

# Wat moet je doen als iemand uit je familie of van je vrienden ziek is?

اگر آپ کے خاندان والوں یا دوستوں میں سے کوئی بیمار ہو تو کیا کرنا چاہیے؟

[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

## Nederlands

Is er bij jou thuis of bij familie of vrienden iemand ziek? Volg deze regels, zo worden jij of andere mensen niet besmet:

1. Raak de zieke zo weinig mogelijk aan. Laat maar 1 persoon uit de omgeving voor de zieke zorgen.
2. Laat iemand anders voor de zieke zorgen als je:
  - ouder bent dan 65 jaar
  - diabetes hebt of al lang iets hebt aan je hart, nieren of longen
  - zelf gevoelig bent voor infecties
3. Zorg voor frisse lucht binnen: zet het raam van de patiënt een paar keer per dag 30 minuten open.
4. Was vaak je handen. Raak je ogen, neus of mond alleen aan met gewassen handen.
5. Eet apart en gebruik nooit dezelfde spullen (borden, messen, glazen, ...) als de zieke. Gebruik ook niet dezelfde handdoek of lakens.
6. Desinfecteer plaatsen die je veel aanraakt 1 keer per dag met javelwater van 1%, bijvoorbeeld tafel, nachtkastje, deurklink, wc-bril. Doe hiervoor 1 eetlepel bleekmiddel (javel) in 1 liter water.
7. Volg deze regels tot de zieke geen symptomen meer heeft (koorts, spierpijn, ...).

## Urdu

Vertaling uit het Nederlands

آپ کے گھر میں، آپ کے خاندان میں یا آپ کے دوستوں میں سے کوئی بیمار ہے؟ ان اقدامات پر عمل کریں، اس سے آپ یا کوئی اور متاثر نہیں ہو گا۔

1. مریض سے کم سے کم جسمانی رابطہ رکھیں۔ کوئی ایک قریبی بیمار کا خیال رکھیں۔
2. بیمار کا خیال کسی اور سے کروائیں اگر آپ:
  - 65 سال کی عمر سے بڑے ہیں
  - شوگر کے مریض ہیں یا بہت وقت سے دل، گردے یا پھیپھڑے کی شکایات ہیں
  - خود انفیکشن کے لیے حساس ہیں
3. گھر کے اندر تازہ ہوا فراہم کریں: مریض کے کمرے کی کھڑکی کو دن میں کئی بار 30 منٹ کے لیے کھولیں۔
4. اکثر اپنے ہاتھ دھوئیں۔ اپنی آنکھیں، ناک اور منہ دھوئے ہوئے ہاتھوں سے چھوئیں۔
5. علیحدہ ہو کے کھائیں اور کبھی بھی مریض کی استعمال کی ہوئی چیزیں استعمال نہ کریں (تھالیوں، چھریاں، گلاس، ...)۔ مریض کے استعمال کیے ہوئے تولیے اور چادریں بھی استعمال نہ کریں۔
6. جس جگہ کو آپ زیادہ چھوتے ہیں ان کو دن میں ایک بار 1% یاویل کے پانی کے ساتھ جراثیم کش کریں، جیسے میز، نائٹ ٹیبل، دروازے کا ہینڈل، ٹائلٹ سیٹ۔ یہ کرنے کے لیے 1 لیٹر پانی میں 1 چمچ (یاویل) ڈالیں۔
7. ان اقدامات پر مریض کے علامات (بخار، پھٹوں کا درد، ...) ختم ہونے تک عمل کریں۔



Vlaanderen  
is divers

AGENTSCHAP  
INTEGRATIE &  
INBURGERING