



করোনা প্রতিরোধের কড়া ছড়া

আজাদ আলম

এক

হোক বা না হোক করোনা রোগ
হাত ধরার কেউ করো না লোভ
দু গজ দূরে থাকাই চাই
সাবধানের কোন মার নাই

দুই

মুখে দিবেন না আংগুল হাত
এই খাছিলত মরন খাদ
সাবান ফেনায় হাত ধোবেন
কুড়ি সেকেন্ড সময় নেবেন

তিন

লবনযুক্ত গরম পানি
গলায় রেখে গলগলানি
কমাবে কফের খুশখুশানি
মেনে চলুন এই বৈদ্য বানী

চার

লেবু মেশানো গরম চা
পারলে মধু একটু আদা
পান করুন দিনে রাতে

ফল পাবেন হাতে নাতে

পাঁচ

খাদ্যে রাখুন কালো জিরা
পুদিনা পাতা লবঙ্গ গুঁরা
পুষ্টি খাবার হাঙ্কা ব্যায়াম
যে যার সাধে চালিয়ে যান

ছয়

ঘরে ঘরে দুর্গ গড়ুন
হাল আইনের হাল ধরুন
সময়টা এখন প্রতিকূলে
সাহায্য চান দু হাত তুলে