

ಕೋವಿಡ್-19 ತಡೆದು ಎಲ್ಲರ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿ!

ಹಾವು-ಎಣೆ ಆಟವಾಡಿ ವಿಚಾರ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ.

<p>ಕೋವಿಡ್-19 ಯಾರಿಗೂ ತಟ್ಟದೆ ಇಡೀ ಸಮಾಜ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿರುವುದು.</p> <p>ಆರೋಗ್ಯ ಭಾರತ</p>	<p>ನನಗೆ ಕೋರೋನಾವೈರಸ್ ತಗಲುವುದಿಲ್ಲ. ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ.</p>	<p>ಉತ್ತಮ ಭಾವನೆ! ಸಾಮಾಜಿಕ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ ಕಾಪಾಡುವುದು ಎಲ್ಲರ ಜವಾಬ್ದಾರಿ.</p>	<p>ಜ್ವರ, ಒಣಕೆಮ್ಮು, ಮೃಕ್ಕೆ ನೋವಿದ್ದರೆ ಮನಮದ್ದು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವೆ.</p>	<p>ನಿಜ! ಸೋಂಕು ಹರಡದಂತೆ ತಡೆಯುವುದೇ ಈಗಿನ ಮಹಾ ಅಸ್ತ್ರ.</p>	<p>ಸಭೆ, ಸಮಾರಂಭ, ಜಾತ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿ ಗುಂಪುಗೂಡುವೆ. ನನಗೇನೂ ಆಗದು.</p>				
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
<p>ಬೇಕೋ ಬೇಡವೋ ಎಲ್ಲೆಡೆಲ್ಲಿ ತಿರುಗಾಡುವೆ!</p>	<p>ಹೌದು! ಸರಿಯಾದ ಕ್ರಮ. ಜ್ವರ, ತಲೆನೋವು, ವಾಕರಿಕೆ, ವಾಂತಿಯಾದರೆ ವೈದ್ಯರ ನೆರವು ಬೇಕೇಬೇಕು.</p>	<p>ಕೋವಿಡ್-19 ತಡೆಯಲು, ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಲು ಶ್ರಮಿಸುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯರು, ಹೋಲಿಸರು, ಸ್ವಚ್ಛತಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯನ್ನು ಗೌರವಿಸುತ್ತೇನೆ.</p>	<p>ಹುಚ್ಚು ಸಾಹಸ ಬೇಡ. ಸೋಂಕಾದೀತು.</p>	<p>ಕೋವಿಡ್-19 ರಿಂದ ಸತ್ತವರ ಬಗ್ಗೆ ಟೀವಿ ವಾರ್ತೆ ನೋಡಿ, ಅವರಿವರ ಮಾತು ಕೇಳಿ ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಬೀಳುವುದು.</p>	<p>ಬಹಳ ಒಳ್ಳೆಯದು! ಸೋಂಕು ಆಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಇದು ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕ್ರಮ.</p>				
80	79	78	77	76	75	73	72	71	
<p>ಲಾಕ್‌ಡೌನ್‌ನಲ್ಲಿ ದಿನಸಿ, ಧಾನ್ಯ, ಮಾಸ್ಕ್, ಔಷಧಿ ನಮಗೆ ಸಿಕ್ಕರೆ ಸಾಕು. ಎಲ್ಲಾ ಕೂಡಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳೋಣ!</p>	<p>ಕೋರೋನಾವೈರಸ್ ಸೋಂಕಿನ ಅನುಮಾನವಿದ್ದರೆ 104ಕ್ಕೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ.</p>	<p>ಬಾಲ್ಯವಿವಾಹ, ಮಕ್ಕಳ ದೌರ್ಜನ್ಯ, ಹಿಂಸೆ, ದೇವದಾಸಿ ಪದ್ಧತಿಗೆ ಅರ್ಪಣೆ ಆಗುತ್ತಿದ್ದರೆ ಸುಮ್ಮನೆ ನೋಡುವೆ. ನಮ್ಮಿಂದೇನೂ ಆಗದು!</p>	<p>ಕೋವಿಡ್-19ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಸದ್ಯದಲ್ಲಿ ಔಷಧಿ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ನನಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ.</p>						
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
<p>ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಪಾಲನೆ ನಿಮಗೂ, ನಿಮ್ಮನ್ನು ನಂಬಿದವರಿಗೂ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಕ್ಷೇಮಕರ.</p>	<p>ಅನಗತ್ಯವಾದ ಸಂಗ್ರಹ ತೀರಾ ಅಗತ್ಯವಿರುವವರಿಂದ ಆಹಾರ ಕಿತ್ತುಕೊಂಡಂತೆ!</p>	<p>ಶಭಾಷ್! ದೂರದೂರವಿರುವುದು ಕೋರೋನಾವೈರಸ್ ತಾಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮ.</p>	<p>ತರಕಾರಿ, ಮಾಂಸ, ಮೊಟ್ಟೆ, ಮೀನು ಹದವಾಗಿ ಬೇಯಿಸಿ ತಿನ್ನುತ್ತೇವೆ.</p>	<p>ರೋಗಲಕ್ಷಣವಿದ್ದರೆ ತಕ್ಷಣ 104ಕ್ಕೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ವೈದ್ಯರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ. ಮನೆಮದ್ದು ಈಗ ಬೇಡ.</p>					
60	59	58	57	56	55	54	53	52	51
<p>ಸರ್ಕಾರ ವಿಧಿಸಿರುವ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಪಾಲಿಸುವುದು ಎಲ್ಲರ ಕರ್ತವ್ಯ.</p>	<p>ಹುರೇ! ಕೋರೋನಾವೈರಸ್ ಸೋಂಕು ನಿಮಗಾಗದು. ನಿಮ್ಮಿಂದ ಯಾರಿಗೂ ತೊಂದರೆಲ್ಲ.</p>	<p>ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ ಇತರರಿಂದ ಒಂದರಿಂದ ಎರಡು ಮೀಟರ್ ದೂರವಿರುವೆ. ಗುಂಪುಗೂಡುವುದಿಲ್ಲ.</p>	<p>ಭೇಷ್! ಸೋಂಕು ತಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ</p>						
41	42	43	44	46	47	48	49	50	
<p>ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಉಲ್ಲಂಘನೆ ಕಾನೂನಿನ ಉಲ್ಲಂಘನೆ ನಿಮಗೆ ಸೋಂಕೂ ತಗುಲೀತು.</p>	<p>ಸರ್ಕಾರ ವಿಧಿಸಿರುವ ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಮೀರಿದರೆ ತಿಕ್ಕಿ ಕೋರೋನಾವೈರಸ್ ಸೋಂಕೂ ಕೂಡಾ ಆಗಬಹುದು!</p>	<p>ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ ಇತರರಿಂದ ಒಂದರಿಂದ ಎರಡು ಮೀಟರ್ ದೂರವಿರುವೆ. ಗುಂಪುಗೂಡುವುದಿಲ್ಲ.</p>	<p>ಭೇಷ್! ಸೋಂಕು ತಡೆಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ</p>						
40	39	38	37	36	35	34	33	31	
<p>ಸೋಂಕು ತಡೆಯಲು ನಿಮ್ಮ ಸಹಕಾರ.</p>	<p>ಮಕ್ಕಳ ಶೋಷಣೆ ಕಂಡರೆ, ತಡಮಾಡದೆ ಚೈಲ್ಡ್ ಲೈನ್ 1098ಕ್ಕೆ ದೂರು ಕೂಡಿ.</p>	<p>ಹೊರಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಮುಖಗವಸು ಹಾಕಿಕೊಂಡಿರುತ್ತೇನೆ.</p>	<p>ಕೋವಿಡ್-19 ಕುರಿತು ವದಂತಿಗಳು, ತಪ್ಪು ಮಾಹಿತಿ ಕೇಳಿ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ವೈಯಕ್ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಡಿ.</p>	<p>ಮನೆಯ ಹೊರಗೆ ಹೋದಾಗ ಇತರರಿಂದ ಒಂದರಿಂದ ಎರಡು ಮೀಟರ್ ದೂರವಿರುವೆ. ಗುಂಪುಗೂಡುವುದಿಲ್ಲ.</p>					
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
<p>ಕೆಮ್ಮುವಾಗ, ಸೀನುವಾಗ ಕರವಸ್ತ್ರ ಅಡ್ಡ ಹಿಡಿಯುವೆ.</p>	<p>ವೃದ್ಧರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಕೋವಿಡ್-19 ರೋಗ ಬರುವುದು.</p>	<p>ಸೋಂಕು ಹರಡದ ವೀರರು ನೀವು!</p>	<p>ವಿನಯದರೂ ಮುಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ಕೈಯನ್ನು ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವೆ.</p>	<p>ಸೋಂಕು ಆಗಿರುವ ಕುರಿತು ಯಾರಿಗೂ ಹೇಳದಿದ್ದರೆ ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿನವರಿಗೆ ಕೋವಿಡ್-19 ಬಂದೀತು.</p>					
20	17	16	15	14	13	12	11		
<p>ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ!</p>	<p>ಕೋರೋನಾ ವೈರಸ್ ಎಲ್ಲ ವಯಸ್ಸಿನವರಿಗೂ ತಗಲಬಹುದು.</p>	<p>ನಾನು ರಸ್ತೆಯಲ್ಲಿ ಉಗಿಯುವುದಿಲ್ಲ.</p>	<p>ಏನೇನೋ ಮುಟ್ಟಿ ಕಣ್ಣು, ಬಾಯಿ, ಮೂಗು ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವುದು.</p>	<p>ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸೋಪಿನಿಂದ ಕೈ ತೊಳೆಯದೆ ಇದ್ದರೆ ಸೋಂಕು ಆಗುವುದು ಖಂಡಿತ!</p>					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10