

फ्लू की रोकथाम

(Prevention of Flu)



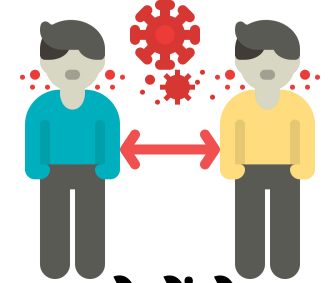
टीका लगवाएं



अपने हाथ नियमित
रूप से धोएँ



अपनी आंखें, नाक और
मुंह को छूने से बचें



बीमार लोगों के आस-
पास रहने से बचें



चेहरे पर मास्क
पहनें



स्वस्थ आहार
खाएँ



हाइड्रेटेड रहें



नियमित रूप से
व्यायाम करें