Нов тристепенен план осигурява път за облекчаване на ограниченията. Щатите и териториите ще преминават от една стъпка към друга по различно време, в съответствие с тяхната ситуация относно общественото здраве и местните условия.

Тристепенен план

Планът от три стъпки се основава на експертния съвет на Австралийския главен комитет за защита на здравето относно това как да създадем начини на работа и живот, в безопасност от COVID-19 - COVIDSafe работа и живот.

Първите стъпки са предпазливи. Важно е да не се движим твърде бързо и да не загубим позициите, които сме спечелили. Тези първи стъпки ще ни дадат повече възможности за връзка със семейството и приятелите ни лице в лице.

Втората стъпка ще се основава на първата, но с по-големи събирания и повече фирми, които отново ще бъдат отворени. Третите стъпки ще започнат да възприемат дългосрочните COVIDSafe начини на живот и работа. Това ще бъде нашето „ново нормално“, докато вирусът продължава да бъде заплаха.

Всяка стъпка, която предприемаме, трябва да бъде подкрепена от твърд ангажимент от всички нас да практикуваме физическо дистанциране и добра хигиена и да си стоим у

дома, когато не се чувстваме добре. Това ще помогне да запазим семействата, приятелите и общностите си COVIDSafe.

Физическо дистанциране

Трябва да стоим поне на 1.5 метра от другите, когато и където можем. Ако търговските центрове или обществените пространства са претъпкани, което затруднява поддържането на физическо дистанциране, не влизайте в мястото. Върнете се, когато не е толкова натоварено.

Добра хигиена

Добрата хигиена помага да се предотврати разпространението на коронавируса. Мийте ръцете си редовно със сапун и вода, без да докосвате лицето си, и не забравяйте да кашляте и кихате в лакътя си вместо в дланите си.

Стойте си у дома, ако не се чувствате добре, и се тествайте

Повече от всякога е важно да си останете вкъщи, ако имате симптоми, подобни на простуда или грип. Ако имате повишена температура, кашлица, възпалено гърло и недостиг на въздух, тествайте се за коронавирус.

Изтеглете приложението COVIDSafe

Ако вече не сте го направили, изтеглете приложението COVIDSafe. Приложението подпомага здравните служители, като ускорява процеса на уведомяване на хората, които са били в контакт с някой, заразен с коронавирус.

COVIDSafe Австралия

Успехът ни зависи от това да направим това поведение част от ежедневието си. Когато излизате от дома си, мислете как да запазите себе си, семейството, приятелите и колегите си в безопасност. Правете съзнателен избор за това какво вършите и кога го вършите.

Бъдете в течение на най-новата информация и ограниченията във Вашия район. Посетете [Australia.gov.au](https://www.australia.gov.au) за най-новите експертни съвети, както и линкове към отделните щати и територии. Можете също така да се обадите на Горещата национална линия за коронавирус (National Coronavirus Helpline) на 1800 020 080 или на Преводаческата служба (TIS National) на 131 450.