

ਆਪਣੇ-ਆਪ ਨੂੰ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ



ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗਾਂ



ਭੀੜ ਵਾਲੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਵਾਂ ਤੋਂ ਬਚੋ



ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ ਕਰੋ



ਦੋ ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ



ਸਵੈ-ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਰਹੋ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਛਣ ਹਨ ਤਾਂ ਟੈਸਟ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਓ

nhsinform.scot/coronavirus

#WeAreScotland

ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ

ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ

ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬਚਾਓ

ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਬਚਾਓ