



جسمانی دوری کیسی ہوتی ہے؟

اسکول کے لئے پرجوش ہو جائیں - اور جسمانی دوری بنائے رکھیں!

کورونا وائرس کی وجہ سے یہ تعلیمی سال بہت ہی مختلف ہے۔ اب جبکہ بچے اس تعلیمی سال سے گزر رہے ہیں، ان کے اہل خانہ کے لئے ضروری ہے کہ وہ جسمانی دوری بنائے رکھیں۔ آپ کے اور آپ کے خاندان کے لئے اس کا کیا مطلب ہے؟



آئیں کرتے ہیں!

- دُور سے (آن لائن) تعلیم حاصل کرنا
- ورچوئل کھیلنے کا وقت مقرر کرنا
- دوست یا رشتہ دار کو Facetime کرنا
- ایک اچھی کتاب کا لطف اٹھانا یا لائبریری کی کتابیں آن لائن محفوظ کرنا اور کربسائڈ پک اپ کا استعمال کرنا
- سیر کرنے، دوڑنے، یا لمبے سفر پر جانا
- اپنی موٹر سائیکل چلانا
- باہر کھیلنا
- گانے سننا
- گھر والوں کے ساتھ ڈانس پارٹی کرنا
- خطوط لکھنا
- کھانا پکانا
- گھر والوں کے ساتھ کھیل کی رات
- گھر والوں کے ساتھ ڈرائیو پر جانا
- گھر والوں کے ساتھ فلم کی رات منانا

احتیاط برتیں!

- اسکول/لرننگ پوڈ میں جانا
- ٹیم کے کھیل، کلب اور دیگر اسکول سے باہر کی سرگرمیاں
- باہر ریستوراں میں کھانا یا آرڈر لینے کیلئے ان کے اندر جانا
- لائبریری جانا
- بیرونی کھیلوں کی تقریبات

ہرگز نہیں!

- کھیلنے کے لئے مقررہ وقت
- کسی کے گھر رات بسر کرنا
- بھیڑ بھاڑ والے پرجون اسٹورز، مالز یا بیرونی جگہوں پر جانا
- اسکول واپس آنے پر پارٹیاں
- سالگرہ اور رات کے کھانے کی پارٹیاں
- گھر پر زائرین یا مہمانوں کا آنا
- دوستوں کے ساتھ کار میں گھومنے جانا
- محافل موسیقی
- فلمیں اور تھیٹر
- اندرونی کھیلوں کی تقریبات
- ریستوراں میں اندر کھانا
- غیر ضروری سفر

