



د ټورنټو د ځان منزوي کولو داوطلب مرکز

که تاسو یا داسې څوک چې تاسو ورسره ژوند کوئ کووید-19 لري او د ځان منزوي کولو لپاره یو خصوصي ځای ته اړتیا لري



د نورو معلوماتو لپاره د کووید-19-
مستقیمې تلیفون شمیرې -416
338-7600 ته زنگ ووهئ



ستاسو د منزوي کېدو ټوله موده
کې درته صحتمند خوراکونه او
مختصر خوراکونه درکوي



نورو ته له نږدې کېدو د اندېښنې
نه غیر آرام وکړئ او د مریضۍ نه
روغ شئ



وړیا، آرام، خوندي او امن
استوګنځایني وړاندې کوي

Pashtu