| English | Hindi |
|---|---|
| **1. Living with Covid – Wearing a mask helps to stop the spread of Covid-19** | **1. कोविड के साथ जीना - मास्क पहनने से कोविड-19 के प्रसार को रोकने में मदद मिलती है** |
| Covid-19 hasn't gone way, so please be kind to your fellow Mancunians by choosing to wear a mask in crowded spaces or when it feels right to do so. | कोविड-19 अभी समाप्त नहीं हुआ है, इसलिए कृपया भीड़-भाड़ वाली जगहों पर या जब जरूरी लगे मास्क पहनना चुनकर अपने साथी मैनचेस्टर वासियों के प्रति संवेदनशीलता दिखाएं। |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Still wear a mask in crowded spaces or when it feels right | भीड़-भाड़ वाली जगहों पर या जब जरूरी लगे मास्क जरूर पहनें |

| English | Hindi |
|---|---|
| **2. Living with Covid –Stay at home for 5 days if you have Covid-19** | **2. कोविड के साथ जीना - अगर आपको कोविड-19 हो गया है तो 5 दिनों तक अपने घर में ही रहें** |
| If you have Covid-19, please be kind to your fellow Mancunians by staying at home for 5 days and avoid contact with other people. | अगर आपको कोविड-19 हो गया है, तो कृपया अपने साथी मैनचेस्टर वासियों के प्रति संवेदनशीलता दिखाएं, इसलिए 5 दिनों तक अपने घर में ही रहें और अन्य लोगों के संपर्क में आने से बचें। |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Please stay at home for 5 days if you have Covid-19 | अगर आपको कोविड-19 हो गया है तो कृपया 5 दिनों तक अपने घर में ही रहें |

| English | Hindi |
|---|---|
| **3. Living with Covid – Keep windows open if you meet others inside** | **3. कोविड के साथ जीना - अगर आप कमरे के अंदर दूसरे लोगों से मिल रहे हैं तो खिड़कियां खुली रखें** |
| Let in fresh air when you meet other people indoors 🏠, especially if they're at a high risk from Covid-19. | जब आप कमरे 🏠 के अंदर दूसरे लोगों से मिल रहे हैं तो ताजी हवा आने दें, खासकर अगर वे कोविड-19 से उच्च जोखिम में हैं। |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Keep windows open if you meet others inside | अगर आप कमरे के अंदर दूसरे लोगों से मिल रहे हैं तो खिड़कियां खुली रखें |

| English | Hindi |
|---|---|
| **4. Living with Covid - It's never too late to book your Covid-19 vaccination** | **4. कोविड के साथ जीना - अपना कोविड-19 टीकाकरण बुक करने में कभी भी बहुत देर नहीं होती है** |
| It's never too late to come forward for your Covid-19 vaccination. | अपने कोविड-19 टीकाकरण के लिए आगे आने में कभी भी बहुत देर नहीं होती है। |
| Book an appointment online or go to a walk-in clinics for your first, second or booster dose 💉💉💉<br><br>More info 👉manchester.gov.uk/getmyjab | अपनी पहली, दूसरी या बूस्टर खुराक के लिए ऑनलाइन अपॉइंटमेंट बुक करें या वॉक-इन क्लीनिक में जाएं 💉💉💉<br><br>अधिक जानकारी के लिए देखें 👉<br>manchester.gov.uk/getmyjab |

| | |
|---|---|
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Please take up the vaccination offer – it's never too late | कृपया टीकाकरण का प्रस्ताव स्वीकार करें - इसके लिए कभी भी बहुत देर नहीं होती है। |

| English | Hindi |
|---|---|
| **5. Living with Covid – Manchester Covid helpline** | **5. कोविड के साथ जीना - मैनचेस्टर कोविड हेल्पलाइन** |
| 👩‍⚕️👩‍⚕️Do you have Covid-19 worries or concerns? Need help with booking your Covid vaccinations or booster jabs? | 👩‍⚕️👩‍⚕️क्या आपको कोविड-19 के बारे में कोई संदेह या चिंता है? क्या आपको अपने कोविड टीकाकरण या बूस्टर डोज की बुकिंग के लिए सहायता चाहिए? |
| Then call the Manchester COVID-19 Helpline for support. Translation services available.<br><br>Call free: 0800 840 3858 or text: 07890 036 892 | तो सहायता के लिए मैनचेस्टर कोविड-19 हेल्पलाइन पर कॉल करें। अनुवाद सेवाएं उपलब्ध हैं।<br><br>मुफ्त कॉल करें: 0800 840 3858 या टेक्स्ट मैसेज भेजें: 07890 036 892 |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Covid Concerns?<br>Ring Manchester's COVID-19 helpline on 0800 840 3858 or text 07890 036892 | कोविड के बारे में चिंताएं हैं?<br>मैनचेस्टर की कोविड-19 हेल्पलाइन को 0800 840 3858 पर रिंग करें, या 07890 036892 पर टेक्स्ट मैसेज भेजें |

| English | Hindi |
|---|---|
| **6. Living with Covid – Follow the Manchester Message on Covid-19 and Health.** | **6. कोविड के साथ जीना - कृपया कोविड-19 और स्वास्थ्य के बारे में मैनचेस्टर संदेश का पालन करें।** |
| Please help to keep our city safe from Covid-19 and be kind to each other by:<br>• Wearing a face mask in enclosed spaces<br><br>• Washing your hands regularly Getting your Covid vaccinations 💉💉💉<br><br>• Staying home 🏠 for 5 days if you have Covid-19 | कृपया अपने शहर को कोविड-19 से सुरक्षित रखने में मदद करें और एक दूसरे के प्रति संवेदनशीलता दिखाएं, इसके लिए आप:<br>• भीड़भाड़ वाली जगहों में फेस मास्क पहनें<br><br>• अपने हाथ नियमित रूप से धोते रहें अपना कोविड टीकाकरण करवाएं 💉💉💉<br><br>• अगर आपको कोविड-19 हो गया है तो कम से कम 5 दिनों तक घर 🏠 पर ही रहें |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Please follow the Manchester Message on Covid-19 and Health | कृपया कोविड-19 और स्वास्थ्य के बारे में मैनचेस्टर संदेश का पालन करें |

| English | Hindi |
|---|---|
| **7. Living with Covid – Please stay home if you are ill** | **7. कोविड के साथ जीना - अगर आप बीमार हैं तो कृपया घर पर ही रहें** |
| Please stay at home 🏠 if you are feeling unwell, this reduces the risk of spreading | यदि आप अस्वस्थ महसूस कर रहे हैं तो कृपया घर 🏠 पर रहें, इससे मित्रों, सहकर्मियों, और हमारे |

| | |
|---|---|
| illnesses to friends, colleagues, and others in our communities. | समुदायों के अन्य लोगों में बीमारी फैलने का जोखिम कम हो जाता है। |
| It also helps our health services. | इससे हमारी स्वास्थ्य सेवाओं को भी मदद मिलती है। |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Please stay at home if you are ill | अगर आप बीमार हैं तो कृपया घर पर ही रहें |

| English | Hindi |
|---|---|
| **8. Living with Covid – Keep washing your hands regularly** | **8. कोविड के साथ जीना - नियमित रूप से हाथ धोते रहें** |
| Please keep washing your hands regularly for 20 seconds or more to limit the spread of COVID-19 or use hand sanitizer if you are out and about. | कृपया कोविड-19 के प्रसार को सीमित करने के लिए नियमित रूप से 20 सेकंड या उससे अधिक समय तक अपने हाथ धोएं या यदि आप बाहर कहीं दूर हैं तो हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग करें। |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| Keep washing your hands regularly - it really helps | अपने हाथ नियमित रूप से धोएं - इससे वास्तव में मदद मिलती है |

| English | Hindi |
|---|---|
| **9. Living with Covid- where to get Covid tests after 1 April 2022** | **9. कोविड के साथ जीना - 1 अप्रैल 2022 के बाद कोविड टेस्ट कहां करवाएं** |
| Free Covid testing ended for most people in England on 1 April 2022.<br><br>If you need a test you can buy them from chemists and supermarkets. | 1 अप्रैल 2022 को इंग्लैंड में अधिकांश लोगों के लिए नि:शुल्क कोविड टेस्ट समाप्त हो जाएगा।<br><br>यदि आपको टेस्ट की आवश्यकता है तो आप उसे केमिस्ट और सुपरमार्केट से खरीद सकते हैं। |
| STAY KIND | संवेदनशीलता दिखाएं |
| If you need a Covid test, and aren't able to have a free one, they can be bought at chemists and other shops. | यदि आपको एक कोविड टेस्ट की आवश्यकता है और एक नि:शुल्क टेस्ट उपलब्ध नहीं हैं, तो आप उसे केमिस्ट और सुपरमार्केट से खरीद सकते हैं। |