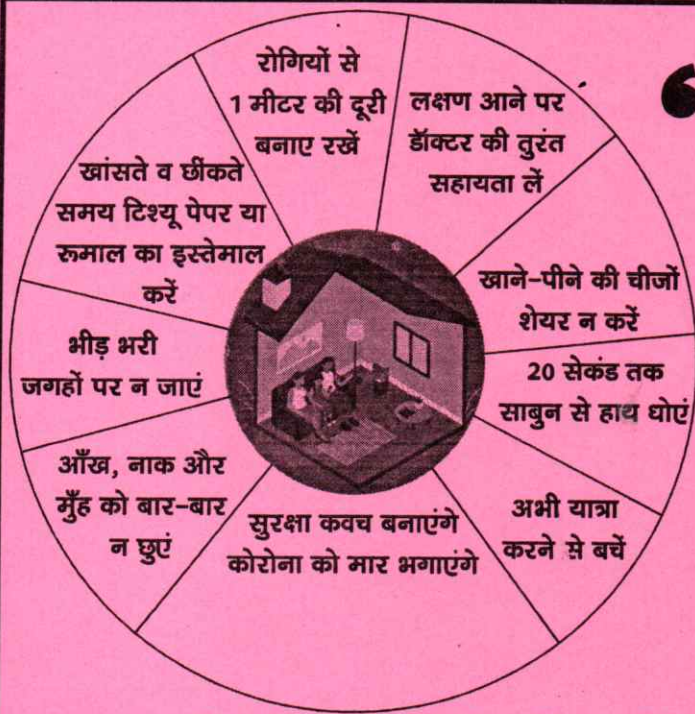


‘कोरोना वायरस’



खुद सुरक्षित रहें, दूसरों को भी सुरक्षित रखें

संक्रमण को रोकने के 5 सबसे कारगर उपाय

जाँच, जाँच और फिर जाँच

WHO के मुताबिक इस के प्रसार को रोकने की दिशा में सबसे अहम कारक इसकी शुरुआती पहचान है।

तैयारी और त्वरित कार्रवाई

बड़े स्तर पर संक्रमण फैलने से पहले त्वरित रफ्तार से अंकुश लगाने के लिए कारगर कदम उठाना है।

साफ-सफाई के प्रति जागरूकता बढ़ाना

WHO के मुताबिक कोरोना वायरस संक्रमण को रोकने की दिशा में नियमित तौर पर हाथ धोना और स्वच्छता से रहना बेहद जरूरी कदम है।

संक्रमित मरीज को एकांत में रखें

ऐसा करने से महामारी के प्रसार पर अंकुश लगता है इतना ही नहीं इससे नये मामले की जल्दी पहचान होने में भी मदद मिलती है।

सोशल डिस्टेंसिंग

अगर किसी भीड़-भाड़ वाली जगह पर हैं तो करीबी व्यक्ति से कम से कम 6 फीट की दूरी बना कर रखें किसी और के घर ना जाएं, पार्टी ना करें और ना ही किसी के साथ खेलें ज्यादा भीड़-भाड़ वाली बस या मेट्रो या रेल में जाने से बचें।

स्वस्थ रहे, सुरक्षित रहे,
सर्तक रहे

निवेदक - समर्पण, कोडरमा

क्या करें



सफाई का ध्यान रखें बार-बार हाथ धोयें या सैनिटाईजर का उपयोग करें।



भीड़ वाली जगहों पर जाने से बचें और यदि जायें तो मास्क पहनकर जाएं।



खांसते या छिकते समय मुँह व नाक पर रुमाल रखें।



यदि आपको बुखार, खाँसी व सांस लेने में कठिनाई है तो तुरंत सरकारी अस्पताल जाकर जाँच कराएं।

क्या न करें



खाँसी या बुखार की स्थिति में किसी के संपर्क में न आएं।



अपनी आँख, नाक और मुँह को न छुएं



सार्वजनिक स्थानों पर न थूके।

सम्पर्क नं० - 06534-252685, 8294566226, 8877350163, 95082877049
Toll Free 24x7 - 1800-180-5145, 1098, 1075, 104, 181, 011-23978046



terre des hommes
Help for Children in Need



जनहित में प्रचारित-प्रसारित