

सल (नयाँ वर्ष) को लागि विशेष संगरोध उपायहरू (१.२० (बिही)~२.२
(बुध), २ हप्तासम्म)

“कृपया यस नयाँ वर्षमा आफ्नो जन्मघर वा आफन्तहरूलाई भेट्ने काम वा यात्रा नगर्नुहोस् ।”
“यदि अनिवार्य भ्रमण गर्ने पर्ने अवस्था भएमा, तेस्रो खोप पछि मुख्य संगरोध नियमहरू पालना गरेर
सानो समूह भ्रमण गर्न अनुरोध गर्दछौं ।”

१. जन्मघर जानु अघि खोप

- (जन्मघर जानु) आफ्नो जन्मघर जाने काम वा यात्रा नगर्नुहोस् तर यदि तपाईं अनिवार्य रूपमा जानु हुन्छ भने, खोप र तेस्रो खोपपछि सानो समूहमा जन्मघर जानु होस् ।
 - विशेष, वृद्ध बुबाआमाले खोप लगाउनुभएको छैन वा तेस्रो खोप पनि नलगाउनुभएको अवस्थामा नजानु कडा सिफारिस गरिन्छ ।
- (भेटघाट, भेला) खोप नलगाएकाहरू लगाएत आफन्त र चिनजानका व्यक्तिहरूसँग भेला हुनबाट टाढा रहनुहोस्

२. मुख्य क्वारेन्टाइन नियमहरूको पालना

- (प्रस्थान) [△]कम्तिमा २ हप्ता अघि खोप वा तेस्रो खोप पुरा, [△]निदान परिक्षण सञ्चालन गर्ने, [△]कोरोना १९ को असामान्य लक्षणहरू (ज्वरो, स्वाद र गन्ध हराउने, शरीरको दुखाई इत्यादि) भएको समयमा भेटघाट र बैठक रद्द तथा पछि सार्ने, [△]बहु उपयोगी सुविधा भित्र प्रवेश नगर्नुहोस् ।
- (हिँड्दा) [△]सम्भव भएमा व्यक्तिगत सवारी साधनको प्रयोग, [△]सार्वजनिक यातायातको प्रयोग गर्ने बेलामा मास्क लगाउने र खानेकुरा नखाने, [△]आराम गर्ने स्टेसनमा बिताउने समय कम गर्ने, [△]भीडभाड भएको ठाउँमा प्रवेश नगर्ने इत्यादि ।
- (जन्मघर) [△]श्राद्ध गर्दा पालैपालो र सकेसम्म कम मानिस सहभागि हुने, [△]छोटो समय बस्ने, [△]वृद्धहरूसँग भेट गर्दा अनिवार्य मास्क लगाउने, [△]हात धुने र इन्डोर भेन्टिलेसन (१ दिनमा ३ पटक भन्दा बढी) आदि व्यक्तिगत क्वारेन्टाइन गर्ने, [△]सार्वजनिक सुविधाहरूमा प्रवेश नगर्नुहोस्
- (घर फर्केपछि) [△]निश्चित समयको लागि बहु उपयोग सुविधाहरूमा प्रवेश नगर्नुहोस्, [△]घरमै बस्नुहोस् र स्वास्थ्य अवस्थाहरू हेर्नुहोस्, [△]दैनिक जीवनमा फर्कनु अघि सक्रिय PCR परीक्षणहरू लिनुहोस् आदि

<यो अनुवाद दानूरी कल सेन्टर १५७७-१३६६ बाट गरिएको हो>