



کورونا وائرس

لوگوں کے لیے ضروری معلومات۔

اس علاقے میں کووڈ ۱۹ (کورونا وائرس) کے کیس بڑھ رہے ہیں، آپ اور آپکی کمیونٹی خطرے میں ہے!

- لوکل لاکڈاؤں سے بچنے کے لیے ہم سب کو مل جل کر کام کرنا پڑے گا: ہمیں ضروری اقدامات پر عمل کرنا پڑے گا۔
- جہاں تک ہو سکے کم سے کم سوشل میل جول رکھیں۔
- اگر باہر جائیں تو کم از کم دو میٹر کا فاصلہ رکھیں۔
- دوکانوں میں یا پھر دو میٹر سے کم فاصلے پر اپنے منہ کو ڈھاپیں۔
- ہر بار اپنے ہاتھ میں سیکنڈ تک دھویں۔

کووڈ-۱۹ کے علامات

- تیز بخار۔
- نئی اور مسلسل کھانسی۔
- سونگھنے میں یا ذائقے میں تبدیلی۔

اگر آپ کو کووڈ ۱۹ کے علامات ہیں

- کام پر نہ جائیں۔ گھر سے کام کریں یا پھر بیماری کی درخواست دیں، اپنے آپ کو دوسروں سے دور رکھیں اور اپنا ٹیسٹ کروائیں۔
- گھر پر رہیں، اپنے آپ کو دوسروں سے دور رکھیں اور اپنا ٹیسٹ کروائیں۔
- حتیٰ کہ آپ کو بہت کم کووڈ-۱۹ کے علامت ہوں تو ٹیسٹ کروائیں۔
- اگر nhs ٹیسٹ اینڈ ٹریڈ سروس آپ سے رابطہ کرے کہ آپ کو دوسروں سے الگ رہنا ہے تو چودہ دن تک گھر پر رہیں۔

ٹیسٹ کروانے کے لیے، یا

- آن لائن بک کریں nhs.uk/coronavirus
- ۱۱۹ کال کریں۔
- گھر پر ٹیسٹ کرنے کی کیٹ بھی آڈر کی جاسکتی ہے اگر وہ اس وقت دستیاب ہو۔

#NorthantsTogether