

घर पर रहना - इसका क्या मतलब है

आपको क्या करना चाहिए

हम इस समय स्तर 3 पर हैं, लेकिन स्तर 4 पर जाने की तैयारी कर रहे हैं।

आप के लिए इसका मतलब यह है कि न्यूज़ीलैंडवासी जो जरूरी सेवाओं से बाहर हैं उन्हें घर पर ही रहना चाहिए और अपने घर के लोगों के अलावा दूसरों के साथ सभी मेलजोल बंद कर देना चाहिए।

हम जानते हैं कि हम आपसे यह एक बहुत बड़ी अपेक्षा कर रहे हैं। इस बीमारी का उन्मूलन लोगों के स्वास्थ्य की रक्षा और यह सुनिश्चित करने के लिए जरूरी है कि हमारी स्वास्थ्य प्रणाली बीमार हो जाने वाले न्यूज़ीलैंडवासियों को संभाल सकती है और उनकी देखभाल कर सकती है।

आप घूमने या एक्सरसाइज (कसरत) के लिए जा सकते हैं और प्रकृति का आनंद ले सकते हैं, लेकिन हर समय लोगों से 2 मीटर की दूरी बनाए रखें। आप अपने बच्चों को बाहर ले जा सकते हैं।

भोजन हमेशा उपलब्ध रहेगा - उत्पादन जारी रहेगा, वितरण जारी रहेगा, सुपरमार्केट खुली रहेंगी। आपके पास हमेशा भोजन की सुविधा होगी।

दवाईयां हमेशा उपलब्ध होंगी।

जिनको जरूरत होगी उनके लिए हैल्थकेयर (स्वास्थ्य सेवा) उपलब्ध होगी।

आपकी सामान्य फाइनेंशियल सपोर्ट (आर्थिक सहायता), जैसे कि बेनिफिट्स (भत्ता), सामान्य रूप से जारी रहेगा।

याद रखें कि आप जो भी करें वह एकांत में या अकेले में होना चाहिए। हम आपसे कह रहे हैं कि आप केवल उन लोगों के साथ समय बिताएं जिनके साथ आप सैल्फ-आइसोलेशन (आत्म-अलगाव) में हैं, और बाकी सभी लोगों से अपनी दूरी बनाए रखें।

हमें न्यूज़ीलैंड की रक्षा करने और COVID-19 को समाप्त करने के लिए आपकी सहायता की जरूरत है। एन्फोर्समेंट (लागू करने वाले) उपायों का उपयोग यह सुनिश्चित करने के लिए किया जा सकता है कि अब से, हर कोई एक साथ मिलकर काम करता है।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

Unite
against
COVID-19

मुझे आर्थिक सहायता कहाँ से मिल सकती है?

अपडेट किए गए पैकेज का विस्तार करके सरकार इन परिवर्तनों के जरिए न्यूज़ीलैंडवासियों की सहायता करने के लिए काम कर रही है। अब हमने अपनी प्रतिक्रिया (जवाब) को बढ़ा दिया है। इसमें निम्न शामिल हैं:

- वेतन सब्सिडी योजना
- छुट्टी और सैल्फ-आइसोलेशन (आत्म-अलगाव) सहायता
- व्यापार कैश फ्लो (नकदी प्रवाह) और टैक्स उपाय।

आपकी सामान्य फाइनेंशल सपोर्ट (आर्थिक सहायता), जैसे कि बेनिफिट्स (भत्ता), सामान्य रूप से जारी रहेगा।

COVID-19 सपोर्ट के बारे में अधिक जानकारी के लिए Work and Income (वर्क एन्ड इनकम) वेबसाइट पर जाएं: [यहाँ](#)

आवश्यक व्यवसाय (जरूरी कारोबार)

न्यूज़ीलैंड में गैर-जरूरी कारोबारों का बंद होना जरूरी है। सभी बार, रेस्तरां, कैफे, जिम, सिनेमा, [स्वीमिंग] पूल, म्यूज़ियम, लायब्रेरी, खेल के मैदान और कोई भी अन्य जगह जहां पब्लिक (जनता) इकट्ठा होती है, उन्हें अपना आमने-सामने का क्रिया कलाप बंद कर देना चाहिए।

जरूरी कारोबार, और जो उनको सपोर्ट (सहारा देते) करते हैं, वे सभी न्यूज़ीलैंड में हर किसी के लिए जीवन की जरूरतों का सामान प्रदान करना जारी रखेंगे।

इसका मतलब है भोजन, दवाई, हेल्थकेयर (स्वास्थ्य सेवा), ऊर्जा (बिजली, गैस), ईंधन, कूड़ा-हटाना, इंटरनेट और आर्थिक सहायता का उपलब्ध होना जारी रहेगा।

क्यों?

ये कदम न्यूज़ीलैंडवासियों को सुरक्षित रखने के लिए बीमारी के फैलाव को रोकने के बारे में हैं, जबकि इसके साथ ही महत्वपूर्ण सेवाएं भी प्रदान करते हैं।

बीमारी को रोकने के लिए लोगों को घूमने-फिरने से रोकने की जरूरत होती है ताकि वह फैल ना सके।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against
COVID-19**

आवश्यक व्यवसाय (जरूरी कारोबार) क्या हैं?

एक प्रारंभिक सूची और जरूरी सेवाओं के बारे में गाइडेंस (मार्गदर्शन) बहुत जल्दी ही प्रकाशित किया जाएगा। यह सूची समय के साथ-साथ विकसित हो सकती है क्योंकि हमारी प्रतिक्रिया (जवाब) को अभी विकसित होने की जरूरत है।

इन व्यवसायों का काम जारी रहेगा, लेकिन कर्मचारियों को सुरक्षित रखने के लिए काम करने के वैकल्पिक तरीके जारी करने पड़ेंगे, जिनमें शिफ्ट आधारित काम, खाने के ब्रेक के समयों को बांटना, छुट्टी की व्यवस्था में लचीलापन और शारीरिक दूरी रखना शामिल होंगे।

हम इस बारे में सवालियों के जवाब देने में मदद करने के लिए एक कॉल सेंटर और मुफ्त 0800 नंबर स्थापित कर रहे हैं। जैसे ही यह स्थापित होगा, हमारी वेबसाइट को अपडेट कर दिया जाएगा।

प्रत्येक क्षेत्र के लिए अधिक विशिष्ट जानकारी को शीघ्र ही प्रकाशित किया जाएगा।

गैर-जरूरी व्यवसाय (कारोबार)

गैर-जरूरी कारोबारों को अब बंद करना होगा। सभी बार, रेस्तरां, कैफे, जिम, सिनेमा, [स्वीमिंग] पूल, म्यूज़ियम, लायब्रेरी, खेल के मैदान और किसी भी अन्य जगह जहां पब्लिक (जनता) इकट्ठा होती है, उन्हें अपना आमने-सामने का काम बंद कर देना चाहिए।

अगले 48 घंटे में हम जैसे ही स्तर 4 पर बढ़ते हैं, टेकअवे सेवाओं को अपने संचालन (काम) को बंद करने के लिए कदम उठाने चाहिए।


शारीरिक दूरी रखने का मतलब है कर्मचारियों और पब्लिक (जनता) के लिए दो मीटर की दूरी, हाथों की स्वच्छता और सफाई बनाए रखना बहुत जरूरी है। मेहमानों का पूरा विवरण रखना और अगर वे बीमार हैं तो उन लोगों को दूर रखने की जरूरत है।

जरूरी कारोबार, और जो उनको सपोर्ट (सहारा देते) करते हैं, वे सभी न्यूजीलैंड में हर किसी के लिए जीवन की जरूरतों का सामान प्रदान करना जारी रखेंगे। इसका मतलब है भोजन, हैल्थकेयर (स्वास्थ्य सेवा), ऊर्जा (बिजली, गैस), इंटरनेट, कूड़ा-हटाना, इंटरनेट और आर्थिक सहायता हमेशा उपलब्ध होगी।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against
COVID-19**



हमें न्यूज़ीलैंड की रक्षा करने और COVID-19 को समाप्त करने के लिए आपकी सहायता की जरूरत है। एन्फोर्समेंट (लागू करने वाले) उपायों का उपयोग यह सुनिश्चित करने के लिए किया जा सकता है कि अब से, हर कोई एक साथ मिलकर काम करता है।

मुझे आर्थिक सहायता कहां से मिल सकती है?

अपडेट किए गए पैकेज का विस्तार करके सरकार इन परिवर्तनों के जरिए न्यूज़ीलैंडवासियों की सहायता करने के लिए काम कर रही है। अब हमने अपनी प्रतिक्रिया (जवाब) को बढ़ा दिया है। इसमें निम्न शामिल है:

- वेतन सब्सिडी योजना
- छुट्टी और सैल्फ-आइसोलेशन (आत्म-अलगाव) सहायता
- व्यापार कैश फ्लो (नकदी प्रवाह) और टैक्स उपाय।

आपकी सामान्य फाइनेंशियल सपोर्ट (आर्थिक सहायता), जैसे कि बेनिफिट्स (भत्ता), सामान्य रूप से जारी रहेगा।

COVID-19 सपोर्ट के बारे में अधिक जानकारी के लिए Work and Income (वर्क एन्ड इनकम) वेबसाइट पर जाएं: [यहाँ](#)

क्यों ?

ये कदम न्यूज़ीलैंडवासियों को सुरक्षित रखने के लिए बीमारी के फैलाव को रोकने के बारे में हैं, जबकि इसके साथ ही महत्वपूर्ण सेवाएं भी प्रदान करते हैं।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

Unite
against
COVID-19

समारोह (इक्ट्ठा होना) रद्द

सारे इनडोर (अन्दर) और आउटडोर (बाहर) समारोह अब आयोजित नहीं किए जा सकते।

इनमें जरूरी कारोबार करने वालो लोगों के कार्यस्थल शामिल नहीं हैं।

ये जरूरतें जन्मदिन, अंतिम संस्कार, टांगी (माओरी अंतिम संस्कार) या शादियों जैसे पारिवारिक और सामाजिक समारोहों पर लागू होती हैं। इन समारोहों को अब आयोजित नहीं किया जा सकता है।

हम आपसे केवल उन लोगों के साथ समय बिताने के लिए कह रहे हैं जिनके साथ आप आत्म-अलगाव में हैं, और अन्य सभी से हर समय अपनी दूरी बनाए रखें।

शिक्षा

सभी स्कूल और अर्ली चाइल्डहुड एजुकेशन (ईसीई) सेंटर बंद हो जाएंगे।

स्कूल सभी अभिभावकों को सीधे जानकारी प्रदान करेंगे कि उनके लिए इसका क्या मतलब है।

डॉक्टर, नर्स, एम्बुलेंस ड्राइवर और पुलिस - जैसे जरूरी कामगारों के बच्चे - अभी भी अगले 48 घंटे तक स्कूल या अर्ली चाइल्डहुड सेंटर जा सकते हैं। इन परिवारों के लिए, इसके बाद बुधवार के अंत से स्कूल बंद कर दिए जाएंगे।

आगामी स्कूल टर्म ब्रेक को सोमवार, 30 मार्च से शुरू करने के लिए आगे लाया जाएगा। इस सप्ताह के शेष समय के लिए और टर्म ब्रेक के दौरान, स्कूल ऑनलाईन और दूरी के माध्यम से, शिक्षण देने के तरीकों की स्थापना करेंगे।

अगले 48 घंटों में खुले रहने वाले शिक्षा प्रदाता उचित सार्वजनिक स्वास्थ्य उपाय लागू करेंगे- जिनमें दो मीटर की शारीरिक दूरी और संपर्क ट्रेसिंग शामिल है। हमेशा की तरह, जो भी अस्वस्थ है, उसे स्कूल में नहीं होना चाहिए।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

Unite
against
COVID-19

हैल्थकेयर तक कैसे पहुंचें

अगर आपको डॉक्टर या अन्य चिकित्सा पेशेवर देखने की जरूरत है तो आपको पहले फोन करना होगा।

व्यक्ति से व्यक्ति संपर्क द्वारा बीमारी फैलने के किसी भी खतरे को रोकने के लिए अधिकांश परामर्श फोन (या वीडियो कांफ्रेंसिंग द्वारा) पर होगा।

अगर एक फेस टू फेस (आमने-सामने) मीटिंग जरूरी है, तो आपके डॉक्टर या अन्य चिकित्सा पेशेवर आपके साथ इसका आयोजन करेंगे।

मुझे मेडिकल एडवाइस (चिकित्सा सलाह) कब लेनी चाहिए?

अगर आप COVID-19 के किसी भी लक्षण को अनुभव कर रहे हैं और उसके बारे में चिंतित हैं, तो कृपया **0800 358 5453** नम्बर पर **हैल्थलाइन** या अपने डॉक्टर से (मुफ्त) संपर्क करें।

Covid19 के लक्षणों को Covid19 की वेबसाइट पर यहां पाया जा सकता है

<https://covid19.govt.nz/resources-and-translation/translations/>

क्या मैं चेतावनी स्तर 3 या 4 के दौरान चिकित्सा (इलाज) के लिए अपना घर छोड़ सकता/सकती हूँ?

अगर आपको किसी भी चिकित्सा सहायता की जरूरत है, तो आपको पहले अपने डॉक्टर या अस्पताल को फोन करना होगा।

स्वास्थ्य और चिकित्सा सुविधाओं को एक आवश्यक सेवा के रूप में मान्यता दी गई है और ये स्तर 4 लॉकडाउन में भी खुली रहेंगी।

अगर आपको तत्काल सहायता की जरूरत है, तो आपातकालीन सेवाओं (डायल 111) से संपर्क करें।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

Unite
against
COVID-19

में हैल्थलाइन/अपने स्थानीय डॉक्टर से सम्पर्क नहीं बना पा रहा/रही हूँ।

कई न्यूज़ीलैंडवासी मदद और सलाह की मांग कर रहे हैं, लेकिन यह जरूरी है कि हैल्थलाइन और जीपी (डॉक्टरों) की फोन लाइनों को मुक्त रखा जाए ताकि जिन्हें चिकित्सा सलाह की जरूरत है वे फोन द्वारा उनसे सम्पर्क कर सकें।

जरूरत होने पर जितनी जल्दी हो सकेगा उतनी जल्दी लोगों की सहायता के लिए हर संभव कोशिश की जाएगी।

कृपया हैल्थलाइन या अपने जीपी (डॉक्टर) को केवल तभी फोन करने की कोशिश करें जब आपको चिकित्सा सहायता की जरूरत हो। अगर आपकी फोनकॉल सीधे चिकित्सा सहायता से संबंधित नहीं है, तो आप [covid19.govt.nz](https://www.covid19.govt.nz) पर अपने सवालों के जवाब खोज सकते हैं।

अगर आपको तत्काल सहायता की जरूरत है, तो आपातकालीन सेवाओं (111 डायल करें) से संपर्क करें।

अगर मुझे अपनी नियमित दवा को दोहराने के नुस्खे की जरूरत है तो मुझे क्या करना चाहिए?

आपके डॉक्टर के पास डॉक्टर को आमने-सामने देखे बिना एक नुस्खा प्राप्त करने के तरीके होंगे। कृपया अधिक जानकारी के लिए अपने डॉक्टर को फोन करें।

फार्मेशियों को एक आवश्यक सेवा के रूप में मान्यता दी गई है, यहाँ तक कि स्तर 4 में भी वे खुली रहेंगी।

अगर आपको अपनी स्थानीय फार्मसी में जाने की जरूरत है, तो यह सुनिश्चित करने के लिए कि आप स्टोर के अन्दर जा सकते हैं, उन्हें पहले फोन करें। अगर आप एक खतरे वाले ग्रुप में हैं तो आपको अपनी दवाएं लाने के लिए किसी और से कहने की जरूरत हो सकती है।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against
COVID-19**

अगर मुझे खतरा है, प्रतिरक्षा से समझौता किया गया है या मेरे घर में किसी को खतरा है तो मुझे क्या करना चाहिए?

आप हाई-रिस्क (उच्च जोखिम) हैं अगर:

- 70 से ज्यादा उम्र के लोगों को अक्सर सांस के मुद्दों समेत, बुनियादी स्वास्थ्य मुद्दे होते हैं जो उन्हें और COVID-19 के प्रति और ज्यादा असुरक्षित बना देते हैं।
- कुछ मेडिकल हालातों वाले लोग: बुनियादी मेडिकल कन्डीशन्स (चिकित्सा स्थितियां) आपको COVID-19 के लिए अधिक असुरक्षित बना सकती हैं। विशेष रूप से, सांस की हालत वाले लोग, जैसे कि सीओपीडी (क्रोनिक ऑब्सट्रक्टिव पल्मोनरी डिजीज/चिरकालिक फेफड़ों सम्बन्धी बाधक बीमारी), दिल की हालत या बीमारी, उच्च रक्तचाप, गुर्दे की समस्या और मधुमेह।
- कैंसर और ब्लड कन्डीशन (रक्त की स्थिति) के लिए इलाज के दौर से गुजरते लोग: कैंसर और ब्लड कन्डीशन के लिए उपचार लोगों की प्रतिरक्षा प्रणाली को प्रभावित करते हैं, यह उन्हें COVID-19 के लिए और अधिक असुरक्षित बनाता है।
- गर्भवती महिलाएं: स्वास्थ्य विशेषज्ञों को अभी तक यह पता नहीं है कि COVID-19 गर्भवती महिलाओं को अन्य लोगों की तरह ही प्रभावित कर रहा है या नहीं। हालांकि, गर्भवती महिलाएं अपने शरीर में परिवर्तनों का अनुभव कर सकती हैं जिनसे कुछ संक्रमणों से उनके लिए खतरा बढ़ सकता है।
- हैल्थकेयर (स्वास्थ्य देखभाल) के लिए आसानी से बिना पहुंच वाले लोग

न्यूजीलैंड के कुछ समुदायों के लिए, उनके जीवन के अन्य पहलुओं का मतलब हो सकता है कि वे भी खतरे में हैं। इसमें शामिल है:

- एज्ड केयर (वृद्ध देखभाल सुविधाओं) के निवासी: वृद्ध देखभाल सुविधाएं इस तरह वायरस के तेजी से संचरण (फैलाव) के लिए अतिसंवेदनशील होते हैं। निवासी अपनी उम्र के कारण बीमारियों के लिए अतिसंवेदनशील होते हैं और उन्हें अधिक बुनियादी स्वास्थ्य मुद्दों के होने की संभावना होती है।

अगर आपको एक रिस्क (खतरे) वाले व्यक्ति के साथ रहना जरूरी है, और अपने स्वास्थ्य की रक्षा करने के तरीके के बारे में जानकारी चाहते हैं तो यहां स्वास्थ्य मंत्रालय की वेबसाइट पर जाएं

<https://www.health.govt.nz/our-work/diseases-and-conditions/covid-19-novel-coronavirus/covid-19-novel-coronavirus-health-advice-general-public/covid-19-self-isolation>

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

Unite
against
COVID-19

सार्वजनिक परिवहन और यात्रा

न्यूजीलैंड में यात्रा में बदलाव आएगा। हम सभी से देश भर में COVID-19 को रोकने में सहायता के लिए अपने आवागमन को सीमित करके हमारी मदद करने के लिए कह रहे हैं।

सार्वजनिक परिवहन केवल आवश्यक सेवाओं में काम कर रहे लोगों, चिकित्सा कारणों के लिए, और सुपरमार्केट जाने के लिए उपलब्ध होगा।

आवश्यक वस्तुओं के परिवहन के लिए फेरी (नौका) सेवाएं, सड़क और रेलगाड़ी अभी भी उपलब्ध होंगी।

निजी वाहनों को ड्राइव करने की अनुमति है।

निजी वाहन और एक्टिव ट्रेवल (सक्रिय यात्रा)

परिवहन के लिए निजी वाहनों का उपयोग करने की अनुमति है। जहां संभव हो, शारीरिक दूरी रखने का अभ्यास करें।

व्यक्तिगत सैर और अन्य सक्रिय यात्रा ठीक है, बशर्ते आप हर समय दो मीटर शारीरिक दूरी रखने की जरूरत का पालन करें।

अंतर्राष्ट्रीय हवाई यात्रा

आगंतुक और पर्यटक घर की यात्रा करने के लिए अभी भी अंतर्राष्ट्रीय हवाई सेवाओं का उपयोग कर सकते हैं।

जब तक आपके पास टिकट न हो, तब तक एयरपोर्ट न जाएं। अगर आपके पास टिकट नहीं हैं सीधे ट्रेवल एजेंट या एयरलाइन से संपर्क करें। अगर आप टिकट सुरक्षित करने में असमर्थ हैं तो कृपया अपने देश के दूतावास से संपर्क करें।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

**Unite
against
COVID-19**

डॉमेस्टिक (घरेलू) हवाई यात्रा

अगले 48 घंटों में, लोगों को घर पहुंचने की जरूरत होगी, चाहे यह स्थानीय रूप से हो या देश भर में हो। हमने सभी हवाई परिवहन प्रदाताओं से इस अवधि के लिए सामाजिक दूरी सुनिश्चित करने के लिए कहा है। 48 घंटे के बाद, हम केवल आवश्यक सेवाएं देने वाले लोगों के परिवहन और माल ढुलाई के लिए हवाई यात्रा को ही जारी रखेंगे।

आगंतुक और पर्यटक एक अंतर्राष्ट्रीय हवाई अड्डे पर जाने के लिए घरेलू हवाई यात्रा का उपयोग कर सकते हैं।

अगर आप अस्वस्थ महसूस कर रहे हैं, विशेष रूप से खांसी, सांस की तकलीफ या बुखार है, या अगर आप छींक रहे हैं या नाक बह रही है, तो यात्रा न करें।

अगर आप एक उड़ान पर हैं, तो यह विशेष रूप से महत्वपूर्ण है कि आप अपनी कोहनी के मोड़ में खांसे या छींके। जहां तक संभव हो हाथ सैनिटाइजर और टिशू का इस्तेमाल करें। अगर यह संभव है, तो आप अकेले एक पंक्ति में एक खिड़की वाली सीट में बैठें।

अस्वस्थ लोगों के लिए ट्रांसपोर्ट (परिवहन)

अगर आप COVID-19 से संबंधित किसी बारे में चिन्तित हैं तो कृपया यात्रा करने से पहले सलाह के लिए हैल्थलाइन को (0800 358 5453) नम्बर पर फोन करें।

किसी भी वायरस के फैलाव को सीमित करने में मदद करने के लिए, जो अस्वस्थ हैं, उन्हें घर पर रहना चाहिए। अगर आप अस्वस्थ हैं और यात्रा करनी जरूरी है, तो निजी परिवहन की जरूरत है। अगर यह संभव नहीं है, तो पहले गाइडेंस (मार्गदर्शन) के लिए हैल्थलाइन को (0800 358 5453) नम्बर पर फोन करें।

Find out more at
Covid19.govt.nz

New Zealand Government

Unite
against
COVID-19