

想必大家有所聽聞各大媒體在昨天都爭相報道最新的政府出行指引。那麼小編在這就不跟著搶沙發了（就是爭相報道的意思）媒體說過的這里可能還是簡單帶過，但是細節的部分就要注意一下了。注意新指引的有效期是

2020年5月12日中午12點開始至2020年5月31日中午12點

那麼最新的指引哪找呢？與往常一樣 小編會提供原文鏈接

<https://www.dhhs.vic.gov.au/gradual-easing-restrictions-covid-19>

注意：政府提倡大家運用常識

- 保持 1.5 米距離
- 手部衛生

基本上出門的理由從原來是

- 購買食品和其他必要商品；
- 獲取醫療服務或提供照顧；例如：分擔育兒義務，或為身體不適、殘疾、老人或懷孕的朋友或親戚提供照顧和支持；
- 參與無法在家完成的工作或教育；
- 外出運動；

您也可以在緊急情況或有其他法律需求的時候離開家。

現在外加一項就是可以去探訪朋友或者家人。

- 沒有限制時間，但不能過夜
- 最多 5 個訪客在一個家里（長期住家裡的人不算）
- 分租房也是同樣道理，不管是誰的朋友，一戶總共最多 5 個訪客
- 保持 1.5 米距離
- 手部衛生
- 盡量還是減少去高危（容易受感染）的家人或朋友家。
- 家後院的開放區域也算是你家的一部分，所以即使你在後院燒烤，同樣也是最多 5 個訪客。10 人的規定在這情況下不適用。
- 不允許在別人家過夜
- 可以跟朋友喝咖啡，但你不能坐在咖啡館喝
- 你可以因為必要的原因（上述 5 個理由）把孩子送去托兒所或者別人家照顧

外出

- 如果你是運動的話現在的限制已從最多 2 人增加至 10 人
- 基本上所有運動你都可以參加，只要保持好手部衛生與保持 1.5 米的距離

- 不可以去看別人運動（比如看踢球，看訓練），指引要求訓練組應盡量在無人觀望的場地練習。（所以即使你想看他都可能躲著你）
- 不能打團隊比賽（例如大家打籃球或足球都會組隊競技）
- 不能有肢體接觸
- 不可以露營過夜但可以野餐
- 教會或信仰設施可以重新開放，但最多 10 人
- 面對面的心理輔導服務可以進行
- 社區小組性的社區服務活動現在都可以進行
- 可以出門做義工
- 

出於特殊的照顧原因可以外出的理由可能包括

- 拜訪醫生或其他醫療專業人員，或獲取醫療用品
- 獻血
- 如果您有共同的育兒義務，並且需要按照非正式或法院命令的安排在不同家庭之間運送孩子
- 在某人的家中提供照顧孩子的服務，因為該人出於許可的原因之一（5 個原因）需要離開家，或者在家中工作或學習
- 如果您是孩子的父母或監護人，並且由於他們是在另一個人或組織的照顧下而希望拜訪孩子，或者您在照顧和撫養孩子方面負有義務
- 向生活在國家或家庭或家庭暴力服務機構照料下的孩子提供托兒或早期教育或學校教育
- 如果您有照顧者的責任，例如，在寄養或暫托安排中接送孩子
- 如果您需要上班或學習，則可以在個人或私人托兒所，幼兒教育或學校接送孩子或接孩子
- 由於年老，身體虛弱，殘疾，疾病或長期健康狀況而向親戚或其他人提供購物和做飯的照顧和支持，例如購物，做飯或打掃房子
- 他們懷孕或有健康或心理健康問題
- 在符合護理院指示的前提下探視養老機構的老人，殘障人士住宿或其他住宅護理設施中的人
- 拜訪醫院內的某人，但前提是該拜訪符合醫院訪客的指示
- 參加親戚或朋友的殯儀服務
- 結婚，或者在婚禮上成為證人或客人，請注意，允許的最大人數為 10 人，加上婚宴人員和夫妻
- 參加預先安排的私人禮拜或最多 10 人的小型宗教儀式
- 如果有家庭暴力或其他人在家中發生暴力，如您有危險逃出，被警察攔住，請告訴他們您在家感到不安全，他們會為您提供幫助。安全屋與家庭暴力的支援服務持續運行。每週 7 天，每天 24 小時致電 1800 015 188 的安全步驟或發送電子郵件至 [safesteps@safesteps.org.au](mailto:safesteps@safesteps.org.au) 尋求幫助。
-