



ŞEŞ GAVÊN RAWESTANDINA BELAVBÛNÊ BO KARMENDÊN MIQAYITIYA LI IXTIYARAN

Spas ji bo karê we yê gellekî baş di rewşeke dijwar de. Karê we nuha ji her demê grîngtir e.

Her kes divêt bi rola xwe rabe ji bo alîkarî û miqayitiya li ixtiyarên australî (kesên pîr).

Grîng e hemî karmendên şûnên miqayitiya li ixtiyaran derheqê Peymana Mafên bi Miqayitiya li Ixtiyaran ve girêdayî de (*Aged Care Charter of Rights*) agahdar bin. Ev peyman bo parastina mafên yên miqayitiya li ixtiyaran digirin hatiye danîn. Dikarî naverokê ji vir bi dest xî: <https://www.health.gov.au/news/charter-of-aged-care-rights>.

Agahiyên li jêr dê bo selametiya te li şûna kar, û bo parastina kesên tu miqayitiya li wan dikiye, bi te re alîgir bin.

Wek karmendên miqayitiya li ixtiyaran, pirr grîng e hûn her tiştê ji dest tê bikin bo parastina xwe ji COVID-19. Ev grîng e bo tenduristiya we, tenduristiya malbatên we, hevkarên we û kesên hûn miqayitiya li wan dikine.

Ger we çî xemxwarî hebin yan bêtir agahdarî bo we divên, tika ye peywendiyê bi berpîrsê yan serpereştê karê xwe re deynin.

Hûn dikarin bêtir agahdarî ji malpera [health.gov.au](https://www.health.gov.au) bi dest xin – biçin beşê bi navê *Coronavirus (COVID-19) Resources*. Pêşniyaz dikim hûn her weha agahiyên bo mercên serîlêdana malên li şûnên miqayitiya li ixtiyaran di dema COVID-19 de bixwînin (*Industry Code for Visiting Residential Aged Care Homes*), li vir: <https://www.cota.org.au/policy/aged-care-reform/agedcarevisitors/>

ŞEŞ GAVÊN BO RAWESTANDINÊ

Dikarî belavbûnê rawestînî û ewlehiya xwe biparêzî bi rêya bicîhkirina HER şeş gavan

1. Tenduristiya te (sihhet) baş e?

Divêt li mala xwe bimînî ger nexweş bî, heta ger şanên nexweşiyê sivik bin. Peywendiyê bi pîjîşkekî (doktor) re yan bi klînîkeke 'kêşeyên nefesê' (*respiratory clinic*) re deyne bo pêşniyaziyan. Bibêje tu karmendekî miqayitiya li ixtiyaran î. Têsta bo COVID-19 bo hemî karmendên miqayitiya li ixtiyaran heye. Şanên COVID-19 dikarin wek yên sermagirtinê yan zekemê bin û van şanan dikarin di nav de bin:

- himma (germahî)
- kuxîn (kuxik)
- tengbûna nefesê
- êşa gewriyê
- serêşî
- nebûna bêhnkirinê
- nebûna ta'mkirinê
- zêdebûna ava ji poz (bêvilan)
- êşa tamaran
- êşa mofirkan
- navçûn
- gêjbûn/vereşî
- nebûna meraqa li xwarinê

2. Tu ji kesên nexweş dûr mayî?

Divêt li mala xwe bimînî, ger di nav 14 rojên çûnî de:

- tu bêyî bikarhanîna tiştên xweparastinê (*PPE*) ji kesekî nexweşiya COVID-19 pê re heye nêzik bûyî, yan
- tu ji welatekî din vegeyabî.

Ger weha be, divêt li şûneke îzolekirinê bî (*quarantine*) yan veqetiyayî. Peywendiyê bi berpirsê yan serpereştê karê xwe re deyne. Neçe kar. Ger şanên nexweşiyê hebin, heta ger sivik bin, pîjîşk bibîne. Bibêje tu karmendekî miqayitiya li ixtiyaran î.

3. Derziya parastina te ji zekemê di dema xwe de ye?

Ger li şûneke bicîhbûnê ya miqayitiya li ixtiyaran kar dikî, divêt li dij zekemê parastî bî. Em bo karmendên şûnên miqayitîyê bi germî pêşniyaz dikin ku "2020 flu vaccination" bi wan re hebe.

4. Te destên xwe şuştin?

Divêt destên xwe bi sabûnê û avê bişoyî, bi kêmasî bo 20 sanîye. Ger destên te ne gemarî bin, dikarî maddeyeke bi bingeheke alkoholî (*hand sanitiser*) bi kar wînî. Divêt destên xwe baş bişoyî:

- pêş dema dîtina kesekî di bin miqayitiya te de û li dû dîtîne
- li dû ku tu destên xwe bi tiştêkî yan şûneke gemarî bikî
- di navberiyên pirrcar de bi dirêjîya rojê

5. Te hîndariya COVID-19 (*training*) bo karmendên miqayitiya li ixtiyaran qedand?

Beşên hînkirinê yên bo alîkirina te hatinî danîn li ser înternête hene, belaş:

- COVID-19 fêhm bike
- Şanan bibîne
- Xwe û yên din biparêze

Dikarî beşên hînkirinê li vir bi dest xî: <https://covid-19training.gov.au>

Baştir e berdewam hîndariyê nûjen bikî derheqê rêbirrîna li pêketina nexweşiyê (*infection prevention*) û awayên kontrolkirinê de.

6. Dizanî çawa û kengê tiştên parastinê (*PPE*) bi kar wînî?

Tiştên Parastina Şexsî (*PPE*) bo selametiya te di dema karkirinê de grîng in. Derheqê bikarhanîna *PPE* de bi rêberiyên wîlayeta xwe (state/territory) bike.

PPE bi kar wîne, dema kesekî/-e di bin miqayitiya te de:

- wek nexweşê bi COVID-19 hatiye îspatkirin, yan guman li ser heye
- hatiye veqetandin (*in quarantine*)

PPE li xwe ke pêş têkevî odeya yan mala wî kesî. Ger bi guman î, bi berpîrsê/serpereştê karê xwe bişêwire. Li vîdyoya *PPE* temaşe bike û rêberiya bo bikarhanîna *PPE* dema miqayitiya li ixtiyaran bixwîne, di bin *COVID-19 Resources* de li vir: [health.gov.au](https://www.health.gov.au).

Me alîkariya te divêt

Appa bi navê *COVIDSafe app* qet ne îcbarî ye. Dikarî bi rêya vê *appê* malbata xwe, dostan û civatê biparêzî. Dikarî bo parastina jiyana yên din alîgir bî. Çiqa bêtir ji australiyana *COVIDSafe app* daxin mobîlfona xwe, ew qas zûtir em dikarin vîrosê bibînin.

Bo dîtina agahiyên fermî, pêdiviyên û rêberiyê: www.health.gov.au