



REDUCE YOUR RISK OF COVID-19 INFECTION



WASH HANDS

Wash your hands with soap or use a hand sanitiser



COVER A COUGH OR SNEEZE

Cover your cough or sneeze with your sleeves or tissues. Dispose the tissue and wash hands afterwards



SOCIAL DISTANCING

Keep a distance of around 1 meter away from others in public



STAY AT HOME

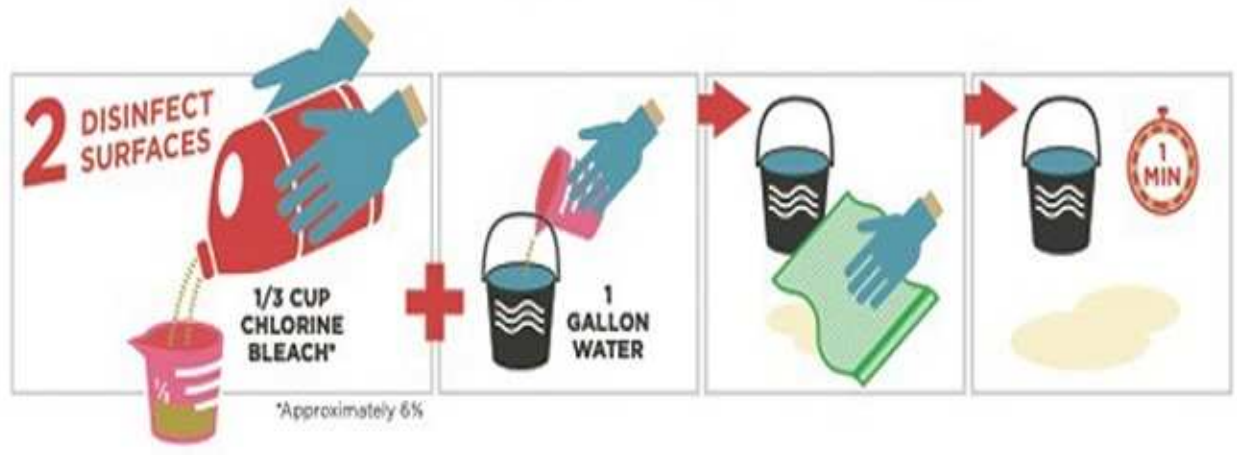
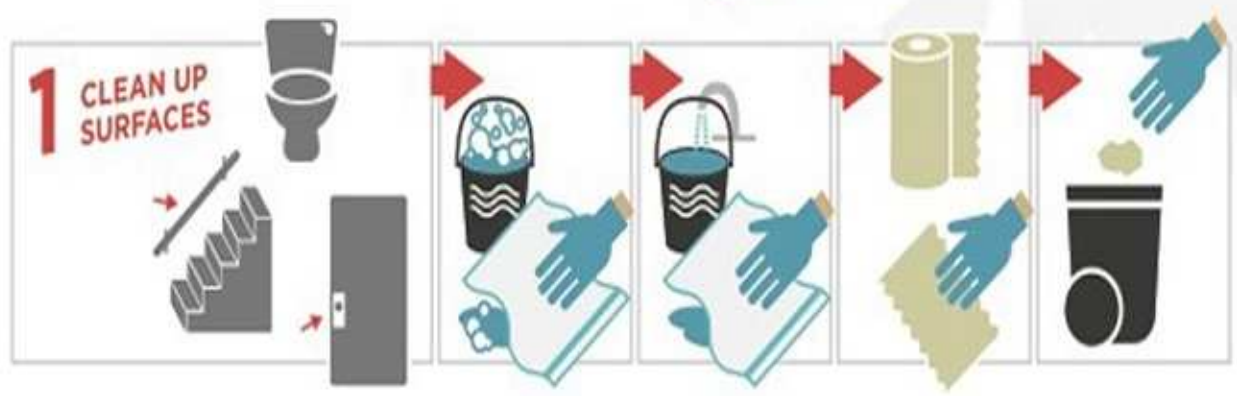
Always stay home unless you have an important reason to leave the house



Help Prevent the Spread of COVID-19* ("novel coronavirus")



Clean surfaces that are touched a lot.



Disinfecting products must be EPA-registered. Always read and follow manufacturer's directions.

***COVID-19 is caused by the SARS-CoV-2 virus**

For more information on COVID-19 prevention, please see <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>.



FATHER MULLER MEDICAL COLLEGE HOSPITAL



ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು
ಕುಟುಂಬ ಕಲ್ಯಾಣ ಇಲಾಖೆ



ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ
ನಿಮ್ಮ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ



ನೋವಲ್ ಕೋರೋನಾ ವೈರಸ್ (COVID -19)

ನಿಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ಇತರರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ !

ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು ಹಾಗೂ ಮಾಡಬಾರದ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ಹಾಲಿಸಿ

ಮಾಡಬೇಕಾದದ್ದು



ಆರಾಧ್ಯ ಸೋಲಿಗೆ ಅದರ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ
ವೈರೋಸಿಯುದ್ರದಕ್ಕೆ ಅದ್ವೈತ ದೂರಿ ಅದರ
ಅದ್ವೈತದಿಂದ ಅದರ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ
ಇತರ. ವೈರಸ್ ಪ್ರದರ್ಶನದಿಂದ ಸೋಲಿಗೆ ದುಕ್ಕ
ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ವೈರೋಸಿಯುದ್ರದಕ್ಕೆ ಮರೆಯಿರಿ.



ಕೆಲವು ದೂರ ಮತ್ತು ವಿಸ್ತಾರ
ದೂರ / ಕೆಲವು ಉದ್ದದಿಂದ
ಅಂತರ ಅಂತರದಿಂದ ವೈರಸ್
ಲಾಭಿಸಿ.



ಅಂತರದ ಅದ್ವೈತದಿಂದ
ತಕ್ಷಣದಿಂದ ದುಕ್ಕದಿಂದ
ನಿರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ.



ನಿಮ್ಮ ರೋಗ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ
(ಫೀ, ಉಷ್ಣತೆ, ಕೆಲವು / ಕೆಲವು)
ವೈರಸ್‌ನಿಂದ ದೂರ ದೂರಿ. ವೈರಸ್‌ನಿಂದ
ದೂರದಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಜಾಯ ಮತ್ತು ದೂರದಿಂದ
ದುಕ್ಕದಿಂದ ದೂರದಿಂದ ದೂರದಿಂದ
ಕೆಲವು ದೂರದಿಂದ ದೂರದಿಂದ.



ಈ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳು/ಅವಶ್ಯಕವಾದಲ್ಲಿ
24/7 ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯವಾಣಿ
104 ಕ್ಕೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ.



ಅವರು ಇತರರಂತೆ ಇದರ
ಸಹಾಯದಿಂದ ದೂರದಿಂದ
ಅಂತರದಿಂದ ದೂರದಿಂದ ದೂರದಿಂದ.



ನಿನ್ನ ಕೆಲವು ದುಕ್ಕದಿಂದ
ಅಂತರದಿಂದ, ಅಂತರದಿಂದ
ನಿನ್ನ ಕೆಲವು ದುಕ್ಕದಿಂದ.



ನಿನ್ನ ಕೆಲವು ದುಕ್ಕದಿಂದ
ದುಕ್ಕದಿಂದ ದುಕ್ಕದಿಂದ ದುಕ್ಕದಿಂದ
ನಿನ್ನ ಕೆಲವು ದುಕ್ಕದಿಂದ.



ಅಂತರದಿಂದ ದೂರದಿಂದ
ಲಾಭಿಸಿ.

ಮಾಡಬಾರದ್ದು

ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಒಟ್ಟಾಗಿ ಕೋರೋನಾ ವೈರಸ್ ವಿರುದ್ಧ ಹೋರಾಡೋಣ,
ರೋಗ ಹರಡದಂತೆ ಎಲ್ಲರೂ ಜಾಗೃತಿ ವಹಿಸೋಣ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ

24/7 ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯವಾಣಿ 104 ಮತ್ತು 080-22208541 ಅಥವಾ

ಕೇಂದ್ರ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯವಾಣಿ 24/7 ಉಚಿತ ಆರೋಗ್ಯ ಸಹಾಯವಾಣಿ +91-11-23978046

ಈಮೇಲ್ - ncov2019@gmail.com



WASH YOUR HANDS



Hand washing is a quick and simple way to protect you from germs. It's easy and only takes 20 seconds.

Sing these words to the melody of "Twinkle Twinkle" while washing your hands!

1

Palm to palm



Twinkle Twinkle little star 🎵

2

Between Fingers



See how clean my two hands are 🎵

3

Back of Hands



Soap and water wash and scrub

4

Finger-nails



Get those germs off rub a dub 🎵

5

Base of thumbs



Twinkle Twinkle little star 🎵

6

Wrists



See how clean my two hands are 🎵



COVID-19 / CORONAVIRUS WARNING



**Avoid Large
Crowds**



**Do Not Meet
Infected or Sick People**



**Do Not Touch Your Face
esp. Mouth, Eyes, Nose**



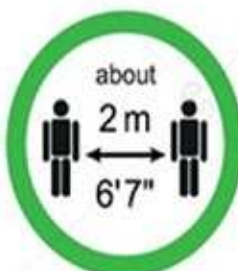
**Do Not Travel
Unless Necessary**



**Wash Hands
Thoroughly**



**Use Soap
or Hand Sanitizer**



**Keep Safe Distance
from Other People**



**Stay at Home
if Possible**



COVID-19



PREVENTIONS



**FREQUENTLY
WASH HANDS**



**STAY
HOME
STAY
SAFE**



**WEAR MASK IN
PUBLIC PLACES**



**SNEEZE
INTO
YOUR
ELBOW**



ഭയപ്പെടേണ്ടതല്ല... ജാഗ്രത മതി...

കോറോണ വൈറസ് (കോവിഡ്-19) പൊതുജനങ്ങൾക്കുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ



സോപ്പും വെള്ളവും ഉപയോഗിച്ച് ഇടയ്ക്കിടെ കൈ കഴുകുക

പനിയുള്ളവർ ഉപയോഗിച്ച സാധനങ്ങൾ, വസ്ത്രം തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക.



കഴുകാത്ത കൈകൾക്കൊണ്ട് കണ്ണ്, മൂക്ക്, വായ തുടങ്ങിയ ഭാഗങ്ങളിൽ തൊടരുത്.



വിദേശത്ത് നിന്നെത്തുന്നവർ വീടുകളിൽ തന്നെ തങ്ങുക. ആരോഗ്യ വകുപ്പുമായി ബന്ധപ്പെടുക.



അനാവശ്യ ആശുപത്രി സന്ദർശനം ഒഴിവാക്കുക.



ചുമയ്ക്കുമ്പോഴും തുമ്മുമ്പോഴും തുവാല ഉപയോഗിച്ച് മൂക്കും വായും അടച്ച് പിടിക്കുക.



പനി, ചുമ തുടങ്ങിയ രോഗ ലക്ഷണങ്ങൾ അനുഭവപ്പെട്ടാൽ ഡോക്ടറെ കാണുക