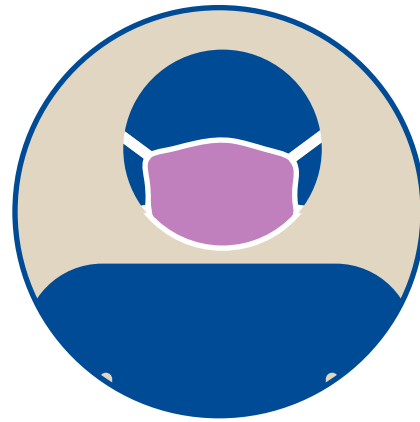


ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਧਾਰਮਿਕ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ



ਸੰਪਰਕ ਸੀਮਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ 6 ਫੁੱਟ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਰਹੋ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਰਹੇ ਹੋ।



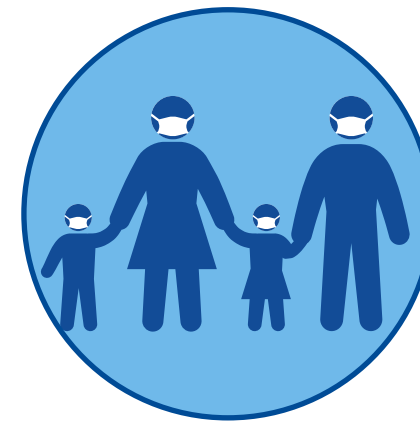
ਬਿਲਡਿੰਗ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਅਤੇ ਜੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਮੁਮਕਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਤਾਂ ਬਾਹਰ ਵੀ, ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੋ।



ਆਪਣੀਆਂ ਖੁਦ ਦੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ (ਜਿਵੇਂ, ਧਾਰਮਿਕ ਪੁਸਤਕ ਜਾਂ ਦਰੀ) ਨਾਲ ਲੈ ਕੇ ਆਓ।



ਜਾਪ ਨਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਗਾਓ ਨਹੀਂ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਕੀਟਾਣੂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਫੈਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।



ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠੇ ਨਾ ਹੋਵੋ।



ਕਮਯੂਨਿਅਨ ਵਰਗੀਆਂ ਰਸਮਾਂ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

PUNJABI