



Novel Corona Prevention Covid-19

Some very important points..



Lockdown or no lockdown next **6 months to 12 months** follow these precautions.

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

SMYS
SWAMINARAYAN
HOSPITAL



A Humanitarian Hospital

NOVEL CORONAVIRUS (COVID-19)

DIET TIPS TO REDUCE YOUR RISK



Add Vitamin C enriched foods
વિટામીન સી મળે તેવો ખોરાક ખાવો



Add Spices like pepper, turmeric to your diet
ખોરાકમાં મરી મસાલા, હળદરનો ઉપયોગ વધારે કરવો



Take warm Liquids
ગરમ પ્રવાહી લો



Avoid processed foods
બહારનો નાસ્તો તેમજ ખોરાક ટાળો



Eat more leafy Vegetable & fruits to boost immunity
લીલા શાકભાજી તેમજ રોગપ્રતિકારક શક્તિમાં વધારો થાય તેવા ફ્રુટ ખાઓ

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

NOVEL CORONAVIRUS (COVID-19)

DIET TIPS TO REDUCE YOUR RISK



Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

NOVEL CORONAVIRUS

(COVID-19)

What We do @ Home in Lockdown

SMVS
SWAMINARAYAN
HOSPITAL
A Humanitarian Hospital



Do Exercise & Yoga
યોગા અને કસરત કરો



Think Positive
હકારાત્મક વિચાર કરો



Eat Vegetable And Fruit
વેજીટેબલ અને ફ્રુટ ખાઓ



Make New Dishes
નવી નવી વાનગી બનાવો



Read Books
બુક વાંચો



Pursue Your Hobby
તમારા શોખ પુરા કરો

Stay
@
HOME

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

NOVEL RONA VIRUS

(COVID-19)



Cover **Mouth** and **Nose** while
Sneezing or Coughing

Emergency Help Line : 95 37 47 44 44

Probability of Transmission

Covid-19



COVID 19 પોજેટીવ
(માસ્ક વિના)

Probability Of
Transmission **70%**



તંદુરસ્ત વ્યક્તિ
(માસ્ક સાથે)



COVID 19 પોજેટીવ
(માસ્ક સાથે)

Probability Of
Transmission **5%**

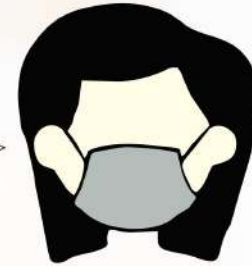


તંદુરસ્ત વ્યક્તિ
(માસ્ક વિના)



COVID 19 પોજેટીવ
(માસ્ક સાથે)

Probability Of
Transmission **1.5%**



તંદુરસ્ત વ્યક્તિ
(માસ્ક સાથે)

મહેરબાની કરીને માસ્ક વિનાની વ્યક્તિથી દૂર રહો

Emergency Help Line : 95 37 47 44 44

PREVENTION: HIGH RISK GROUP

HIGH RISK GROUPS ARE PEOPLE WHO ARE AT A HIGHER RISK FROM SEVERE ILLNESS IF THEY GET COVID -19. THIS INCLUDES:



OLDER ADULTS

These are older people (that is people over 60 years old)



PEOPLE WHO HAVE UNDERLYING MEDICAL CONDITIONS LIKE:

- ✦ HEART DISEASE
- ✦ DIABETES
- ✦ LUNG DISEASE
- ✦ KIDNEY DISEASE
- ON CANCER
- ✦ MEDICATION



PREGNANT WOMEN

(AS WE DO NOT KNOW THE IMPACT OF THE DISEASE ON PREGNANCY AS OF YET, IT IS BETTER TO TAKE CARE)

Emergency Help Line : 95 37 47 44 44

SOCIAL DISTANCING

While Going For Grocery Shopping



Keep your Distance at least **6Feet** from other people

Emergency Help Line : 95 37 47 44 44



કોરોના વાયરસના લક્ષણો

- + તાવ
- + ખાંસી
- + કંઈ
- + વહેતુ નાક
- + ગળાનો દુખાવો
- + શ્વાસની તકલીફ
- + ઘુબારી

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

SMVS
SWAMINARAYAN
HOSPITAL



A Humanitarian Hospital



કોરોના વાયરસને પહોંચી વળવા માટેના પગલા

- ✦ ખાંસી ખાતી વખતે મોં આગળ રૂમાલ રાખવો
- ✦ જ્યાં-ત્યાં થુંકવું તેમજ ગંદકી કરવી નહીં
- ✦ હોસ્પિટલમાં બીજા લોકોથી દુર ઉભા રહેવું
- ✦ વારંવાર સાબુથી હાથ ધોવા
- ✦ એક બીજા સાથે હાથ ન મીલાવવો

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

SMVS
SWAMINARAYAN
HOSPITAL



A Humanitarian Hospital

તમે, તમારુ અને બીજા લોકોનું
રક્ષણ કરી શકો છો.

✓ આટલું ન કરવું

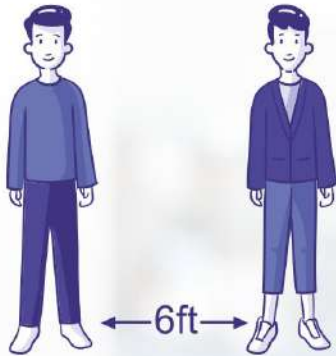
- » તમને ઉધરસ કે તાવ હોય ત્યારે કોઈની બહુ નજીકથી સંપર્કમાં ન રહેવું
- » જાહેરમાં ન થુંકવું
- » જીવંત પશુઓનો સંપર્ક ટાળો
- » તમને ઉધરસ કે છીંક આવે ત્યારે મોંઢા કે નાકની આસપાસ હાથ ન લઈ જવો
- » અને ત્યાં સુધી ભીડભાડ વાળી જગ્યાએ ન જવું
- » કોઈ પણ વ્યક્તિને હાથ ન મિલાવો

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44



Coronavirus Prevention

Take steps to protect yourself



Avoid close contact



Clean your hands often



Stay at home



Cover coughs and sneezes



Wear a facemask
if you are sick



Clean and disinfect

Emergency Help Line : 079 232 00 108/109, 95 37 47 44 44

Boost Immunity
Power With
TURMERIC MILK



Emergency Help Line : 95 37 47 44 44