



अपनी तथा दूसरों की कोविड-19 स सरक्षा ऐसा करक

कर:

- लगातार अपन हाथ धोत रह
- चेहर को ढक रख
- दूसरों स सरक्षित दरी बनाए रख।

कोरोनावायरस क मुख्य लक्षण ह:

- उचा तापमान – इसक अथ ह कि आपक सीन या पीठ पर छन स आपको गम लगता ह
- नई लगातार आने वाली खाँसी – इसक अथ ह कि आपको बहत खासी आ रही ह ऐसी खासी जिसक 24 घटों म एक घट स ऊपर तक तीन या चार प्रसंग हों
- आपको सघन या स्वाद की समझ बाकी न रहना या उनम परिवतन हो जाना।

यदि आपको इनम स कोई एक या अधिक लक्षण होत ह तो कपया एन एच एस अथवा 111 को काल कर।



हाथों को धोएं



चेहरा ढकें



दूरी बनाए रखें

यदि आपको
लक्षण ह तो
अपना टस्ट
करवाएं।





यदि आपको भोजन सामग्री औषधियों तथा अपनी वैक्सीन क लिए नियक्ति पर जान म सहायता चाहिए ह?

हम्पशायर कोरोनावायरस सहायता तथा हल्पलाइन द्वारा प्राताकाल 9 बज से लकर
शाम 5 बज तक, सोमवार स शक्रवार तक सलाह तथा सहायता प्रदान की जाती ह।

आप इस हल्पलाइन स 0333 370 4000 पर सम्पक कर सकत ह और कोई न
कोई आपको सलाह द सकने योग्य होगा अथवा आपक निवेदन को सहायता करने
क लिए लोकल कम्यनिटी हब को सौंप सकता ह।

अधिक जाच को बसिंगस्टोक वालन्ट्री एक्शन को एक कम्यनिटी हब द्वारा
सहायता करने का प्रबन्ध करने क लिए भेज दी जाएं गी, जैस भोजन सामग्री का
वितरण।



हाथों को धोएं



चेहरे को ढकें



दूरी बनाए रखें

यदि आपको
लक्षण ह तो
अपना टस्ट
करवाएं