











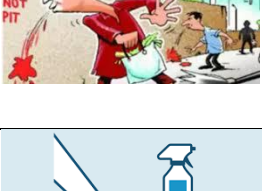



















கோவிட்-19 நோயை தடுப்பதற்கு கடைபிடிக்க வேண்டிய 15 உரிய வாக்குறுதிகள்.

	<p>1. உடல் ரீதியாக தொடர்பில்லாமல் வாழ்த்துக்களை பரிமாறவும்</p>		<p>9. தேவையற்ற பயணத்தை தவிர்க்கவும்</p>
	<p>2. ஒருவருக்கொருவர் ஆறு அடிக்கு குறையாமல் இடைவெளியை கடைபிடிக்கவும்</p>		<p>10. யாரிடமும் பாகுபாடு காட்ட வேண்டாம்.</p>
	<p>3. மீண்டும் பயன்படுத்தக்கூடிய முகக்கவசத்தை பயன்படுத்தவும்.</p>		<p>11. மக்கள் கூடுவதை தவிர்க்கவும் பாதுகாப்பை ஊக்குவிப்போம்.</p>
	<p>4. கண், மூக்கு, வாய், தொடுவதை தவிர்க்கவும்.</p>		<p>12. எதிர்மறையான வதந்திகளை சமூக ஊடகங்களில் பரப்புவதை தவிர்ப்பீர்.</p>
	<p>5. சுவாசப்பாதைகளை சுத்தமாக வைத்திருக்கவும்.</p>		<p>13. நம்பகமான செய்திகள் மூலம், கோவிட்-19 பற்றிய தகவல்களை தேடுங்கள்</p>
	<p>6. கைகளை அடிக்கடி சுத்தமாக சோப்பு போட்டு கழுவ வேண்டும்.</p>		<p>14. தேசிய கட்டணமில்லா உதவி எண் 1075 அல்லது மாநில உதவி எண்ணை ஏதாவது சந்தேகம் இருந்தால் தொடர்புகொள்ளவும்.</p>
	<p>7. புகையிலை, பாக்கு மெல்லுவதை தவிர்க்கவும் மற்றும் பொது இடங்களில் எச்சில் துப்புவதை தவிர்க்கவும்.</p>		<p>15. எந்தவொரு மன அழுத்ததிற்கும் உளவியல் ரீதியான உதவிகளை நாடுங்கள்.</p>
	<p>8. அடிக்கடி தொடக்கூடிய இடங்களை கிருமி நாசினிகளை கொண்டு தொடர்ந்து சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.</p>		

PUBLIC NOTICE

A set of 15 promises, we need to follow, as part of COVID Appropriate Behaviours.

 <p>shutterstock.com • 1675746844</p>	<p>1. Greet without Physical contact</p>	 <p>© iStockphoto.com © iStockphoto.com</p>	<p>9. Avoid unnecessary travel</p>
 <p>SOCIAL DISTANCING</p>	<p>2. Maintain physical distance</p>	 <p>Do not discriminate with people taking care of infected people. ASSOCIAM</p> <p>© iStockphoto.com</p>	<p>10. Do not discriminate against anyone</p>
 <p>HOW TO WEAR A REUSABLE MASK</p>	<p>3. Wear reusable face cover or mask</p>	 <p>11. Discourage crowd - Encourage safety</p>	<p>11. Discourage crowd Encourage safety.</p>
 <p>Avoid touching your... EYES NOSE MOUTH UNLESS you have just washed your hands!</p>	<p>4. Avoid touching eyes, nose, and mouth</p>	 <p>FAKE NEWS SHARE</p>	<p>12. Do not circulate social media posts which carry unverified or negative information</p>
 <p>5. Maintain respiratory hygiene</p>	<p>5. Maintain respiratory hygiene</p>		<p>13. Seek information on COVID-19 from credible sources</p>
	<p>6. Wash hands frequently and thoroughly</p>	 <p>TOLL FREE</p>	<p>14. Call National Toll-free helpline 1075 or State helpline numbers for any queries</p>
 <p>NOT PIT</p>	<p>7. Do not chew tobacco, khaini etc. or spit in the public places</p>		<p>15. Seek psychosocial support for any stress or anxiety</p>
	<p>8. Regularly clean and disinfect frequently touched surfaces</p>		