

सुरक्षित रूप से फिर से खुलने में सहायता करें

रोकथाम की शुरुआत जागरुकता से होती है। आप COVID-19 से स्वयं और दूसरों की सुरक्षा कैसे कर सकते/सकती हैं, इस बारे में जानकारी प्राप्त करें:

- यदि आप बीमार महसूस कर रहे/रही हैं, तो स्वयं को अलग कर लें
- जब घर से बाहर हों, तो 2 मीटर की शारीरिक दूरी बनाए रखें
- अपने हाथों को गर्म पानी और साबुन से कम से कम 20 सेकंडों के लिए बार-बार धोएँ
- खाँसी और छींक आने पर अपने नाक-मुँह को ढककर रखें और यदि आप बीमार हों, तो घर पर ही रहें
- अपने चेहरे को न छूने का प्रयास करें
- सार्वजनिक स्थानों में जहाँ 2 मीटर की दूरी बनाए रखना कठिन हो, वहाँ मास्क पहनें

सूचित रहें