



করোনা ভাইরাস প্রতিরোধে করণীয়

- যখনই বাইরে বের হবেন, মাস্ক ব্যবহার করতে ভুলবেন না।
- যারা জ্বর বা সর্দি-কাশিতে ভুগছেন, তারা অবশ্যই ঘরে এবং বাহিরে মাস্ক ব্যবহার করবেন।
- প্রচুর ফলের রস এবং পর্যাপ্ত পানি পান করবেন।
- ঘরে ফিরে হ্যান্ডওয়াশ দিয়ে ভালো করে অন্ততঃ ২০ সেকেন্ড হাত-মুখ ভালভাবে ধুয়ে নিন।
- পরিধেয় বস্ত্র প্রতিদিন ধুয়ে নিন।
- ডিম কিংবা মাংস রান্নার সময় ভালো করে সিদ্ধ করুন।
- গণপরিবহন এবং জনসমাগম এড়িয়ে চলার চেষ্টা করুন।
- প্রতিদিন অন্ততঃ ২ বার করে বাসস্থান ভালভাবে জীবানুনাশক দিয়ে পরিষ্কার করুন।
- অপ্রয়োজনে যত্রতত্র (রেলিং, হাতল, চোখ, নাক, মুখ) হাত দেওয়া থেকে বিরত থাকুন।
- হ্যান্ডশেক থেকে সালাম উত্তম।

করোনা সন্দেহ হলে আইইডিসিআর- এর হটলাইন নাম্বারে যোগাযোগ করুন

০১৯৩৭০০০০১১ | ০১৯২৭৭১১৭৮৪

০১৯৩৭১১০০১১ | ০১৯২৭৭১১৭৮৫



প্রচারেঃ
কেন্দ্রীয় তহবিল,
শ্রম ও কর্মসংস্থান মন্ত্রণালয়

