

## কুরবানীর পশুর হাটে সর্তকতা বিষয়ে স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের নির্দেশনা

হাটে গেলে অবশ্যই মাস্ক পরিধান করুন। প্রয়োজনে দুটি মাস্ক পড়ুন। আমরা অনেক ক্ষেত্রে মনের অজান্তেই কথাবার্তা বলার সময় নাকের ওপর থেকে মাস্ক সরিয়ে ফেলি। এটি বিরাট ভুল। কেউ আবার নাক-মুখ খোলা রেখে থুতনির ওপর মাস্ক পরেন। যথানিয়মে মাস্ক না পরা ভাইরাসকে নিজ দেহে আমন্ত্রণ জানানোর নামান্তর মাত্র। মাস্ক পরিধান, খুলে ফেলা এবং সংরক্ষণের যথাযথ নিয়ম রয়েছে। সেগুলো মেনে চলতে হবে। মাস্ক শুধু করোনা থেকে নয়, হাটে বিদ্যমান নানা ভাইরাস ও জীবাণু থেকে আপনাকে রক্ষা করবে। হাটে পশুর মলমূত্র, খড়, বিচালি ইত্যাদিতে অনেকের অ্যালার্জি বা হাঁপানি হতে পারে। মাস্ক এ থেকেও সুরক্ষা দেবে। আপনার সঙ্গী হোক স্যানিটাইজার। হাত ধৌত করার ব্যবস্থা থাকলে কিছুক্ষণ পরপর হাত ধুয়ে নিন। অন্যথায় স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন। হাট থেকে বের হওয়ার সময় হাত জীবাণুমুক্ত করুন। বাসায় ঢুকে অন্যদের সঙ্গে মেলামেশার আগে সাবান মেখে গোসল সেরে ফেলুন।

ক্রেতা-বিক্রেতার মধ্যে নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখুন। তিন ফুট দূরত্ব বজায় রাখা স্বাস্থ্যসম্মত। দীর্ঘ সময় উচ্চস্বরে দামদর না করে অল্প কথায় গুরু-ছাগল কেনার চেষ্টা করুন। মনে রাখবেন, যত কথা বলবেন, ততই ভাইরাস ছড়ানোর আশঙ্কা বেড়ে যাবে।

পারতপক্ষে শিশু, বৃদ্ধ, অসুস্থ ব্যক্তিদের নিয়ে হাটে যাবেন না। তাঁরা করোনা ও অন্যান্য সংক্রামক ব্যাধির সর্বোচ্চ ঝুঁকিতে আছেন। যাঁরা বুস্টার ডোজসহ টিকা নিয়েছেন এবং সক্ষম—এমন ব্যক্তির প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্যবিধি মেনে হাটে যাবেন।