



كن مستعدًا للاستمتاع بالأوقات المهمة هذا الشتاء

يمكنك الاستعانة بقائمة التحقق التالية لبحث موضوع تطعيمات الشتاء مع أحبائك:

- ❑ مع انخفاض درجات الحرارة، تحدث معهم عن أهمية التطعيم ضد الإنفلونزا وكوفيد-19 و RSV قبل حلول فصل الشتاء.
- ❑ شجّعهم على المبادرة إلى التطعيم مبكرًا. والأفضل أن يتلقوا التطعيم سنويًا عندما تصبح اللقاحات متوفرة من آذار/مارس إلى نيسان/أبريل، وذلك لتوفير الحماية لهم قبل ذروة انتشار العدوى. لكن الأوان لا يفوت أبدًا للحصول على التطعيم.
- ❑ ساعدهم في حجز موعد مع طبيبهم أو زيارة أقرب صيدلية للاستفسار عن أهليتهم للقاحات الشتاء المجانية.
- ❑ كن مستعدًا للإجابة على أي أسئلة أو مخاوف قد تكون لديهم. يمكنك الإشارة إلى أن كبار السن أكثر عرضة للإصابة بأمراض شديدة أو حتى الحاجة إلى إدخالهم إلى المستشفى في حال إصابتهم بأحد الفيروسات التنفسية.
- ❑ طمئنهم بأن التطعيم هو أفضل وسيلة للاستعداد لفصل الشتاء بهدف الحفاظ على صحتهم وعافيتهم، حتى يتمكنوا من الاستمتاع بالأوقات المهمة.
- ❑ أخبرهم أن خبراء الصحة يؤكدون أنه من الآمن تلقي لقاحات الإنفلونزا وكوفيد-19، و RSV في نفس الموعد، أو بشكل منفصل.



فصل الشتاء فترة حرجة لكبار السن الذين في حياتك. فالأشخاص الذين يبلغون من العمر 65 عامًا فأكثر يكونون أكثر عرضة للإصابة بأمراض شديدة والإدخال إلى المستشفى بسبب الإنفلونزا وكوفيد-19 والفيروس المخلوي التنفسي (RSV). إن التطعيم هو أفضل استعداد. إن دعمك كبار السن، سواءً أكان ذلك بتذكيرهم خلال مكالمة هاتفية، أم بمساعدتهم في الوصول إلى موعد التطعيم، يمكن أن يحدث فرقًا في حصولهم على التطعيمات واستعدادهم لفصل الشتاء.



للمزيد من المعلومات، تفضّل زيارة الموقع الإلكتروني
[health.gov.au/winter-vaccinations/
translated-resources](https://health.gov.au/winter-vaccinations/translated-resources)