



限制措施更改之概要

Summary of changes to restrictions – coronavirus (Covid-19) – Chinese (Traditional)

限制措施更改之概要

請切記

- 外出時必須戴上面部遮蓋物。
- 若您出現了新冠病毒（COVID-19）症狀，即便很輕微，也必須接受檢測。
- 若感不適，請待在家裡。
- 與他人保持至少 1.5 米的安全人際距離。
- 勤洗手，咳嗽或打噴嚏時請用紙巾或肘窩遮蓋。
- 現已對 Melbourne 大都會區實施第 4 階段限制措施，包括晚上 8 時至次日清晨 5 時實施宵禁。
- 維州邊遠地區，包括 Mitchell Shire，實施第 3 階段限制措施。
- 首席衛生官（Chief Health Officer）可因形勢的變化更改限制措施。

面部遮蓋物

維州凡 12 歲及以上之人士在出門時都必須戴上面部遮蓋物，除非有合法的理由不戴。例如：

- 患有嚴重的面部皮膚病等病症或存在呼吸問題
- 單獨在車上或與家人一起在車上
- 進行劇烈運動，但也必須隨身攜帶面部遮蓋物。

目前的限制措施：第 4 階段 – Melbourne 大都會區

現已對 Melbourne 大都會區實施第 4 階段限制措施。

為減少維州境內出門四處走動的人數，現作出下列變更。

Melbourne 大都會區每晚 8 時至次日清晨 5 時實施宵禁。換言之，您在晚上 8 時至次日清晨 5 時之間不得出門。凡晚上 8 時至次日清晨 5 時之間出門者，則僅限於從事經許可的工作、必要的醫護或者出於安全理由。

您任何時候都不得在家中接待訪客，也不得探訪他人，除非出於醫護和同情的理由。

從清晨 5 時至晚上 8 時，可出於四種理由出門：

1. 購買食物或其他必需品

- 若出門，不得超過離家 5 公里的範圍。若離家最近的商店超過 5 公里，則可以前往最近的商店。對部分人而言，符合其文化習俗的食品及其他商品和服務店都在 5 公里以外。在這種情況下，您可以離家超過 5 公里前往最近的店鋪。
- 每天只有一人可以出一次門購買食物或其他必需品。若家中的其他人無法照顧您的孩子，您可以帶上孩子。

2. 鍛煉

- 您每天只能出門鍛煉一次，且這一次僅限一個小時。鍛煉地點不得離家超過 5 公里。除非您行動不便或出於安全理由，否則不應開車前往鍛煉場所。
- 鍛煉時，您只能單獨進行或與另一人同行 – 不論此人是否是同住者。若您是家長或監護人，需照顧年幼的孩子或其他必須照顧的人，那麼您出門運動時，可帶上他們。

3. 提供護理、出於同情的理由或就醫

- 您可以出門接受醫護或就醫。
- 您可以出門照顧病患、年老的親戚或其他人。
- 您可以出門陪伴他人接受必要的治理。
- 您可以帶寵物去看獸醫。

4. 工作或教育

- 若可以在家辦公，則必須繼續在家辦公。在 Melbourne 大都會區，許多企業生意都要關閉。只有經過許可的商店和服務機構可繼續營業。
- TAFE 和大學必須遠端教學。

您可以出門的其他理由：

- 發生緊急情況。
- 探望您的伴侶，但您只能在清晨 5 時至晚上 8 時之間往返伴侶的家。
- 您要分擔育兒責任。
- 發生家庭暴力或被他人暴力對待，令您身陷險境。若被警員截查，請告訴警員您在家感到不安全，他們會為您提供幫助。請撥打 1800 015 188 或發送電郵至 safesteps@safesteps.org.au，聯繫 safe steps 尋求幫助，他們全天候提供服務。

若確實需要出門，則必須戴好面部遮蓋物，除非有合法的理由不戴。出門前、回家後以及戴上和摘下面部遮蓋物時，務必用肥皂和水洗手。與他人保持至少 1.5 米的人際距離。

若您認為自己可能患有新冠病毒（COVID-19），則可以出門接受檢測，但過後必須直接回家並自我隔離，直至取得陰性結果。

若我們都遵守規則，我們就可以保護自己的家人、朋友和社區。

給全體維州民眾的建議

為保障自己和社區安全，我們人人有責。其中包括：

- 若您感到不舒服，請待在家裡。不要探訪親人或上班。
- 若您出現新冠病毒症狀，即便很輕微，[也必須接受檢查](#)。
- 若可以在家辦公，則必須在家辦公。
- 若確實要看望自家以外的人，則必須保持距離 - 請勿握手和擁抱。這將有助於保護您所愛的人。
- 用肥皂和水洗手，咳嗽和打噴嚏時請用紙巾或肘窩遮蓋，並與他人保持至少 1.5 米的安全距離。
- 您出門時必須戴好面部遮蓋物，除非有合法的理由不戴。

首席衛生官（Chief Health Officer）可因形勢的變化更改限制措施。

提供支援

符合條件的維州工作者若被診斷出感染了新冠病毒（COVID-19）或與確診病例有密切接觸，可獲得\$1,500的一次性補貼援助。維州政府已擴大該計劃，以確保符合條件的人士一旦接受新冠病毒檢測，即可獲得\$450的援助補貼，讓他們安守家中直至取得檢測結果。如需進一步瞭解，請撥打新冠病毒求助熱線 1800 675 398（全天候服務）。若您需要口譯員，請先撥打 TIS National 電話 131 450。

若您或您有認識的人感到焦慮和擔憂，可尋求援助 – 請撥打 Lifeline 電話 13 11 14 或撥打 Beyond Blue 電話 1800 512 348。若需要口譯員，請先撥打 TIS National 電話 131 450。

若您因新冠病毒（COVID-19）而感到孤立，也可以撥打新冠病毒（COVID-19）熱線（1800 675 398）並按 3 號鍵。您將連線 Australian Red Cross 的義工，幫助您獲得本地援助。

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 <covid-19@dhhs.vic.gov.au>](mailto: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, 12 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>>

Print managed by Finsbury Green.