ಹಣಕಾಸು ನಿರ್ವಹಣೆ

- ಈ ಬಿಕ್ಕಟ್ಟಿನ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರ ನೀಡುವ ಬೆಂಬಲದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಿರಿ.
- ಹಣಕಾಸು ಮತ್ತು ಇತರ ಒಪ್ಪಂದಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವನೀಯ ಸಂಕಷ್ಟ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಿರಿ.
- ಹೊಸ ಆದ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಬಜೆಟ್ ಅನ್ನು ಮತ್ತೆ ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಮಾರ್ಪಡಿಸಿ.
- ಉಳಿತಾಯವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಪುನರ್ನಿರ್ಮಿಸಿ.
- ಕಡಿಮೆ ಬಡ್ಡಿದರಗಳು ಮತ್ತು ಏರಿಳಿತದ ಷೇರು
- ಮಾರುಕಟ್ಟೆಗಳ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಹಣವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಆನ್‌ಲೈನ್ ನಿಯಮಗಳ ಲಾಭವನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಹಾಗೆಯೇ ನಿಯಮಗಳನ್ನು ಹೋಲಿಕೆ ಮಾಡಿ ಮತ್ತು ಲಭ್ಯವಿರುವ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಕೊಡುಗೆಗಾಗಿ ಹುಡುಕಿ.
- ಸಾಲವನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಕ್ರೆಡಿಟ್ ಸ್ಕೋರ್ ಅನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿ.
- ವಂಚನೆಗಾಗಿ ಗಮನವಿರಲಿ.

ಒತ್ತಡ ನಿರ್ವಹಣೆ

- ಮನೆಯಲ್ಲಿ ದಿನಚರಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿಸಿ ಮತ್ತು ನಿರ್ವಹಿಸಿ.
- ನೀವು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದಾದ ವಿಷಯಗಳತ್ತ ಗಮನ ಹರಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಪ್ರೀತಿಪಾತ್ರರೊಡನೆ ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಪರ್ಕವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಳಸಿ.
- ನಿಮಗೆ ಎದುರುನೋಡಬೇಕಾದ ಏನನ್ನಾದರೂ ನೀಡಲು ನಿಯಮಿತ ಚೆಕ್-ಇನ್ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
- ಇಂದಿನ ಬಗ್ಗೆ ಕೃತಜ್ಞರಾಗಿರಬೇಕು ಮತ್ತು ವರ್ತಮಾನಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು ಕೇಂದ್ರೀಕರಿಸಿ

ಒತ್ತಡವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ: ಸಂಗೀತವನ್ನು ಆಲಿಸಿ, ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಓದಿ, ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಇತ್ಯಾದಿ

- ಸತ್ಯಗಳನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡುವ ವಿಶ್ವಾಸಾರ್ಹ ಸುದ್ದಿ ಮೂಲಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ ಮತ್ತು ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಸಂವೇದನಾಶೀಲಗೊಳಿಸುವ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸಿ ಅಥವಾ ಸುದ್ದಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ಮಾಧ್ಯಮವು ನಿಮಗೆ ಆತಂಕವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ ಎಂದು ನೀವು ಕಂಡುಕೊಂಡರೆ ವಿರಾಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ.
- ಬೆಂಬಲಕ್ಕಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ವೈಯಕ್ತಿಕ ನಂಬಿಕೆಗಳು ಮತ್ತು ನಂಬಿಕೆಯ ಮೇಲೆ ಒಲವು ತೋರಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ನೋಡಿ, ಉದಾಹರಣೆಗೆ ನೆರೆಹೊರೆಯವರನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವುದು, ಅಥವಾ ಸ್ಥಳೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಸರಬರಾಜು ಅಥವಾ ಹಣವನ್ನು ದಾನ ಮಾಡುವುದು
- ನಿಮಗೆ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಸಮುದಾಯಕ್ಕೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಇತರರು ಏನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆಂದು ಗುರುತಿಸಿ ಮತ್ತು ಪ್ರಶಂಸಿಸಿ.

ಈ ರೋಗಿಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಸಾಮಗ್ರಿಯಲ್ಲಿನ ಮಾಹಿತಿಯು ಈ ಕೆಳಗಿನ ಮೂಲಗಳಿಂದ ಬಂದಿದೆ

ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಕೇಂದ್ರಗಳು
www.cdc.gov

ಯುಎಸ್ ಆಹಾರ ಮತ್ತು ಔಷಧ ಆಡಳಿತ
www.fda.gov

ವಿಶ್ವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಂಸ್ಥೆ
www.who.int/travel-advice

ರಚಿಸಿದವರು:

1. **Alphonsa Rahman,** DNP, APRN-CNS, CCRN
2. **Letha Joseph,** DNP, APRN, AGPCNP-BC
3. **Missam Marchant,** MBA, BSN, CCRN, PCCN, RN-BC, NE-BC
4. **Reenu M Varghese,** DNP, APRN, FNP-C

ಅನುವಾದ: **Soumya Xavier, BSN, RN**

* Pfizer, Inc.ನಿಂದ ಅನುದಾನದಿಂದ ಭಾಗಶಃ ಬೆಂಬಲಿತ ಶಿಕ್ಷಣ ಯೋಜನೆಯ ಭಾಗವಾಗಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

* ಈ ವಸ್ತುವು ಸಾಮಾನ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಉದ್ದೇಶಗಳಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಪರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಲಹೆಗೆ ಬದಲಿಯಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಮಾಹಿತಿಯ ಬಳಕೆಯಿಂದಾಗಿ ಅಥವಾ ಕರಪತ್ರದಲ್ಲಿ ಒದಗಿಸಲಾದ ಯಾವುದೇ ಮಾಹಿತಿಯ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ನಷ್ಟ ಅಥವಾ ಹಾನಿಗಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲೂ NAINA ನಿಮಗೆ ಹೊಣೆಗಾರಿಕೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಶಾಲೆಗೆ ಹಿಂತಿರುಗುವುದು

- ನೀವು ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿ ಮತ್ತು ಶಾಲಾ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
- ನೀವು ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮ ಆಪ್ತ ಸಂಪರ್ಕಗಳನ್ನು COVID-19 ಎಂದು ಗುರುತಿಸಿದ್ದರೆ ಶಾಲೆಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರಿ ಮತ್ತು ಯಾವುದೇ ಶಾಲೆಯ ವಜಾಗೊಳಿಸುವಿಕೆಯನ್ನು ಗಮನದಲ್ಲಿರಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ
- ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಬಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಾಮಾಜಿಕ ದೂರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಲು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ ಮತ್ತು ಶಾಲೆಯನ್ನು ವಜಾಗೊಳಿಸಿದಾಗ ಸಭೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ನಿರುತ್ಸಾಹಗೊಳಿಸಿ.
- ಆರೋಗ್ಯಕರ ಆಹಾರವನ್ನು ತಿನ್ನುವುದು, ಸಾಕಷ್ಟು ನೀರು ಕುಡಿಯುವುದು, ದೈನಂದಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು ಮತ್ತು ಸಾಕಷ್ಟು ನಿದ್ರೆ ಪಡೆಯುವುದರ ಮೂಲಕ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.
- ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಮನೆಯ ಊಟವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ ಮತ್ತು ಅವರ ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ನಿರುತ್ಸಾಹಗೊಳಿಸಿ.
- ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳೊಂದಿಗೆ ನೀರಿನ ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ ಮತ್ತು ನೀರಿನ ಕಾರಂಜಿಗಳಿಂದ ಕುಡಿಯುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಲು ಅವರಿಗೆ ಸಲಹೆ ನೀಡಿ.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಮ್ಮದೇ ಆದ ಶಾಲಾ ಸಾಮಗ್ರಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಲು ನೆನಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಇತರರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
- ಮುಖದ ಹೊದಿಕೆ ಮತ್ತು ಕೈ ತೊಳೆಯುವಿಕೆಯ ಸೂಕ್ತ ಬಳಕೆಯ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕಲಿಸಿ.
- ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಕೆಮ್ಮು ಮತ್ತು ಸೀನುವಿಕೆಯನ್ನು ಅಂಗಾಂಶದಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ ಮತ್ತು ಅಂಗಾಂಶವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಬೇಗ ಕಸದ ಬುಟ್ಟಿಗೆ ಎಸೆದು ಕೈ ತೊಳೆಯಿರಿ
- ಮನೆಗೆ ಬಂದ ನಂತರ ಶಾಲಾ ಚೀಲಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ & ಗೊಳಿಸಿ ಮತ್ತು ಸೋಂಕುರಹಿತಗೊಳಿಸಿ. ಬೇರೆ ಯಾವುದೇ ಚಟುವಟಿಕೆಯನ್ನು ಮಾಡುವ ಮೊದಲು ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ದೈನಂದಿನ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಲು ಮತ್ತು ಮನೆಯ ಬಟ್ಟೆಗಳಿಗೆ ಬದಲಾಯಿಸಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿ.

ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಾರಿಗೆ ಸುರಕ್ಷತೆ

• ಸಾರ್ವಜನಿಕವಾಗಿರುವಾಗ ಮತ್ತು ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸಾರಿಗೆಯನ್ನು ಬಳಸುವಾಗ ಮುಖವಾಡ ಧರಿಸಿ.
•ದಟ್ಟಣೆಯ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದ ಹೊರಗುಳಿಯಿರಿ ಮತ್ತು ಸಾಧ್ಯವಾದಾಗಲೆಲ್ಲಾ ಸಾಮಾಜಿಕ ದೂರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.
•ಗರಿಷ್ಠವಲ್ಲದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಯಾಣಿಸುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
•ಕಿಯೋಸ್ಕ್‌ಗಳು, ಟಚ್‌ಸ್ಕ್ರೀನ್‌ಗಳು, ಫಿಂಗರ್‌ಪ್ರಿಂಟ್ ಸ್ಕ್ಯಾನರ್‌ಗಳು, ಟಿಕೆಟ್ ಯಂತ್ರಗಳು, ಟರ್ನ್‌ಸ್ಟೈಲ್ಸ್, ಹ್ಯಾಂಡ್ರೈಲ್ಸ್, ಎಲಿವೇಟರ್ ಬಟನ್ ಮತ್ತು ಬೆಂಚುಗಳಂತಹ ಪದೇ ಪದೇ ಬಳಸುವ ಮೇಲ್ಮೈಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸಿ.
• ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಆಧಾರಿತ ಕೈ-ಸ್ಯಾನಿಟೈಜರ್‌ಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮುಖ ಅಥವಾ ಕೂದಲನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ

ಏರ್ ಟ್ರಾವೆಲ್ ಸುರಕ್ಷತೆ

•ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುಗರೊಂದಿಗೆ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಚರ್ಚಿಸಿ ಮತ್ತು ಅನಾರೋಗ್ಯವಿದ್ದರೆ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
•ಕ್ಯಾರಿ-ಆನ್ ಬ್ಯಾಗೇಜ್ ಅನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸಿ.
ಸಾಧ್ಯವಾದರೆ ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳಿ. ಆಗಾಗ್ಗೆ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ. ಮುಖವಾಡ ಧರಿಸಿ ಮತ್ತು ಜನರಿಂದ ದೂರವಿರಿ.
• ಓವರ್‌ಹೆಡ್ ಏರ್ ನಳಿಕೆಯನ್ನು ನಿಮ್ಮ ತಲೆಯ ಮೇಲೆ ನೇರವಾಗಿ ತೋರಿಸಲು ಹೊಂದಿಸಿ ಮತ್ತು ಅದನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಇರಿಸಿ.
• ನೀವು ಅನಾರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಅನಾರೋಗ್ಯದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರುವವರನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರೆ ಆನ್-ಬೋರ್ಡ್ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ತಿಳಿಸಿ.
• ನಿಮ್ಮ ಗಮ್ಯಸ್ಥಾನವನ್ನು ತಲುಪಿದ ನಂತರ, ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ-ಸಂಪರ್ಕತಡೆಯನ್ನು ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡಿ.

ಶಾಪಿಂಗ್ ಸುರಕ್ಷತೆ

• ಶಾಪಿಂಗ್ ಪಟ್ಟಿಯನ್ನು ಮುಂಚಿತವಾಗಿ ತಯಾರಿಸಿ ಮತ್ತು 1-2 ವಾರಗಳವರೆಗೆ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಖರೀದಿಸಲು ಯೋಜಿಸಿ.
• ಮಾನ್ಯತೆಗಳನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಆನ್‌ಲೈನ್‌ನಲ್ಲಿ ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ.
• ಅನಾರೋಗ್ಯ ಬಂದಾಗ ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಸ್ಥಳಗಳಿಗೆ ಭೇಟಿ ನೀಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
• ನಿಮ್ಮ ಮುಖವಾಡವನ್ನು ಧರಿಸಿ, ಹ್ಯಾಂಡ್-ಸ್ಯಾನಿಟೈಜರ್ ಮತ್ತು ಸಾಮಾಜಿಕ ದೂರವನ್ನು ಬಳಸಿ.
• ದೊಡ್ಡ ಜನಸಂದಣಿಗೆ ಒಡ್ಡಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಮಿತಿಗೊಳಿಸಲು ಗರಿಷ್ಠ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ.
• ನಿಮ್ಮ ಬಳಕೆಗೆ ಮೊದಲು ಮತ್ತು ನಂತರ ಶಾಪಿಂಗ್ ಕಾರ್ಟ್ ಹ್ಯಾಂಡಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಸೋಂಕುನಿವಾರಕ ಒರೆಸುವ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ.
• ನೀವು ಕೈಗವಸುಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನೀವು ಶಾಪಿಂಗ್ ಮಾಡಿದ ತಕ್ಷಣ ಅದನ್ನು ತೆಗೆದುಹಾಕಿ ಮತ್ತು ನಿಮ್ಮ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯಿರಿ ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ.
• ನೀವು ಮನೆಗೆ ತಲುಪಿದ ಕೂಡಲೇ ಕೈ ತೊಳೆಯಿರಿ.
• ಅಗತ್ಯವಿದ್ದರೆ ಪ್ಯಾಕೇಜ್‌ಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ it ಗೊಳಿಸುವ ಒರೆಸುವ ಬಟ್ಟೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಒರೆಸಿ, ಅದನ್ನು ಒಣಗಲು ಬಿಡಿ ಮತ್ತು ನಂತರ ದಿನಸಿ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಪ್ಯಾಂಟ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸಿ.

ಸಾಮಾಜಿಕ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಸುರಕ್ಷತೆ

• ಸಾಮಾಜಿಕ ಕೂಟಗಳನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ತಪ್ಪಿಸಿ
• ಸಾಮಾಜಿಕ ದೂರವನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ, ಮುಖವಾಡ ಧರಿಸಿ ಮತ್ತು ಕೈ ನೈರ್ಮಲ್ಯವನ್ನು ಬಳಸಿ.
• ಹ್ಯಾಂಡ್‌ಶೇಕ್‌ಗಳನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಿ ಮತ್ತು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವ ಮೇಲ್ಮೈಗಳನ್ನು ಸ್ಪರ್ಶಿಸುವುದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ .
•ನೀವು COVID-19 ನ ಯಾವುದೇ ರೋಗಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದರೆ, ನೀವು ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ಜನರನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಸಿ.

COVID -19 ಯುಗದಲ್ಲಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಜೀವನ

The National Association of Indian Nurses of America ನ ಆಸ್ತಿ.

ಡೌನ್‌ಲೋಡ್ ಮಾಡಬಹುದು ಮತ್ತು ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಉದ್ದೇಶಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಸಿ.

www.nainausa.com
September , 2020

NATIONAL ASSOCIATION OF INDIAN NURSES ★ OF AMERICA ★
NAINA