



ШІСТЬ КРОКІВ, ЩОБ ЗУПИНИТИ ПОШИРЕННЯ ВІРУСУ: ДЛЯ СІМЕЙ ТА ВІДВІДУВАЧІВ

Ми дякуємо всім сім'ям і рідним австралійців похилого віку за вашу підтримку і співпрацю. Це так важливо у цей важкий час.

Ми знаємо, що COVID-19 має непропорційно великий вплив на людей похилого віку. Ми докладаємо всіх зусиль, щоб забезпечити безпеку ваших близьких в їх службах по догляду.

Безпека і добробут вразливих і літніх австралійців - наш пріоритет.

Наступна інформація допоможе вам захистити літніх австралійців від COVID-19.

Більш детальну інформацію ви можете знайти на сайті [health.gov.au](https://www.health.gov.au) - зайдіть на сторінку Ресурси з коронавірусом (COVID-19). Я також рекомендую вам ознайомитися з Промисловим кодексом по відвіданню будинків для людей похилого віку під час COVID-19 на сайті <https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>

Ми повинні продовжувати захищати права літніх людей, які отримують догляд, відповідно до Хартії прав по догляду за людьми похилого віку. Із Хартією можна ознайомитися на сайті: <https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>.

ШІСТЬ КРОКІВ, ЩОБ ЗУПИНИТИ ПОШИРЕННЯ ВІРУСУ:

Ви можете зупинити поширення вірусу і знаходитися в безпеці, дотримуючись УСІХ шести кроків

1. Чи ви добре себе почуваєте?

Ви повинні залишатися вдома і нікого не відвідувати, якщо вам нездужає. Ви повинні робити так, навіть якщо ваші симптоми дуже слабкі. Симптоми COVID-19 можуть бути схожі на застуду чи грип і включають:

- температура
- кашель
- задишка
- біль у горлі
- головний біль
- втрата нюху
- втрата смаку
- нежить
- біль у м'язах
- ломота у суглобах
- діарея
- нудота / блювота
- зниження апетиту

2. Чи є у вас *дійсне* щеплення від грипу?

Якщо ви хочете відвідувати стаціонарну установу по догляду за людьми похилого віку, ви повинні зробити щеплення від грипу. Ви повинні надати докази останнього зробленого щеплення від грипу. Якщо ви не можете зробити щеплення, ви повинні надати підтвердження про звільнення від щеплення від вашого лікаря. Ми також рекомендуємо зробити щеплення, якщо ви відвідуєте літніх родичів і друзів вдома.

3. Чи знаєте ви, як зробити ваш візит якомога *безпечним*?

Для зниження ризику поширення COVID-19 ми рекомендуємо вам:

- мити руки з милом і водою не менше 20 секунд або використовувати дезінфікуючий засіб для рук на спиртовій основі:

- » на початку і в кінці вашого візиту
- » до і після контакту з пацієнтом, наприклад, допомагаючи їм поїсти
- » регулярно протягом дня
- надати докази того, що ви і всі відвідувачі отримали щеплення від грипу у 2020 році
- кашляти або чхати у лікоть або серветку, відразу покласти використані серветки у смітник і вимити руки
- не більше двох відвідувачів одночасно на одного мешканця
- відвідувати родичів в їх кімнаті, на відкритому повітрі або на території, відведеній для відвідування
- уникати зон загального користування
- практикувати фізичне дистанціювання, коли це можливо

Ви не можете приходити, якщо за останні 14 днів ви:

- повернулися з-за кордону, або
- мали тісний контакт з кимось із COVID-19.

Ви вже повинні бути в карантині або ізоляції й нікого не відвідувати.

Усі співробітники і відвідувачі повинні надавати до установи по догляду за людьми похилого віку свої контактні дані.

4. Чи під час відвідування з вами приходять ваші діти?

Перед відвідуванням центру, вам потрібно з'ясувати, чи можуть діти прийти з вами. Якщо дітям дозволяється приходити, ви повинні стежити за дітьми, які прийшли з вами, щоб вони дотримувалися правил фізичного дистанціювання і правил гігієни.

5. Чи знаєте ви правила, які діють у закладі по догляду у вашого родича?

Кожному постачальнику послуг необхідно повідомити мешканців і членів їх сімей про правила відвідування. Вони повинні тримати вас в курсі усіх змін. Вам буде необхідно:

- давати чесні відповіді на контрольні запитання про ваш ризик COVID-19
- надати докази щеплення від грипу, зробленого у 2020 році
- дотримуватися правил для відвідувачів

Вам слід ознайомитися з рекомендаціями уряду вашого штату або території, оскільки вимоги до послуг з догляду за людьми похилого віку можуть відрізнятися від вимог, що висуваються до населення.

6. Чи ви знаєте, як залишатися на зв'язку з вашими рідними, якщо доступ до них обмежений?

Іноді постачальник послуг може бути змушений обмежити доступ до закладу. Наприклад, якщо спалах стався на території закладу або у місцевому районі.

Ми заохочуємо виробників послуг з догляду за людьми похилого віку та їх родичів працювати разом, щоб допомогти вам підтримувати зв'язок з вашими близькими.

Якщо у вас є питання про відвідування або догляд за вашим другом або родичем, зв'яжіться з нами:

- OPAN (Older Persons Advocacy Network) за телефоном 1800 700 600, або
- відвідайте сайт www.opan.com.au.

OPAN може працювати з вами і з постачальником послуг по догляду за людьми похилого віку. Ця послуга є безкоштовною і конфіденційною. Ви також можете звернутися до Комісії з якості та безпеки догляду за людьми похилого віку (ACQSC) за телефоном 1800 951 822 або на сайті agedcarequality.gov.au.

Якщо вас турбує психічне здоров'я вашого друга чи родича, зателефонуйте до безкоштовної гарячої лінії підтримки для літніх австралійців під час пандемії COVID-19 за телефоном 1800 171 866.

Нам необхідна ваша допомога

Додаток COVIDSafe є повністю добровільним. Завантаження додатку - це те, що ви можете зробити, щоб допомогти захистити свою родину, друзів і спільноту. Ви можете допомогти врятувати життя інших австралійців, включаючи тих, хто вам дорогий. Чим більше австралійців завантажує додаток COVIDSafe, тим швидше ми зможемо знайти вірус.

Для отримання офіційної інформації, ресурсів і рекомендацій відвідайте сайт www.health.gov.au