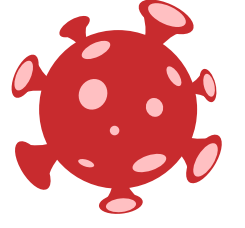


பொது பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள்



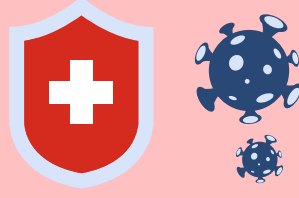
கோவிட்-19 & சுவாசம் தொடர்பான வைரஸ்கள் (1)

பரவுவதைத் தடுப்பதற்கான உதவிக்குறிப்புகள்

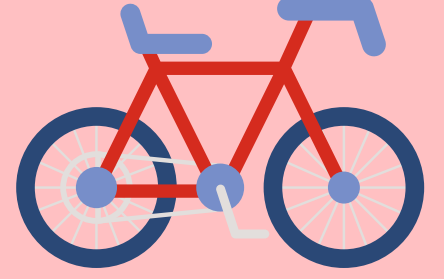
கோவிட்-19 மற்றும் இன்ஃப்ளூயன்ஸாவிலிருந்து மிகவும் நோய்வாய்ப்படுவதிலிருந்து சிறந்த பாதுகாப்பைப் பெறுவதற்குத் தகுதிபெறும் போது, இலையுதிர்கால கோவிட்-19 பூஸ்டர் மற்றும் காய்ச்சல் தடுப்பூசி உள்ளிட்ட உங்கள் தடுப்பூசிகளைப் பற்றி புதுப்பித்த நிலையில் இருங்கள்.



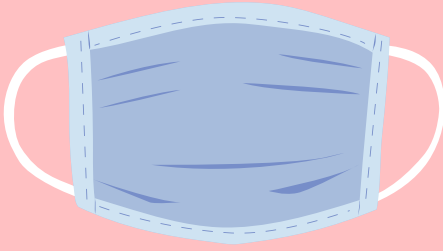
உங்களுக்கு சமீபத்தில் கோவிட்-19 தொற்று ஏற்பட்டிருந்தாலும், தடுப்பூசிகளைப் பற்றி புதுப்பித்த நிலையில் இருப்பது உங்களுக்கு வலுவான கலப்பின நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை அளிக்கிறது.



முடிந்தவரை வெளியில் பழகுவது - உட்புறத்தை விட வெளிப்புறங்களில் ஆபத்து குறைவு.



உயர்தர, நன்கு பொருந்தக்கூடிய முகக்கவசத்தை அணியுங்கள், குறிப்பாக வீட்டிற்குள், அமைப்பு மற்றும் சூழ்நிலையின் அடிப்படையில். உட்புற பொது அமைப்புகளில் முகக்கவசங்கள் கடுமையாக பரிந்துரைக்கப்படுகின்றன, குறிப்பாக நீங்கள் அதிக ஆபத்தில் உள்ளவர்கள் அல்லது உடல்நலம் பாதிக்கப்பட்டவர்களைச் சுற்றி இருந்தால்.



நீங்கள் நோய்வாய்ப்பட்டிருந்தால் அல்லது அறிகுறிகள் இருந்தால், அவை லேசானதாக இருந்தாலும் வீட்டிலேயே இருங்கள்.



ஆதாரம்: [Toronto Public Health](https://www.toronto.ca/public-health/)



COUNCIL OF
AGENCIES SERVING
SOUTH ASIANS



SOUTH ASIAN
VACCINE
ENGAGEMENT
COLLABORATIVE