जागरूक रहें — "मैं" — जागरूक करें

'मैं हूँ कोरोना रोकने में सक्षम'
'मैं सजग, मेरा परिवार सुरक्षित'

'मैं जानता / जानती हूँ कि COVID - 19 संक्रमित वातावरण व संक्रमित सतहों से फैलता है'

मैं अपने परिवार और समाज की सुरक्षा के लिए शपथ लेता/लेती हूं

- मैं अपने घर से बाहर गैर आवश्यक कार्य के लिए नहीं जाउंगा / जाउंगी, बीमारी अथवा घरेलू सामान लेने जैसे जरूरी कार्य होने पर यदि मुझे या मेरे परिवार के किसी सदस्य को बाहर जाना पड़े तो बचाव के सभी उपायों का पालन करुंगा/करुंगी
- मैं सार्वजनिक स्थलों पर जाकर अनावश्यक रूप से भीड़ नहीं बढ़ाउंगा/बढ़ाउंगी, सार्वजनिक स्थलों पर जाने की स्थिति में दूसरे व्यक्ति से कम से कम एक मीटर का फासला बनाए रखूंगा/रखूंगी
- मैं और मेरा परिवार सामूहिक कार्यक्रमों, समारोहों, सिनेमाघरों व रेस्तरां में जाने से बचेंगे
- मैं अपनी और अन्य सभी की सुरक्षा के लिए अभिनन्दन के लिये नमस्कार करुंगा/करुंगी
- मैं अपने मुँह, आंखों और नाक को अनावश्यक रूप से स्पर्श नहीं करुंगा / करुंगी
- मैं घर में प्रवेश करते ही अपने हाथ और मुंह को पानी व साबुन से धोउंगा / धोउंगी और अपने इस्तेमाल किए गए कपड़ों को बदल कर उन्हें साबुन अथवा डिटर्जेंट के साथ धोउंगा / धोउंगी
- मैं सार्वजनिक स्थलों पर उपयोग में आने वाली सतहों जैसे दरवाजे के हैंडल, रेलिंग व मेटल युक्त सामग्रियों को छूने से बचूंगा / बचूंगी, यदि जरूरी हो तो रुमाल अथवा टिशु का प्रयोग करुंगा / करुंगी
- मैं खांसते व छींकते समय रुमाल, टिशु या कोहनी का उपयोग कर अपने वातावरण को संक्रमित होने से बचाउंगा / बचाउंगी
- मैं स्वयं या मेरे परिवार, कार्यालय या पड़ोस में यदि किसी भी व्यक्ति ने COVID-19 प्रभावित देशों की यात्रा की हैं तो हेल्पलाइन नं.104 पर संपर्क करके उसकी सूचना दूंगा/ दूंगी

मैं स्वयं अपने परिवार एवं समाज व प्रदेश को COVID - 19 संक्रमण से बचाकर स्वस्थ छत्तीसगढ़ का निर्माण करने की शपथ लेता हूं / लेती हूं

अधिक जानकारी के लिए स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग, छत्तीसगढ़ के 24x7 हेल्पलाइन नं. **104** पर कॉल करें या ई-मेल करें cgepidemic@gmail.com