



महात्मा गांधी कला, विज्ञान स्व. नं.पं. वाणिज्य महाविद्यालय, आरमोरी जि. गडचिरोली

मा.स.वि.म.

भारत सरकार

मानव संसाधन विकास

मंत्रालय

**नोवल कोरोनावायरस (COVID19)**



**मास्क का प्रयोग करते समय कुछ बातों का ध्यान रखे:**

- मास्क को लगाने से पहले, अपने हाथों को सैनिटाइजर से साफ करें या साबुन का उपयोग करके धो लें !
- सुनिश्चित करें कि मास्क बिना अंतराल के आपकी नाक और मुंह को पर्याप्त रूप से कवर करते है!
- एक बार जब आपका मास्क नम हो जाए, तो कृपया इसे फिर से उपयोग न करें!
- मास्क को पीछे से हटाएं और मास्क के सामने वाले हिस्से को छुने से बचे!
- उपयोग के बाद एक बंद बिन में अपने इस्तेमाल किए गए मास्क को त्यागे!



महात्मा गांधी कला, विज्ञान स्व. नं.पं. वाणिज्य महाविद्यालय, आरमोरी जि. गडचिरोली

# नावल कोरोना वायसत्ररस (COVID 19)

## स्वयं की एवं दुसरोँ की रक्षा करें!

### ✓ क्या करें

- अपनी व्यक्तिगत स्वच्छता पर ध्यान दे।
- साबुन से लगातार हाथ धोते रहें।
- छींकने और खांसने के दौरान अपना मुँह ढकें।
- जब आपके हाथ गंदे दिखे, तब अपने हाथों को साबुन और बहते पाणी से धोएं।
- जब आपके हाथ स्पष्ट रूप से गंदे न हों, तब भी अपने हाथों को अल्कोहल-आधारित हैंड वॉश या साबुन और पाणी से साफ करें।
- प्रयोग के तुरंत बाद टिशू को किसी बंद डबबे में फेंक दें।
- अगर आप अस्वस्थता महसूस करते हैं, तो डॉक्टर से संपर्क करें – डॉक्टर से मिलने के दौरान अपने मुँह और नाक को ढकने के लिए मास्क / कपडे का प्रयोग करें

### सुरक्षा के उपाय : क्या करें और क्या न करें

### X क्या न करें

- यदी आपको खांसी और बुखार हो तो किसी के संपर्क में न आएं।
- सार्वजनिक स्थानों पर न थूकें।
- जीवित पशुओं से संपर्क या कच्चे / अधपके मांस के सेपन से बचें।
- खेतों की यात्रा, जीवित पशुओं के बाजारों में या जानवरों के वध किये जाने वाले स्थलों पर प जाएँ

स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी के लिए स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण

मंत्रालय भारत सरकार के 24 X 7

हेल्पलाइन नंबर + 91-11-23978046

ई-मेल:ncov2019@gmail.com पर संपर्क करें



महात्मा गांधी कला, विज्ञान स्व. नं.पं. वाणिज्य महाविद्यालय, आरमोरी जि. गडचिरोली

सावजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र शासन



# कोरोना विषाणू संसर्ग

काळजी करू नका...सावध रहा

खोकला ■ ताप ■ श्वासोच्छवासात अडथळा निर्माण होणे ही लक्षणे दिसल्यास उपचार घ्या.

हे करा....स्वतःला व इतरांना सुरक्षित ठेवा



साबण व पाणी  
वापरून आपले  
हात स्वच्छ धुवा.



शिकताना व  
खोकताना आपल्या  
नाकावर व  
तोंडावर रुमाल धरा.



सर्दी किंवा फ्ल्यू  
सदृश्य लक्षणे  
असलेल्या लोकांशी  
नजीकचा संपर्क टाळा.



मांस आणि  
अंडी पूर्णपणे  
शिजवून व  
उकडून घ्या.



जंगली अथवा  
पाळीव प्राण्यांशी  
निकट संपर्क टाळा.

लक्षणे आढळून आल्यास काळजी घ्या! उपचारासाठी आपल्या जवळील शासकीय रुग्णालयाशी संपर्क साधा.

राष्ट्रीय कॉल सेंटर क्र.  
+91-11-23978046

राज्यस्तरीय नियंत्रण कक्ष क्र.  
020-26127394

टोल फ्री हेल्पलाईन क्र.  
104

राज्य आरोग्य शिक्षण व संपर्क विभाग, पुणे द्वारा प्रकाशित

महात्मा गांधी कला, विज्ञान स्व. नं.पं. वाणिज्य महाविद्यालय, आरमोरी जि. गडचिरोली



## नॉवेल कोरोना वायसत्ररस (COVID 19)



Ministry of Health & Family Welfare  
Government of India



अगर आप स्वस्थ हैं

तो आपको मास्क पहनने की आवश्यकता नहीं है

मास्क केवल उन्हीं को पहनना चाहिए जो अस्वस्थ हैं या जिन्हें



खांसी  
हो



बुखार  
हो



सांस लेने में  
कठिनाई हो



अगर आपमें इनमें से कोई भी लक्षण हैं, तो कृपया राज्य की हेल्पलाइन  
नंबर या स्वास्थ्य मंत्रालय की 24x7 हेल्पलाइन नं. 011-23978046  
पर कॉल करें

स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी के लिए: स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण  
मंत्रालय भारत सरकार के 24 X 7 हेल्पलाइन नंबर + 91-11-23978046  
ई-मेल: [ncov2019@gmail.com](mailto:ncov2019@gmail.com) पर संपर्क करें