

हिन्दी HINDI

काराना वायरस

इटली में:

क्या करना चाहिए?



PARTECIPAZIONE

AZIONI PER LA PROTEZIONE E LA PARTECIPAZIONE DEI RIFUGIAT

Supervisione:
Pier Cesare Notaro

un programma di empowerment e capacity building realizzato da





Traduzione: Avana Amadei



कोविड-19 बीमारी नॉवल कोरोना वायरस के कारण होती है।

कभी कभी यह बीमारी गंभीर स्वास्थ्य-समस्याओं, यहाँ तक की मौत का भी कारण बन जाती है।





अगर आपको बुखार, खांसी या सांस की तकलीफ हैं, तो अपने घर से बाहर मत जाइए। अपने डाक्टर को टेलिफ़ोन करके, वह कीजिए जो वह आपसे कहते हैं।

यदि आप में बीमारी के कोई लक्षण नहीं भी नज़र आ रहे हों तब भी बेहतर होगी कि आप केवल स्कूल जाने के लिए या काम करने के लिए या खरीदारी करने के लिए बाहर जाते हैं।





कुछ बीमर लोग नहीं जानते कि वे बिमर हैं क्योंकि उनमें बीमारी के लक्षण नहीं दिखाई देते।

वे लोग भी संकामक होते हैं और जब वे खांसते हैं या बात करते हैं या सांस लेते हैं तब वे दूसरे लोग में वायरस का प्रसार करते हैं।





जब बीमर लोग कोई चीज़ छूते हैं तब कोरोना वायरस उस चीज़ पर रह जाता है।



कोरोना वायरस से बचने के और संचार रोकने के कुछ सरल नियम हैं

हर दिन अपने हाथ अकसर धोइए। बिना हाथ धोए अपने चेहरे को मत छुइए।





दूसरे लोगों से एक मीटर से अधिक दूरी बनाए रखिए और मास्क लगाकर रखिए।

मास्क से चेहरा और नाक अच्छा से ढकना चहिए।



कोरोना वायरस इटली में

कोरोना वायरस से लड़ने के लिए इटली की सरकार अपने विधान अकसर बदलती करती है: साइट को अकसर देखिए!



ilgrandecolibri.com/coronavirus

चेतावनी!

इटलवी क्षत्रों में अलग-अलग नियम हैं! नीचले पृष्ठ में ध्यान से देखिए!

लाल क्षत्र

लाल क्षेत्रों में जोखिम बहुत अधिक है। वेबसाइट पर आपने क्षेत्र की स्थिति जाँचते रहिए:

ilgrandecolibri.com/coronavirus



आप खरीदारी करने के लिए या स्कूल जाने के लिए या काम करने के लिए या आपात स्थिति में बाहर जा सकते हैं। आपको हमेशा मास्क लगाना होगा।

5 बजे से 22 बजे तक आप टहलने के लिए बाहर जा सकते हैं। आपको अपने घर के पास ही रहना है और आपको मास्क लगाए रखना है।





6 साल तक के बच्चे अपने मास्क हटा सकते हैं। जिन्हें मेडिकल अधिकार प्राप्त हैं, वे अपने मास्क हटा सकते हैं।

आपको उन लोगों से, जो आपके साथ रहते हैं, एक मीटर से अधिक दूर रहना है।



कुछ स्कूल खुले हैं लेकिन कुछ बन्द हैं पर वे आनलाइन पाठन कराते हैं: जानकारी के लिए अपने स्कूल से पूछिए।



3 3 3 3 3

आप अकेले सड़क पर खेल सकते हैं लेकिन आपको अपने घर के पास रहना है। आपको हमेशा मास्क लगाना है और आपको दूसरे लोग से कम से कम दो मीटर दूर रहना है।



सब दुकानें बन्द हैं। केवल खाद्य पदार्थों की दुकानें, फार्मेसी और समाचारपत्र की दुकानें खुली हैं।



नारंगी क्षेत्र

नारंगी क्षेत्रों में जोखिम अधिक है। वेबसाइट पर आपने क्षेत्र की स्थिति जाँचते रहिए:

ilgrandecolibri.com/coronavirus



22 बजे से 5 बजे तक ही आप अपने घर से बाहर जा सकते हैं यदि आपको काम करने जाना है या आपात स्थितियों के कारण। आपको हमेशा मास्क लगाना है।

5 बजे से 22 बजे तक आप अपने नगरपालिका क्षेत्र से बाहर जा सकते हैं लेकिन केवल काम करने या स्कूल जाने या स्वाथ्य के कारण या आपात स्थिति में।





6 साल तक के बच्चे अपने मास्क हटा सकते हैं। जिन्हें मेडिकल अधिकार प्राप्त हैं, वे अपने मास्क हटा सकते हैं।

आपको उन लोगों से, जो आपके साथ रहते हैं, एक मीटर से अधिक दूर रहना है।



कुछ स्कूल खुले हैं लेकिन कुछ बन्द हैं पर वे आनलाइन पाठन कराते हैं: जानकारी के लिए अपने स्कूल से पूछिए।



आप सड़क पर और पार्कों में खेल खेल सकते हैं पर आपको दूसरे लोगों से कम से कम दो मीटर दूर रहना है।

जिम और स्विमिंग पूल और डिस्को और सिनेमा बन्द हैं। बार और रेस्तरां बन्द हैं परन्तु वे सामग्री आपके घर पहुंचा सकते हैं।



पीले क्षेत्र

पीले क्षेत्रों में जोखिम मध्यम है। वेबसाइट पर आपने क्षेत्र की स्थिति जाँचते रहिए: ilgrandecolibri.com/coronavirus



22 बजे से 5 बजे तक ही आप अपने घर से बाहर जा सकते हैं यदि आपको काम करने जाना है या आपात स्थितियों के कारण। आपको हमेशा मास्क लगाना है।

5 बजे से 22 बजे तक आप अपने घर से बाहर जा सकता हैं लेकिन आपको मास्क लगाना है।





6 साल तक के बच्चे अपने मास्क हटा सकते हैं। जिन्हें मेडिकल अधिकार प्राप्त हैं, वे अपने मास्क हटा सकते हैं।

आपको उन लोगों से, जो आपके साथ रहते हैं, एक मीटर से अधिक दूर रहना है।



कुछ स्कूल खुले हैं लेकिन कुछ बन्द हैं पर वे आनलाइन पाठन कराते हैं: जानकारी के लिए अपने स्कूल से पूछिए।



आप सड़क पर और पार्कों में खेल खेल सकते हैं पर आपको दूसरे लोगों से कम से कम दो मीटर दूर रहना है।



