

சீனாவில்  
**கொவிட்-19**  
(2019 கொரோனா கிருமி நோய்)  
கிருமித்தொற்று குறித்த ஆலோசனை

பரவிவரும் கொவிட்-19 கிருமித்தொற்றைக்  
கருத்தில் கொண்டு, சீனப் பெருநிலத்துக்கு அத்தியாவசியமற்ற பயணம்  
மேற்கொள்வதை ஒத்திவைக்கவும்

**அன்புகூர்ந்து**



கோழி, பறவைகள்  
உள்ளிட்ட உயிருள்ள  
விலங்குகள் அருகில்  
செல்லவேண்டாம்



பதனிடப்படாத மற்றும்  
முழுமையாகச்  
சமைக்கப்படாத இறைச்சி  
வகைகளை  
உட்கொள்ளவேண்டாம்



கூட்ட நெரிசலான  
இடங்களுக்குச் செல்வதைத்  
தவிர்ப்பதோடு, உடல் நலம்  
குன்றியவர்களுடனான  
நெருங்கிய தொடர்பை  
வைத்துக்கொள்ளவேண்டாம்

**தயவுசெய்து**



உங்கள் கைகளை  
அடிக்கடி  
சவர்க்காரம்  
பயன்படுத்திக்  
கழுவவும்



உங்களுக்கு இருமல்  
அல்லது சளி  
இருந்தால், முகக்  
கவசம்  
அணிந்துகொள்ளவும்



இருமும் போது அல்லது  
தும்மும் போது, ஒரு  
மெல்லிழைத் தாளாக்  
கொண்டு, உங்கள்  
வாயை  
மூடிக்கொள்ளவும்



உங்களுக்கு உடல்  
நலமின்றி இருந்தால்,  
உடனே  
மருத்துவரைச்  
சென்று பார்க்கவும்



சிங்கப்பூருக்குத் திரும்பியதும் 2 வாரங்களுக்கு உங்கள்  
உடல்நலத்தை அணுக்கமாகக் கண்காணிக்கவேண்டும்.  
உடல் நலமில்லை எனில், மருத்துவரைப் பார்க்கவும்.



**வதந்திகளைப் பரப்பாதீர்கள்.**

கொவிட்-19 கிருமித்தொற்று குறித்த ஆக அண்மைத்  
தகவல்களுக்கு [www.go.gov.sg/whatsapp](http://www.go.gov.sg/whatsapp) என்ற Gov.sg  
வாட்ஸ்ஆப் சேவைக்குப் பதிந்துகொள்ளுங்கள்  
அல்லது, [www.moh.gov.sg](http://www.moh.gov.sg) என்ற சுகாதார அமைச்சின்  
இணையத்தளத்தை நாடுங்கள்.

