

**Prof.(Dr.)M.K.Shrivastava**  
**Vice Chancellor**

## **Appeal**

This is to bring to your notice that in the adjoining districts of Jabalpur and Nagpur a few confirmed cases of COVID-19 have been found. Chhindwara University is concerned about the well-being of all its students (majority of who reside in rural areas) of the 128 affiliated colleges.

The students are requested to follow the below listed advice for preventing the spread of COVID-19:

- Self-monitor daily, and report to the doctor if you have symptoms of flu or cold.
- Move meetings and gatherings online.
- Maintain social distancing.
- Follow restrictions as advised by GOI and these are continuously updated in newspapers.
- Taking precautions is key to everyone's health , take these steps to monitor your health:
  - ✓ Monitor your temperature at least twice a day for fever (above 100°F).
  - ✓ Watch for cough or troubled breathing.
- In case you have a fever above 100°F, cough frequently, or have trouble breathing, please do the following :
  - ✓ Avoid contact with others.
  - ✓ Seek medical care, by reporting to the doctor.
  - ✓ Tell your doctor about your recent travel and your symptoms.
  - ✓ Cover your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze.
  - ✓ Wash your hands often with soap and water.
  - ✓ Use an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.

Be a responsible citizen by following the above stated advice to fight this pandemic of COVID-19

**Helpline Number: Toll free: 1075 +91-11-23978046**

**Helpline Email ID : [ncov2019@gov.in](mailto:ncov2019@gov.in) OR [ncov2019@gmail.com](mailto:ncov2019@gmail.com)**

**Prof.(Dr.)M.K.Shrivastava**  
**Vice Chancellor**

# छिंदवाड़ा विश्वविद्यालय, छिंदवाड़ा (मध्यप्रदेश)

प्रो.(डॉ.)एम.के.श्रीवास्तव

कुलपति

## अपील

प्रिय विद्यार्थियों आपके ध्यान में यह महत्वपूर्ण जानकारी लाना है कि छिंदवाड़ा जिले के आसपास के जिलों जबलपुर और नागपुर में कोरोना वायरस से संक्रमित मरीजों के मिलने की पुष्टि हुई है। छिंदवाड़ा विश्वविद्यालय इस वैश्विक महामारी के समय अपने 128 संबद्ध महाविद्यालयों के सभी विद्यार्थियों (जो मुख्यतः ग्रामीण क्षेत्रों में निवासरत हैं) के स्वास्थ्य के सम्बन्ध में चिंतित है।

छात्रों से अनुरोध है कि COVID-19 के प्रसार को रोकने के लिए नीचे दी गई सलाह का पालन करें:

- प्रतिदिन स्व-निगरानी करें, और बुखार या सर्दी के लक्षण होने पर डॉक्टर को रिपोर्ट करें।
  - बैठकों और सभाओं को ऑनलाइन करें।
  - सामाजिक मेल मिलाप से दूरी बनाए रखें।
  - सरकार द्वारा दी गई सलाह के अनुसार प्रतिबंधों का पालन करें जिन्हें लगातार समाचार पत्रों में प्रसारित किया जा रहा है।
  - निम्न सावधानियां बरतना सभी के स्वास्थ्य के लिए महत्वपूर्ण है। अपने स्वास्थ्य के लिए निम्न उपाय करें:
    - ✓ खाँसी या साँस लेने में परेशानी होने पर अधिकृत चिकित्सक से संपर्क करें।
    - ✓ दिन में कम से कम दो बार अपने शरीर के तापमान की जांच करें।
  - यदि आपको 100°F से ऊपर बुखार है, बार-बार खाँसी आती है, या साँस लेने में परेशानी होती है, तो कृपया निम्नलिखित सावधानियां बरतें :
    - ✓ दूसरों के साथ संपर्क से बचें।
    - ✓ डॉक्टर को रिपोर्ट करके, चिकित्सकीय देखभाल लें।
    - ✓ अपने लक्षणों के बारे में अपने डॉक्टर को बताएं।
    - ✓ खाँसी या छींक आने पर अपने मुँह और नाक को एक रुमाल से ढक लें।
    - ✓ अपने हाथों को अक्सर साबुन और पानी से धोएं।
    - ✓ अल्कोहल-आधारित हैंड सैनिटाइज़र का उपयोग करें जिसमें कम से कम 60% अल्कोहल हो
- COVID-19 की इस महामारी से लड़ने के लिए उपरोक्त सलाह का पालन करके एक जिम्मेदार नागरिक बनें।

Helpline Number: Toll free: 1075 +91-11-23978046

Helpline Email ID : ncov2019@gov.in OR [ncov2019@gmail.com](mailto:ncov2019@gmail.com)

प्रो.(डॉ.)एम.के.श्रीवास्तव

कुलपति