

# राजकीय महाविद्यालय, गोसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव

कुछ महत्वपूर्ण सावधानियाँ अपनाकर कोरोना वाइरस से खुद को बचा सकते और दूसरों को भी

## कोरोना वायरस - लक्षण एवं बचाव

### कोरोना वायरस के लक्षण



- बुखार आना, सिरदर्द
- नाक बहना, जुकाम, सांस लेने में तकलीफ़
- खांसी, गले में खराश
- सीने में जकड़न

### कोरोना वायरस कैसे फैलता है

- संक्रमित व्यक्ति के खुली जगह में छींकने व खारखे से
- संक्रमित व्यक्ति से हाथ मिलावे, गले लगाने आदि से
- संक्रमित जगह से संपर्क में आने के बाद बिना हाथ धोए अपनी आंख, मुँह एवं नाक को छूने से

### कोरोना से बचाव के लिए क्या करें



संक्रमित व्यक्ति के निकट सम्पर्क में आने से बचें



नियमित रूप से दिन में कई बार हाथों को साबुन एवं साफ पानी से धोएं



बिना हाथ धोए अपनी आंख, मुँह एवं नाक को ना छुएँ



संक्रमित सामग्रियों के सम्पर्क में आने के बाद आंख या नाक छूने से बचें

डॉ. दीप्ति खरे, प्राचार्य की ओर से जनहित में प्रसारित

**राजकीय महाविद्यालय, गोसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव**

कुछ महत्वपूर्ण सावधानियाँ अपनाकर कोरोना वाइरस से खुद को बचा सकते और दूसरों को भी

**सुरक्षा जीवन**

**का अर्थ है,**

**सुरक्षा के बिना**

**सब व्यर्थ है।**

**घर में रहें**

**सुरक्षित रहें।**

**कोरोना से बचें और बचायें।**

**डॉ. दीप्ति खरे, प्राचार्य**



# राजकीय महाविद्यालय, गोसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव

कुछ महत्वपूर्ण सावधानियाँ अपनाकर कोरोना वाइरस से खुद को बचा सकते और दूसरों को भी



सदैव सतर्क रहें

एक बीमार व्यक्ति की लार अन्य चीजों को भी प्रभावित कर सकती है, जैसे कि



स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी के लिए:

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय भारत सरकार के 24\*7 हेल्पलाइन नं.

+91-11-2397 8046 पर संपर्क करें

ई-मेल करें [ncov2019@gmail.com](mailto:ncov2019@gmail.com)

— खुद रहें सुरक्षित, दूसरों को रखें सुरक्षित —

क्या करें ✓ क्या करें और क्या ना करें



बार-बार हाथ धोएं। जब आपके हाथ स्पष्ट रूप से गंदे न हों, तब भी अपने हाथों को अल्कोहल - आधारित हैंड वॉश या साबुन और पानी से साफ करें



छींकते और खांसते समय, अपना मुंह व नाक टिशू/स्माल से ढकें



प्रयोग के तुरंत बाद टिशू को किसी बंद डिब्बे में फेंक दें



अगर आपको बुखार, खांसी और सांस लेने में कठिनाई है तो डॉक्टर से संपर्क करें। डॉक्टर से मिलने के दौरान अपने मुंह और नाक को ढकने के लिए मास्क/कपड़े का प्रयोग करें



अगर आप में कोरोना वायरस के लक्षण हैं, तो कृपया राज्य हेल्पलाइन नंबर या स्वास्थ्य मंत्रालय की 24X7 हेल्पलाइन नंबर 011-23978046 पर कॉल करें



भीड़-भाड़ वाली जगहों पर जाने से बचें



यदि आपको खांसी और बुखार का अनुभव हो रहा हो, तो किसी के साथ संपर्क में ना आएं



अपनी आंख, नाक या मुंह को ना छूयें



क्या न करें ✗

सार्वजनिक स्थानों पर ना दूकें

हम सब साथ मिलकर कोरोनावायरस से लड़ सकते हैं

अधिक जानकारी के लिए

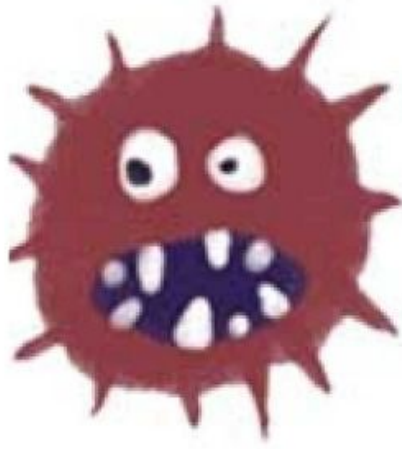
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय भारत सरकार के 24X7 हेल्पलाइन नं.

+91-11-2397 8046 पर कॉल करें या

ई-मेल करें [ncov2019@gmail.com](mailto:ncov2019@gmail.com)

डॉ. दीप्ति खरे, प्राचार्य की ओर से जनहित में प्रसारित





**देख भाई...**

कुछ ही दिनों की बात है  
चलो घर में रहकर देश भक्ति निभाते हैं  
सब एक जुट होकर हिंदुस्तान से  
कोरोना को भगाते हैं

#StayHome #Coronavirus

**कोरोना से बचें और बचायें।**

**राजकीय महाविद्यालय, गोसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव**

**डॉ० दीप्ति खरे, प्राचार्य एवं समस्त महाविद्यालय परिवार**

# राजकीय महाविद्यालय, गौसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव

कुछ महत्वपूर्ण सावधानियाँ अपनाकर कोरोना वाइरस से खुद को बचा सकते और दूसरों को भी

## कोरोना वायरस के लक्षण



पहले बुखार, फिर सूखी खांसी और सप्ताह भर यही स्थिति रही तो सांस की तकलीफ।  
कुछ मरीजों को इलाज के लिए अस्पताल जाना पड़ सकता है।



# राजकीय महाविद्यालय, गोसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव

कोरोना वायरस से बचाव हेतु माननीय प्रधानमंत्री, श्री नरेन्द्र मोदी जी ने जनता से मांगे ये सात वचन-

## पहला वचन

अपने घर के बुजुर्गों का विशेष ध्यान रखें। विशेषकर ऐसे व्यक्ति जिन्हें पुरानी बीमारी हो, उनकी हमें एक्स्ट्रा केयर करनी है।

## दूसरा वचन

लाकडाउन एवं सोशल डिस्टेंसिंग का पालन करें। घर में बने फेसकवर या मास्क का प्रयोग करें।

## तीसरा वचन

इम्युनिटी बढ़ाने के लिए, आयुष मंत्रालय के निर्देशों का पालन करें, गरम पानी एवं काढ़े का सेवन करें।

## चौथा वचन

कोरोना संक्रमण का फैलाव रोकने में मदद करने के लिए आरोग्य सेतु मोबाइल ऐप को जरूर डाउनलोड करें।

## पांचवां वचन

जितना हो सके उतने गरीब परिवार की देखरेख करें, उनके भोजन की आवश्यकता पूरी करें।

## छठा वचन

आप अपने व्यवसाय, उद्योग में अपने साथ काम कर रहे लोगों के प्रति संवेदना रखें, किसी को नौकरी से न निकालें।

## सातवां वचन

देश के कोरोना योद्धाओं, हमारे डाक्टर-नर्स, सफाई कर्मी-पुलिस कर्मी का पूरा सम्मान करें।

डॉ० दीप्ति खरे  
प्राचार्य

एवं समस्त महाविद्यालय परिवार



# राजकीय महाविद्यालय, गोसाईखेड़ा जनपद- उन्नाव

## विद्यार्थियों एवं अभिभावकों के लिए एक अपील

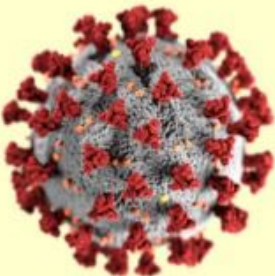
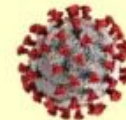
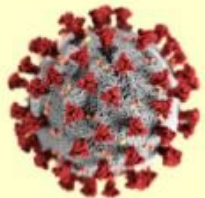
सर्वविदित है कि देश के साथ पूरे विश्व में नोवल कोरोना वायरस (COVID-19) से संक्रमित मरीजों की मौत का सिलसिला थमने का नाम नहीं ले रहा है, दुनियाभर में जैसे-जैसे कोरोना से संक्रमित मरीजों की संख्या बढ़ रही हैं, मौतें हो रहीं हैं। वैसे-वैसे कोरोना से जुड़ी सही और गलत जानकारी भी लोगों तक पहुंच रहीं हैं। जिससे लोगों में भय और तनाव जैसी स्थिति बनी हुई है। दूसरी तरफ इसके संक्रमण को रोकने के लिए प्रशासन उन इलाकों को सैन्टाइज कर रही है जो वायरस के हॉटस्पॉट स्थल बन गए हैं छिड़काव कर वायरस के खतरे को कम करने की कोशिश की जा रही है, लेकिन उनके साथ अभद्रता का व्यवहार किया जा रहा है। स्वास्थ्य कर्मियों एवं सुरक्षा कर्मियों के साथ अभद्रता का व्यवहार भी किया जा रहा है। तो आप खुद सोचिए जो अपनी जान की परवाह किए बिना आपकी सुरक्षा, सेवा में लगे हुए हैं आप उनके साथ ऐसा बर्ताव कर उनके मनोबल को कमजोर कर रहे हैं, उधर लॉकडाउन के नियमों का उल्लंघन भी कर रहे हैं। जबकि हमारे यशस्वी प्रधानमंत्री एवं मुख्यमंत्री इस संकट से निपटने के लिए हर संभव प्रयास कर रहे हैं। लेकिन फिर भी लोगों की लापरवाही और मनमानी जारी है इस संकट को गंभीरता से नहीं ले रहे हैं। तो आप याद रखिए आपकी यही लापरवाही और मनमानी बहुत ही जल्द देश को गर्त की ओर ले जाएगी।

जबकि आप जानते हैं कि देश में कोरोना के मामले कुछ जगहों को छोड़ दें तो लगातार बढ़ते ही जा रहे हैं जिसे देखते हुए प्रशासन ने लॉकडाउन में सख्ती की घोषणा की है और कई इलाकों को सील कर दिया गया है, संक्रमण रोकने के उपायों के तहत निगरानी बढ़ा दी गई है। फिर भी लोग इसकी गंभीरता को नहीं समझ रहे हैं। लेकिन एक नागरिक होने के नाते अब आपको इस संकट की गंभीरता को समझना होगा अपनी जिम्मेदारियां समझनी होंगी सतर्क रहना होगा और लापरवाही से बचना होगा अफवाहें फैलाने से बचना होगा।

आप सभी छात्राओं एवं अभिभावकों से मेरा अनुरोध है कि आप सभी अपने जिम्मेदारियों को समझें तथा आपके शिक्षकों द्वारा दिये जा रहे आनलाइन पढ़ाई के निर्देशों का पालन करते हुए अपनी परीक्षा की तैयारी और बेहतर ढंग से करें तथा अपने घर के बुजुर्गों की देखभाल करें तथा उनके साथ कुछ समय अवश्य बितायें जिससे उन्हें अकेलापन महसूस न होने पाये, देखने में आ रहा है कि घर के बुजुर्ग तनावग्रस्त हो रहे हैं।

समझदार बनिए, जिम्मेदार बनिए

STAY HOME STAY SAFE



निवेदक

डॉ० दीप्ति खरे, प्राचार्य

