

NHN

National Humanitarian Network Pakistan

ICVA

A GLOBAL NGO NETWORK
FOR PRINCIPLED AND EFFECTIVE
HUMANITARIAN ACTION

هڪ ٻئي سان هٿ ملائڻ يا ويجهڻ ملڻ
کان احتياط ڪريو.

هڪ ٻئي کان گهٽ ۾ گهٽ 1
ميٽر جو فاصلو رکڻو
آڱر کان ٻاهر نڪرڻ وقت ماسڪ
ضروري پايو.

پنهنجي قوت مدافعت کي بهتر بڻائڻ جي لاءِ
نمبر پوري ڪريو ۽ متوازن غذا استعمال ڪريو

ڪنگڙ يا نش اچڻ جي صورت ۾ منهن
۽ نڪ کي تشو يا ڪيترائي سان ڍڪيو

ڪورونا وائرس
احتياطي تدابيرون

تعمير ڪريو ته جيئن ڪو به
ڪم ڪرڻ کان بچي رهڻ
مڪمل ڪريو.

پنهنجي هٿن کي
20 سيڪنڊن تائين توڙي يا هٿن
ٻاڻا علاج ڪري سان ڇاڻڻ ۽
سپيٽيوليزر جو استعمال ڪريو

غير ضروري سفر/ رهڻ واري
اجتماعات کان بچڻو