

کورونا وائرس حالے وی ساڈے نال ای اے اتے اپنے آپ نوں بچاؤن لئی، دوجیاں نوں بچاؤن لئی اتے Norfolk نوں بچاؤن لئی ساڈے ساریاں لئی اپنا کردار نبھاؤنا لازمی اے

سب توں پہلاں، اسیں ایس موقعے نوں ساڈے وسیب نوں بچاؤن وچ اپنا کردار نبھاؤن لئی تہانوں 'مہربانی' آکھن لئی ورتنا چاہواں گے۔ پچھلے کجھ مہینیاں وچ، Norfolk دے واسیاں نے کورونا وائرس دے کھلار نوں ڈکن وچ ہتھ وندناؤن لئی بڑیاں قربانیاں دتیاں نیں۔ گھر وچ ای رہنا اتے سماجی طور تے دوری رکھنا سوکھا نہیں رہیا اتے اسیں تہاڈے اپر الیاں لئی شکرگزار ہاں۔

ہرکھ والی گل اے، Norfolk دے بہت سارے واسی پہلاں ای ایس وائرس ہتھوں آپنیاں جاناں گوا چکے نیں، اتے جے تسیں اپنے گھر دے جیاں، یاں یاراں دوستان نوں گوا بیٹھے او تے ساڈیاں ہمدردیاں تہاڈے نال نیں۔

کیونجے 'لاک ڈاؤن' ہولا ہو گیا ہے، سانوں لازمی چیتے رکھنا چاہیدا اے پئی کورونا وائرس حالے وی ساڈے نال ای اے

ایہہ اہم اے پئی اسیں اپنے آپ نوں اتے دوجیاں نوں انفیکشن توں محفوظ رکھنا جاری رکھیے اتے وباء دے ہور کھلار نوں ڈکن لئی رل کے کم کریئے۔

NHS اتے Public Health England (پبلک ہیلتھ انگلینڈ) نال رل کے اسیں ایہہ ہتھلا پرچہ تیار کیتا اے۔ ایہدے وچ ایس بارے ساری دی ساری جانکاری دتی ہوئی اے پئی اپنے آپ نوں اتے دوجیاں نوں کیویں بچاؤنا اے، اتے Norfolk وچ کورونا وائرس دے کھلار نوں کیویں ڈکنا اے۔ مہربانی کر کے ایس پرچے نوں دھیان نال پڑھو اتے بھلک دے حوالے واسطے ایہنوں سانہہ کے رکھو۔

آپنے وسیبیاں نوں محفوظ رکھنا

ساڈے ساریاں لئی محفوظ رہن دا سب توں ودھیا طریقہ اوہ سارے کم کرنا جاری رکھنا اے جیہڑے اسیں ہن تیکر وائرس دے کھلار نوں ڈکن وچ مدد لئی کردے رہے اں - اپنے ہتھانوں باقاعدگی نال صابن اتے پانی نال دھونا، دوجیاں نالوں اک محفوظ دوری تے رہنا اتے بھیڑ لاؤن توں و لاؤنا، کھنگھن اتے نچھ مارن ویلے ٹشوز / کھنیاں ورتنا، اتے جتھے ڈھکواں ہووے، منہ نوں ڈھکن والیاں شیواں ورتنا۔

ہر اوہ جی جیہدے وچ روگ دیاں نشانیاں نیں اوہ ٹیسٹ کروا سکدا اے

اسیں محفوظ ڈھنگ نال لاک ڈاؤن توں باہر آ سکدے اں جیکر سانوں پتہ ہووے پئی Norfolk وچ وائرس کتھے اے۔

جے تہاڈے وچ یاں تہاڈے گھر دے کسے جی وچ روگ دیاں بیٹھلیاں نشانیاں وچوں کوئی وی نشانی اے - تیز تاپ، لگاتار کھنگھ، سُنگھن اتے چکھن دی حس گواچ جانا - تاں ایہہ بہت اہم اے پئی تسیں گھر وچ اکلے ہو جاؤ اتے کھڑے پیر ٹیسٹ کرواؤ۔

اک ٹیسٹ بُک کرواؤن لئی 119 تے کال کرو یاں www.nhs.uk/coronavirus تے جاؤ

آپنے آپ نوں بچاؤ۔ دوجیاں نوں بچاؤ۔ NORFOLK نوں بچاؤ۔

جیکر تہانوں اکلاپے وچ جاون دی لوڑ اے تان کیہ کرنا اے ایس بارے ہور جانکاری لئی مہربانی کر کے اپنا پرچہ ویکھو۔ جیکر گھر وچ اکلاپے وچ جاون لئی تہانوں مدد دی لوڑ اے ، تان مہربانی کر کے 0344 800 8020 تے کال کرو۔

سانوں آس اے پئی ایہہ چٹھی نتارا کر دیوے گی پئی اسیں سارے وائرس دے کھلار نوں ڈکن وچ کیویں ہتھ وندھا سکدے آن۔ اسیں تہانوں یقین دوا سکدے ہاں پئی Norfolk Outbreak Control Team تہانوں محفوظ رکھن لئی ہورناں ستھان دے نال رل کے جی جان نال کم کر رہی اے۔ اوہ صورتحال نوں بڑے گوہ نال ویکھن گے تان جے، جتھے وی کیسز ہوں، اسیں کورونا وائرس دے کھلار نوں ڈک سکئیے۔

حالے تیکر، اسیں اک کاؤنٹی دے طور تے چنگا مقابلہ کیتا اے، ایس لئی اپنے علاقیاں نوں، اپنے ٹبراں نوں اتے اپنے سجناں بیلیاں نوں محفوظ اتے تندرست رکھن لئی چلو رل کے جی جان نال کم کرنا جاری رکھیے۔

Norfolk نوں محفوظ رکھن وچ ہتھ ونداون لئی اک واری فیر مہربانی۔

Cllr Andrew Proctor
Leader of Norfolk County Council
Chair of the Norfolk Covid-19
Engagement Board

Dr S.J. Louise Smith, MB, ChB, PhD, FFPH
Director of Public Health
Norfolk County Council

جے تہانوں ایہہ دستاویز وڈے پرنٹ وچ، آڈیو وچ، بریل تے، اک وٹاویں صورت وچ یاں کسی ہور بولی وچ چاپیدی اے، تان مہربانی کر کے کسٹمر سروسز نوں 0344 800 8020 تے کال کرو، ٹیکسٹ ریلے لئی، 0344 800 8020 18001 تے کال کرو (ٹیکسٹ فون) اتے اسیں تہاڈی مدد کرن لئی پورا واہ لاواں گے۔



آپنے آپ نوں بچاؤ۔ دوجیاں نوں بچاؤ۔ NORFOLK نوں بچاؤ۔