

कोरोनावायरस संक्रमण से अपने जोखिम को कम करें:



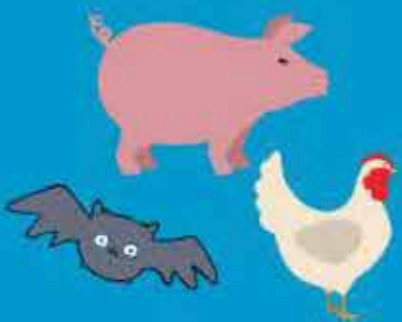
अल्कोहल-आधारित साबुन या हैंड रब और पानी का उपयोग करके हाथ को साफ करें

टिश्यू या फ्लेक्सिबल एल्बो के साथ खांसने और छींकने पर नाक और मुंह को कवर करें



सर्दी या फ्लू जैसे लक्षणों वाले किसी भी व्यक्ति के साथ निकट संपर्क से बचें

पूरी तरह से मांस और अंडे पकाना



जंगली या खेतीय जानवरों के साथ असुरक्षित संपर्क से बचें



World Health
Organization

खुद को और दूसरों को बीमार होने से बचाएं अपने हाथ धोएं



- खांसने या छींकने के बाद
- बीमारों की देखभाल करते समय
- भोजन तैयार करने से पहले और बाद में
- खाने से पहले
- शौचालय उपयोग के बाद
- जब हाथ स्पष्ट रूप से गंदे होते हैं
- जानवरों या जानवरों की गंदगी को संभालने के बाद



World Health
Organization

अपने हाथ धोएं

जब हाथ गंदे हों, अपने हाथों को साबुन और बहते पानी से धोएं



यदि आपके हाथ स्पष्ट रूप से गंदे नहीं हैं, तो उन्हें साबुन और पानी से धो लें या अल्कोहल-आधारित हैंड क्लींजर का उपयोग करें



World Health
Organization

दूसरों को बीमार होने से बचाएं

खांसने या छींकने पर मुंह
और नाक को टिशू स्लीव या
कोहनी से ढक लें



उपयोग के बाद कूड़ेदान में
टिशू को फेंक दें

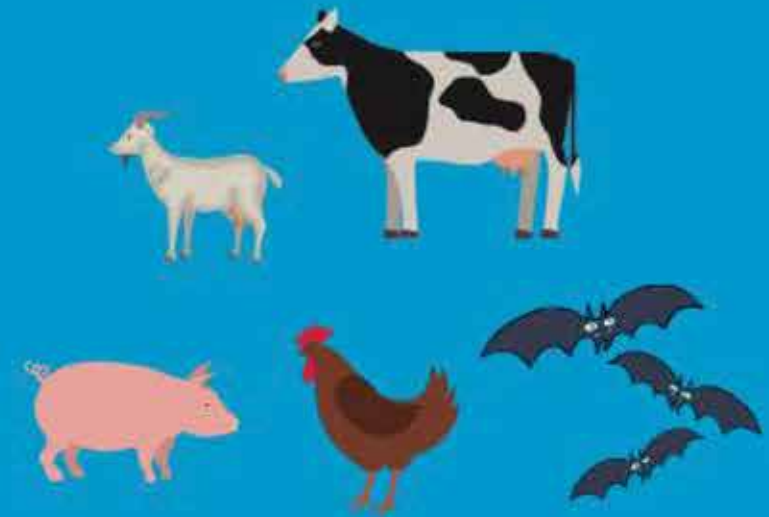
खांसने या छींकने के बाद हाथ साफ
करें और जब बीमार की देखभाल करें



World Health
Organization

खुद को बीमार होने से बचाएं

बीमार लोगों के साथ असुरक्षित संपर्क से बचें (किसी की आंख, नाक या मुंह को नहीं छुए) और खेत या जंगली जानवरों के साथ असुरक्षित संपर्क से बचें



World Health
Organization

भोजन सुरक्षा का अभ्यास करें

कच्चे मांस और खाना पकाने वाले खाद्य पदार्थों के लिए अलग-अलग **चॉपिंग बोर्ड** और **चाकू** का उपयोग करें



कच्चे और पके हुए भोजन को संभालने के बीच **अपने हाथ धोएं**



World Health
Organization

भोजन सुरक्षा का अभ्यास करें

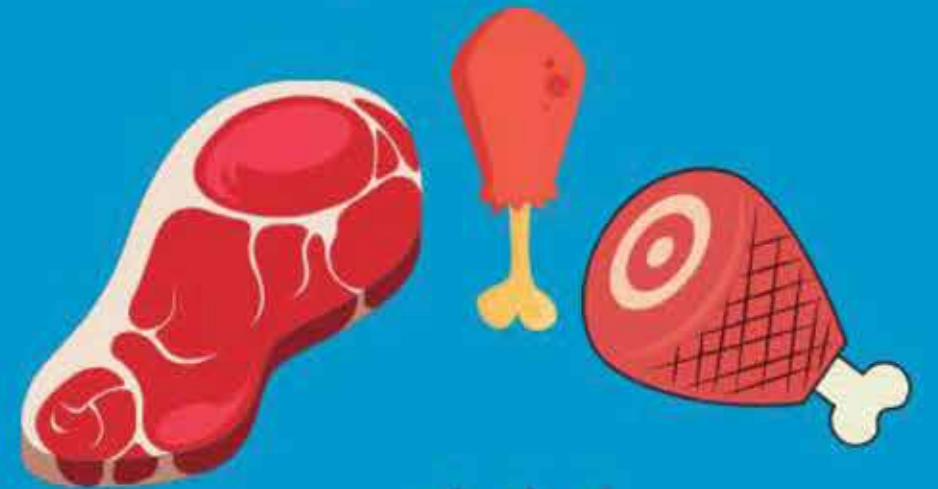
बीमार पशुओं
और बीमारियों
से मरने वाले
जानवरों को
नहीं खाना
चाहिए



World Health
Organization

भोजन सुरक्षा का अभ्यास करें

प्रकोप का सामना करने वाले क्षेत्रों में भी, मांस उत्पादों का सुरक्षित रूप से उपभोग किया जा सकता है यदि, खाद्य पदार्थों को अच्छी तरह से पकाया जाता है और भोजन की तैयारी के दौरान ठीक से संभाला जाता है।



World Health
Organization

गीले बाजारों में खरीदारी? स्वस्थ रहें

जानवरों और पशु उत्पादों को छूने के बाद साबुन और पानी से हाथ धोएं



आंख, नाक और मुंह को छूने से बचें

बीमार जानवरों और खराब मांस के संपर्क से बचें



बाजार में आवारा पशुओं, कचरे और तरल पदार्थों के संपर्क से बचें



World Health
Organization

गीले बाजारों में काम करना? स्वस्थ रहें!



जानवरों और पशु उत्पादों को
छूने के बाद **साबुन और पानी** से
अपने हाथ धोएं

दिन में कम से कम एक बार
उपकरण और **कार्य क्षेत्र**
कीटाणुरहित करें



World Health
Organization

गीले बाजारों में काम करना? स्वस्थ रहें!



जानवरों और जानवरों के उत्पादों को संभालने के दौरान सुरक्षात्मक गाउन, दस्ताने और चेहरे की सुरक्षा करें

काम के बाद सुरक्षात्मक कपड़े उतर दें, रोज़ाना धोएं और कार्य स्थल पर छोड़ दें



काम वाले कपड़े और जूतों को परिवार के सदस्यों के सामने उजागर करने से बचें



World Health
Organization

स्वस्थ रहें

यात्रा करते समय

अगर आपको बुखार
और खांसी है तो यात्रा
से बचें



अगर आपको बुखार, खांसी और
सांस लेने में कठिनाई हो रही है तो
जल्दी से चिकित्सा लें और अपने
स्वास्थ्य सेवा प्रदाता के साथ पिछली
यात्रा के इतिहास को साझा करें



World Health
Organization

स्वस्थ रहें

यात्रा करते समय

बुखार और खांसी से
पीड़ित लोगों के साथ
निकट संपर्क से बचें



अल्कोहल-आधारित साबुन या
हैंड रब और पानी का उपयोग
करके हाथ को साफ करें

आंखों, नाक या मुंह
को छूने से बचें

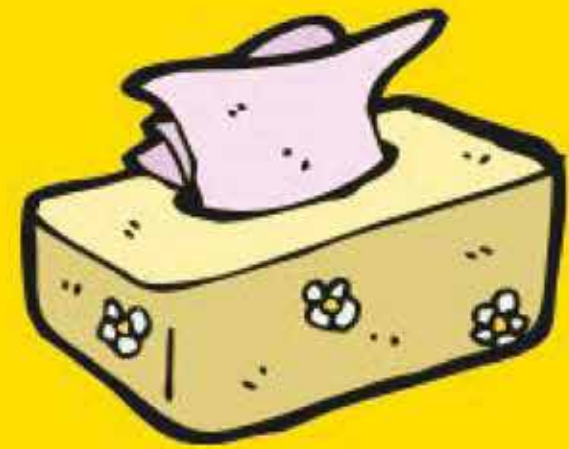


World Health
Organization

स्वस्थ रहें

यात्रा करते समय

खाँसते और छींकते हुए मुंह और नाक को फ्लेक्सिबल एल्बो या टिशू से ढकें, टिशू को तुरंत फेंक दें और हाथ धो लें



यदि आप फेस मास्क पहनते हैं, तो मुंह और नाक ढकना सुनिश्चित करें - मास्क को छूने से बचें



उपयोग के बाद मास्क को तुरंत त्याग दें और मास्क हटाने के बाद हाथ धो लें



World Health
Organization

स्वस्थ रहें

यात्रा करते समय

यदि आप यात्रा करते समय बीमार हो जाते हैं, तो चालक दल को सूचित करें और जल्दी से चिकित्सा की माँग करें



यदि आप चिकित्सा चाहते हैं, तो अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता के साथ अपने यात्रा इतिहास को साझा करें



World Health
Organization

स्वस्थ रहें

यात्रा करते समय

पका हुआ भोजन ही
खाएं



सार्वजनिक रूप से थूकने
से बचें

बीमार रहने वाले जानवरों
के निकट संपर्क से बचें
और साथ यात्रा न करें



World Health
Organization