

कोविद -19 से खुद को बचने के लिए क्या करें ?



#घरपररहो

01. घर पर रहो। केवल बुनियादी जरूरतों के लिए बाहर जाएं या अन्य लोगों से दूर रहते हुए सैर करें।
02. दोस्तों को आमंत्रित न करें।
03. अपने हाथों को बहुत बार धोएं।
04. खांसी और छींक कोहनी में या ऊतक में। ऊतक को एक बंद कचरा में फेंक दें।
05. अक्सर साफ और कीटाणुरहित करें, वस्तुओं सतहें (काउंटर, दरवाजे के हैंडल, फोन ...)
06. अपने जूते बाहर छोड़ दो।
07. अगर आपको खांसी आने या बुखार या यदि आपके पास संबंधित प्रश्न हैं आपके स्वास्थ्य, आवास की समस्याओं के साथ, ए नौकरी छूटना या इससे जुड़ी अन्य मुश्किलें कोविद -19, 1-877-644-4545 पर कॉल करें।

वायरस से बचाव और दूसरों की सुरक्षा के लिए सामाजिक भेद और हाथ धोना, सबसे महत्वपूर्ण कार्य हैं।

हममें से प्रत्येक को योगदान देना चाहिए इन आवश्यक निर्देशों का सम्मान करना।