



# मध्यप्रदेश भोज मुक्त विश्वविद्यालय, भोपाल

## अपील

### कोरोना वायरस से बचाव के उपाय

- अपने और अपने परिवार की सुरक्षा के लिये सामाजिक दूरी बनाये रखे।
- खुद को इसके रोगियों से दूर रखें। अगर आप इसकी चपेट में आ जाएं तो दूसरों को इससे बचाएं।
- आपके आसपास इस रोग के फैलने की आशंका हो, तो नाक और मुंह को अच्छी तरह ढक कर रखें। एक बार इस्तेमाल करने के बाद रूमाल फेंक दें।
- खांसने और छींकने के बाद हाथ साबुन से धोएं।
- आंखों, मुंह और नाक को छूने से बचें, अन्यथा इसकी चपेट में आ सकते हैं।
- रोगी ऑफिस या भीड़ वाली जगह पर न जाएं।
- सार्वजनिक स्थानों, सार्वजनिक यातायात के साधनों में कुछ भी छूने या किसी से हाथ मिलाने से बचें।
- सब्जी और फलों को खाने से पहले अच्छी तरह धोएं।
- घर को साफ रखें और बाहर से आने वाली चीजों को भी साफ करके ही घर में लाएं।

द्वारा-

**डॉ जयंत सोनवलकर,**

कुलपति, मध्यप्रदेश भोज मुक्त विश्वविद्यालय, भोपाल