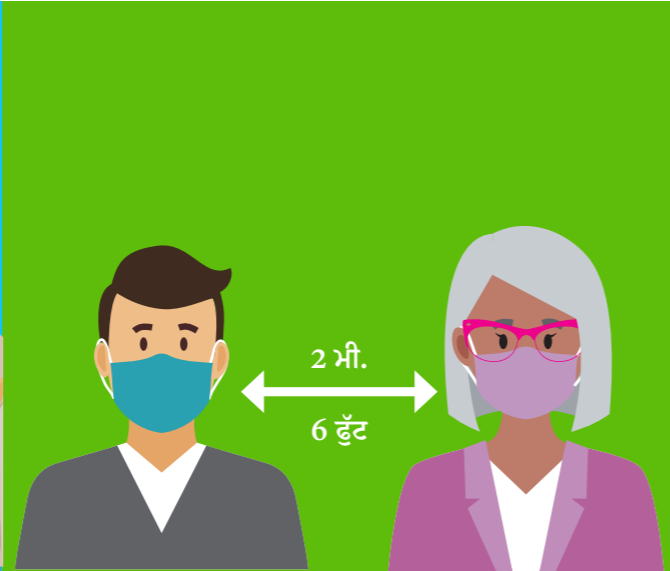


ਸਵੈ-ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ 4 ਕਦਮ

COVID-19 ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸ਼ਹਿਰ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:



ਸੰਭਵ ਤੌਰ 'ਤੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹੋ



ਆਪਣੀ ਦੂਰੀ ਦੇਖੋ



ਆਪਣਾ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੋ



ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਧੋਵੋ

PUNJABI