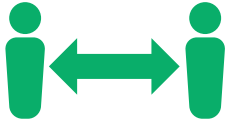


# शून्य अवस्थाको लक्ष्य राखौं!

~तलका तीन कुराहरू मध्येको एउटाबाट मात्र भएपनि नगर्ने~



नजिकबाट  
भेटघाट नगर्ने



भिडभाड  
नगर्ने



बन्द कोठामा  
नजाने

## अरूसँग भेट्ने बेला



- एकअर्का बीच पर्याप्त दूरी कायम राख्ने!
- भीड भएको ठाउँ र भीड हुने समयमा नजाने!
- सकेसम्म अनलाइन वा काम सुरु र समाप्त गर्ने समय परिवर्तन सुविधा प्रयोग गर्ने!
- भवन बाहिरको ठाउँमा पनि नजिकबाट भेटघाट र भिडभाड नगर्ने!

## खानपिन गर्ने बेला



- कम संख्यामा छोटो समय खानपिन गर्ने, ठूलो स्वर ननिकाल्ने!
- गाइडलाइनको पालना गरिएको रेस्टुरेन्ट आदि प्रयोग गरौं!  
(एक्रिलिक बोर्ड राखिएको, कीटाणुशोधन र पूर्ण रूपमा हावा परिवर्तन आदि)
- सक्रिय रूपमा टेकआउट र डेलिभरी पनि प्रयोग गर्ने!



महत्त्वपूर्ण

कुराकानी गर्दा मास्क लगाउने



\*स्वास्थ्य स्थिति खराब भएको बेला कार्यालय वा विद्यालय नजानुहोस्।

