

अपने आसपास के लोगों में कीटाणुओं को न फैलाएं
तपाईंको वरिपरिकामा कीटाणुहरू नफैलाउनुहोस्
اپنے اردگرد موجود افراد تک جراثیموں کو نہ پھیلانیں

(Hindi version)

(Nepali version)

(Urdu version)

Don't spread germs to those around you

Cover your cough

खाँसते समय खुद को ढकें
खोकदा छोप्नुहोस
اپنی کھانسی کو ढहानपिیں

छींकने या खाँसते समय अपना मुँह
और नाक ढक लें

हाक्षिउ गर्दा वा खोकदा तपाईंको
मुख र नाक छोप्नुहोस्

चेहिन्कते या क्हाँसते हुँने अप्ने
मने और नाक कु ढहानप लीन

Cover your mouth
and nose when
sneezing or coughing



Dispose of
the contaminated
tissue properly



दूषित टिशू का ठीक से निपटान
दूषित टिशुलाई राम्रोसँग
डिस्पोज गर्नुहोस्

आुदे त्शु कु मनेसब तुुर पर
तल्फ कर दीन

यदि टिशू उपलब्ध न हो, तो अपने
कपड़ों या ऊपरी आस्तीन में खाँसे

यदि टिशू उपलब्ध छैन भने,
आफ्नो कपडा वा कुहिनोले चूप्नुहोस

अगर त्शु दस्त्याब न हु तु, अप्ने कपडुं
अपनी आस्तीनुं मीन क्हाँस लीन

If tissue is not
available, cough
into your clothes
or upper sleeves



DON'T

न करें
नगर्नुहोस्
असा न करीन

