

নভেল করোনা ভাইরাস

(কোভিড-১৯)

নিজে সুরক্ষিত থাকুন, অন্যদের সুরক্ষিত রাখুন!

কি করবেন ও কি করবেন না

কি করবেন ☑

বার বার হাত ধোয়া অভ্যাস করুন, দেখতে অপরিষ্কার মনে না হলেও সাবান বা এলকোহল যুক্ত হ্যান্ড ওয়াশ দিয়ে হাত ধোয়া উচিত।

হাঁচি ও কাশি হলে নিজের মুখ এবং নাক রুমাল/ টিসু দিয়ে ঢেকে নিন।

ব্যবহার করা হয়ে যাওয়া মাত্রই টিসু টি কে একটি ঢাকা দেওয়া আবর্জনা পাত্রে ফেলে দিন।

যদি আপনার জ্বর, কাশি আর নিঃশ্বাস নিতে সমস্যা হয় তাহলে একজন ডাক্তারবাবুর সাথে যোগাযোগ করুন। ডাক্তারবাবুর সাথে দেখা করার সময় নিজের মুখ ও নাক একটি রুমাল/ মাস্ক দিয়ে ঢেকে নিন।

যদি আপনার মধ্যে এই উপসর্গ গুলি দেখা দেয় তাহলে অনুগ্রহ করে রাজ্য হেল্পলাইন নম্বর অথবা স্বাস্থ্য মন্ত্রকের ২৪ x ৭ হেল্পলাইন নম্বর ০১১-২৩৯৭৮০৪৬ এ যোগাযোগ করুন।

ভিড় হয় এমন জায়গা গুলি এড়িয়ে চলুন।

কি করবেন না ❌

যদি আপনি জ্বর, কাশি আর নিঃশ্বাসের কষ্ট অনুভব করেন তাহলে
অন্য কারুর কাছাকাছি যাবেন না।

নিজের মুখ, নাক ও চোখে হাত দেবেন না।

সার্বজনীন স্থান গুলিতে থুতু ফেলবেন না।

আসুন আমরা একসাথে করোনা ভাইরাস এর বিরুদ্ধে লড়াই করি

বিস্তারিত ভাবে জানতে

ভারত সরকারের স্বাস্থ্য এবং পরিবার কল্যাণ মন্ত্রকের ২৪ x ৭
হেল্পলাইন নম্বর +৯১-১১-২৩৯৭ ৮০৪৬ এ যোগাযোগ করুন
অথবা ncov2019@gmail.com এ ইমেল করুন