

NYC میں COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکیں!

مندرجہ ذیل اقدامات اٹھائیں:



جسمانی فاصلہ رکھیں

دوسرے لوگوں سے سے کم از کم 6
فٹ کے فاصلے پر رہیں۔



اگر بیمار ہیں تو گھر پر رہیں
صرف ضروری طبی نگہداشت اور
ٹیسٹنگ یا دیگر ضروری کاموں کے لیے
بی باہر نکلیں۔



اپنے ہاتھوں کو صاف رکھیں

اپنے ہاتھ صابن اور پانی سے اکثر دھوئیں
اگر یا صابن اور پانی میسر نہ ہوں تو ہینڈ
سینیٹائزر استعمال کریں۔



چہرے پر نقاب پہنیں

آپ علامات کے بغیر بھی متعدی ہو سکتے ہیں۔
چہرے پر نقاب پہن کر اپنے ارد گرد کے
لوگوں کو بچائیں۔

ٹیسٹ کروائیں: تمام پانچوں بوروز میں COVID-19 کی مفت ٹیسٹنگ کے
مقامات موجود ہیں۔ ٹیسٹ کروانے کا مقام تلاش کرنے کے لیے
nyc.gov/covidtest ملاحظہ کریں۔



اگر آپ کو COVID-19 سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ درپیش ہے تو آپ کو جتنا زیادہ ممکن ہو گھر رہنا
چاہیے۔ زیادہ خطرے کا سامنا کرنے والوں میں 50 سال یا اس سے زیادہ عمر کے افراد (65 سال سے زیادہ
عمر کے افراد کو اور بھی زیادہ خطرہ ہے) یا صحت کے دیگر مسائل کا سامنا کرنے والے افراد شامل ہیں۔

تازہ ترین معلومات کے لیے nyc.gov/coronavirus ملاحظہ کریں۔