Foundation For Disaster Forum

(A Disaster Preparedness Network)

দুরযগা ফরোম

সচেতনতা বার্তা ৫ **০৩ ফেব্রুয়ারি ২০২০**

করোনাভাইরাস থেকে বাঁচতে কিছু পরামর্শ

নভেল করোনাভাইস একটি ছোঁয়াচে রোগ এবং এটি বাতাসের সাহায্যে ছড়ায়। এখন পর্যন্ত এ ভাইরাসের কোনো প্রতিষেধক বা ভ্যাকসিন আবিষ্কার হয়নি। ইতিমধ্যে বিশ্বের অনেক দেশে এটি ছড়িয়ে পড়েছে। তাই করোনাভাইরাস সংক্রমনের হাত থেকে রক্ষা পেতে নিম্নোক্ত বিষয়গুলো মেনে চলা ভালো:-

- মসজিদে নামাজে যাবার সময় নিজেদের লন্ড্রি করা বা ধোয়া জায়নামাজ ও টুপি নিয়ে যান। বাড়ি এসে সেটা আবার লন্ড্রি করে ফেলুন। সেটা না পারলে কমপক্ষে একটা সাবান কাচা বড় রুমাল নিয়ে যাবেন সেজদার জায়গায় সেটা বিছিয়ে সেজদা দিন।
- যাঁদের হাঁচি কাশি হয়েছে তারা টিস্যু পেপার নয় বরং নিজের রুমাল ব্যাবহার করুন।
- সেলুনে গেলে নিজের তোয়ালে নিয়ে যান বা নিজের একটা সুতি চাদর নিয়ে যান। সেলুনের চাদর তোয়ালে ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকুন। এবং অন্যের ব্যবহৃত যেকোনো কিছু ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকুন।
- নভেল করোনাভাইরাস যেহেতু মানুষ থেকে মানুষে ছড়াচ্ছে তাই মানুষের ভিড় আর বারোয়ারী জায়গাগুলিতে এমনকি প্রয়োজনে বাড়ির ভেতরও মাস্ক ব্যবহার করুন।
- সব সময় পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন থাকুন।

আতঙ্কিত না হয়ে করোনাভাইরাস প্রতিরোধে সচেতনতা অবলম্বন করুন, সুস্থ থাকুন।

Regst. under RJSC No. S10770,
House # 10/15, Flat – B1 (1st Floor), Iqbal Road, Block-A, Mohammadpur, Dhaka-1207,
E-mail: bdpf.sr@gmail.com, **Website:** www.disasterforum.org