



اپنی کھانسی یا چھینک  
ٹشو سے چھپائیں، ٹشو  
کو ذمہ داری سے ضائع  
کریں



اگر ٹشو دستیاب نہ ہو تو  
کھانسی یا اپنے اوپری بازو  
میں چھینک لیں



اگر آپ بیمار ہیں تو ،  
دوسروں میں انفیکشن کے  
پھیلاؤ کو روکنے کے لئے  
عوام میں ماسک پہنیں۔



ینٹیسپیٹیک جیل کا استعمال  
کرتے ہوئے اپنے ہاتھوں کو بار  
بار صاف کریں ، یا کم سے  
کم ۲۰ سیکنڈ تک صابن اور  
پانی سے دھو لیں۔

# انفیکشن کے پھیلاؤ کو روکیں

