



TOW AWAY ZONE

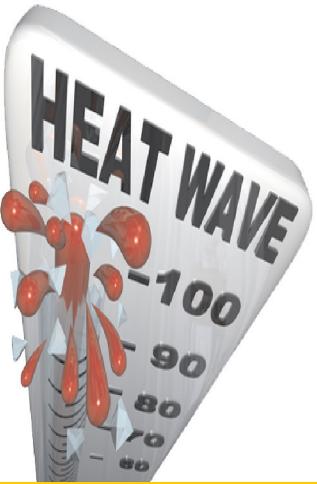


क्या आप “लू” से बचाव के लिए तैयार हैं?

निम्नलिखित सावधानियां बरतें



- स्थानीय मौसम संबंधी खबरों के लिए रेडियो सुनें, टीवी देखें, और समाचारपत्र पढ़ें।
- पर्याप्त मात्रा में पानी पिएं – भले ही प्यास न लगी हो
- ओआरएस (ओरल रीहाइड्रेशन सॉल्यूशन), घर में बने पेय जैसे लस्सी, तोरानी (चावल का मांड) नींबू पानी, छाछ आदि का सेवन कर तरोताज़ा रहें।
- हल्के रंग के ढीले सूती कपड़े पहनें।
- अपना सिर ढककर रखें, कपड़े, हैट अथवा छतरी का उपयोग करें।
- जानवरों को छाया में रखें और उन्हें पर्याप्त मात्रा में पीने का पानी दें।
- बच्चों अथवा पालतू जानवरों को वाहनों में छोड़कर न जाएं – उन्हें लू लगने का खतरा हो सकता है।



राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन प्राधिकरण

एनडीएमए भवन, ए-१, सफ़्रदरज़ंग एन्कलेव, नई दिल्ली-११००२९

द्वारा जनहित में जारी :

Follow us on:



@ NDMA.in



@ ndmaindia



/ ndmaindia



/ NDMAINdia

अधिक जानकारी के लिए लॉग ऑन करें : www.ndma.gov.in