

हमारे समुदाय में COVID-19 के प्रसार को रोकना। आप क्या कर सकते हो?



हम सभी को सार्वजनिक स्वास्थ्य का पालन करने के लिए मिलकर काम करना चाहिए।
के प्रसार को रोकने के लिए सार्वजनिक स्वास्थ्य उपायों का पालन करने के लिए हम सभी
मिलकर काम करना चाहिए। घर पर रहना



हाथ धोना

जितना संभव हो कम से कम 20 सेकंड के लिए अपने हाथों को धोएं। सुनिश्चित करें कि आपके परिवार में हर कोई समझता है कि अपने हाथों को सही तरीके से कैसे धोना है। अपने बच्चों के साथ इस वीडियो को देखें: हाथ धोने वाले हीरो।

[Handwashing Heroes](#)



मास्क पहनें

जब आप किराने का सामान या काम जैसी आवश्यक चीजों के लिए अपना घर छोड़ रहे हों, तो कृपया सुनिश्चित करें कि आप 3 लेयर मास्क पहनें। मास्किंग के बारे में इस पोस्टर की समीक्षा करें [poster](#)



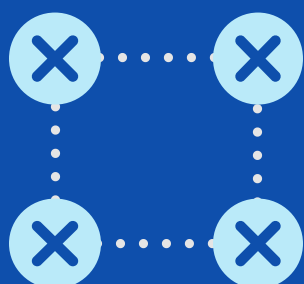
जनागह बनाना

उन लोगों से 2 मीटर की दूरी रखें जो आपके घर में नहीं हैं। जब आप काम पर हों या किसी किराने की दुकान के अंदर हों तो दूसरों से इस दूरी को बनाए रखें।



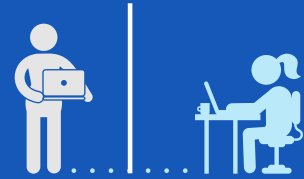
कोई आगंतुक नहीं

अपने घर में आगंतुकों की अनुमति न दें। यदि आप अपने दोस्तों और परिवार के सदस्यों को याद करते हैं तो अपने फोन का उपयोग फेस टाइम पर करें या ZOOM या Google मीटिंग सेट करें। Floor Markings/ फ्लोर मार्किंग



मीटिंग सेट करें।

जब आप आवश्यक सेवाओं के लिए काम पर या बाहर हों तो कृपया फर्श के निशान का पालन करें।



नया स्वरूप

अपने कार्यक्षेत्र के बारे में अपने नियोक्ता से बात करें। क्या एक विभाजन या प्लेक्सी ग्लास जोड़ा जा सकता है? सुनिश्चित करें कि आपका नियोक्ता आपको उचित पीपीई प्रदान करे जैसे कि 3 लेयर मास्क, फेस शील्ड और दस्ताने।



ऑनलाइन मिलना

जब संभव हो घर से काम करें। यदि कोई मीटिंग बुलाई जाती है और आप ऑनसाइट हैं तो ऑनलाइन मिलने के लिए कहें।



एक साथ, हम इसे दूर कर सकते हैं!

कृपया हमारे समुदाय और परिवार को सुरक्षित रखने के लिए इन सख्त दिशानिर्देशों का पालन करें! अपने फोन पर COVID अलर्ट ऐप डाउनलोड करना याद रखें!