



M A R G A O.

No: DSC/MAR/AdM-60/2020/2827

Dated : 16.03.2020

NOTICE

All the Litigants, Public and Advocates in the State of Goa are hereby informed that they should avoid visiting the Court Complexes unless necessary. They shall also adhere to the guidelines issued by the Health Ministry (appended herewith) while they visit the District & Subordinate Courts in South Goa District.

This notice is being issued as and by way of Precautionary measure in view of COVID 19.

(B.P. Deshpande)
Principal District & Sessions Judge,
South Goa, Margao

Noval Coronavirus (2019-nCoV)-General Advisory for Public

The 2019 novel coronavirus (2019-nCoV), Wuhan coronavirus, is a contagious virus that causes respiratory infection, can transfer from human to human.

Symptom

- Fever
- Difficulty in Breathing
- Coughing
- Tightness of Chest
- Running Nose
- Head Ache
- Feeling of being Unwell
- Pneumonia
- Kidney Failure

Incubation Period: 14 days asymptomatic

Mode of transmission

Human Coronavirus (2019-nCoV) most commonly spread from an infected person to other through:

- The air by coughing and sneezing
- Close personal contact, such as touching or shaking hand
- Touching an object or surface with the virus on it, then touching your mouth, nose, or eyes before washing your hands

How to reduce risk of Coronavirus infection (2019-nCoV)

- Clean hand with soap and water or alcohol based hand rub
- Cover nose and mouth when coughing & sneezing with tissue or flexed elbow
- Avoid close contact with anyone with cold or flu like symptoms
- Avoid frozen meet
- Isolation of symptomatic patients for atleast 14 days.

DO's and DON'T's

DO's	DON'Ts
<ul style="list-style-type: none">• Cover your nose and mouth with disposable tissue or handkerchief while coughing or sneezing• Frequently wash your hands with soap and water• Avoid crowded places• Person suffering from Influenza like illness must be confined at home• Stay more than one arm's length distance from persons sick with flu• Take adequate sleep and rest• Drink plenty of water/liquids and eat nutritious food• Person suspected with Influenza like illness must consult doctor	<ul style="list-style-type: none">• Touching eyes, nose or mouth with unwashed hands• Hugging, kissing and shaking hands while greeting• Spitting in public places• Taking medicines without consulting doctor• Excessive physical exercise• Disposal of used napkin or tissue paper in open areas• Touching surfaces usually used by public (Railing, door gates, etc)• Smoking in public places• Unnecessary testing

24*7 Control Room has been established at DGHS (HQ), may be contacted for any query related to nCoV-2020

Ph: 011-22307145, 22300012, 22300036

Steps for Hand washing

1



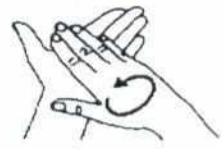
Wet hands with water;

2



Apply enough soap to cover all hand surfaces;

3



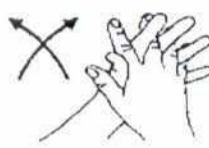
Rub hands palm to palm;

4



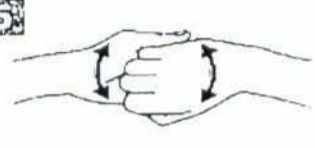
Right palm over left dorsum with interlaced fingers and vice versa;

5



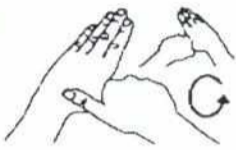
Palm to palm with fingers interlaced;

6



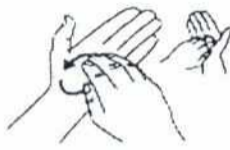
Backs of fingers to opposing palms with fingers interlocked;

7



Rotational rubbing of left thumb clasped in right palm and vice versa;

8



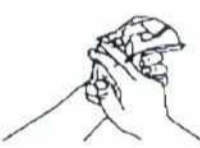
Rotational rubbing, backwards and forwards with clasped fingers of right hand in left palm and vice versa;

9



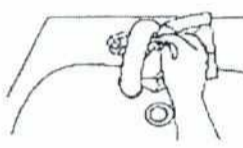
Rinse hands with water;

10



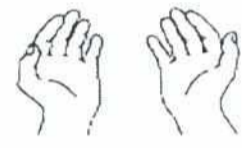
Dry hands thoroughly with a single use towel;

11



Use towel to turn off faucet;

12



Your hands are now safe.

कोरोना वायरस

कोरोना वायरस एक तरह का संक्रमित वायरस है। यह वायरस एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में संक्रमण के जरिए फैलता है। इस वायरस के लक्षण निम्नोक्तिया की तरह है।

कोरोना वायरस के लक्षण :-

- सिर दर्द।
- साँस लेने में तकलीफ।
- छींक।
- खांसी।
- बुखार।
- किडनी फेल।

कोरोना वायरस से बचाव :-

- अपने हाथ साबुन और पानी या अल्कोहल युक्त हैंडरब से साफ करे।
- खांसते और छीकते वक्त अपनी नाक और मुँह को टिशू या मुडी हुई कोहनी से ढके।
- जिन्हें सर्दी या फ्लू जैसे लक्षण हो तो उनके साथ करीबी संपर्क बनाने से बचे।

क्या करें - क्या न करें

क्या करें	क्या न करें
<ul style="list-style-type: none">• खाँसने और छींकने के दौरान अपनी नाक व मुँह को कपडे अथवा रुमाल से अवश्य ढके• अपने हाथों को साबुन व पानी से नियमित धोये• भीड़-भाड़ वाले क्षेत्रों में जाने से बचे• फ्लू से संक्रमित हों तो घर पर ही आराम करें• फ्लू से संक्रमित व्यक्ति से एक हाथ तक की दूरी बनाए रखें• पर्याप्त नींद और आराम लें• पर्याप्त मात्रा में पानी / तरल पदार्थ पियें और पोषक आहार खाएं• फ्लू से संक्रमण का संदेह हो तो चिकित्सक से सलाह अवश्य लें।	<ul style="list-style-type: none">• गंदे हाथों से आँख, नाक अथवा मुँह को छूना• किसी को मिलने के दौरान गले लगना, चूमना या हाथ मिलाना• सार्वजनिक स्थानों पर थूकना• बिना चिकित्सक के परामर्श के दवाएं लेना• इस्तेमाल किए हुए नेपकिन, टिशू पेपर इत्यादि खुले में फेंकना• फ्लू वायरस से दूषित सतहों का स्पर्श (रेलिंग, दरवाजे इत्यादि)• सार्वजनिक स्थलों पर धूमपान करना• अनावश्यक एच 1 एन 1 की जाँचें करवाना

सम्बन्धित जानकारी के लिए 24x7 कटौल रूम के निम्नलिखित नम्बरों पर संपर्क करें-

22307145, 22300012, 22300036

हे करावे

- खोकताना किंवा शिंकताना आपले नाक व तोंड, वापरून झाल्यावर विल्हेवाट लावता

येण्याजोग्या कागदी रूमालाने (Tissue paper) अगर हातरूमालाने झाकून घ्यावे.

- आपले हात साबण आणि पाण्याने वाग्वार धुवावेत.
- गर्दीच्या जागा टाळाव्यात.
- इन्फ्लुएन्झा (फ्लू) (flu) सारखा आजार झालेल्या व्यक्तिते घरीच थावणे आवश्यक आहे.
- फ्लू ने आजागी असलेल्या व्यक्तितेपासून हातापेक्षा जास्त अंतरावर रहावे.
- पुरेशी झोप व विश्रांती घ्यावी.
- भरपूर पाणी / द्रवपदार्थ प्यावे व पौष्टीक अन्न खावे.
- इन्फ्लुएन्झा (flu) सारखा आजार झाल्याची शंका असलेल्या व्यक्तिते, डॉक्टरांना मत्ल्या घेणे आवश्यक आहे.

हे करू नये

- न धुतलेल्या हातांनी डोळे, नाक किंवा तोंड यांना स्पर्श करू नये.

• स्वागत करतांना दृढ आलिंगन, चुंबन आणि हस्तांदोलन टाळावे.

- सार्वजनिक ठिकाणी धुकू नये.
- डॉक्टरांच्या मत्ल्याशिवाय औपशे घेणे टाळावे.
- अतिप्रमाणात शारिरीक व्यायाम करू नये.
- वापरलेले हातरूमाल किंवा वापरून झाल्यावर विल्हेवाट लावण्याजोगे कागदी रूमाल (Tissue paper) यांनी खुल्या जागेमध्ये विल्हेवाट लावू नये.
- लोकांनी नेहमी वापर केलेल्या पृष्ठभागाना स्पर्श करू नये (कटडा, दरवाजे, फाटक इ.)
- सार्वजनिक ठिकाणी धूम्रपान करू नये.
- अनावश्यक चानण्या करणे टाळावे.

वेदप्रणीय