IMPORTANT INFORMATION
ON CORONAVIRUS (COVID-19)

અગત્યની માહિતી
કોરોનાવાઇરસ (કોવિડ-19) વિષે

کوروناوائرس (کووڈ-19)
کے متعلق اہم معلومات

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) ਬਾਰੇ
ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ

করোনাভাইরাস (কোভিড-19) সম্পর্কে
গুরুত্বপূর্ণ তথ্য

WAR MUHIIM AH OO KU SAABSAN
KORONAFIRUS (COVID-19)

WAŻNE INFORMACJE
DOTYCZĄCE KORONAWIRUSA (COVID-19)

DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE
OHĽADOM KORONAVÍRUSU (COVID-19)

कोरोनोवायरस (कोविड -19)
पर महत्वपूर्ण जानकारी

CORONAVIRUS
PROTECT YOURSELF & OTHERS

Leicester City Council

Coronavirus in Leicester

In Leicester there has been an increase in the number of people testing positive for Coronavirus (COVID-19).

We must all take action to help stop the spread of coronavirus, protect our community and the NHS.

To protect yourself and others please....

Stay at home as much as possible, leaving only for work or essentials (e.g. food shopping, caring for others).

Keep 2 metres apart from people outside of your household at all times

Wash your hands regularly for at least 20 seconds or use hand sanitizer

Always wear a face covering when on public transport or in any confined public space, including workplaces

Keep up to date on coronavirus information at:
leicester.gov.uk/coronavirus

Get tested...

If you have symptoms of Coronavirus or you've been in close contact with someone who has had symptoms, please get tested as soon as you can.

Remember that the main symptoms of coronavirus are:

High temperature

Continuous new cough

Loss of smell

Loss of taste

Book your test

online at nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test

call 119

If you test positive for Coronavirus, you must stay at home for at least 7 days and the people you live with should stay at home for 14 days.

લેસ્ટરમાં કોરોનાવાઇરસ

લેસ્ટરમાં જે લોકોના કોરોનાવાઇરસ (કોવિડ-19) માટેના પરિક્ષણો (ટેસ્ટ) કરવામાં આવે છે, તેઓમાં આ ટેસ્ટ પોઝીટિવ (બિમારીની હાજરી) દેખાવવામાં વધારો થયો છે.

આપણે સૌએ કોરોનાવાઇરસના ફેલાવને અટકાવવામાં મદદ કરવી, અને આપણા સમાજને તેમજ NHS (એનએચએસ)ને સુરક્ષિત રાખવા માટે પગલા લેવા જોઇએ.

તમને ખુદને તેમજ બીજાઓને પણ સુરક્ષિત રાખવા માટે કૃપા કરીને નીચે મુજબ વર્તો....

બની શકે ત્યાં સુધી ઘરમાં જ રહો, ફક્ત કામે જવા કે જરૂરી કારણો (દા.ત. સામગ્રી ખરીદવા, બીજાઓની સંભાળ લેવા) માટે બહાર નીકળવું.

તમારા ઘરના માણસો ના હોય તેવા બીજાઓથી હર વખત 2 મીટરનું અંતર રાખો

તમારા હાથ નિયમિતપણે અને કમ સે કમ 20 (વીસ) સેકન્ડ સુધી ધુવો અથવા તો હેન્ડ સેનિટાઇઝર (હાથ સાફ કરવા જંતુ નાશક દ્રવ્ય)નો વપરાશ કરો

જાહેર વાહનોમાં કે બંધિયાર જગ્યાઓમાં, જેમાં કામના સ્થળોનો પણ સમાવેશ થાય છે ત્યાં હંમેશા મોંઢુ ઢાંકેલું રાખો

ઓનલાઇન leicester.gov.uk/coronavirus પર કોરોનાવાઇરસ વિષેના તાજા સમાચાર વિષે માહિતગાર રહો

તમારી ટેસ્ટ (પરિક્ષણ) કરાવો

જો તમને કોરોનાવાઇરસના લક્ષણ જણાય અથવા તો તમે એવી કોઇ વ્યક્તિની નજીક આવ્યા હોય જેને આ લક્ષણ જણાયા હોય, તો કૃપા કરીને બની શકે એટલું જલદી તમારૂં ટેસ્ટ કરાવી લો.

યાદ રાખો કે કોરોનાવાઇરસના મુખ્ય લક્ષણો શું છે (નીચે જુઓ):

સખત તાવ (શરીરનું ઉંચુ તાપમાન)

નવી ઉધરસ થઇ હોય જે ચાલુ આવ્યા જ કરે

સુંઘવાની સંવેદના ના હોવી

સ્વાદ ના આવવો

તમારી ટેસ્ટ અહિંથી બુક કરો:

ઓનલાઇન પર nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test

ફોન કરો 119 પર

જો તમારા ટેસ્ટમાં એવું જણાય કે તમને કોરોનાવાઇરસ છે (પોઝીટિવ), તો તમારે કમ સે કમ 7 (સાત) દિવસ સુધી ઘરમાં જ રહેવું અને તમારી સાથે જે લોકો રહેતા હોય તેઓને 14 (ચૌદ) દિવસ ઘરમાં જ રહેવું જોઇએ.

اپنا ٹیسٹ کروائیں

اگر آپ میں کوروناوائرس کی علامات پائی جاتی ہیں یا آپ کسی ایسے شخص کے ساتھ قریبی رابطے میں رہے ہیں جس میں کوروناوائرس کی علامات پائی جاتی ہیں تو برائے مہربانی جتنی جلد ممکن ہو اپنا ٹیسٹ کروائیں۔

یاد رکھیں کے کوروناوائرس کی اہم علامات مندرجہ ذیل ہیں:

بلند درجہ حرارت

نئی مسلسل کھانسی

سونگھنے کی حس میں خرابی

چکھنے کی حس میں خرابی

اپنا ٹیسٹ بُک کریں:

آن لائن nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test پر

119 پر ٹیلیفون کریں

اگر کوروناوائرس کے لیے آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آتا ہے تو آپ کو لازمی طور پر کم از کم 7 دن کے لیے گھر پر ہی رہنا چاہیے اور آپ جن لوگوں کے ساتھ رہتے ہیں اُنھیں 14 دن کے لیے گھر پر رہنا چاہیے۔

لیسٹر میں کوروناوائرس

لیسٹر میں کوروناوائرس (Covid-19) کے لیے کیے جانے والے ٹیسٹ کے مثبت نتائج دکھانے والے لوگوں کی تعداد میں اضافہ ہوا ہے۔

ہم سب کو کوروناوائرس کے پھیلاؤ کو روکنے اور اپنی کمیونٹی اور این ایچ ایس کے تحفظ کے لیے لازمی طور پر عمل کرنا چاہیے۔

اپنے آپ کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنے کے لیے برائے مہربانی۔۔۔

جتنا زیادہ سے زیادہ ممکن ہو اُتنا گھر پر رہیں، صرف کام یا انتہائی ضروری کاموں (مثلاً خوراک کی خریداری، دوسروں کی دیکھ بھال) کے لیے گھر سے نکلیں۔

اپنے گھر سے باہر تمام اوقات میں لوگوں سے 2 میٹر دور رہیں

اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے کم از کم 20 سیکنڈ کے لیے دھوئیں یا ہینڈ سینیٹائزر (ہاتھوں کو جراثیم وغیرہ سے پاک کرنے والا کیمیائی مادہ) استعمال کریں

جب پبلک ٹرانسپورٹ پر یا کسی بھی محدود عوامی جگہ پر ہوں جس میں کام کی جگہ بھی شامل ہے تو ہمیشہ چہرے کو ڈھانپیں

leicester.gov.uk/coronavirus پر دی گئی کوروناوائرس سے متعلقہ معلومات سے اپنے آپ کو باخبر رکھیں

ਲੈਸਟਰ ਵਿੱਚ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ

ਲੈਸਟਰ ਵਿੱਚ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ (ਕੋਵਿਡ-19) ਦੇ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਟੈਸਟ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ, ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਅਤੇ NHS (ਐੱਨ.ਐੱਚ.ਐੱਸ.) ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਮਦਦ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਖੁਦ ਨੂੰ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ....

ਜਿੰਨਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋ ਸਕੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ, ਸਿਰਫ ਕੰਮ ਜਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ, ਖ਼ਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨ, ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ) ਲਈ ਹੀ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੋ।

ਹਰ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਤੋਂ 2 ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖੋ।

20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਧੋਵੋ ਜਾਂ ਹੱਥਾਂ ਦੇ ਸੈਨੇਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਜਨਤਕ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਜਾਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਸਮੇਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੀਮਤ (ਬੰਦ) ਜਨਤਕ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੂੰਹ ਢੱਕ ਕੇ ਰੱਖੋ

leicester.gov.uk/coronavirus 'ਤੇ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਂਦੇ ਰਹੋ

ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਸ ਨੂੰ ਲੱਛਣ ਹੋਏ ਸਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜਿੰਨਾ ਛੇਤੀ ਹੋ ਸਕੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਮੁੱਖਣ ਲੱਛਣ ਅੱਗੇ ਦਿੱਤੇ ਹਨ:

ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੁਖਾਰ

ਲਗਾਤਾਰ ਨਵੀਂ ਖਾਂਸੀ

ਸੁੰਘਣ-ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਨਾ ਰਹਿਣਾ

ਖਾਣ ਦਾ ਸਵਾਦ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ

ਆਪਣੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਬੁਕਿੰਗ ਕਰਵਾਓ:

nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test ’ਤੇ ਆਨਲਾਈਨ ਜਾ ਕੇ

119 ’ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਲਈ ਟੈਸਟ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਆਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ’ਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 7 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ 14 ਦਿਨ ਘਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

লেস্টারে করোনাভাইরাস

লেস্টারে করোনাভাইরাস (কোভিড-19) শণাক্তকৃত লোকদের সংখ্যা বাড়ছে।

করোনাভাইস ছড়ানো বন্ধ করা এবং আমাদের কমিউনিটি ও এন.এইচ.এস-কে রক্ষা করার জন্য আমাদের সকলকেই পদক্ষেপ নিতে হবে।

আপনার নিজেকে এবং অন্যদেরকে রক্ষা করার জন্য দয়া করে....

যতটুকু সম্ভব ঘরে থাকুন। শুধুমাত্র কাজে যাওয়া বা অত্যাবশ্যকীয় জিনিষের (খাদ্যদ্রব্য কেনার, অন্যদেরকে দেখাশোনা করার") জন্য ছাড়া অন্য কোনো কারণে ঘর থেকে বের হবেন না

আপনার পরিবারের বাইরের লোকদের থেকে সর্বদা 2 মিটার দূরে থাকবেন

নিয়মিতভাবে কমপক্ষে 20 সেকেন্ড আপনার হাত ধুয়ে নেবেন বা হ্যান্ড সেনিটাইজার ব্যবহার করবেন

পাবলিক ট্রান্সপোর্টে যাতায়াত করার সময় অথবা কর্মস্থলে সহ, জনসমাগমের সংকীর্ণ কোনো স্থানে সর্বদা মুখ ঢেকে রাখবেন।

লেস্টারে করোনাভাইরাস সম্পর্কে সমসাময়িক তথ্য এই ওয়েবসাইট থেকে জেনে নিন:
leicester.gov.uk/coronavirus

টেস্ট (পরীক্ষা) করিয়ে নিন

যদি আপনার মধ্যে করোনাভাইরাসের লক্ষণ দেখা দেয় অথবা আপনি যদি করোনাভাইরাসের লক্ষণ আছে এমন কারোর সংস্পর্শে গিয়ে থাকেন, তাহলে দয়া করে যত তাড়াতাড়ি সম্ভব টেস্ট করিয়ে নেবেন।

মনে রাখবেন, করোনাভাইরাসের প্রধান লক্ষণগুলো হলো:

খুব বেশি জ্বর (তাপ)

অনবরত নতুন কাশি

ঘ্রাণশক্তি না থাকা

মুখের স্বাদ চলে যাওয়া

আপনার টেস্ট বুক করুন:

অনলাইনে **nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test**

119-এ ফোন করে

যদি টেস্টে আপনার করোনাভাইরাস ধরা পড়ে, তবে আপনাকে অবশ্যই 7 দিন এবং আপনি যাদের সঙ্গে বাস করেন তাদেরকে 14 দিন ঘরে থাকতে হবে।

Koronafirus ka jira gudaha Leicester

Waxaa gudaha Leicester ku soo kordhey kuwa la baarey ee koronafirus (COVID-19) laga helay.

Waa inaan kuligeen sameynaa waxa aan ku joojin karno faafida koronafirus oo bulshadeena iyo NHS-teena ku badbaadin karno.

Si aad u badbaadiso naftaada iyo tan dadka kaleba

Guriga joog inta ugu badan ee aad karto, guriga uga bax keliyah shaqo ama wax lama huraan ah (sida cunto, dukaameysi, kuwo kale oo aad daryeeleyso).

Mar walba 2 mitir ka fogow dadka kale ee aan reerka hoygaaga aheyn

Gacmaha si joogto isaga dhaq ugu yaraan 20 ilbiriqsi ama isticmaal gacan nadiifiyaha

Mar walba wejiga xijaab ku xiro marka aad gaadiidka dadweynaha raaceyso ama aad dhex joogtid meel dadweynaha ka dhexeysey, oo ay goobaha shaqada ku jiraan

Wararka Koronafirus ka Leicester kala soco Leicester.gov.uk/coronavirus

Isbaar

Haddii aad isku arragto calaamadaha koronafirus ka ama aad isugu soo dhawateen qof calaamadaha koronafirus qaban, fadlan sida ugu dhaqsi badan ee aad karto isku baar.

Xusuuso, calaamadaha u muhiimsan ee koronafirus waa:

Qandho

Qufac cusub oo xiriir ah

Wax urin la'aan

Wax dhadhaminta la'aan

Baaritaan buug-gareyso:

Online-ka **nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test**

wac 119

Haddii lagu baaro oo koronafirus lagaa helo, waa inaad guriga joogtaa ugu yaraan 7 beri oo dadka aad la nooshahayna guriga joogaan mudo 14 beri ah.

Koronawirus w Leicester

W Leicester zwiększyła się ilość osób, u których wynik w kierunku koronawirusa (COVID-19) był pozytywny.

Wszyscy musimy podjąć kroki, aby pomóc w zatrzymaniu rozprzestrzeniania się koronawirusa oraz chronić naszą społeczność i Służbę Zdrowia NHS.

Aby chronić siebie i innych, prosimy….

Zostań w domu tak często, jak to możliwe, wychodząc tylko do pracy lub w koniecznych sytuacjach (np. zakupy spożywcze, opieka nad innymi).

Przez cały czas będąc poza domem przebywaj w odległości 2 metrów od innych osób.

Myj ręce regularnie przynajmniej przez 20 sekund lub korzystaj ze środka do dezynfekcji rąk.

Zawsze noś maseczkę, kiedy korzystasz z transportu publicznego lub przebywasz w zamkniętym miejscu publicznym, łącznie z miejscem pracy.

Bądź na bieżąco z informacjami o koronawirusie sprawdzając stronę leicester.gov.uk/coronavirus

Poddaj się testowi

Jeżeli masz objawy koronawirusa lub doszło do bliskiego kontaktu z kimś, kto miał objawy, prosimy poddaj się testowi jak najszybciej.

Pamiętaj, że główne objawy koronawirusa to:

Wysoka temperatura

Nowy ciągły kaszel

Utrata węchu

Utrata smaku

Umów się na test

w Internecie na stronie **nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test**

dzwoniąc pod numer 119

Jeżeli test na koronawirusa będzie pozytywny, musisz pozostać w domu przynajmniej przez 7 dni, a osoby, z którymi mieszkasz powinny zostać w domu przez 14 dni.

Koronavírus v meste Leicester

V meste Leicester došlo k nárastu počtu osôb pozitívne testovaných na koronavírus (COVID-19).

Všetci musíme konať, aby sme zabránili šíreniu koronavírusu, chránili našu komunitu a štátne zdravotníctvo (NHS).

Aby ste chránili seba a ostatných….

Zostaňte doma v maximálnej možnej miere; von z domu vychádzajte len za prácou alebo inými nevyhnutnými vecami (napr. nákup potravín, starostlivosť o iných).

Vždy udržujte vzdialenosť 2 metre od ľudí mimo vašej domácnosti.

Pravidelne si umývajte ruky po dobu aspoň 20 sekúnd alebo používajte sanitizér (dezinfekčný gél) na ruky.

Vo verejnej doprave alebo v akomkoľvek uzavretom verejnom priestore, vrátane pracovísk, noste vždy rúško.

Sledujte aktuálne informácie o koronavíruse na stránke leicester.gov.uk/coronavirus.

Dajte sa otestovať

Ak máte príznaky koronavírusu alebo ste boli v úzkom kontakte s niekým, kto má príznaky, dajte sa čo najskôr otestovať.

Pamätajte, že hlavnými príznakmi koronavírusu sú:

vysoká teplota

nepretržitý, nový kašeľ

strata čuchu

strata chuti

Test si rezervujte:

on-line na stránke nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test

zavolajte na číslo 119

Ak by bol váš test na koronavírus pozitívny, musíte zostať doma po dobu aspoň 7 dní a ľudia, s ktorými bývate by mali zostať doma po dobu 14 dní.

लेस्टर में कोरोनावायरस

लेस्टर में कोरोनावायरस (कोविड -19) से संक्रमित लोगों की संख्या में वृद्धि हुई है।

हम सभी को कोरोनावायरस को फैलने से रोकने में, अपने समुदाय और एन.एच.एस की रक्षा करने में मदद करने के लिए कार्यवाही करनी चाहिए।

अपने आप को और दूसरों को सुरक्षित रखने के लिए कृपया...

जितना हो सके घर पर रहें, केवल काम पर जाने या आवश्यक कामों के लिए ही घर से निकलें (जैसे भोजन की ख़रीददारी, दूसरों की देखभाल)

अपने घर के बाहर के लोगों से हर समय 2 मीटर की दूरी बनाए रखें

अपने हाथों को कम से कम 20 सेकंड तक नियमित रूप से धोएं या हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग करें

सार्वजनिक परिवहन या कार्यस्थलों सहित किसी भी बंद-नुमा व भीड़-भरे सार्वजनिक स्थान पर हमेशा चेहरा ढंक कर रखें

कोरोनोवायरस सम्बंधित ताज़ी जानकारी leicester.gov.uk/coronavirus पर पाएं

परीक्षण करवाएं

यदि आपको कोरोनावायरस के लक्षण हैं या आप किसी ऐसे व्यक्ति से निकटीय संपर्क में हैं, जिसे लक्षण हैं, तो कृपया जल्द से जल्द जांच करवाएं।

याद रखें कि कोरोनावायरस के मुख्य लक्षण हैं:

तीव्र तापमान

लगातार जारी नई खांसी

सूंघने की क्षमता में कमी

स्वाद के अनुभव में कमी

अपना परीक्षण बुक करें:

ऑनलाइन nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test पर

फ़ोन मिला कर 119 पर

यदि जांच होने पर आप कोरोनावायरस से संक्रमित पाए जाते हैं, तो आपके लिए घर पर कम से कम 7 दिनों के लिए रहना अनिवार्य है और जिन लोगों के साथ आप रहते हैं, उन्हें 14 दिनों के लिए घर पर रहना चाहिए।

CORONAVIRUS

PROTECT YOURSELF & OTHERS

Keep up to date on coronavirus information at:
leicester.gov.uk/coronavirus