

احتیاط برتے! سماجی میل ملاپ سے پرہیز چھی!

CDC نے کورونا وائرس کی وجہ سے مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر شائع کی ہیں۔ اس پر عمل کرنا سب کے لیے فائدہ مند ہے۔

اگر آپ خود کو بیمار محسوس کریں تو پہلے اپنے ڈاکٹر سے فون پر رابطہ کریں اور ڈاکٹر کی دی ہوئی ہدایات پر عمل کریں۔

ہجوم میں جانے سے پرہیز کریں۔ اپنے غیر ضروری معاملات برخواست کریں۔ سفر کرنے کو معطل کریں۔ گھر سے کام کرنے کو فوقیت دیں۔

اگر آپ بے حد ضروری کام کی وجہ سے گھر سے باہر ہیں تو تمام افراد سے چھ فیٹ کا فاصلہ رکھیں۔ اپنے ہاتھوں کو کم از کم بیس۔20 سیکنڈ تک دھوتے رہیں۔

کوشش کریں اپنا سودا سلف فون پر آڈر کریں اور صرف اسکو سنڈور سے اٹھانے کیلئے جائیں یا گھر پر منگوائیں۔ بیماری کے شک کی صورت میں گھر ہی میں رہیں اور آپس کے میل ملاپ سے گریز کریں۔