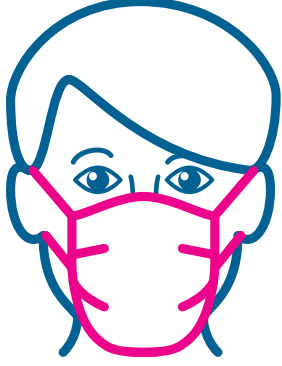


COVID-19



मास्क पहनना: क्या करें और क्या न करें

- ✓ इसे पहनने के पहले और बाद में अपने हाथ धो लें
- ✓ सुनिश्चित करें कि यह आपके नाक, मुंह और टुड्डी को ढंक रहा हो
- ✓ अपना मास्क गीला या गंदा होने पर बदलें
- ✓ ऐसे लोगों का सम्मान करें जो मास्क नहीं पहन सकते हैं
- ✓ दूसरों से 2 मीटर / 6 फीट दूरी बनाकर रखें

- ✗ पहनने के दौरान अपना चेहरा या मास्क न छुएं
- ✗ अपना मास्क कान पर न लटकाएं या इसे अपनी नाक या टुड्डी के नीचे न पहनें
- ✗ अगर मास्क में सांस लेने में दिक्कत हो रही है तो उसे न पहनें
- ✗ 2 वर्ष से कम आयु के बच्चे को मास्क नहीं पहनाएं
- ✗ अपना मास्क दूसरों के साथ साझा न करें

Hindi