

एकनिर्दिष्टपरिवार /

सहायताव्यक्तिकेरूपमेंआपअपनेप्रियजनकेशारीरिकऔरमानसिकस्वास्थ्यकेलिएआवश्यकहैं।आपसाइटपरसभीकीसुरक्षामेंमहत्वपूर्णभूमिकानिभातेहैं।आपएकस्वास्थ्यसुविधाकेबाहरक्याकरतेहैंजिससे कोविड-19कोसुविधामेंलानेकाजोखिमबढ़सकताहै।यहपुस्तिकाकोविड-19केप्रसारऔरआपकेप्रसारकेजोखिमकाआकलनकरनेकेलिएगतिविधियोंऔरव्यवहारोंकीरूपरेखातैयारकरतेहैं।

यदिआपको कोविड-19

केसंपर्कमेंआनेकाउच्चजोखिमहै, तोअपनेप्रियजन,अन्यरोगियों, निवासियोंऔरकर्मचारियों,साथहीसाथअपनेघरऔरसमूहमेंसंक्रमितहोनेकेजोखिमकोसमझनामहत्वपूर्णहै।



कोविड-19

केदौरानअपनीभूमिकाजानेंकोपुस्तिकामेंभीदेखें।

यदिआपकोलगतहैकिआपलक्षणोंकाअनुभवकररहेहैं, तो किसीसाइटपरआनेसेपहले [Albertans \(अल्बर्टा\)](#) केलिएऑनलाइन कोविड-19 स्व-मूल्यांकनपूराकरें।



अधिकसुरक्षाजानकारीकेलिए, AHS कीकोविड-19 केदौराननामितपरिवार/समर्थनकेलिएटिपशीटदेखें



अपनेप्रियजनकेसाथचर्चाकरेंयदिआपकोउनकेसाथव्यक्तिगतरूपसेरहनेकीआवश्यकताहै, यायदिआपकोआभासीयात्राइसकेबजायकामकरेगी।



नामित/पारिवारिकसहायतासंसाधनोंऔरकिसीभीसाइटप्रतिबंधोंजोप्रभावीहोसकतेहैंउसकेलिए[ahs.ca/visit](#) वेबपृष्ठदेखें।



नामित परिवार और सहायता व्यक्ति

(Designated Family
and Support
Persons)

अपनेजोखिमकोजानें
कोविड-19 केदौरान

(Know Your Risk
During COVID-19)

अज्ञात संसर्ग के अपने जोखिम को जानें (Know your risk of unknown exposure)

स्वास्थ्य सुविधा में प्रवेश करने से पहले, पिछले 14 दिनों के दौरान अपनी गतिविधियों के आधार पर कोविड-19 के संसर्ग के अपने जोखिम पर विचार करें, ताकि यह निर्धारित किया जा सके कि आपको अपनी मुलाकात में देरी करने की आवश्यकता है।

कम जोखिम होने के लिए, आपको निम्नलिखित सभी मानदंडों को पूरा करना होगा:

- ❖ आप घर से काम करते हैं, या उच्च कोविड-19 संसर्ग वाले क्षेत्र में काम नहीं करते हैं या रहते हैं (या किसी ऐसे व्यक्ति के साथ नहीं रहते हैं जिसे है)।
- ❖ आपके पास 15 लोगों या उससे कम का सहवास है और हर कोई लगातार आपके सहवास के बाहर के लोग के आस-पास शारीरिक दूरी और मास्क का अभ्यास करता है।
- ❖ आपके घर में आपके अपने सहवास के बाहर मेहमान नहीं थे।
- ❖ आप और आप जो दूसरों के साथ रहते हैं वे दूसरों से कम से कम दो (2) मीटर की शारीरिक दूरी का अभ्यास करते हैं और लगातार घर के बाहर एक मास्क पहनते हैं।
- ❖ आप अपने हाथों को नियमित रूप से धोते या साफ करते हैं।
- ❖ केवल जरूरी काम के लिए घर से बाहर जाते हैं

❖ आप एक ही दिन में कई हेल्थकेयर साइट्स में मरीजों या निवासियों से मिलते हैं

पिछले 14 दिनों के दौरान आपकी गतिविधियों के आधार पर आपको कोविडकोविड-19 के संपर्क में आने के उच्च जोखिम में डालने वाली गतिविधियों में शामिल हैं:

- ❖ आप अधिक संख्या में मामलों या कोविडकोविड-19 के घोषित प्रकोप वाले क्षेत्र में काम करते हैं या रहते हैं (या किसी ऐसे व्यक्ति के साथ रहते हैं जिसे है)।
- ❖ आप अपने घर के बाहर सेटिंग्स में काम करते हैं या सामूहिकरण करते हैं जहां शारीरिक दूरी और मास्क लगातार बनाए नहीं रखी जाती है।
- ❖ आपने शारीरिक दूरी को बनाए नहीं रखा है और न ही लगातार मास्क पहना है जब दूसरों के आस-पास है जो आपके घर में नहीं है।
- ❖ आपके घर में आपके सहवास के बाहर के मेहमान थे।
- ❖ आप सार्वजनिक परिवहन या कार पूलिंग का इस्तेमाल करते हैं जहाँ शारीरिक दूरी को लगातार कायम नहीं रखा जाता और मास्क का लगातार उपयोग नहीं किया जाता
- ❖ आप अपने हाथों को नियमित रूप से धोते या साफ नहीं करते हैं।
- ❖ आप एक ही दिन में कई हेल्थकेयर साइट्स में मरीजों या निवासियों से मिलते हैं
- ❖ आपने अन्य प्रांतों या देशों की यात्रा की है।

यदि आप उच्च जोखिम में हैं,
कृपया वस्तुतः जोड़कर या किसी और को नामित करने का प्रयास करें और अपने जोखिम को कम करें।

एक सुविधा के अंदर अपने आप को और अपने प्रियजन को बचाने के लिए, हम आपसे चाहते हैं की:
(To protect yourself and your loved one while inside of a facility, we need you to:)

- ❖ साइट में प्रवेश करने से पहले एक स्वास्थ्य जांच पूरी करें। कृपया अपनी स्थिति के बारे में ईमानदार रहें।
- ❖ कर्मचारियों द्वारा दिए गए निर्देशों के अनुसार सभी सावधानियों का पालन करें।
- ❖ अपनी नाक और मुंह पर साइट पर दिए गए मास्क को लगाता रहनें।
- ❖ सुविधा के दौरान संचालन को कम करें।
- ❖ जब आप अपने प्रियजन के कमरे में प्रवेश/निकास करते हैं; सुविधा में प्रवेश/निकास करते हैं; और अपने मास्क को छूने से पहले और बाद में हाथ की स्वच्छता का अभ्यास करें।
- ❖ निर्दिष्ट परिवार/समर्थन व्यक्ति पहचान पहनें।

यदि आपके कोई प्रश्न या चिंताएँ हैं,

तो कृपया अपने स्वास्थ्य सेवादल के किसी सदस्य से बात करें।

