

CHO UJUMBE KWA WAZAZI

Nawaandikia wazazi, walezi na wanafunzi wa Viktoria leo kuomba msaada wa kila familia katika kupunguza kasi ya kuenea kwa ugonjwa wa coronavirus (COVID-19) huko Viktoria.

Kama likizo ya shule inakuja, hatuwezi kupumzika kujitunzia sisi wenyewe na familia zetu. Kitu pekee kati yetu na wimbi la pili la virusi ni kile tunachofanya ijayo.

Popote unapoenda, tafadhali kumbuka hatari hizo. Fahamu kuwa wengine wanaweza kuwa na virusi na kuweka umbali wa mwili.

Sasa hivi tunakabiliwa na idadi juu kabisa za visa ambazo tumeona katika zaidi ya miezi mbili. Ushuhudi wa sasa unaonyesha kwamba kuongezeka kwa idadi ya visa huko Viktoria kunasababishwa na familia kuwa pamoja na kutofuata ushauri juu ya kuweka umbali wa mwili na usafi wa mwili.

Kwa bahati mbaya, bado tumo katika janga na maisha ya watu bado yapo hatarini. Kama tumeona kote ulimwenguni, virusi hivi vina uwezo wa kugeuza idadi ndogo ya kesi kuwa mamia kwa siku chache.

Hapa sio tunapotaka kuwepo na tunapaswa sote tuchukue hatua sasa - wakati tunapoweza.

Hii ndio sababu tulipaswa kutekeleza vizuizi kadhaa vilivyobadilishwa. Idadi ya wageni ambao unaweza kuwa nanyi nyumbani kwenu sasa imepunguzwa hadi tano. Nje ya nyumba, familia na marafiki wanaweza kukutana katika vikundi hadi watu kumi.

Hivi ndivyo kila mmoja wa jumuiya wa shule anaweza kusaidia:

- Kaa salama wakati unapotoka katika jamii.
- Kaa salama nyumbani. Na hiyo inamaanisha kuwaona wale tu ambao unahitaji kuwaona. Usiwe mikutano mikubwa ya familia na kumbuka kuweka umbali wako na kudumisha usafi mzuri.
- Usishiriki chakula au vinywaji.
- Ikiwa wewe, au mtu yeyote katika familia yako anajisikia vibaya - kaa nyumbani. Usitembelee marafiki na familia. Usiende likizo ikisikia mgonjwa na usiendi kazini. Usipeleke watoto wako kwa shule, utunzaji wa watoto, au chekechea kama wakiwa wagonjwa - kaa nyumbani.
- Na ikiwa una dalili, enda kupimwa.

Idadi kubwa ya watu wa Viktoria wanafanya jambo sahihi, lakini huu ni sababu ya kutenda vema na hatuwezi kuwa wavivu.

Ni juu yetu sote kutunza salama za marafiki na familia zetu.

Kwa habari na visasisho vya sasa juu ya coronavirus (COVID-19) tembelea [tovuti ya coronavirus ya Serikali ya Viktoria](#).

Ikiwa mtu yeyote katika familia yako ana dalili zozote za ugonjwa wa coronavirus (COVID-19), hata hizo ni mpole, anapaswa kukaa nyumbani, kutafuta ushauri na kupimwa. Dalili hizi ni pamoja na homa, baridi au jasho, kikohozi, maumivu ya koo, upungufu wa pumzi au pua yenye kamasi nyingi, au kupoteza hisia ya harufu au ladha. Kwa habari zaidi juu ya kupimwa wapi tembelea [kurasa ya tovuti ya kupimwa kwa coronavirus](#).

Ikiwa una wasiwasi kuwa wewe mwenyewe au mtu wa familia ameambukizwa virusi na unahitaji habari zaidi, tafadhali pigia simu kwa laini ya haraka ya coronavirus ya masaa 24 kwenye 1800 675 398.

Adj Clin Prof Brett Sutton
Victorian Chief Health Officer