Transcript

Aged Care Quality and Safety Commission

Kif Tibqa’ Sikur mill-COVID-19

 **Ippreżentat minn:**

Kelliem

[*Viżwali tal-ftuħ ta' slide b'test li jgħid 'Kif tibqa' sikur mill-COVID-19', 'Gvern Awstraljan bi Crest (logo)', 'Kummissjoni għall-Kwalità u s-Sigurtà tal-Kura tal-Anzjani'*]

[*Il -viżwali matul dan i video huma ta' slides b'test u animazzjonijiet li jirrappreżentaw dak li qed jingħad dak il-ħin waqt il-video*]

§(Daqq ta’ Mużika)§

**Kelliem:**

Il-COVID-19 hija infezzjoni ġdida li hija aktar serja f’xi anzjani. Int probabilment ndunajt l-affarijiet jinbidlu minħabba fiha.

Tgħix fejn tgħix, trid tara l-familja u l-ħbieb tiegħek ta’ spiss kemm tista’, u trid tevita l-COVID-19. Tista’ tagħmel dan billi tippratika iġjene tajba u distanza fiżika, tieħu l-vaċċin kontra l-influwenza, u tirrapporta kwalunkwe sintomi immedjatament.

Ladarba tifhem kif jinfirex il-virus, tista' tibdel l -imġieba tiegħek biex tnaqqas it-tixrid. Dan jgħinek biex tinżamm sikur mill-COVID-19. Tista' tieħu l-COVID-19 jekk int f'kuntatt mill-qrib ma’ persuna oħra li għandha l-virus, xi ħadd bil-virus jisgħol jew jagħtas u l-mikrobi tagħhom jilħquk, tmiss ħalqek jew wiċċek wara li tmiss xi ħaġa li persuna infettata tkun messet, bħal manku tal-bieb.

Dawn huma xi modi kif tipproteġi lilek innifsek u lill-oħrajn mill-COVID-19. Iġjene tajba tgħin biex twaqqaf it-tixrid tal-COVID-19, għalhekk aħsel idejk bis-sapun jew sanitiser. Uża l-minkeb biex tkopri s-sogħla jew l-għatis tiegħek. Iddiżinfetta l-affarijiet li tmiss spiss, u ieqaf milli tmiss wiċċek.

Id-distanza fiżika tgħin ukoll. Dan ifisser li tara inqas nies inqas spiss u għal żmien iqsar, li żżomm mill-inqas 1.5 metri bogħod u li tevita tgħanniq, bews u li tieħu b’idejn in-nies.

Ħu l-vaċċin kontra l-influwenza biex tibqa’ b’saħħtek. Ma jipprevjenix il-COVID-19, iżda jipproteġik mill-influwenza li hija wkoll marda serja.

[*Viżwali ta' slide b'test li jgħid 'Deni', 'Sogħla', 'Uġigħ fil-griżmejn', 'Diffikultà biex tieħu n-nifs'*]

Jekk għandek xi wieħed minn dawn is-sintomi, kellem lill-persuna li tieħu ħsiebek jew lit-tabib tiegħek immedjatament sabiex tkun tista’ tiġi ttestjat għall-COVID-19.

Jekk inti marid, ser jieħdu ħsiebek bir-reqqa. Tista' tintalab biex tibqa’ tistrieħ fil-kamra tiegħek, f’iżolament minn oħrajn. Tkunx allarmat jekk dawk li jieħdu ħsiebek jilbsu maskri jew ħwejjeġ speċjali oħra. Qed isegwu l-pariri biex jibqgħu sikuri u jwaqqfu t-tixrid.

Tista' tibqa' sikur billi tagħmel il-parti tiegħek. Flimkien nistgħu lkoll innaqqsu r-riskju tal-COVID-19.

§(Daqq ta’ Mużika)§

[*Viżwali tal-ftuħ ta' slide b'test li jgħid 'Kif tibqa' sikur mill-COVID-19', 'Gvern Awstraljan bi Crest (logo)', 'Kummissjoni għall-Kwalità u s-Sigurtà tal-Kura tal-Anzjani'*, ‘*agedcarequality.gov.au’*]

[End of Transcript]