



COMUNE DI NONANTOLA  
Centro Intercultura

Associazione  
di promozione  
sociale

giunchiglia11



illustrazione di Mirjana Farkas

## Coronavirus: attenzione, non paura

শুভ সকাল,

উত্তর ইতালির অনেক শহর এবং অঞ্চলের মতো ননানটোলাও একটি জটিল পর্যায়ে চলেছে এই সম্ভাবনার কারণে যে করোনাভাইরাস অনেক লোককে আক্রান্ত করে। আমাদের অবশ্যই ভয় পাওয়া উচিত নয়, তবে একই সাথে আমাদের সকলকে আমাদের মনোযোগও উচ্চ রাখতে হবে। এজন্য সাম্প্রতিক দিনগুলিতে স্বাস্থ্য মন্ত্রণালয় যে পরামর্শ প্রকাশ করেছে তা আমাদের কাজে লাগে। দুর্বলতম বিষয়গুলি (বিশেষত প্রবীণ এবং অসুস্থ) থেকে শুরু করে জনস্বাস্থ্য রক্ষার জন্য প্রয়োজনীয় টিপস।

ননানটোলার ফ্রিসউন স্কুল তাদের অনুবাদ করার কথা চিন্তা করেছে যাতে তারা যতটা সম্ভব লোকেরা বুঝতে পারে।

স্বাস্থ্য মন্ত্রকের দেওয়া স্বাস্থ্যকর পরামর্শ এখানে দেওয়া হয়েছে:

- ক) আপনার হাত প্রায়শই ধুয়ে ফেলুন। সকল পাবলিক প্লেসে (জিম, পাবলিক অফিস, অ্যাসোসিয়েশনগুলির সদর দপ্তর, গীর্জা, মসজিদ এবং উপাসনালয়গুলিতে) লোকদের জন্য উপলব্ধ করা জরুরী; হাত ধোয়ার জন্য জলীয় দ্রবণযুক্ত এমন সাবান বা পণ্যগুলি;
- খ) শিক্ষা এবং স্বাস্থ্যের সাথে তীব্র শ্বাস প্রশ্বাসের সংক্রমণ (ব্রোঞ্চাইটিস, ফ্লু, জ্বর, নিউমোনিয়া ...) থেকে আক্রান্ত ব্যক্তিদের খুব কাছাকাছি না থাকার চেষ্টা করুন;
- গ) আপনার হাত দিয়ে আপনার চোখ, নাক এবং মুখ স্পর্শ করবেন না;
- ঘ) যদি সে হাঁচি দেয় বা কাশি হয় তবে তার মুখ এবং নাকটি coverেকে রাখুন (তার কনুই দিয়ে পছন্দ!);
- ঙ) অ্যান্টিবায়োটিক ড্রাগ এবং অ্যান্টিবায়োটিক গ্রহণ করবেন না, যদি না চিকিৎসক তাদের পরামর্শ দেয়;
- চ) ক্লোরিন বা অ্যালকোহল ভিত্তিক জীবাণুনাশক দ্বারা পৃষ্ঠগুলি পরিষ্কার করুন;
- ছ) কেবলমাত্র যদি আপনি অসুস্থ বা অসুস্থ মানুষকে সহায়তা করেন সন্দেহ করে তবেই মুখোশটি ব্যবহার করুন।

Traduzione in bangla di **Riya Akter Rayhan**