



COMUNE DI RAVENNA
ASSESSORATO ALL'IMMIGRAZIONE



TERRA MIA COOP. SOCIALE

کو رونا وائرس کے تخفیف پر قابو پانے کے لئے روک تھام کے اقدامات

عوامی مقامات پر لوگوں کے جمع کرنے کی کسی بھی شکل کو روکیں یا عوام کے لئے کھلا ہوں

کسی بھی تحریک سے گریز کریں ، سوائے اس کے کہ کام کرنے کی ضروریات یا صحت کی وجوہات کی تقلید کی صورتحال سے متاثر ہو (چیک کے معاملے میں ، اپنی ذمہ داری کے تحت ایک **autocertificazione di muoversi** پیش کرنا ہوگا)۔ آپ کو گھر میں ہی ممکنہ طور پر رہنا چاہئے (دوست اور رشتہ داروں کو شامل کرنا)

اگر آپ کو سانس کے انفیکشن اور بخار کی علامات ہیں (**37.5 ° C** سے زیادہ) آپ کو **pronto soccorso** جانے کی ضرورت نہیں ہے اور اپنے ڈاکٹر کی طرف بھی نہیں جانا ہے لیکن یہ آپ کے گھر پر رہنے اور معاشرتی رابطوں کو زیادہ سے زیادہ حد تک محدود رکھنے کی سفارش کرتا ہے۔ آپ کو اپنے اپنے ڈاکٹر یا **800033033** یا **112** پر کال کرنا چاہئے

کوائنٹین پیمائش یا وائرس کے مثبت نتائج سے مشروط لوگوں کے گھر یا گھر سے نقل و حرکت کا مطلق ممنوعہ ہے

سینیٹری اقدامات

اکثر اپنے ہاتھ دھوئے۔ شدید سانس کے انفیکشن میں مبتلا افراد سے قریبی رابطے سے گریز کریں۔

گلے ملنے اور مصافحہ سے پرہیز کریں

کم سے کم ایک میٹر کا باہمی فاصلہ رکھتے ہوئے ،

سماجی رابطہ ، برقرار رکھیں۔ سانس کی حفظان صحت (چھینکنے اور یا رومال میں کھانسی سے سانس کی رطوبتوں کے ساتھ ہاتھ سے رابطے سے گریز)۔

بوتلوں اور گلاسوں کے زبردست استعمال سے گریز کریں۔

اپنی آنکھوں ، ناک اور منہ کو اپنے ہاتھوں سے مت چھونا۔

اگر آپ کو چھینک آتی ہے یا کھانسی ہو تو اپنے منہ اور ناک کو ڈھانپیں۔

کلورین یا الکحل پر مبنی جراثیم کش اشیاء سے سطحوں کو صاف کریں۔