

ہماری بحالی کیلئے چار کلیدی اقدامات

پیل میں کووڈ-19 کا پھیلاؤ جاری ہے۔ کسی ویکسین یا علاج کے بغیر، ہمیں اس انتہائی متعدی اور زررساں وائرس پر قابو پانے میں مدد کیلئے ہوشیار رہنے کی ضرورت ہے۔ کور فور (Core Four) کی پیروی کرنے کا عزم رکھنا ہماری کمیونٹی کی حفاظت کا ایک بہترین طریقہ اور ہماری ترقی کرتی ہوئی کمیونٹیوں کی بحالی کا تیز ترین طریقہ ہے۔

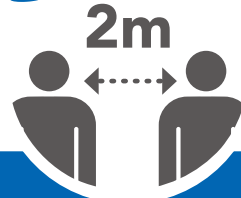
کووڈ-19

کور (Core) چار



صابن لگا کرجھاگ بنائیں

اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے دھوئیں، یا ہینڈ
سینیٹائزر استعمال کریں۔



الگ رہیں

اپنے محفوظ سماجی دائرے سے باہر ایک سے
2 میٹر کا فاصلہ برقرار رکھیں۔



ٹیسٹ کروائیں

اگر آپ کا خیال ہے کہ آپ کو کووڈ-19 لاحق ہے یا آپ
اس کا سامنا کرتے رہے ہیں تو ٹیسٹ کروائیں۔ گھر میں
رہیں، خود کو الگ تھلگ رکھیں اور امکانی پھیلاؤ کو روکیں۔



ماسک لگائیں

جہاں جسمانی فاصلہ برقرار رکھنا مشکل ہے اور جہاں
ماسک حکمی طور پر لازمی ہیں وہاں نان میڈیکل ماسک
پہنیں۔ صحت کی نگہداشت کرنے والے ورکروں کیلئے
میڈیکل گریڈ ماسکوں کی فراہمی کی حفاظت کریں۔

یہ اقدامات اس وقت تک عارضی ہیں جب تک ہم پیل میں کووڈ-19 پر قابو نہیں پالیتے۔ ان اقدامات پر عمل کرنا جانیں بچائے گا،
ہماری معیشت کی حفاظت کرے گا اور ہماری بحالی میں تیزی لائے گا۔