

# COVID-19 Alert



আগামী ২১ দিন কি করবেন,  
কি করবেন না:

১. অফিস বা বাজার থেকে বাড়িতে ফিরেই প্রথমে বাইরের জামাকাপড় ছেড়ে ফেলুন এবং হাত-পা ভালো করে সাবান দিয়ে ধুয়ে নিন।
২. কাজের লোকজনকে বাড়িতে ঢোকান পরে হাত ভাল করে ধুয়ে তারপরে কাজ করতে বলুন।
৩. বাজার থেকে আনা সব ফল ও সব্জি গরম জলে ধুয়ে তারপরে store করুন।
৪. মোবাইল ও রিমোট অন্ততঃ দিনে একবার স্পিরিট দিয়ে ধুয়ে রাখুন।
৫. সাধারণ গণপরিবহন মাধ্যম যতটা সম্ভব এড়িয়ে চলুন।
৬. টুইশন, নাচ/গানের ক্লাস আপাততঃ বাদ দিন।
৭. সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ হল নাক-চোখ-মুখে একেবারেই হাত দেওয়া চলবে না যতক্ষণ না হাত সম্পূর্ণ sanitize করা হচ্ছে।

8. বারো বছরের নীচে ও পঞ্চাশ বছরের উপরের বাচ্চাদের ব্যাপারে চূড়ান্ত সতর্ক থাকুন।
9. দুধের প্যাকেট আনার পরে প্যাকেট ও হাত দুইই ভালো করে ধুতে হবে।
10. Swiggy, amazon থেকে এখন বিরত থাকুন।
11. বয়স্ক ব্যক্তি বিশেষতঃ ৬০ বছরের উর্ধে যারা আছেন, তাঁদেরকে একান্ত বাধ্য না হলে বাইরে যেতে নিষেধ করুন।

উপরের সতর্কতাকে অনেকেরই বাড়াবাড়ি মনে হতে পারে। কিন্তু এই অসতর্কতার ফলেই ইউরোপ আজকে বিরাট চ্যালেঞ্জ এর মুখে। করোনার মারণ ক্ষমতা খুবই কম (মাত্র 3%), কিন্তু বহু মানুষ একসাথে আক্রান্ত হলে কারোর চিকিৎসার সুযোগটাই পাওয়া যাবে না। যেটা এখন ইতালি বা স্পেনে হচ্ছে, বহু মানুষ হাসপাতালে ভর্তি হতে না পেরে বিনা চিকিৎসায় মারা যাচ্ছে।

আসুন, সকলে মিলে সচেতন হই