



HM Government

NHS



ਕੋਵਿਡ-19

ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਖਤਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਖਿੜਕੀਆਂ ਖੋਲ੍ਹਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਅਜੇ ਵੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਸਤ ਜਾਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਘਰ ਆਏ ਹੋਏ ਹਨ ਤਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਖਿੜਕੀਆਂ ਖੁੱਲੀਆਂ ਰੱਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਗਏ ਹਨ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਪੀੜਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜੇ ਵੀ ਇਸਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਪੀੜਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
ਆਓ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਂਦੇ ਰਹੀਏ।

gov.uk/coronavirus

 ਤਾਜ਼ਾ ਹਵਾ

 ਟੈਸਟਿੰਗ

 ਚਿਹਰਾ ਢੱਕੋ

 ਐਪ

 ਹੱਥ ਧੋਵੋ