

# کرونا وائرس سے بچاؤ ممکن ہے

× گھبرائیے نہیں

✓ حفاظت کیجئے  
قوت مدافعت بڑھائیے

عزیز پاکستانی بھائیوں اور بہنوں

السلام و علیکم

ہم سب کو معلوم ہے کہ کرونا وائرس کی وباء سے بچنا ممکن ہے۔ اس کے لیئے ہم سب کو مل کر احتیاطی تدابیر پر سختی سے عمل کرنا ہو گا اور گھبراہٹ اور پریشانی سے بچنا ہو گا۔

سب سے اہم:-

- بیلجیم اور لکسمبرگ کی حکومتوں کی جانب سے جاری کی جانے والی تمام ہدایات پر نظر رکھیں اور ان پر سختی سے عملدرآمد کریں۔
- اپنے آپ کو صاف رکھیں خاص کر ہاتھ اور چہرے کو مستقل صاف رکھیں۔
- اپنے گھروں کو صاف رکھیں۔ دھات سے بنے کتھوں کو خاص کر صاف رکھیں۔
- لوگوں سے ملتے وقت فاصلہ رکھیں۔
- بلا وجہ گھر کے باہر نہ نکلیں۔
- اپنی قوت مدافعت میں اضافہ کریں جو کہ پھل اور سبزیوں خاص کر وٹامن سی والے پھلوں جیسے کہ مالٹا اور لیمو وغیرہ کے استعمال سے بڑھ سکتی ہے۔
- زیادہ عمر والے لوگ زیادہ احتیاط کریں۔
- زیادہ لوگوں/اجتماعات میں جانے سے گریز کریں۔
- احتیاطی تدابیر کے بارے میں مزید معلومات اور بیماری کے شک کی صورت میں مندرجہ ذیل پر رابطہ کریں۔

بیلجیم میں فیڈرل پبلک ہیلتھ: -

فون نمبر: 080014689

[info@health.fgov.be](mailto:info@health.fgov.be)

لکسمبرگ میں منسٹری آف ہیلتھ: -

فون نمبر: 80028080

<https://msan.gouvernement.lu/en/dossiers/2020corona-virus.html>

کسی ایمرجنسی کی صورت میں سفارتخانہ پاکستان کے مندرجہ ذیل نمبر پر رابطہ کریں۔

فرسٹ سیکریٹری علی ستار :- 0032471891302

قونسلر سروسز اور ویزہ وغیرہ کے بارے میں معلومات الگ فراہم کی گئی ہیں۔

**Embassy of Pakistan  
Brussels**

\*\*\*

**BEAT CORONA BY PROTECTING YOURSELF**

✓ **Take Prevention**

**X**

**Enhance Immunity**

**No Panic**

Dear Community Members  
Assalamo Alaykum.

Embassy of Pakistan in Brussels wishes you good health.

You would be aware of stricter measures implemented by the Belgian government from 18 March, 2020.

These measures are for the safety and protection of all the people living in Belgium and must be taken seriously.

It is possible to protect ourselves from the Corona virus through adopting preventive measures and by following guidelines provided by the government.

**Most Important:**

- Most important is to keep your self at distance from people and isolated as far as possible.
- Keep an eye on the updates,of guidelines for prevention, issued by the Governments of Belgium and Luxembourg in your respective areas.
- Strictly follow preventive measures and share them with families and friends.
- Keep yourselves clean and disinfected,particularlywash yourhands and faceregularly particularly sanitize your hands more frequently.
- Keep your homes disinfected.Sanitize all metal and fabric surfaces including knobs of doors.
- Don't touch your face, eyes, nose and lips.
- Stay away from public gatherings.
- Avoid unnecessary travel.
- Don't shake hands and keep a distance of 6 feet from other people.
- Enhance your immunity by using fruits and vegetables rich in vitamin C.
- Older people need to be even more careful.

**Contacts:**

For any question of a specific nature, or in case of any symptoms like fever, cough, breathlessness, kindly contact on emergency numbers provided by the government :

- (i) In Belgium: FPS Public Health  
Email [info@health.fgov.be](mailto:info@health.fgov.be)  
Telephone: 080014689.
- (ii) In Luxembourg: Ministry of Health  
Email: <https://msan.gouvernement.lu/en/dossiers/2020coronavirus.html> Telephone: 8002 8080.

In case of severe emergency please contact Mr. Ali Sattar, First Secretary  
Telephone number +32-471-891-302

\*Guidelines regarding consular services have been issued separately.