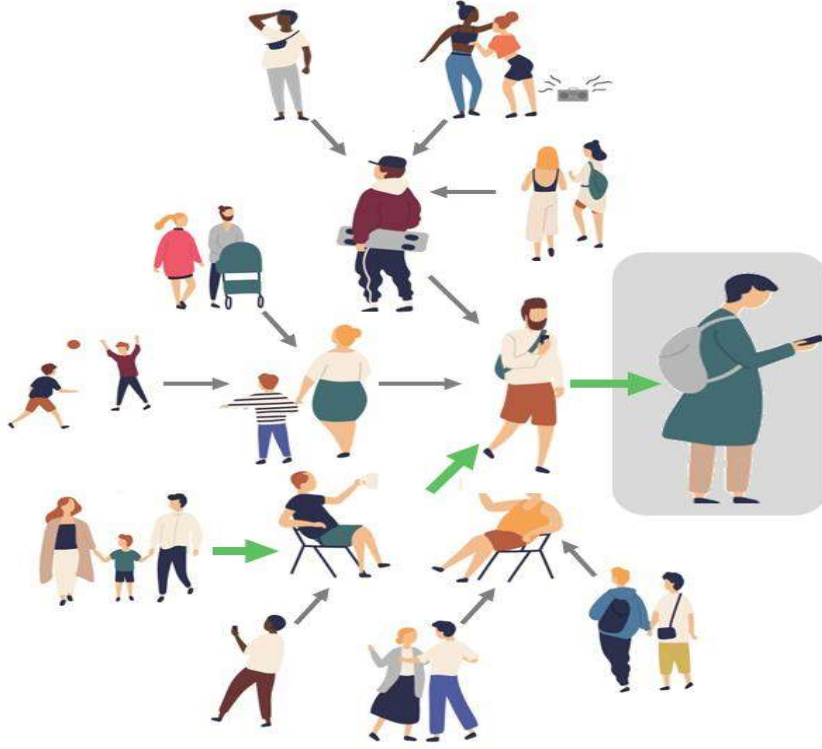




# GermDefence

www.germdefence.org

جب بھی ہمارا کسی سے رابطہ ہوتا ہے، تو ہمیں وائرسز لاحق ہونے کا خدشہ بھی ہوتا ہے - نہ صرف ان سے بلکہ ہر اس شخص سے جس کے ساتھ وہ گزشتہ 2 ہفتوں کے دوران رابطے میں رہے ہوں۔

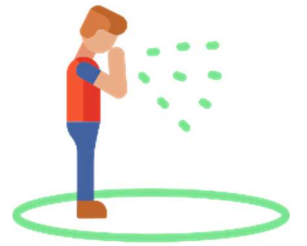


ہمیں کسی ایسے شخص سے بھی کرونا وائرس لاحق ہو سکتا ہے جو علامات کا شکار نہ ہو۔

وائرسز سے پر سطحوں کو چھو کر:



بذریعہ ہوا:



اپنے گھر میں وائرس کی تعداد میں کمی لانے کے لیے آپ کی جانب سے اٹھایا جانے والا ہر قدم گھر میں موجود ہر شخص کو محفوظ رکھنے میں مددگار ثابت ہو گا۔

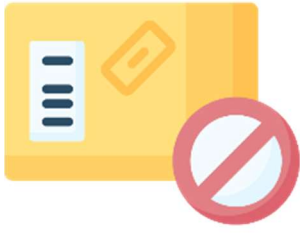
مزید معلومات کے لیے، ملاحظہ کریں [www.germdefence.org](http://www.germdefence.org)



اپنے گھر میں وائرس کی تعداد میں کمی لانے کے لیے آپ کی جانب سے اٹھایا جانے والا ہر قدم گھر میں موجود ہر شخص کو محفوظ رکھنے میں مددگار ثابت ہو گا۔

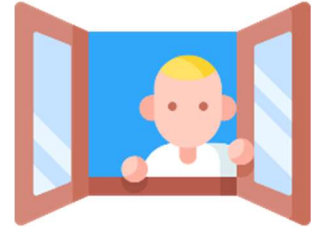
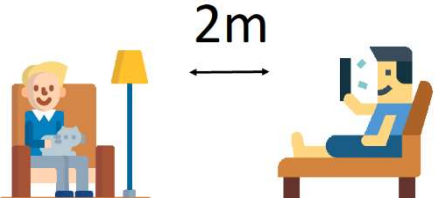
## ایسے کام جو آپ ہر وقت انجام دے سکتے ہیں:

- ہاتھ کو تقریباً 20 سیکنڈز کے لیے دھوئیں
- ایسی سطحیں صاف کریں جو دوسرے افراد چھوئیں
- ترسیلات کو کم از کم 1 دن کے لیے رکھ دیں



وہ کام جو آپ اس صورت میں کر سکتے ہیں جب انفیکشن کے امکانات زیادہ ہوں (مثلاً آپ کے علاقے میں مزید وائرس اور آپ لوگوں سے ملے ہوں):

- ہوا کی گردش کے لیے کھڑکیاں کھلی رکھیں
- زیادہ تر وقت اندر ہی گزاریں
- 2 میٹر کا فاصلہ رکھیں



ایسے کام جو آپ اس صورت میں کر سکتے ہیں جب گھر کا کوئی فرد علامات کا شکار ہو:

- اس صورت میں چہرے کا نقاب اور چشمے یا دھوپ کے چشمے پہنیں جب آپ کو 2 میٹر سے زیادہ قریب ہونا پڑے



مزید معلومات کے لیے، ملاحظہ کریں [www.germdefence.org](http://www.germdefence.org)