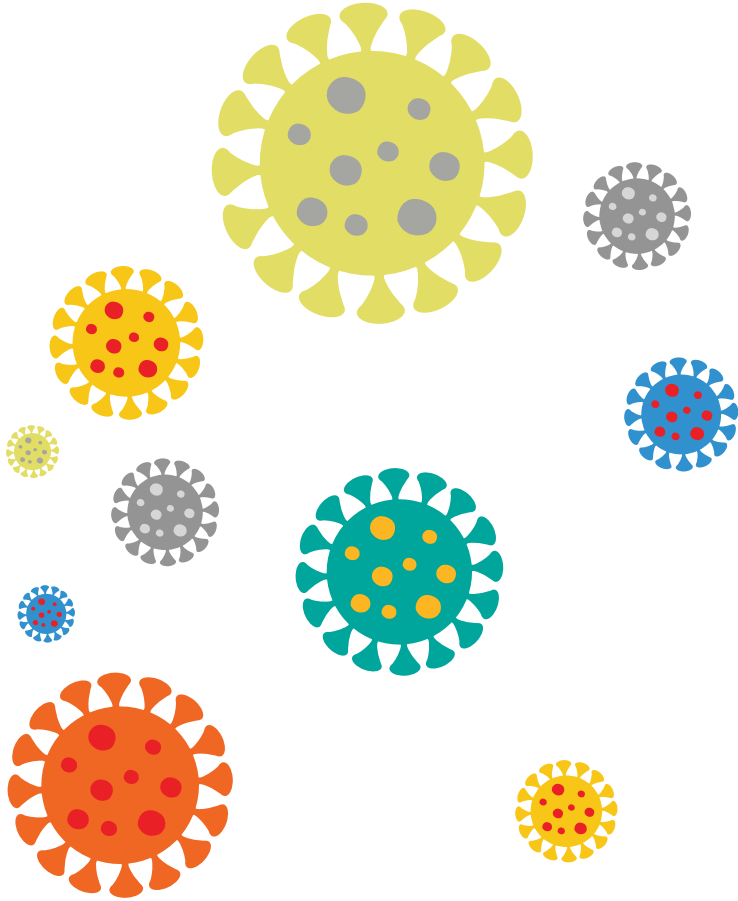




وزارة الصحة  
Ministry of Health

# করোনাভাইরাস প্রতিরোধ নভেল করোনাভাইরাস (COVID-19)

এর জন্য আপনার গাইড  
**COVID-19**



MOH initiative

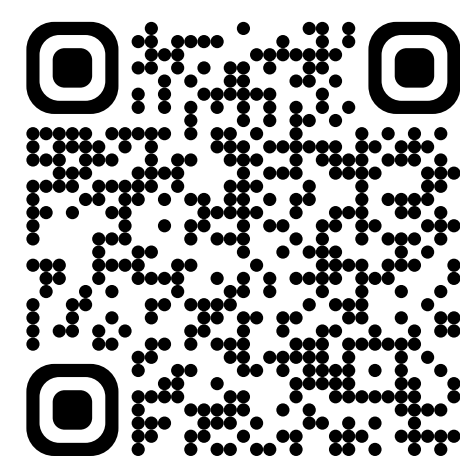
عيش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health



COVID -19 কি?



# COVID-19 এর সংকরমণ



1

রোগীর কাশি বা হাঁচি থেকে শব্বাস পরশব্বাসের  
মধেয্ থাকা ফোঁটাগুলির মাধ্যমে সরাসরি  
সংকরমণ

2

দূষিত পৃষ্ঠ এবং স্পশের মুখ, নাক বা চোখের স্পশের  
মাধ্যমে পরোক্ষ সংকরমণ

3

সংকরমিত বয্কিতদের সাথে সরাসরি



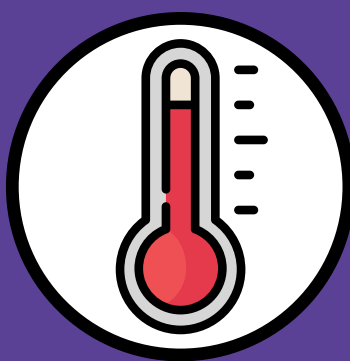
MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



# COVID-19

এর লক্ষণ:



জ্বর



কাশি



হাঁপানি

MOH initiative

  
Live Well

# COVID-19

পরতিরোধ:

আমি কিভাবে নিজেকে রক্ষা করব এবং  
রোগের বিস্তার রোধ করব?



আপনার হাত ধুয়ে নিন  
**40** সেকেন্ড ধরে জল ও সাবান দিয়ে  
বা অ্যালকোহল স্যানিটাইজার ব্যবহার করে  
**20** সেকেন্ডের জন্য



আপনার মুখ এবং নাক তেকে রাখুন  
কাশি বা হাঁচির হওয়ার সময় টিসুয় বা আপনার  
কনুইয়ের সম্মুখভাগের মাধ্যমে  
এবং বাইরে বেরোনের সময় ফেস মাস্কের মাধ্যমে



শ্বাসযন্ত্রের অসুস্থতার লক্ষণ যেমন  
কাশি বা হাঁচি প্রকাশ করা ব্যক্তির সাথে  
সরাসরি যোগাযোগ এড়িয়ে চলুন

MOH initiative

  
Live Well

# কখন ধোওয়া উচিত?

খাবার রান্না করার আগে এবং  
পরে



খাওয়ার আগে

কাশি বা হাঁচি হওয়ার পরে



অসুস্থ ব্যক্তির যত্ন নেওয়ার  
আগে বা পরে



শৌচালয় ব্যবহার করার  
পরে



সন্তানের ডায়ার পরিবর্তন  
করার পরে

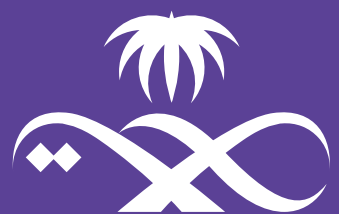


পশুদের স্পর্শ করার পরে



আবজরনা স্পর্শ  
করার পরে

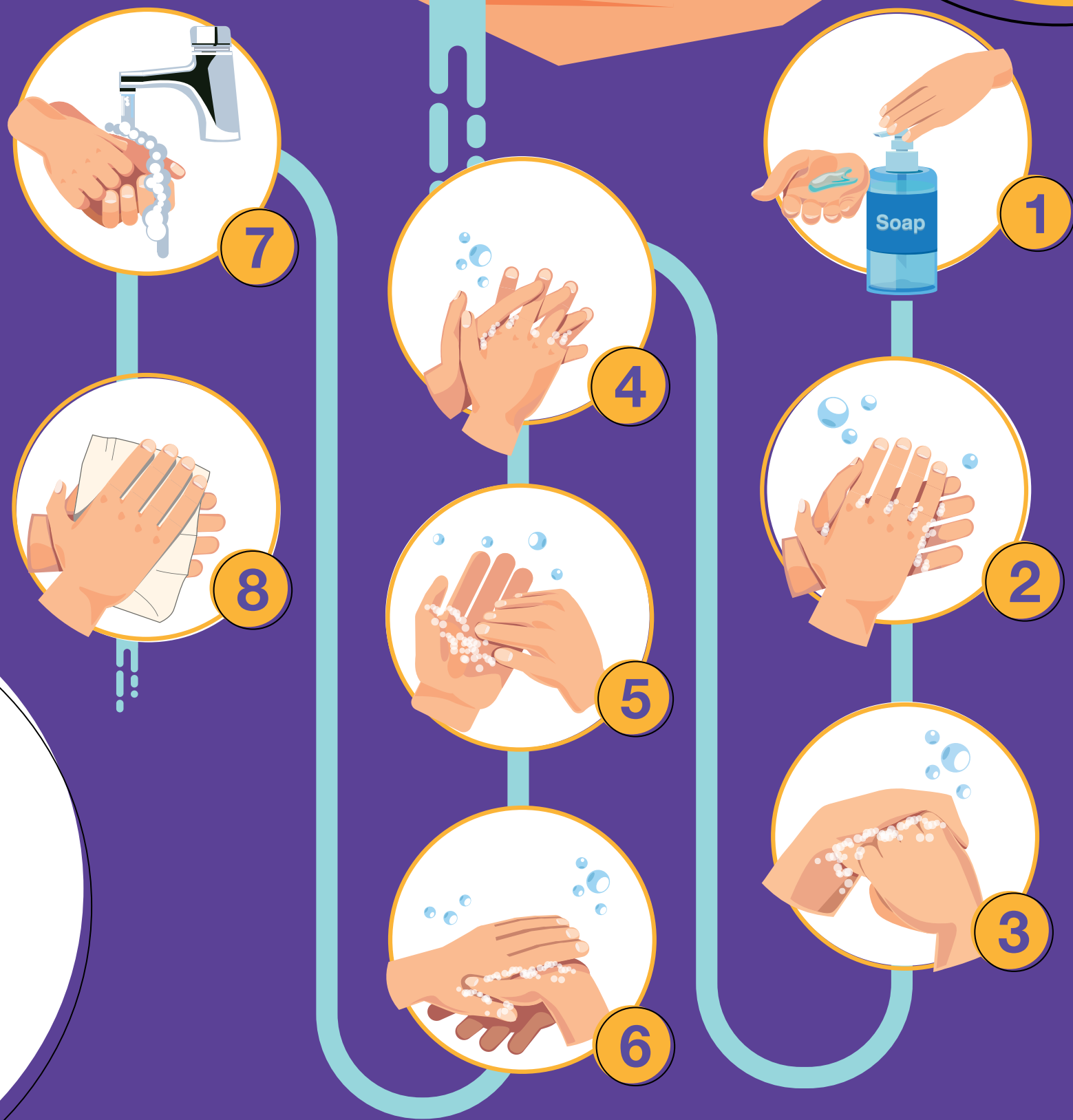




وزارة الصحة  
Ministry of Health

## COVID-19

রোধ করতে আপনার  
হাত ধোয়ার সঠিক  
উপায়:



## কখন?



খাওয়ার আগে এবং  
পরে



কাশি বা হাঁচি হওয়ার  
পরে



শৌচালয় ব্যবহার  
করার পরে

40 সেকেন্ড ধরে সাবান, জল বা জীবাণুমুক্ত পদার্থের  
মাধ্যমে আপনার হাত ধুয়ে ফেলুন।



وزارة الصحة  
Ministry of Health



R0 কি?





## সংক্রমণ কমাতে হাঁচির শিষ্টাচার:



সুস্থ ব্যবহার করে  
আপনার হাঁচি বা কাশি  
তেকে রাখুন



অথবা আপনার  
কনুইয়ের ভিতরের  
অংশটি ব্যবহার করুন



যত তাড়াতাড়ি সম্ভব  
টিস্যুগুলির নিষ্পত্তি করুন



নিজের হাত গরম জল এবং  
সাবান দিয়ে 40 সেকেন্ডের  
জন্য ধুয়ে ফেলুন



MOH initiative

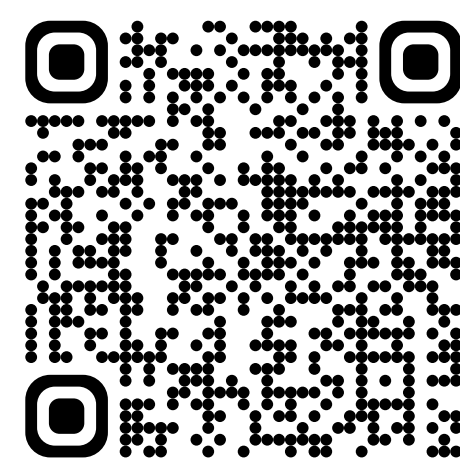
  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health



কেন আপনার হাত  
ধোয়া উচিত?

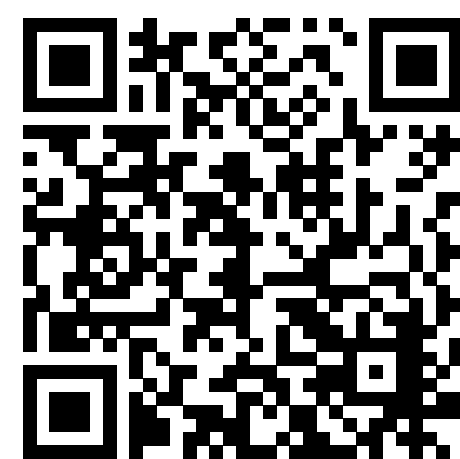




وزارة الصحة  
Ministry of Health



কিভাবে আপনার নিজস্ব  
কাপড়ের মাস্ক তৈরী করবেন?







وزارة الصحة  
Ministry of Health



من خلال  
منصة موعد

মাউইড অ্যাপ্লিকেশনের  
মাধ্যমে পরীক্ষা করে দেখুন





# গৃহ বিচ্ছিন্নতার নিদেৰ্শিকা:

কাশি বা হাঁচি  
হওয়ার সময়



আপনার হাতের মাধ্যমে নিজের  
মুখ ঢেকে রাখুন,



এবং সেগুলি আবজর্নায়  
ফেলে দিন বা



টিস্যু বয়্বহার  
করুন

তারপরে আপনার হাত সাবান এবং জল দিয়ে ধুয়ে নিন বা কোনও  
জীবাণুমুক্ত করার মতো পদার্থ বয়্বহার করুন।

- আপনার বাড়ির ভেতরে একটি ঘরে থাকুন এবং  
যতটা সম্ভব অনেঘের সাথে যোগাযোগ এড়ান
- অনেঘদেরকে আপনার কাজ করতে অনুরোধ  
করুন

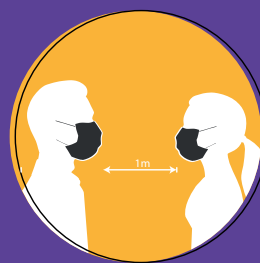


- ভ্রমণ এবং সৰ্বজনীন স্থান (স্কুল বা কামৰস্থল) এড়িয়ে চলুন
- বাড়িতে অতিথিদের গৰ্হণ করার থেকে বিরত থাকুন

যখন অনেঘদের সাথে যোগাযোগ করা পর্যোজন হয়:



আপনি যখন বাড়ি ছেড়ে বাইরে যান বা অনেঘের সংস্পর্শের  
আসেন তখন একটি মাস্ক পরুন



নিজের এবং অনেঘদের মাঝে কমপক্ষে  
এক মিটারের বয়্বধান রাখুন

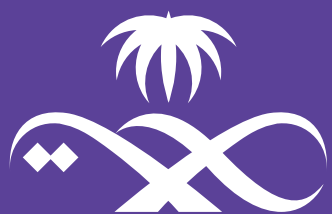


When symptoms occur,  
call health 937

Follow this for 14 days  
to reduce the spread of infection

MOH initiative

عش  
بصحة  
Live Well



وزارة الصحة  
Ministry of Health

# الوقاية من كورونا

الفيروس الجديد  
(COVID-19)

دليلك التوعوي  
عن الفيروس  
#الوقاية\_من\_كورونا



إحدى مبادرات وزارة الصحة

عيش  
بصحة  
Live Well

أخر تحديث ٢٠٢٠/٣/١٢م



وزارة الصحة  
Ministry of Health

MOH initiative

عيش  
بصحة  
Live Well

Do you like this file?

Click here for more

