

# COVID سے تحفظ کی ٹول کٹ

## COVID سے تحفظ کا عہد

NorthShore کا COVID سے تحفظ کا عہد ایک علامتی حلف ہے تاکہ آپ ماسک پہننے، سماجی فاصلہ برقرار رکھنے، ہاتھوں کو دھونے، بیمار ہونے کی صورت میں گھر پر رہنے، بڑے اجتماعات میں شرکت سے گریز کرنے اور ذہنی صحت کے بارے میں متوجہ رہنے کے کلیدی حفاظتی رہنما اصولوں پر عمل کر کے خود کو اور اپنے پیاروں کو COVID سے محفوظ رکھ سکیں۔ COVID سے تحفظ کے عہد پر دستخط کے لیے یہاں کلک کریں، یا [northshore.org/covidsafety](http://northshore.org/covidsafety) ملاحظہ کریں۔

## ماسک پہنیں!

## آگاہی پھیلائیں۔ نہ کہ وائرس۔

نیچے دی گئی کوئی سی بھی تصاویر کو شیئر یا پرنٹ کر کے، پڑوسیوں، اہل خانہ اور دوستوں کے ساتھ COVID کے کلیدی حفاظتی اقدامات کو شیئر کرنے میں مدد کریں۔



## تجاویز اور خیالات

تحفظ کے بارے میں آگاہی پھیلانے کے لیے ان وسائل کو کیسے بروئے کار لایا جائے اس بارے میں خیالات:

- اپنے Facebook پیج پر یا دوسرے سوشل میڈیا آؤٹ لیٹ پر پوسٹ کریں
- اپنے رابطوں کو تصویر ٹیکسٹ یا ای میل کریں
- اہل خانہ سے ویڈیو کال کے دوران معلومات شیئر کریں
- اپنی ونڈو میں ڈسپلے کرنے یا پوسٹ کرنے کے لیے تصویر پرنٹ کریں
- اپنی کمیونٹی میں موجود بااثر افراد کے ساتھ [northshore.org/covidsafety](http://northshore.org/covidsafety) کا لنک شیئر کریں تاکہ وہ پوری ٹول کٹ تک رسائی حاصل کر سکیں