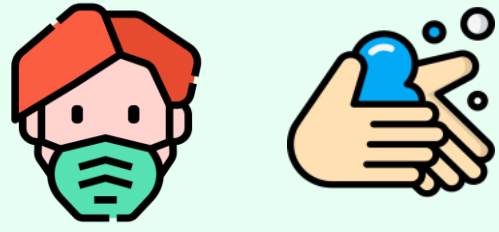




کووڈ-19 سے خود کو بچانے کے لئے چار کنجیاں



اپنے ہاتھ بار بار دھوئیں

ماسک کا استعمال کریں

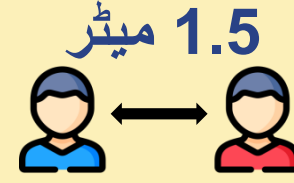
1

اپنی آنکھوں ، ناک اور منہ کو چھونے سے گریز کریں۔
جب کھانسی ہو رہی ہو یا چھینک آتی ہو تو اپنے منہ اور
ناک کو اپنی کہنی سے ڈھانپیں

لوگوں کے درمیان کم سے کم 1.5 میٹر کی
دوری رکھیں

اپنے رابطوں کو محدود رکھیں

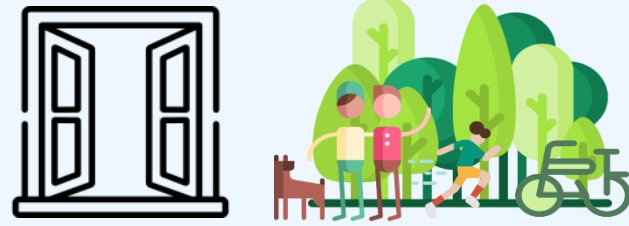
2



کھلی جگہوں کو ترجیح دیں

بند جگہوں کو کھولیں

3



اگر آپ میں علامات ہیں یا آپ تنہائی میں یا
قرنطینہ میں ہیں تو گھر میں رہیں

4



4 دسمبر 2020

مزید جاننے کے لئے سرکاری ذرائع سے رابطہ کریں:

www.mschs.gob.es

@sanidadgob



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS