



इस पर्ची को सुरक्षित रखें  
ताकि आवश्यकता पड़ने पर आप इसे पढ़ सकें



Northamptonshire  
County Council

# कोरोना वायरस

निवासियों के लिए महत्वपूर्ण जानकारी

इस क्षेत्र में COVID-19 (कोरोना वायरस) के मामले बहुत बढ़ रहे हैं जिससे आपको और आपके समुदाय को खतरा है !

हमें स्थानीय लॉकडाउन से बचने के लिए मिलकर काम करने की आवश्यकता है। हम सभी नीचे बताये गए उपायों का सख्ती से पालन करने की आवश्यकता है:

- जहाँ भी संभव हो सामाजिक संपर्क कम से कम कर दें।
- यदि बाहर जाना ही पड़े, तो दूसरों से कम से कम 2 मीटर की दूरी बनाये रखें।
- दुकानों में जाते समय, दूसरों से 2 मीटर से कम की दूरी हो जाये तो चेहरे को हमेशा ढँक कर रखें
- हर बार अपने हाथों को 20 सेकंड तक नियमित और अच्छी तरह से धोएं
- यदि आपको कोरोनावायरस के लक्षण हैं, तो कृपया मार्गदर्शन ओवरलीफ़ का पालन करें

#NorthantsTogether

## कोविड-19 लक्षणों में शामिल हैं:

- उच्च तापमान
- नई तरह की, निरंतर खांसी
- गंध या स्वाद की आपकी क्षमता में कमी या परिवर्तन

## यदि आपको कोविड-19 के लक्षण हैं:

- काम पर ना जाएं। या तो घर से काम करें या बीमार की रिपोर्ट करें, आत्म-अलगाव करें और एक परीक्षण प्राप्त करें
- घर पे रहें, स्वयं को अलग-थलग रखें और टेस्ट करवाएं
- यहां तक कि यदि आपको सिर्फ हल्के कोविड-19 लक्षण भी हों तो टेस्ट करवा लें
- यदि आपको NHS टेस्ट और ट्रेस सेवा ने संपर्क किया है और सबसे अलग-थलग रहने के लिए कहा गया है, तो 14 दिनों के लिए घर पर ही रहें

## टेस्ट करवाने के लिए, या तो:

- ऑनलाइन [nhs.uk/coronavirus](https://nhs.uk/coronavirus) पर बुक करें
- 119 पर काल करें
- होम टेस्टिंग किट आर्डर भी की जा सकती है, उपलब्ध होने पर मिलेगी



ताज़ी स्थानीय सलाह के लिए विजिट करें

[www.northamptonshire.gov.uk](http://www.northamptonshire.gov.uk)

सोशल मीडिया पर हैं? स्थानीय NHS, पुलिस, जिला और बोरो काउंसिल तथा अन्य स्थानीय संगठनों से जानकारी और सलाह के लिए सर्व करें #NorthantsTogether

- अन्य प्रारूपों और भाषाओं में जानकारी
- स्वास्थ्य सलाह
- कमजोर लोगों के लिए सहायता