

कृपया पुस्तिका को ध्यान से पढ़ें
और अगर जरूरत हो तो

कृपया कॉल करें

SNS 24

808 24 24 24

और अपनी हाल ही की यात्रा के बारे में बताएँ और
क्या आप किसी संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में
आये हैं?

अधिक जानकारी के लिए, देखें

<https://pt-pt.facebook.com/ACMigracoes/>

या प्रवासी मदद नंबर पर कॉल करें

808 257 257 OR (+351) 21 810 61 91

हम मदद कर सकते हैं!

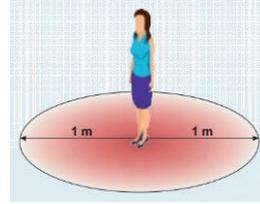


COM A COLABORAÇÃO

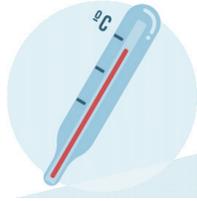


कोरोना वायरस (कोविद-19)

अगर आप किसी संक्रमित क्षेत्र से वापस लौटे हैं, या आप कोरोना वायरस (कोविद-19) संक्रमित किसी व्यक्ति के संपर्क में आये हैं, तो कृपया अगले 14 दिनों के दौरान सचेत रहें:



दूसरों के संपर्क में
आने से बचें



दिन में दो बार अपने शरीर
का तापमान जाँचें और
दर्ज करें

निम्न में से कोई भी लक्षण दिखें तो,
SNS 24 संपर्क करें:



खाँसी



बुखार



साँस लेने में कठिनाई

खुद की और दूसरों की रक्षा करें



छींक या खाँसी आने पर अपनी नाक और
मुँह को किसी कागज से या अपनी बाँह से
ढक लें, इस्तेमाल किये गए कागज को कूड़े
में फेंक दें।



अपने हाथों को नियमित रूप से कम से कम
20 सेकंड जरूर साबुन और पानी से धोएँ या
अल्कोहल आधारित किसी घोल का
इस्तेमाल करें।



दरवाजे के हैंडल, रेलिंग और जिन भी चीजों
को आप बार-बार छूते हैं, उन्हें धोएँ और
निःसंक्रमित करें

READ THE LEAFLET CAREFULLY AND IF NEEDED

PLEASE CALL

SNS 24 
808 24 24 24

AND REPORT YOUR RECENT TRIP AND
WHETHER YOU CAME IN CONTACT WITH
SOMEONE INFECTED

TO HAVE MORE INFORMATION VISIT

<https://pt-pt.facebook.com/ACMigracoes/>

OR CALL TO Migrants Support Line

 808 257 257 OR (+351) 21 810 61 91

WE CAN HELP!

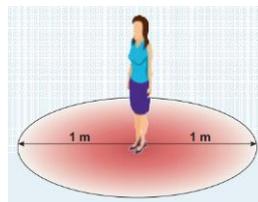


Com a colaboração



CORONAVIRUS (COVID-19)

If you returned from an affected area, or if you
been in contact with someone infected with
the Coronavirus (COVID-19), **please be alert for
the next 14 days:**



**AVOID CONTACT
WITH OTHER PEOPLE**

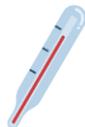


**MEASURE AND
REGISTER YOUR
BODY TEMPERATURE
2 TIMES A DAY**

If you develop any of the following symptoms,
contact SNS 24:



COUGH



FEVER



DIFFICULTY IN BREATHING

PROTECT YOURSELF AND OTHERS



**WHEN COUGHING OR SNEEZING
COVER YOUR MOUTH AND NOSE
WITH YOUR FOREARM OR WITH
TISSUE PAPER THAT SHOULD BE
PLACED IMMEDIATELY IN THE BIN**



**FREQUENTLY WASH YOUR HANDS
WITH SOAP AND WATER OR USE
AN ALCOHOL-BASED SOLUTION**



**WASH AND DISINFECT DOOR
HANDLES, HANDRAILS AND THE
SURFACES YOU TOUCH
FREQUENTLY**