

آپ سب کی صحت کے لئے تین اچھے اصول

گھر پر قیام کریں: صحت کی وجوہات کی بناء پر یا اگر ضروری ہو تو کام پر جانے کے لئے باہر جائیں

تاہم ، دوسرے لوگوں سے کم سے کم ایک میٹر کی دوری رکھیں

اگر آپ کو سردی ، بخار یا فلو کے دیگر علامات ہیں تو ، گھر میں ہی رہیں اور اپنے فیملی ڈاکٹر یا پیڈیاٹریشن سے فون کریں ، جو ہر دن 8 سے 20 تک فون پر دستیاب ہوتا ہے۔