



Australian Government

Department of Health

Uvoľňovanie obmedzení coronavírusu (COVID-19)

Austrálii sa veľmi úspešne podarilo 'vyrovnať krivku'. Počet nových prípadov COVID-19 je v Austrálii veľmi nízky. Teraz môžeme začať s opatrnými krokmi na uvoľnenie niektorých obmedzení, ktoré nám napomohli potlačiť šírenie vírusu.

COVID-19 sa šíril v rozličných oblastiach krajiny odlišne. Na uvoľnenie obmedzení bol vypracovaný nový 3-stupňový plán. Štáty a teritória sa budú posunovať medzi stupňami v iných časových termínoch vzhľadom na ich vlastnú situáciu týkajúcu sa zdravia verejnosti a miestnych podmienok.

3-stupňový plán

Troj-stupňový plán je založený na odporúčaní odborníkov z austrálskeho hlavného výboru na ochranu zdravia o tom, ako ustanoviť spôsoby práce a života tak, aby boli chránené pred coronavírusom (COVIDSafe).

Prvé kroky sú opatrné. Je dôležité, aby sme sa neposúvali príliš rýchlo a nestratili to, čo sme už získali. Tieto prvé kroky nám poskytnú viac príležitostí na osobné stretnutia s rodinou a priateľmi.

Kroky druhého stupňa budú budovať na tomto základe s väčšími stretnutiami a so znovuotvorením viacerých podnikov. Kroky tretieho stupňa začnú adoptovať dlhotrvajúce spôsoby života a práce, ktoré sú COVIDSafe. Toto bude náš 'nový normál', pokiaľ bude vírus stále predstavovať hrozbu.

Každý krok, ktorý urobíme, musí byť podporovaný silným záväzkom od nás všetkých, že budeme udržiavať fyzický odstup a správne hygienické návyky a že zostaneme doma, ak sa necítíme dobre. Toto pomôže našim rodinám, priateľom a komunitám, aby boli COVIDSafe.

Fyzický odstup

Potrebuje udržať vzdialenosť 1,5 metra od druhých kedykoľvek a kedykoľvek môžeme. Ak sú nákupné strediská alebo verejné priestranstvá preplnené, čo sťažuje udržovanie vzdialenosti od druhých, nechodte tam. Vráťte sa, keď to nie je tak preplnené.

Správna hygiena

Správne hygienické návyky pomôžu zastaviť šírenie koronavírusu. Umývajte si ruky pravidelne s vodou a mydlom, nedotýkajte sa tváre, a pamätajte, že máte kašľať a kýchať do lakťa a nie do ruky.

Ak vám nie je dobre, zostaňte doma a dajte sa otestovať

Viac než kedykoľvek predtým je dôležité zostať doma, ak máte príznaky prechladnutia alebo chrípky. Ak máte teplotu, kašeľ, boľavé hrdlo, dýchavičnosť, dajte sa otestovať na koronavírus.

Stiahnite si aplikáciu COVIDSafe

Ak ste tak ešte neurobili, prosíme, stiahnite si aplikáciu COVIDSafe. Táto aplikácia umožňuje pre úradníkov verejného zdravotníctva urýchlenú notifikáciu tých, ktorí mohli prísť do styku s niekým, kto má koronavírus.

COVIDSafe Austrália

Náš úspech priamo závisí na tom, aby sa stalo toto správanie súčasťou nášho denného života. Kedykoľvek odídete z domu, myslite na to, ako ochránite seba, rodinu, priateľov a spolupracovníkov. Robte vedomé rozhodnutia o tom, čo urobíte a kedy to urobíte.

Zostaňte informovaní o najnovších informáciách a obmedzeniach vo svojej oblasti. Navštívte [Australia.gov.au](https://www.australia.gov.au) na získanie posledných odporúčaní a internetových spojení na každý štát a teritórium. Taktiež môžete volať na National Coronavirus Helpline na číslo 1800 020 080 alebo na prekladateľskú a tlmočnickú službu na číslo 131 450.