

ہم اس میں ایک ساتھ ہیں

اپنے آپ کی ، اپنے خاندان ، اپنے دوستوں اور اپنے شہر کی حفاظت کریں۔

خاندان کے وقت کو فروغ دیں

ایک روٹین رکھیں ، آرٹ کریں ، سرگرمیاں
پلان کریں جو آپ مل کر کرسکتے ہیں



صحت مند رہیں

میڈیا بریک لیں ، مناسب کھانا کھائیں ،
مفت آن لائن فٹنس کلاس لیں



خود کی دیکھ بھال پر عمل کریں

کوئی کتاب پڑھیں ، موسیقی سنیں ،
غسل کریں ، مراقبہ کریں ، بیکنگ کریں



سماجی روابط برقرار رکھیں

دوستوں کو کال کریں ، خاندان کے ساتھ ویڈیو
چیٹ کریں ، ورچوئل ڈنر پارٹی کی میزبانی کریں

