



ШЕСТ СЪПКИ ЗА СПИРАНЕ НА РАЗПРОСТРАНЕНИЕТО ЗА РАБОТНИЦИ, ГРИЖЕЩИ СЕ ЗА ВЪЗРАСТНИ ХОРА

Благодаря ви за чудесната работа, която вършите при трудни обстоятелства. Работата ви никога не е била по-важна.

Всеки трябва да върши своята част, за да подкрепя и да се грижи за по-възрастните австралийци.

Важно е всички работници, които се грижат за възрастни хора, да са запознати с Декларацията за Правата на Възрастни Хора. Декларацията е създадена, за да защити правата на хората получаващи грижи за възрастни хора. Тя е достъпна на: <https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>.

Следната информация ще ви помогне да запазите безопасността си на работното място и ще ви помогне да защитите хората, за които се грижите.

Като работници, които се грижат за възрастни хора, от решаващо значение е да направите всичко възможно, за да се предпазите от COVID-19. Това е жизненоважно за вашето здраве, здравето на вашето семейство, вашите колеги и хората, за които се грижите.

Ако имате някакви опасения или смятате, че се нуждаете от повече информация, моля свържете се с вашия работодател или мениджър.

Можете да намерите допълнителна информация на уебсайта [health.gov.au](https://www.health.gov.au) - насочете се към ресурси за Коронавирус (COVID-19). Насърчаваме ви също да прочетете Индустриалния Кодекс за Посещение на Домове за Грижи На Възрастни по време на COVID-19 на <https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>

ШЕСТ СЪПКИ ЗА СПИРАНЕ НА РАЗПРОСТРАНЕНИЕТО: Можете да спрете разпространението и да се пазите, като следвате ВСИЧКИ шест стъпки

1. Чувствате ли се добре?

Трябва да останете вкъщи и да не посещавате никого, ако не се чувствате добре. Трябва да направите това, дори и ако симптомите ви са много леки. Симптомите на COVID-19 могат да бъдат като настинка или грип и могат да включват:

- треска
- кашлица
- недостиг на въздух
- възпалено гърло
- главоболие
- загуба на миризма
- загуба на вкус
- хрема
- мускулна болка
- болки в ставите
- диария
- гадене / повръщане
- загуба на апетит

2. Бяхте ли в изолация от неразположени хора?

Трябва да останете в къщи, ако през последните 14 дни сте:

- имали контакт с някой с COVID-19 и не сте носили подходящи *Лични Предпазни Средства* (ЛПС) или
- са се върнали от чужбина.

Трябва да сте в карантина или в изолация. Свържете се с вашия работодател или мениджър. Не ходете на работа. Ако имате симптоми, дори да са леки, потърсете лекарска помощ. Уведомете ги, че работите с възрастни хора.

3. Актуализирана ли е вашата ваксинация срещу грип?

Ако работите в домове за възрастни хора, трябва да бъдете ваксинирани срещу грип. Силно насърчаваме работниците в домашни условия да имат ваксинация срещу грип през 2020 г.

4. ИЗМИВАЛИ ЛИ СТЕ РЪЦЕТЕ СИ?

Трябва да миете ръцете си със сапун и вода за най-малко 20 секунди. Ако ръцете ви не са видимо замърсени, можете да използвате средства за дезинфекция на алкохолна основа. Трябва да измиете добре ръцете си:

- преди да започнете работа
- преди и след всеки епизод на контакт с човек, за когото се грижите
- след контакт с потенциално замърсени повърхности или предмети
- през равни интервали през целия ден

5. ЗАВЪРШИХТЕ ЛИ ОБУЧЕНИЕТО ПО COVID-19 НА РАБОТЕЩИ ЗА ГРИЖИ НА ВЪЗРАСТНИ ХОРА?

Има безплатни онлайн модули за обучение, предназначени да ви помогнат:

- да разберете COVID-19
- да разпознавате признаци и симптоми
- да предпазите себе си и другите

Можете да намерите модулите за обучение онлайн на адрес: <https://covid-19training.gov.au>

Трябва да се подлагате на редовно опреснително обучение за мерки за превенция и контрол на инфекцията.

6. ЗНАЕТЕ ЛИ КАК И КОГА ДА ИЗПОЛЗВАТЕ ЛПС?

Личното предпазно оборудване (ЛПС) е важно, за да ви предпази, докато работите. Трябва да следвате указанията на държавата и територията си за използване на ЛПС.

ЛПС трябва да се носи, когато се грижите за човек:

- с потвърден или подозиран случай на COVID-19
- който е в карантина

Сложете ЛПС, преди да влезете в стаята или в дома на човека. Говорете с вашия работодател или мениджър, ако не сте сигурни. Гледайте видеоклипа за ЛПС и прочетете схемата за използване на ЛПС в грижите за възрастни хора, и информацията под COVID-19 Resources в [health.gov.au](https://www.health.gov.au).

Ние се нуждаем от вашата помощ

Приложението COVIDSafe е напълно доброволно. Изтеглянето на приложението е нещо с което можете да защитите вашето семейство, приятели и общност. Можете да помогнете да спасите живота на други хора. Колкото повече австралийците се свържат с приложението COVIDSafe, толкова по-бързо можем да намерим вируса.

За цялата официална информация, ресурси и насоки посетете www.health.gov.au