

محدودیت های تازمانیا کم شده اند. من چه باید بدانم؟



با همکاری یکدیگر هر یک از تازمانیایی ها در به حد اقل رساندن سرایت ویروس کرونا در جامعه ی ما کمک کرده است. تازمانیا باید همچنان مدیریت امن احتمال خطر کُوید-19 را دنبال نماید.

رعایت ایمنی در اجتماعات

کُوید-19 (COVID-19) از راه تماس با افراد سرایت می نماید. در هر نوع گردهمایی (گروه هایی از مردم) یا برای ترتیب دادن آن مهم است که موارد زیر رعایت شوند:

- رعایت فاصله اجتماعی دست کم 1.5 متری بین افراد
- نظافت دست
- بهداشت تنفسی (عطسه و سرفه بر روی آرنج یا دستمال کاغذی و شستن دستان پس از هر سرفه و عطسه)
- نظافت و ضد عفونی کردن محیط به دفعات.

توصیه می شود که آپ COVIDSafe را روی گوشی تلفن موبایل خود بارگذاری (دانلود) کنید، تا به رد گیری تماس با موارد تأیید شده سرایت کمک نماید.

برای کمک در حفظ جان مردم و قرار دادن تازمانیا را در مسیر بهبودی، هر فرد وظیفه دارد که در انجام کارهای درست مداومت نماید، مانند:

رعایت فاصله هنگام حضور در فضای آزاد



شستن مرتب دستان



ماندن در خانه در هنگام ناخوشی



و اگر علائم سرماخوردگی یا آنفلوآنزا داشتید تست کُوید-19 (COVID-19) را انجام دادن



آگاهی از محدودیت هایی که فعلاً بر قرار می باشند.



محدودیت های تعداد و تراکم گردهمایی چیست؟

محل کسب و کارها، و محیط های کاری باید همچنان اقداماتی را انجام دهند که به کاهش احتمال خطر سرایت کوید-19 (COVID-19) کمک نماید.

محدودیت های فعلی برای گردهمایی ها این امکان را می دهد تا حد اکثر 1000 نفر در فضای آزاد گرد هم آیند. در زیر سقف و در هر فضای واحد، این حد گردهمایی 250 نفر می باشد.

تعداد (حد اکثر تعداد) افراد که در یک ساختمان می توانند گرد هم آیند بسته به فضای در دسترس آن جا می باشد. برای هر فرد فضایی به سطح 2 متر مربع باید منظور شود.

هنگامی که تعداد افراد مجاز بر اساس حد چنین تراکمی کمتر از حد تعداد افراد در گردهمایی باشد، رعایت حد پایین تر کاربرد خواهد داشت.

برای ورزش و تفریحات، تمرین هایی که در آن تماس بدنی کامل است، ورزش های کاملاً رقابتی (چه تماسی و چه غیر تماسی) و استفاده از اتاق رختکن و سایر امکانات مشترک مجاز می باشد.

درخانه تان

گردهمایی در خانه ها، از جمله کلبه ها محدود به 100 نفر در هر زمان می باشد. این تعداد شامل اعضای آن خانوار نمی شود. اگر ناخوش هستید حق ندارید به دیدن کسی بروید یا مهمانی داشته باشید.

به افراد آسیب پذیر توصیه می شود که همچنان در خانه بمانند تا تندرستی خود را حفظ نمایند، و هنگام بیرون رفتن از خانه همه ی احتیاط ها را رعایت نمایند.

این توصیه در مورد افراد زیر کاربرد دارد:

- بومیان (ابوریجینال ها) و جزیره نشین های تنگه ی تورز 50 ساله یا بزرگتر که یک یا چند عارضه ی پزشکی مزمن دارند
 - افراد 65 ساله به بالای مبتلا به عارضه پزشکی مزمن
 - همه ی افراد 70 ساله به بالا
 - کسانی که ایمنی بدن آن ها ضعیف تر از حد عادی است
 - افرادی که دارای ناتوانی هستند، و توصیه ی پزشکی به آنان داده شده که این موارد را رعایت نمایند.
- این بدان معنی نیست که این افراد نمی توانند از خانه خویش بیرون بیایند یا از دیگران دیدن نمایند. ولی اعضای این گروه بسیار آسیب پذیر باید احتیاط های بیشتری به خرج دهند تا از مهمان های ناخوش، از جمله کودکان ناخوش که به طور کامل محدودیت های فاصله ی اجتماعی را درک نمی کنند، فاصله بگیرند.

چرا رعایت فاصله ی 1.5 متری از دیگران اهمیت دارد؟

رعایت فاصله بدنی همچنان یکی از حفاظ های مهم برای پیشگیری از سرایت کوید-19 (COVID-19) می باشد. شما باید چنانچه عملی و امن باشد، همچنان به رعایت فاصله ای بین خود و دیگران ادامه دهید که کمتر از 1.5 متر نباشد.