



International  
Labour  
Organization

# COVID-19

## خود کو اور دوسروں کو محفوظ رکھیں

ہاتھوں کو اچھی  
طرح اور باقاعدگی  
سے دھوئیں۔



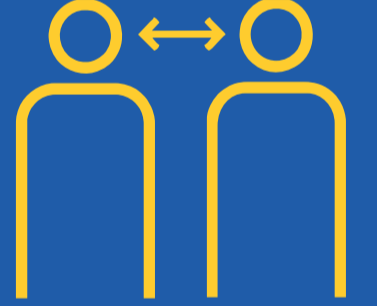
کھانسی اور نزلہ  
زکام کیلئے ٹشو یا کھنی  
کا استعمال کریں۔



ہاتھ ملانے سے  
پرہیز کریں۔



فاصلہ برقرار رکھیں  
1 میٹر یا 3 فٹ دور کھڑے ہوں۔



حسن سلوک سے  
پیش آئیں اور  
بد سلوکی سے بچیں۔



اگر آپ بیمار ہیں  
تو گھر پر رہیں۔



یہ سرکاری پیغام کا غیر سرکاری ترجمہ ہے۔ کسی فرق یا تضاد کی صورت میں انگریزی میں دیئے گئے سرکاری پیغام کو اس ویب سائٹ پر رجوع کریں۔

[www.ilo.org](http://www.ilo.org)  
[www.covid.gov.pk](http://www.covid.gov.pk)

مزید معلومات کے لیے رجوع کریں: