



Шта да радите ако сте позитивни на корона вирус (COVID-19)

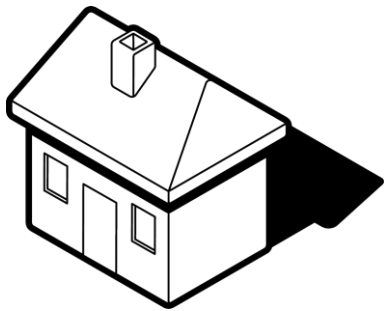
What to do if you've tested positive for coronavirus (COVID-19) – Serbian

Ако сте позитивни на корона вирус (COVID-19)

Морате да се самоизолујете док вам Department of Health and Human Services (Министарство здравља и социјалне заштите) не каже да је безбедно. Важно је да следите ова упутства – као што налаже закон.

За више информација контактирајте информативну службу за корона вирус на **1800 675 398** (24 сата, 7 дана у недељи).

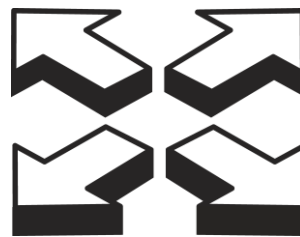
Ако позовете информативну службу за корона вирус, можете да добијете преводиоца ако изаберете опцију нула (0). За све друге позиве, ако вам је потребан преводилац, прво позовите TIS National на **131 450**.



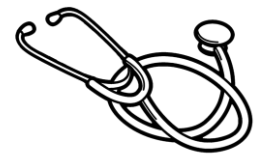
Останите код куће



Перите руке и покријте уста и нос када кашљете и кијате



Изолујте се од породице и пријатеља



Ако вам треба лекарска помоћ, позовите вашег лекара или инфо службу

Зашто треба да се изолујем?

Позитивни сте на корона вирус и морате да се изолујете, јер постоји велика шанса да ће вирус прећи на друге особе. Најбољи начин да заштитите своју породицу и заједницу је да останете код куће и даље од других људи (физичко дистанцирање). Изолација може да буде стресна али може да помогне да се спречи ширење корона вируса.

Изолација значи да не би требало да излазите из куће или смештаја, осим ако вам треба лекарска помоћ или је у питању хитан случај. Не можете да напустите кућу да бисте вежбали. Ако напустите кућу, а треба да се изолујете, можете да budete новчано кажњени до \$4.957. Останите код куће и заштитите се.

Ако познајете некога ко има симптоме, требало би да се тестира и остане код куће.

Где треба да се изољујем?

Морате одмах да одете до места где ћете се изоловати, без икаквог заустављања. То је обично ваша кућа, али Department of Health and Human Services може да вам одобри да се изољујете на неком другом одговарајућем месту.

Морате одмах да одете до места где ћете се изоловати.

Кога треба да обавестим?

Када вам буде речено да вам је тест позитиван, морате о томе да обавестите вашег послодавца и можете да обавестите ваше блиске контакте. 'Блиски контакт' је неко коме сте можда пренели вирус. То могу да буду људи који живе са вама, који раде у вашој непосредној близини или који су били са вама на неком друштвеном скупу.

Све особе са којима живите такође треба да се изољују, јер постоји велика шанса да и оне имају вирус. То укључује и децу.

Шта се дешава после позитивног теста?

Тим из завода за јавно здравље ће разговарати са вама о особама са којима сте имали контакт. Тим ће контактирати особе које сматра блиским контактима. Они ће евидентирати место где се изољујете и ко живи са вама.

Тим из завода за јавно здравље биће у редовном контакту са вама. И ви можете њих да контактирате било када ако вам буде потребна додатна помоћ или ако имате било каквих других питања о томе како да се заштитите и останете здрави. Морате да се изољујете све док вам тим не да одобрење да прекинете изолацију.

Како да будете безбедни?

Не смете да напуштате своју кућу или смештај, осим ако вам треба лекарска помоћ или се ради о хитном случају.

- Одвојите се од других особа у вашој кући тако што ћете боравити у засебној просторији.
- Перите руке редовно и покријте уста и нос када кашљете и кијате.
- Носите хируршку маску када боравите у истој просторији са другим особама и држите растојање од 1,5 метра.
- Користите засебно купатило, ако је могуће.
- Избегавајте дељење истих предмета у домаћинству (укључујући тањире, шоље и прибор за јело).
- Чистите површине у домаћинству (столове, врата, тастатуре, славине и ручке).
- Носите хируршку маску и рукавице за једнократну употребу када додирујете запрљане предмете.
- Контаминирани предмете, као што су рукавице и маске баците у канту за смеће која је обложена пластичном кесом.
- Не примајте посетиоце у вашој кући или смештају.
- Ако живите у приватној кући или стану можете да изађете у башту или на балкон. Требало би да носите хируршку маску када се крећете по вашем смештају.

Замолите пријатеље или чланове породице који не морају да се изољују да вам доставе храну или друге потрепштине.

Ако напустите кућу, а треба да се изољујете, можете да будете новчано кажњени до \$4.957. Останите код куће и заштитите се.

Пратите своје симптоме

Ако се ваши симптоми погоршају али нису озбиљни, позовите вашег лекара. Ако се ради о хитном медицинском случају (на пример, отежано дисање) позовите 000 и тражите хитну помоћ. Кажите раднику хитне помоћи да имате корона вирус (COVID-19).

Пазите на себе

Изолација може да буде тешка, нарочито за децу.

- Разговарајте са другим члановима домаћинства. Ако разумете информације о COVID-19 мање ћете се бринути.
- Договорите се са послодавцем да радите од куће, ако је могуће.
- Пружите подршку свом детету док учи од куће. Користите средства која су на располагању на интернету.
- Одржавајте контакте са породицом и пријатељима помоћу телефона, имејла или друштвених медија.
- Имајте на уму да изолација неће дуго трајати.
- Користите средства која су вам на располагању на интернету – укључујући савете за спавање, одржавање доброг стања и вежбање код куће. Видео снимци су такође на располагању на [Wellbeing Victoria](https://www.together.vic.gov.au/wellbeing-victoria) <https://www.together.vic.gov.au/wellbeing-victoria>.

Ако не можете да изађете на крај са ситуацијом, разговарајте са вашим лекаром или контактирајте:

- [Lifeline Australia](https://www.lifeline.org.au/) <https://www.lifeline.org.au/>, телефон: **13 11 14**
Служба која пружа подршку у било које време особама које пролазе кроз кризу.
- [Beyond Blue](https://www.beyondblue.org.au/) <https://www.beyondblue.org.au/>, phone: **1300 22 4636**
Ова организација пружа специјализовану помоћ особама које су изоловане.
- [Kids Helpline](https://www.kidshelpline.com.au/) <https://www.kidshelpline.com.au/>, phone: **1800 551800**
Бесплатна и поверљива саветодавна служба за младе.

Подршка вам стоји на располагању

Једнократна исплата од \$1.500 је доступна као вид подршке радницима у Викторији који испуњавају услове и код којих је установљено да имају корона вирус или ако су блиски контакт потврђеног случаја. За више информација погледајте [Накнада за одсуствовање са посла током пандемије](https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/pandemic-leave-disaster-payment) <https://www.servicesaustralia.gov.au/individuals/services/centrelink/pandemic-leave-disaster-payment>.

Пакети помоћи са храном и предметима за личну употребу током ванредне ситуације стоје на располагању уколико не можете да добијете помоћ од пријатеља или породице.

За информације о подршци и пакетима помоћи током ванредне ситуације или за помоћ око набавке намирница посетите [DHHS.vic. – Карантин и изолација](https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19) <https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19> или позовите информативну службу за корона вирус на **1800 675 398**

Информације за неговатеље и друге чланове домаћинства

Ако се бринете о болесном члану породице, постоје неке важне ствари које треба да урадите како би сви у вашој кући били безбедни:

- Побрините се да болесна особа борави у једној соби, удаљена од осталих људи.
- Врата од собе држите затворена, а прозоре отворене, ако је то могуће.

- Број неговатеља сведите на минимум.
- Увек перите руке сапуном и водом или користите средство за дезинфекцију руку пре него што уђете и када изађете из собе.
- Посуђе болесне особе држите одвојено од осталих особа у домаћинству.
- Ако имате хируршку маску (за једнократну употребу), носите је док боравите у соби болесне особе. Ако немате хируршку маску, употребите нешто друго да прекријете лице, као што су шал или марама.
- Редовно чистите и дезинфикујте површине у домаћинству које се често додирују, као што су столови, врата, тастатуре, славине и ручке.
- Ставите папирне марамце и маске у пластичну кесу, завежите је и баците.
- Носите маску и рукавице када додирујете веш за прање и перите га на највећој температури која може да се подеси.
- Не примајте посетиоце.

Ако особа почне да се осећа лошије, позовите информативну службу за корона вирус за савет на **1800 675 398**. Ако треба да одете код лекара, позовите га унапред како би могао да се припреми.

Пратите симптоме

Ако особа о којој се бринете добије озбиљне симптоме, као што је отежано дисање, позовите **три нуле (000)** и тражите хитну помоћ.

Ако ико други има симптоме, мора да се тестира и да остане код куће.

Тестирајте се ако имате било који од ових симптома: повишену температуру, дрхтавицу или знојење, кашаљ или бол у грлу, отежано дисање, цурење из носа, губитак чула мириса или укуса.

To find out more information about coronavirus and how to stay safe visit
[DHHS.vic – coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus)
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

If you need an interpreter, call TIS National on 131 450

For information in other languages, scan the QR code or visit
[DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>



For any questions

Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)

Please keep Triple Zero (000) for emergencies only

To receive this document in another format phone 1300 651 160 using the National Relay Service 13 36 77 if required, or [email Emergency Management Communications](mailto:covid-19@dhhs.vic.gov.au) <covid-19@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, updated 10 August 2020.

Available at [DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>