

# कोरोनावायरस, सर्दी, बुखार और दूसरी बीमारियों को कैसे रोकें

## टिप 1

अपने हाथों को हर समय साफ रखें, इसके लिए कम से कम 20 सेकंड के लिए साबुन और पानी से धोएँ या किसी एल्कोहल आधारित हैंड-सैनिटाइज़र का उपयोग करें।

## टिप 2

आपने यदि अपने हाथ साफ न किए हों तो अपने चेहरे को न छुएँ।

## टिप 3

यदि आपको खाँसना या छींकना हो तो टिशू उपयोग करें और उसे तुरंत फेंक दें। यदि टिशू उपलब्ध न हो तो अपनी कोहनी में छींके या खाँसे।

## टिप 4

फ़्लू बुखार से सुरक्षा के लिए फ़्लू का टीका लगवाएँ।

## टिप 5

आप जिन चीजों और सतहों का ज़्यादा उपयोग करते हैं या ज़्यादा छूते हैं उन्हें, खासकर अपने मोबाइल को असंक्रमित करें।