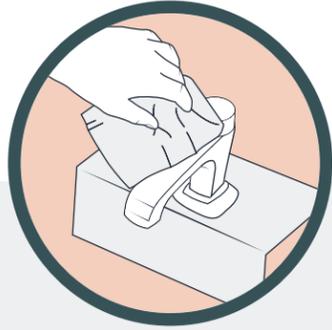




کووڈ-19 کے پھیلاؤ کو کم کریں: اپنے ہاتھوں کو دھوئیں انفوگرافک

OURDOU / URDU



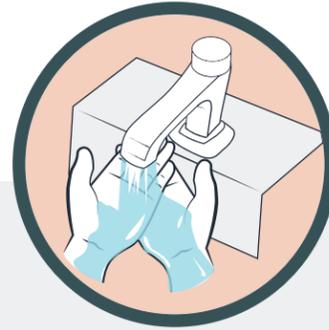
مرحلہ ۶:

کاغذ کے تولیہ کا استعمال کرتے ہوئے نل کو بند کر دیں۔



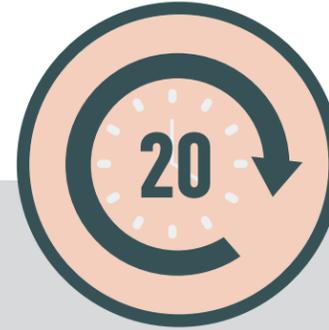
مرحلہ ۵:

کاغذ کے تولیہ سے ہاتھوں کو اچھی طرح سے خشک کریں۔



مرحلہ ۴:

پانی سے اچھی طرح دھولیں۔



مرحلہ ۳:

ہاتھوں کو پانی سے باہر رکھتے ہوئے، کم از کم ۲۰ سیکنڈ تک اپنے ہاتھوں کو آپس میں رگڑیں (بشمول آپ کی ہتھیلیوں، ہر ہاتھ کا پیچھلا حصہ، انگلیوں اور انگوٹھوں کے درمیان، اور ناخنوں کے نیچے)



مرحلہ ۲:

صابن لگائیں۔



مرحلہ ۱:

پانی سے ہاتھوں کو گيلا کریں۔



اگر صابن اور پانی دستیاب نہیں ہیں تو، ہاتھوں پر استعمال کرنے کا جراثیم کش محلول (ہینڈ سینیٹائزر) استعمال کریں جس میں کم از کم ۶۰٪ الکحل ہے۔ خشک ہونے تک اپنے ہاتھوں کو ایک ساتھ رگڑیں (جیسا کہ مرحلہ ۳ میں دکھایا گیا ہے)۔

مزید معلومات کے لیے: @Canada.ca/le-coronavirus 1-833-784-4397