

Προστατευτείτε από τον COVID-19 και τη γρίπη φέτος τον χειμώνα

Ο χειμώνας συχνά φέρνει περισσότερες λοιμώξεις από ιούς του αναπνευστικού συστήματος. Φέτος τον χειμώνα, προστατευτείτε κάνοντας όλους τους προβλεπόμενους εμβολιασμούς σας κατά του COVID-19 και της γρίπης.

Γιατί είναι σημαντικά τα εμβόλια κατά του COVID-19 και της γρίπης;

Οι ψυχρότερες καιρικές συνθήκες που συνοδεύουν τον χειμώνα μπορούν να διευκολύνουν τη μόλυνση από αναπνευστικούς ιούς, όπως ο COVID-19 και η γρίπη.

Κάνοντας όλους τους προβλεπόμενους εμβολιασμούς σας κατά του COVID-19, αυξάνετε την προστασία σας έναντι του COVID-19 για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Το εμβόλιο της γρίπης είναι ο καλύτερος τρόπος να προστατευτείτε από τη γρίπη και να μην τη μεταδώσετε σε άλλους.

Είναι ασφαλές να λάβετε ταυτόχρονα το εμβόλιο κατά του COVID-19 και το εμβόλιο της γρίπης.

Τι είναι η χειμερινή δόση του εμβολίου COVID-19 και ποιος θα πρέπει να την κάνει;

Η χειμερινή δόση ενός εμβολίου COVID-19 συνιστάται για ορισμένα άτομα στην Αυστραλία που διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο να αρρωστήσουν σοβαρά από COVID-19.



Θα πρέπει να λάβετε μια χειμερινή δόση COVID-19 εάν είστε:

- 65 ετών ή άνω
- Ένοικοι σε ιδρύματα φροντίδας ηλικιωμένων ή φροντίδας απόρων με αναπηρία
- 16 ετών και άνω, εάν είστε σοβαρά ανοσοκατεσταλμένο άτομο
- Αβορίγινες ή Νησιώτες Torres Strait ηλικίας 50 ετών και άνω.

Μπορείτε να λάβετε τη χειμερινή σας δόση αν έχουν περάσει τουλάχιστον 4 μήνες από την πρώτη σας ενισχυτική δόση.

Εάν δεν διατρέχετε αυξημένο κίνδυνο σοβαρής ασθένειας από COVID-19, η βασική σας σειρά των 2 δόσεων και η ενισχυτική δόση παρέχουν άριστη προστασία έναντι του COVID-19.

Τι θα συμβεί αν έχω ήδη προσβληθεί από COVID-19;

Εάν είχατε θετικό αποτέλεσμα σε τεστ COVID-19, συνιστάται να περιμένετε 3 μήνες πριν λάβετε την επόμενη δόση σας του εμβολίου COVID-19.

Ποια είναι η συμβουλή για τις έγκυες γυναίκες;

Η λοίμωξη από COVID-19 και γρίπη μπορεί να είναι επικίνδυνη για τις εγκύους και τα αγέννητα μωρά τους.

Ο εμβολιασμός κατά της γρίπης και του COVID-19 κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης είναι ο καλύτερος τρόπος προστασίας των νεογέννητων βρεφών και των εγκύων κατά της γρίπης, του COVID-19 και άλλων επιπλοκών που μπορεί να είναι επιβλαβείς.

Το εμβόλιο της γρίπης είναι δωρεάν για:

- Παιδιά ηλικίας 6 μηνών έως κάτω των 5 ετών
- Έγκυες γυναίκες σε οποιοδήποτε στάδιο της εγκυμοσύνης
- Άτομα ηλικίας 65 ετών και άνω
- Άτομα ηλικίας 6 μηνών και άνω, τα οποία έχουν ιατρικές παθήσεις που συνεπάγονται υψηλότερο κίνδυνο προσβολής από σοβαρή ασθένεια
- Αβορίγινες ή Νησιώτες Torres Strait ηλικίας 6 μηνών και άνω.

Μείνετε ασφαλείς φέτος τον χειμώνα

Μπορείτε να βοηθήσετε να σταματήσει η εξάπλωση των ιών φέτος τον χειμώνα, πλένοντας τα χέρια σας τακτικά και καλύπτοντας το στόμα σας όταν βήχετε και φτερνίζεστε. Μπορείτε επίσης να επιλέξετε να φοράτε μάσκα όταν δεν μπορείτε να τηρείτε φυσική απόσταση από άλλους.

Μπορείτε επίσης να βοηθήσετε να σταματήσει η εξάπλωση των ιών φέτος τον χειμώνα, μένοντας στο σπίτι σας όταν είστε άρρωστοι.

Κλείστε ραντεβού τώρα

Κλείστε ραντεβού σήμερα για τον ενισχυτικό σας εμβολιασμό κατά του COVID-19 ή για το εμβόλιο της γρίπης με τον γιατρό σας ή σε συμμετέχοντα φαρμακεία.

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε το [health.gov.au](https://www.health.gov.au) ή καλέστε την Εθνική Γραμμή Βοήθειας κατά του Κορωνοϊού στο **1800 020 080**. Διαλέξτε την επιλογή 8 για δωρεάν υπηρεσίες διερμηνείας.



Australian Government

COVID-19
VACCINATION

Εγκρίθηκε από την Αυστραλιανή Κυβέρνηση, Καμπέρα.



**ΠΑΝΩ ΑΠΟ
70 ΤΡΟΠΟΥΣ ΝΑ
ΕΞΟΙΚΟΝΟΜΗΣΕΤΕ**

SAVINGS FINDER

Η Κυβέρνηση της ΝΝΟ σας προσφέρει περισσότερους τρόπους να εξοικονομήσετε χρήματα όπως:

- Dine & Discover NSW κουπόνια αξίας \$150
- Stay NSW κουπόνια αξίας \$50
- Έκπτωση στο Φυσικό Αέριο αξίας ως \$110

Και περισσότερα.

ΛΑΒΕΤΕ ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΜΟ ΣΑΣ

service.nsw.gov.au

