

## निदेशालय, बाल विकास सेवा एवं पुष्टाहार, उ०प्र०, लखनऊ

पत्रांक C/104 /बा०वि०परि०/पो० एवं स्वा०/2021-22

दिनांक १८ मई, 2021

समस्त जिला कार्यक्रम अधिकारी/प्रभारी,  
उत्तर प्रदेश।

विषय: कोविड-19 के दृष्टिगत आंगनबाड़ी केन्द्रों की आवश्यक सेवाओं व गृह भ्रमण के संबंध में।

जैसा कि आप अवगत हैं कि निदेशालय पत्र संख्या-सी-64 दिनांक 30.04.2021 के द्वारा आंगनबाड़ी केन्द्रों को कोविड-19 के दृष्टिगत दिनांक 20.05.2021 तक बन्द रखने तथा कोविड-19 प्रोटोकॉल का पालन करते हुए लाभार्थियों को टेक होम राशन का डोर-टू-डोर सुरक्षित तरीके से वितरण कराये जाने के निर्देश दिये गये थे। भारत सरकार ने अपने पत्र संख्या F.No 13/5/2020-CD-II दिनांक 26 अप्रैल, 2021 के माध्यम से अनुपूरक पुष्टाहार की निरन्तरता के साथ-साथ छोटे बच्चे, सैम/मैम तथा गर्भवती तथा धात्री महिलाओं पर विशेष बल दिया गया है क्योंकि आपदा के समय इनके प्रभावित होने की संभावना अधिक होती है। भारत सरकार ने साफ-सफाई व स्वच्छता से जुड़े संदेशों का व्यापक प्रचार-प्रसार करने पर भी बल दिया है।

आंगनबाड़ी केन्द्र के लाभार्थी जैसे अति कुपोषित बच्चे vulnerable श्रेणी में आते हैं क्योंकि इनमें बीमारी की संभावना अधिक होती है। इसी प्रकार से पहले त्रैमास की गर्भवती महिलायें, धात्री महिलायें, 0-2 वर्ष तक के बच्चों को भी देखभाल की आवश्यकता होती है। इन लाभार्थियों के घर आंगनबाड़ी कार्यक्रमियों द्वारा गृह भ्रमण कर यथोचित परामर्श/सेवाएं दिया जाना आवश्यक है।

उक्त के कम में कोविड-19 के दौरान सोशल डिस्टेन्शन, मास्क आदि का प्रयोग करते हुए प्राथमिकता के आधार पर चयनित लाभार्थियों के घर आंगनबाड़ी कार्यक्रमियों द्वारा गृह भ्रमण करते हुए यथोचित परामर्श/सेवाएं दी जायेगी। (जिसके लिए विस्तृत दिशा-निर्देश पत्र के साथ संलग्नक है) विभाग द्वारा दी जाने वाली सेवाएं जैसे अनुपूरक पुष्टाहार का डोर-टू-डोर वितरण करने का उत्तरदायित्व आंगनबाड़ी कार्यक्रमियों का होगा।

अतः आपको निर्देशित किया जाता है कि संलग्न दिशा-निर्देशों के अनुसार कोविड-19 के प्रोटोकॉल का अनुपालन करते हुए यथोचित कार्यवाही करना सुनिश्चित करें।

संलग्नक-यथोक्ता।

पृष्ठांकन संख्या C/104 /तददिनांक।

प्रतिलिपि:- निम्नलिखित को सूचनार्थ एवं आवश्यक कार्यवाही हेतु प्रेषित।

- प्रमुख सचिव, बाल विकास सेवा एवं पुष्टाहार, उत्तर प्रदेश शासन।
- मिशन निदेशक, राष्ट्रीय स्वास्थ्य मिशन, लखनऊ।
- निदेशक, राज्य पोषण मिशन, लखनऊ।
- अधिशासी निदेशक, यू०पी०टी०एस०य०।
- समस्त जिलाधिकारी, उत्तर प्रदेश।
- समस्त मुख्य विकास अधिकारी, उत्तर प्रदेश।
- पोषण विशेषज्ञ, यूनिसेफ।

(डा० सारिका मोहन)  
निदेशक।

७८

(डा० सारिका मोहन)  
निदेशक।

७९

## गृह भ्रमण के मुख्य लाभार्थी वर्ग व आंगनबाड़ी के माध्यम से दी जाने वाली सेवायें

### **कोविड संबंधी आवश्यक संदेश**

- स्वयं तथा परिवारों से संपर्क के समय सही से मास्क पहनने के तरीके (नाक व मुह दोनों कवर हों) का संदेश दें जिससे कि संक्रमण से बचाव हो सके। घर से बाहर निकलते समय अथवा दूसरों से संपर्क के दौरान मास्क पहनना अनिवार्य है।
- बाहर से आने के पछात, कोई कार्य करने के पूर्व, संक्रमित सतह छूने के पछात तथा थोड़ी—थोड़ी देर बाद हमेशा हाथों को साबुन अथवा सैनिटाइजर से कम से कम 40 सेकंड तक धोयें।
- संपर्क के दौरान कम से कम 6 फीट की दूरी बनाये रखें।
- गर्भवती, धात्री महिलाओं अथवा बच्चों में या फिर परिवार के अन्य सदस्यों में कोविड के लक्षण दिखने पर तुरन्त स्वास्थ्य विभाग को जानकारी दें।
- पौष्टिक भोजन का महत्व
  - हमारे शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता प्रणाली शरीर को बैक्टेरिया वाइरस के कारण होने वाली बीमारियों से बचाती है। कोविड- 19 महामारी से बचाव रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाकर ही किया जा सकता है। एक सक्रिय रोग प्रतिरोधक क्षमता प्रणाली को संक्रमण की अवधि में रोगों से लड़ने हेतु अधिक ऊर्जा की आवश्यकता होती है जो पर्याप्त पोषण से ही प्राप्त होती है।
  - भोजन में पाये जाने वाले पोषक तत्त्व शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता में वृद्धि करते हैं। हमको अपने दैनिक भोजन थाली में विभिन्न रंगों के भोजन का उपयोग करना चाहिए ताकि हमको हर निवाले में भरपूर विटामिन्स, खनिज तत्त्व, प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट तथा वसा की उचित मात्रा प्राप्त हो जाये एवं अच्छी रोग प्रतिरोधक क्षमता बनी रहे। जहां तक संभव हो भोजन में हरी साग सब्जियां, अनाज, दालें, फलियां, खाद्य तेल, दूध और दूध से बनी चीजें शामिल करना चाहिये।
  - आंगनबाड़ी केंद्रों के माध्यम से दिया जाने वाला अनुपूरक पोषाहार अतिरिक्त पोषण के रूप में दिया जाता है। इस पोषाहार में सब्जियां, फल व तेल मिलाकर हम उसे और अधिक पौष्टिक बना सकते हैं। पोषाहार जिस लाभार्थी समूह के लिये दिया गया है उसी को खिलायें जिससे कि उसके पोषण स्तर में सुधार हो।
  - कोविड -19 संक्रमण काल के समय में खाद्य पदार्थों की खरीदारी रख रखाव और साफ सफाई के बारे में विशेष सावधानी बरतनी है। सब्जी और फलों को बहते पानी से धोयें तथा खाने से पहले अच्छे से छील लेना चाहिए। गर्भवती, धात्री और बच्चों को कोविड -19 संक्रमण काल में खरीदारी हेतु बाजार जाने से बचना चाहिए।

## गृह भ्रमण के दौरान आंगनबाड़ी कार्यक्रमों द्वारा दी जाने वाली सेवायें

- अनुपूरक पोषाहार
- परामर्श सेवायें
- वृद्धि निगरानी
- आयरन गोलियों का वितरण
- संदर्भन

लाभार्थी जिनके यहां प्राथमिकता के आधार पर गृह भ्रमण किया जाना है

- नवजात शिशु
- चिन्हित अतिकुपोषित बच्चे, सैम/मैम बच्चे
- बीमार बच्चे
- पहले त्रैमास की गर्भवती महिलायें, धात्री महिलायें व
- बच्चे जिन्हाँने वर्तमान माह में 6 माह पूर्ण कर लिया हो अथवा 6–8 माह के हों

### गृह भ्रमण का तरीका

- सुने – पहले लाभार्थी से जिसे व्यवहार को प्रोत्साहन देना है उसको उन्हीं के शब्दों में सुने (Assess)
- समझें – स्थिति का आंकलन करें (Analyse)
- सलाह दे – आंकलन करने के पश्चात आवध्यकतानुसार सलाह दें (Act)

गृह भ्रमण के मुख्य लाभार्थी वर्ग व आंगनबाड़ी के माध्यम से दी जाने वाली सेवायें

लाभार्थी वर्ग	मुख्य सेवा	आंगनबाड़ी कार्यक्रमों के लिये कार्य विन्दु
1. नवजात शिशु	• गृह आधारित देखभाल तथा स्तनपान प्रोत्साहन	<p>कोविड काल में कई प्रसूती महिलायें संक्रमण के डर से शिशु को स्तनपान नहीं करा रहीं। निम्न तथ्य अवध्य बतायें:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>शिशुओं के लिए स्तनपान (मॉ का दुध) पोषण का सबसे अच्छा और मुख्य स्रोत है। मॉ के दुध में कोविड-19 वायरस मौजूद होने के साक्ष्य नहीं के बराबर है, इसलिए स्तनपान को COVID स्थिति में भी जारी रखा जाना है। मां के दूध में उपलब्ध एन्टीबॉडी शिशु की रोग प्रतिरोधक क्षमता को बढ़ाते हैं</li> <li>यदि मां को खासी, बुखार या अन्य कोविड के लक्षण हैं तो स्वास्थ्य विभाग के अनुसार वह मास्क लगाते हुये तथा अन्य कोविड के नियमों का पालन करते हुये स्तनपान करा सकती है।</li> <li>यदि वह स्तनपान कराने में बिलकुल सक्षम नहीं है तो कठोरी चम्मच से दूध निकालते हुये उसे पिला सकती है।</li> </ul>
1 चिन्हित	• वृद्धि निगरानी	कुपोषण के कारण रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी आती है

अतिकुपोषित बच्चे, सैम/मैम बच्चे	<ul style="list-style-type: none"> <li>● गृह आधारित देखभाल</li> <li>● आवश्यकतानुसार संदर्भन</li> <li>● अनुपूरक पोषाहार का समुचित प्रयोग एवं पौष्टिक व्यंजन बनाने के विधि को दर्शाना। इस हेतु पूर्व में प्रेषित रेसिपी बुकलेट, वीडियों का प्रयोग करें</li> </ul>	<p>जिससे शरीर को बीमारियां/संकमण घेर लेते हैं। इस बार कोविड में बच्चे भी प्रभावित हुये हैं। इन बच्चों का कोविड काल में देखभाल अत्यन्त आवश्यक है। आंगनबाड़ी कार्यकत्रियां अति कुपोषित बच्चों के घर प्राथमिकता पर भ्रमण करेगी तथा निम्न सेवायें उपलब्ध करायेगी—</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● वृद्धि निगरानी</li> <li>● अनुपूरक पोषाहार</li> <li>● परामर्श सेवायें व संदर्भन सेवायें</li> </ul> <p>चिह्नित अति कुपोषित बच्चों के पोषण स्तर की आंगनबाड़ी कार्यकत्री निगरानी करेगी तथा प्रत्येक माह अनिवार्य रूप से बच्चे के घर जाकर उसका वजन करेगी तथा उसे रजिस्टर /एम०सी०पी कार्ड पर अंकित करेगी। यदि उसकी वृद्धि रेखा में निरन्तर गिरावट आ रही है अथवा कुपोषण के स्तर में सुधार नहीं आ रहा तो वह उसके स्वास्थ्य परीक्षण हेतु स्वास्थ्य विभाग को संदर्भित करेगी तथा ग्राम स्तर पर आयोजित होने वाले ग्राम स्वास्थ्य स्वच्छता पोषण दिवस पर ए०एन०एम से स्वास्थ्य जांच करायेगी। बच्चों की उचित देखभाल हेतु निम्नानुसार परामर्श देगी—</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● आंगनबाड़ी केन्द्र द्वारा उपलब्ध कराये जा रहे अनुपूरक पोषाहार की समुचित मात्रा तथा उससे बनने वाली रेसिपी के बारे में जानकारी देगी तथा नियमित रूप से अनुपूरक पोषाहार के प्रयोग के संबंध में परामर्श देगी।</li> <li>● छ: माह से कम आयु के कुपोषित बच्चों को केवल मां के दूध दिये जाने पर बल देगी जिससे की संकमण से बचाव किया जा सके। कई मातायें शिशु को कोविड काल में बच्चों को दूध पिलाने से डरती हैं। याद रखें कोविड से ग्रसित मां भी सावधानी बरतते हुये स्तनपान करा सकती है। यदि मां बीमार व कमज़ोर है तो दूध को कटोरी में निकालते हुये किसी परिवार के सदस्य द्वारा इसे पिलाया जा सकता है। इस हेतु एक संलग्नक भी प्रेषित किया जा रहा है।</li> <li>● ऊपर का दूध, पानी नहीं देने तथा दूध की बोतल, चुसनी का प्रयोग बिलकुल ना करने की सलाह देगी।</li> <li>● छ: माह से ऊपर बच्चे के खाने में अनाज, दाले, दूध, हरी व अन्य सब्जियां व फल जहां तक संभव हो अवश्य शामिल करने को कहेगी। मसला हुआ ताजा भोजन अलग थाली/कटोरी में खिलानें तथा खाने में थोड़ा सा धी/तेल मिलाने से स्वाद व उर्जा के महत्व को बतायेगी।</li> <li>● परिवार को कुपोषित बच्चे की भूख तथा पोषण स्तर पर</li> </ul>
---------------------------------	---	---

✓

			<p>नजर रखने को कहेगी।</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>साफ, ताजा घर में बना हुआ भोजन दिन में 3–4 बार खिलायें। बच्चे की पसंद का खाना खिलायें। यदि बच्चा दिया गया खाना आराम से खा लेता है, चिड़चिड़ा नहीं है और खेल-खूद रहा है तो परिवार के प्रयास सार्थक दिशा में हैं।</li> <li>साफ पानी, साफ कटोरी, साफ थाली, साफ हाथ का प्रयोग करने की महत्वता से परिवार को अवगत करायेगी।</li> </ul> <p>यदि बच्चा लम्बे समय से चिड़चिड़ा है, खाना या फिर मां का दूध नहीं पी रहा तो तुरंत डॉक्टर को दिखायें। आवश्यकता पढ़ने पर पोषण पुर्नवास केन्द्रों पर भर्ती करें।</p>
3	बीमार बच्चे	<ul style="list-style-type: none"> <li>गृह आधारित देखभाल</li> <li>आवश्यकतानुसार संदर्भन</li> <li>अनुपूरक पोषाहार का समुचित प्रयोग एवं पौष्टिक व्यंजन बनाने के विधि को दर्शाना</li> </ul>	<p>माह में एक बार आंगनबाड़ी कार्यकत्री गृह भ्रमण करेगी।</p> <p><b>परामर्श—</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>स्वास्थ्यकर्मी/डाक्टर को दिखायें</li> <li>स्तनपान कराना जारी रखें (कम से कम दो वर्ष तक)</li> <li>बच्चे को उसकी इच्छा के अनुसार आहार दें।</li> <li>साफ-सफाई का विशेष ध्यान रखें। भोजन बनाने और खिलाने से पहले साबुन से हाथ अवश्य धोएँ।</li> <li>थोड़ा-थोड़ा किन्तु बार-बार आहार दें।</li> <li>जब बच्चा स्वस्थ हो जाए तो उसके भोजन की मात्रा और बढ़ा दें, जब तक कि बच्चे का वज़न पहले के बराबर न हो जाएँ।</li> <li>आवश्यकतानुसार चिकित्सा इकाई पर संदर्भित करें</li> </ul>
4	पहले त्रैमास की गर्भवती महिलायें, धात्री महिलायें व	<ul style="list-style-type: none"> <li>गर्भावस्था में शीघ्र पंजीकरण</li> <li>गर्भावस्था व धात्री अवस्था के दौरान देखभाल व खान-पान संबंधी परामर्श</li> <li>अनुपूरक पोषाहार का समुचित प्रयोग एवं पौष्टिक व्यंजन बनाने के विधि को दर्शाना</li> </ul>	<p>कोविड के दौरान गर्भवती महिलाओं व धात्री महिलाओं को विषेष देखभाल की आवश्यकता है। यदि इनमें कोई भी कोविड के लक्षण मिलते हैं तो तुरंत जांच कराते हुये चिकित्सीय परामर्श ले। कोविड के दौरान प्रसव पूर्ण अथवा पञ्चात देखभाल के कोई नये पोषण नियम नहीं हैं।</p> <p>आंगनबाड़ी कार्यकत्री पहले त्रैमास की गर्भवती महिलाओं व कुछ धात्री महिलाओं के घर गृह भ्रमण करेगी तथा निम्नानुसार परामर्श देगी—</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>गर्भवती महिलाओं द्वारा ग्राम स्वास्थ्य पोषण दिवस पर शीघ्र पंजीकरण कराना, ए०एन०एम द्वारा एम०सीपी० कार्ड बनवाना व मासिक वजन कराना। धात्री महिलाये द्वारा षिषु का जन्म पंजीकरण व टीकाकरण पूर्ण करवाना।</li> <li>प्राप्त आयरन व कैल्शियम की गोलियां ग्रहण करें।</li> </ul>

		<p>(गर्भवस्था व धात्री महिला को कम से कम 180 आयरन की गोलियां, 360 कैल्खियम की गोलियां गृहण की जानी हैं) क्योंकि यह घरीर को मजबूती प्रदान करते हैं।</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>प्राप्त होने वाले अनुपूरक पोषाहार का नियमित सेवन करें तथा उससे बनने वाली पौष्टिक रेसिपी के बारे में जानकारी देगी— वीडियोज व रेसिपी बुकलेट के माध्यम से। नियमित रूप से अनुपूरक पोषाहार के प्रयोग के संबंध में परामर्श देगी।</li> <li>धात्री व गर्भवती महिला को अतिरिक्त ऊर्जा की आवश्यकता होती है। अतिरिक्त आहार के साथ साथ भोजन में गाढ़ी हरे पत्तेदार सब्जियां, नींबू, संतरा, गाजर, ज्वार, बाजरा, रागी, दूध आदि को जोड़ने से घरीर की प्रतिरक्षण क्षमता बढ़ती है।</li> <li>यदि गर्भवस्था के दौरान किसी प्रकार की समस्या महसूस होती है तो तुरंत आशा/आंगनबाड़ी से संपर्क करते हुये निकट के उपकेन्द्र अथवा प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र पर अपने आपको दिखायें।</li> </ul>
बच्चे जिन्होंने वर्तमान माह में 6 माह पूर्ण कर लिया हो	<ul style="list-style-type: none"> <li>खान-पान संबंधी परामर्श</li> <li>अनुपूरक पोषाहार का समुचित प्रयोग एवं पौष्टिक व्यंजन बनाने के विधि को दर्शाना</li> <li>•</li> </ul>	<p>कोविड के दौरान जब केन्द्र बन्द हैं तो इस बात की अधिक संभावना है कि परिवार 6 माह पूर्ण कर लिये बच्चों को समय से उपरी आहार देना भूल जायेगे। इसलिये आवश्यक है कि आंगनबाड़ी छः माह पूर्ण करने वाले बच्चों तथा 6-8 माह के बच्चों के घर भ्रमण कर सही समय से उपरी आहार की शुरुआत तथा उसकी महत्वता से संबंधी निम्नानुसार परामर्श देगी—</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>एक-दो चम्च से शुरुआत करते हुये आहार की मात्रा, गाढ़ापन और बारम्बारता धीरे-धीरे बढ़ायें। प्रतिदिन बच्चे को कम से कम चार खाद्य समूह से बना भोजन खिलाये। स्तनपान जारी रखें।</li> <li>अलग कटोरी चम्च का उपयोग करें ताकि आप जान सके कि बच्चा कितना खा रहा है।</li> <li>बच्चे को उसकी आयु के अनुसार खाना दें। खाना खिलने में जबरदस्ती न करें।</li> <li>प्राप्त होने वाले अनुपूरक पोषाहार का नियमित सेवन करें तथा उससे बनने वाली पौष्टिक रेसिपी के बारे में जानकारी देगी— वीडियोज व रेसिपी बुकलेट के माध्यमसे। नियमित रूप से अनुपूरक पोषाहार के प्रयोग के संबंध में परामर्श देगी।</li> <li>भोजन में तेल/घी डाल कर उसका घनत्व (Density) बढ़ायें।</li> <li>एक बार में एक ही तरह का भोजन दें। भोजन का</li> </ul>



			<p>प्रकार व मात्रा धीरे-धीरे बढ़ायें।      खने से पूर्व व खने के बाद हाथ को अच्छी तरह से साबुन से धो लें। खाना बनाने के स्थान व बर्तन की साफ-सफाई का विषेष रूप से धान रखें।</p>
--	--	--	---

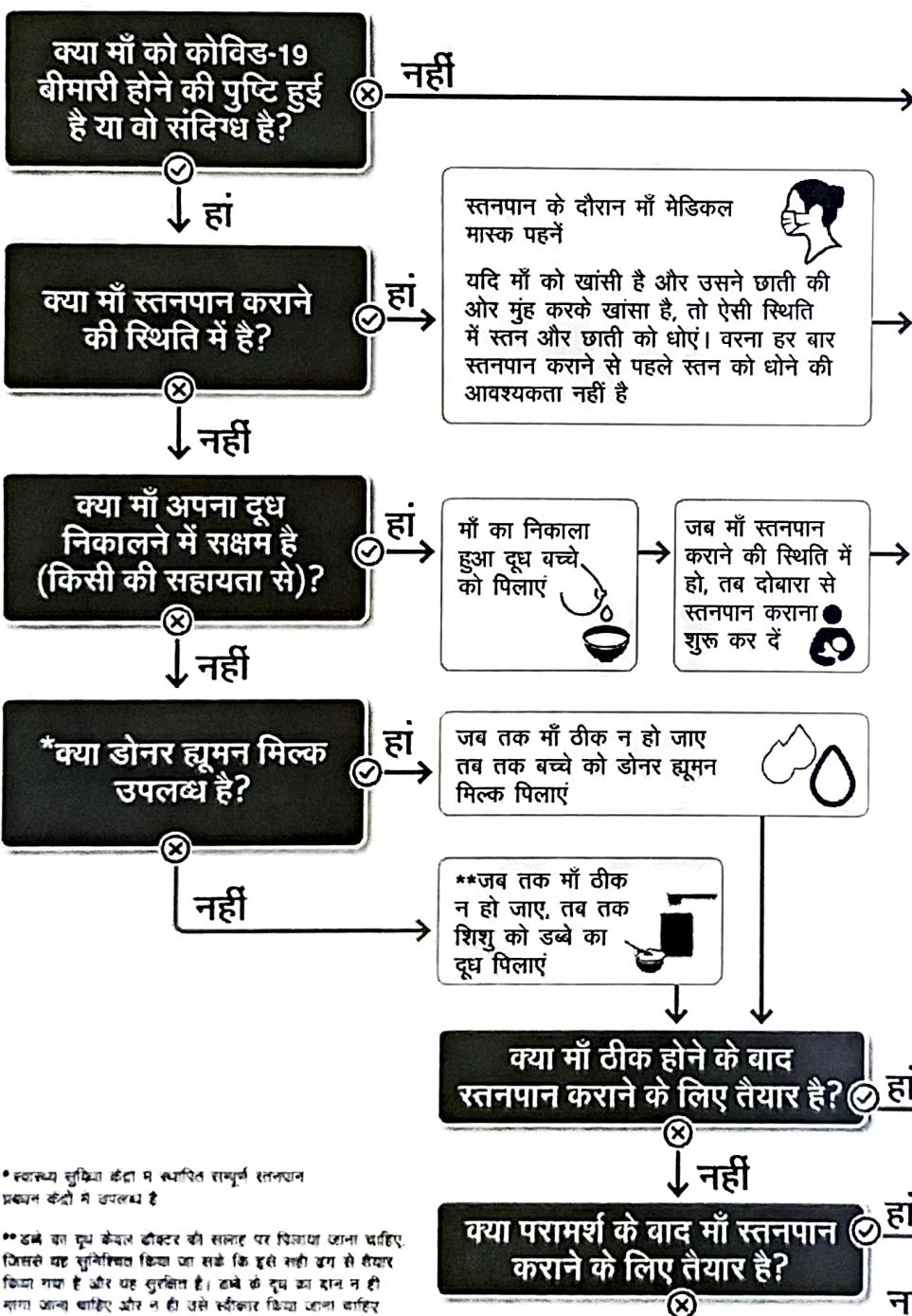
किसी भी दशा में कार्यकर्त्री द्वारा किसी भी लाभार्थी को कोई मेडिसिन नहीं दी जायेगी। बीमारी आदि की दशा में स्वास्थ्य विभाग को संदर्भित करेगी तथा लाभार्थियों एवं उनके परिवारों को कोविड-19 के प्रोटोकाल के बारें में जागरूक करेगी।

४

# स्तनपान मार्गदर्शिका

कोविड-19 के संदर्भ में स्वास्थ्य सुविधा केंद्र एवं सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं के लिए स्तनपान मार्गदर्शिका

माँ को कोविड-19 होने पर भी, स्तनपान जारी रखने के लिए प्रोत्साहित करना चाहिए। माँ का दूध नवजात के जीवन को बेहतर बनाता है और जीवनभर उसके अच्छे रवास्थ्य और सही शारीरिक व मानसिक विकास में मदद करता है। स्तनपान कराने से माँ के स्वास्थ्य में भी सुधार होता है।



» स्तनपान कराने के लिए माँ की सहायता करें:

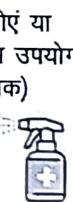
- नवजात शिशुओं को प्रसव के पहले घंटे के भीतर स्तनपान कराएं और जल्द से जल्द त्वचा-से-त्वचा संपर्क आरंभ करें
- 6 महीने से छोटे शिशुओं को, सिर्फ स्तनपान ही कराएं
- 6 महीने से बड़े शिशुओं और बच्चों का, सुरक्षित और स्वस्थ ऊपरी आहार के साथ स्तनपान जारी रखें



» माँ और शिशु को अलग न करें

» माँ को समझाएं कि:

- साबुन और पानी से नियमित अंतराल में हाथ धोएं (कम से कम 40 सेकंड तक)
- बच्चे को छूने से पहले हाथ धोएं या अल्कोहल-आधारित हैंडरब का उपयोग करें (कम से कम 20 सेकंड तक)
- माँ के द्वारा छुई गई सतहों को नियमित रूप से साफ और कीटाणुरहित करें



\* स्वास्थ्य सुरक्षा इंद्री म स्थापित सामूहिक स्तनपान प्रबन्धन केंद्रों में उपलब्ध है

\*\* डब्बे का दूध केवल डॉक्टर की सलाह पर रिकाया जाना चाहिए। जिससे वह सुनिश्चित किया जा सके कि इसी स्तरीय दृग से रीफर किया गया है और यह सुरक्षित है। डब्बे के दूध ज्या दान न ही जाना चाहिए और न ही उसे भौंकार किया जाना चाहिए।

## कोरोना वायरस से न घबराएं, खुद बचें और सबको बचाएं



हाथों को बार-बार साबुन एवं  
साफ पानी से अच्छी तरह धोएं।

### हाथ धोने के आसान चरण!



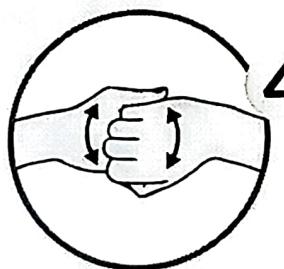
हथेली से हथेली को  
आपस में रगड़ें



हाथों को पीछे  
से रगड़ें



अंगुलियों के  
बीच में रगड़ें



अंगुलियों के  
पीछे रगड़ें



अंगूठे के आधार  
को रगड़ें



नाखूनों को हथेली  
पर खुरचें

यदि आप 15 फरवरी, 2020 के उपरान्त इटली, चीन, फ्रांस, स्पेन,  
जर्मनी, ईरान अथवा दक्षिण कोरिया की यात्रा कर वापस आए हैं,  
तो तत्काल प्रदेश सरकार की हेल्पलाइन नंबर पर कॉल करें :

**1800-180-5145**

अध्यात्म अपने जनपद को  
मुख्य चिकित्सा अधिकारी से  
संपर्क करें ताकि आप स्वयं,  
आपका परिवार एवं समाज  
को सावधान कोरोना शायरत्स  
से सुरक्षित रह सकें।

अधिक जानकारी के  
लिए राष्ट्रक फर्में:  
0522-2230006  
0522-2230009  
0522-2616482

अधिक जानकारी एवं  
संदेश यहां से प्राप्त करें:  
संचारी रोग इफाई,  
स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण विभाग,  
उत्तर प्रदेश सरकार