

ਨਿਊ ਸਾਊਥ ਵੇਲਜ਼ ਸਿਹਤ (NSW Health) ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਾਸਕ ਪਾਓ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ:



ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਾਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਕਿ ਦੂਜੇ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ 1.5 ਮੀਟਰ ਦਾ ਫਾਸਲਾ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਔਖਾ ਹੋਵੇ:

ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

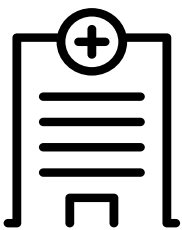
- ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਦੇ ਸਾਧਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੱਸ ਜਾਂ ਰੇਲ-ਗੱਡੀ ਵਿੱਚ
- ਸੁਪਰਮਾਰਕਟ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਕਿਰਿਆਨੇ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ



ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਾਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਜਿੱਥੇ ਕਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕੀ ਮੌਜੂਦ ਹੋਣ:

ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਭੋਜਨਾਲੇ, ਪੱਬ, ਕਲੱਬ
- ਪੂਜਾ ਪਾਠ ਦੇ ਸਥਾਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗਿਰਜਾਘਰ (ਚਰਚ), ਮਸੀਤਾਂ, ਮੰਦਰ ਆਦਿ।



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਿਹਤ ਕੇਂਦਰ ਦੇ ਕੋਈ ਮਰੀਜ਼, ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾ ਹੋ ਜਾਂ ਉੱਥੇ ਕੁਝ ਸਮੇਂ ਦੇ ਲਈ ਆਏ ਹੋ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ COVID-19 ਦੇ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ