



COVID-19'এর ছড়িয়ে পড়া হ্রাস করুন।

আপনার হাত ধুয়ে নিন।

1 – গরম জলে হাত ভেজান

2 – সাবান লাগান

3 - অন্তত 20 সেকেন্ডের জন্য, ধুয়ে ফেলা নিশ্চিত করুন:

4 – ভাল করে ধুয়ে নিন

5 – কাগজের তোয়ালে দিয়ে হাত শুকিয়ে নিন

6 – কাগজের তোয়ালে দিয়ে কল বন্ধ করুন

প্রত্যেক হাতের তালু এবং পিছন দিক

আঙুলের ফাঁকে

নখের নিচে

বৃদ্ধাঙ্গুষ্ঠগুলি





কানাডার জনস্বাস্থ্য কর্তৃপক্ষ