

کورونا وائرس

اپنے ہاتھ بار بار دھوئیں
بیس سیکنڈ کیلئے

صابن اور پانی استعمال کریں یا پھر
ہاتھوں کیلئے جراثیم کش دوائی کا استعمال کریں:

جب بھی

گھر لوٹیں یا کام پر جائیں
ناک صاف کریں، چھینکیں یا کھانسیں
کھانا کھائیں یا اُسے ہاتھ لگائیں

کورونا وائرس

خود کو اور دوسروں
کو محفوظ رکھیں

مزید معلومات اور حکومتی لائحہ عمل کیلئے دیکھیں

nhs.uk/coronavirus