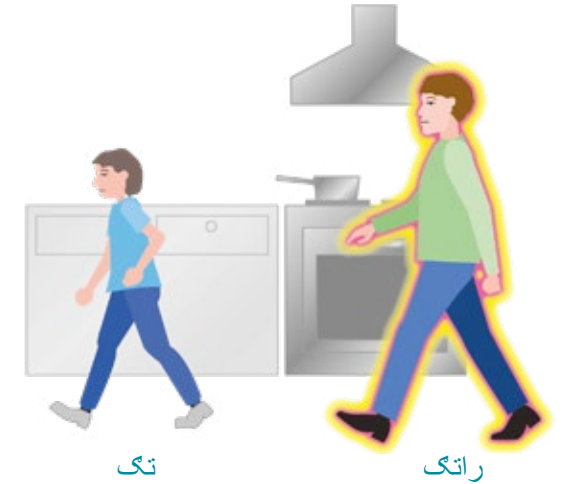


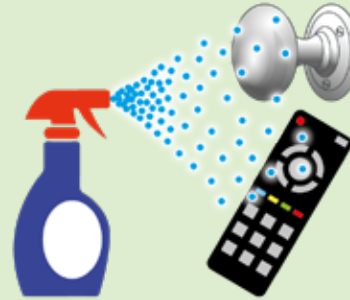
که تاسی COVID-19 لری نو هغو خلکو ته د ناروغی وړپوری کېدلو مخنیوی به څرنگه کوی چي تاسی ورسره اوسپری.

که تاسو کووید ۱۹- لری، نو ډیر خطر شتون لري چې ستاسو د کورنی نور خلک به یې له تاسو څخه ونیسي. ستاسو په کورنی کې د انتان خپریدو کمولو لپاره ډیری شیان شتون لري چې تاسو یې کولی شئ.

1 د نورو سره نږدی اړیکې محدود کړئ. په گډو سیمو کې کم تر کمه وخت تېروئ.



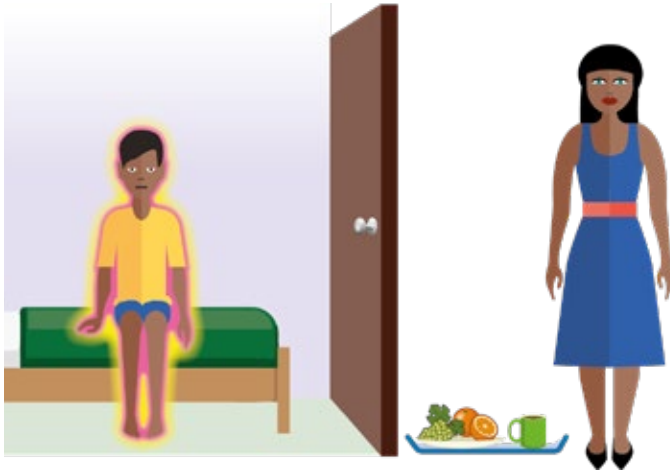
2 د هغو څیزونو مخونو چې بیا بیا لاسونه ورسره نښلي او گډي کوي لکه اشپزخانی او تشنابونه بیا بیا پاکوئ.



3 په پرلپسې توگه خپل لاسونه په صابون او اوبو پرې مینځئ، په خانگري توگه له پرنجلو او توخلو پسته.



4 چي چیرته امکان لري نو له هغو خلکو مرسته واخلئ چي تاسي ورسره اوسپری. په پاکولو کې او په خوندي ډول خواړه راوړلو لپاره د مرستې غوښتنه وکړئ چي د غیر ضروري تماس مخنیوی وشي.



5 که په گډو ځایونو کې وخت تېروئ نو خولې په ماسکونو پټوئ.



6 په کوټو کې د هوا بڼه تگ راتگ وساتئ.



7 توخي او پرنجی ته ډسپوزیبل ټیشو نیسئ او سیده یې په بین یعنی چټلدانی کېښی اچوئ.

