

हामीलाई सहयोग गर्नुहोस्

फैलनबाट रोक्नुहोस्



आफ्नो हातहरू राम्रोसँग सफा गर्नुहोस्
कम्तिमा २० सेकेन्डको लागि साबुन र पानीले,
वा मदिरामा आधारित हात सेनिटाइजरले



खोक्दा वा हयाच्छिउँ गर्दा कृपया आफ्नो नाख र मुखलाई
कुनै नरम कागज वा कुहिनाले छोपनु होस् ।
त्यो नरम कागजलाई बिनमा फ्याल्नु होस् ।



जसलाई चिसो वा रुघा लागेको जस्तो लक्षण छ उनीहरूको
नजिक सम्पर्कमा नजानुहोस्



यदि तपाईं बिरामी हुनुहुन्छ भने घरमा बस्नुहोस् ।