

ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਆਈ - ਕੋਵਿਡ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ

1. ਆਈ ਆੱਸ ਆੱਸ ਕੋਵਿਡ 19 ਰਿਪੋਰਟ ਨੰਬਰ 58/2020 ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਸਕੂਲ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਪਰਿਵਾਰ ਹਰ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਚੈਕ ਕਰਨ।

2. ਪਾਠਸ਼ਾਲਾ ਨੂੰ ਬਿਕਰੂਰ ਉੱਚੀ ਬੋਰਿੰਗਾ ਹੋ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਤਾਜ਼ਾ ਭਾਜੀਆਂ ਜਿਹੀ ਹੋ ਤੜਕਾ ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਵੀ ਖਾਸੀ ਸਿਰਦਰ ਪਾਟ ਦਰਦ, ਦਸਤ, ਗਲੇ ਦੀ ਦੁਖਣਾ ਜਾਂ ਸਾਹ ਫੈਲਣ ਵਿੱਚ ਤਰਕੀਬ ਹੋਈ ਹੋਵੇ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਦੀ ਦਰਦ, ਨੱਕ ਦੀ ਵਹਿਣਾ, ਰੋਬਣੀ ਆਉਣੀ ਜਾਂ ਸੂਟੇ ਦੀ ਸਦਾਰ ਨੂੰ ਗਹਿਣਾ ਜਾਂ ਸੋਧਣ ਦੀ ਭਵਨਾ ਦੀ ਘਰ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਖਿੱਚਕੇ 14 ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ ਪੀੜਤ ਕੋਰਾ ਨਾਸ਼ ਜਾਂ ਇਕੱਠਾ ਵਿੱਚ ਗਿਣਕੇ ਹੋ ਕੋਰਾ ਨਾਸ਼ ਸੰਯੋਗ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੋਵੇ।

3. ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਤੇ ਸਿੱਕਰ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਪਰਿਵਾਰ ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਰੋਮਬੁਕੀ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਸਰਜੀਕਲ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ (ਜੇਕੀ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਸੀਏ ਆੱਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਨੰਬਰ 104 ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ ਦਰੁੱਤੇ ਕਰਨਾ ਜਾਂ) ਇਹ ਵੀ ਦਰੁੱਤੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਜਾਣ ਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਵੇਖਣ ਉੱਪਰ ਜਾਣ ਲਈ ਹੋ ਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿੱਚ ਜਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਬਾਠਰਮ, ਕਮਾਣ ਲਈ ਹੋ) ਜਾਂ ਇੱਕ ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਦੀ ਗਰੀਬ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਸਟਾਫ ਦੁਆਰਾ (ਰਿਪੋਰਟ) ਵੱਲੋਂ ਗਲੇ ਹੋਰ ਸੋਧਿਆ ਤੇ ਦਰੁੱਤੇ ਕਰੋ।

ਮਾਸਕ ਵੀ ਦਰੁੱਤੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਉਣ ਤੇ ਇੱਕ ਹੋਰ ਸਟੋਰ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਗਈਜੈਨਿਕ ਹੋਣ ਵੀ ਦਰੁੱਤੇ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਰਜੀਕਲ ਮਾਸਕ ਦੀ ਵੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹੋ। ਮਸ਼ਾਯਾਹਦ ਵਸਿਲਤਰ ਦੁਆਰਾ ਨੀਜੇ ਵੱਲੋਂ ਪਹਿਨਾਉਣ ਦੀ ਉਪਦੇਸ਼ਾਂ ਹੋ।

4. ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਤੜ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਗਾਰੰਟੀ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੋ ਤੇ ਹਮੇਸ਼ਾ ਹੀ ਉੱਚੀ ਪੁਸ਼ਟਿਤਮੰਟ ਕੋ ਵੀ ਜਾਣੇ, ਜੋ ਮਨੁੱਖੀ ਟੈਕਨੀਕ ਦੁਆਰਾ ਹੋਣ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇ। ਜੇਕਰ ਵੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਜਾਣਗੇ ਉੱਚੀ ਦੇ ਆਉਣ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹਰਿਕਰਤਰ ਤੇ ਨਾਸ਼ ਕਰਨੇ ਹੋਣਗੇ।

5. ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਪਾਠਸ਼ਾਲਾ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਕਰੋ ਤੜ ਉੱਚੀ ਦੀ ਸਕੂਲ ਦੁਆਰਾ ਸਰੀਰ ਕਰਵਾ ਕਰਕੇ ਸੰਯੋਗ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਸਕੂਲ ਦੀ ਭਵਨਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕਿੱਚੀ ਕਰਵਾ ਕਰਕੇ ਅਗਰ ਸਕੂਲ ਉੱਚੀ ਸੋਧਾਵਿਕਾ ਉੱਚੀ ਉੱਚੀ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਹੋਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਵਸਿਲਤਰ ਕੋਰੀ ਹੋ ਕੋ ਨਾ ਜਾਇਆ ਜਾਵੇ।

6. ਸਕੂਲ ਦੀ ਭਵਨਾਂ ਹੋਰ ਕਰਾਸ (ਬਾਠਰਮ ਸਕੂਲ ਸਮੇਤ) ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੋਰ ਕਰਾਸ ਜਾਂ ਸੰਕਰਨ ਨਾਸ਼ ਨਹੀਂ ਵੀਡਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਬਾਕਦਾੜੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੀਆ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਜਰ ਰੋਕ ਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਈ ਵਾਰ
ਕਰੀਬੀਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗਾ (ਅਸਰ ਇਹ ਇਕੱਠੇ ਆ ਕੇ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ)
7. ਘਰ ਤੋਂ ਬੱਚਾ ਕੋਈ ਵੀ ਖੰਡ ਸਿਰ ਵੀ ਕਰੂਕ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਕਿਆ
ਸਰਕਾ ਕੋਈ ਵੀ ਕਰੂਕ ਇਸ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤਾ ਬਾਕਦਾੜੀ
ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਮੇਤ ।

8. ਇੰਦਿਆਰੀਆ ਕੁੰ ਵੀ ਕਰੂਕ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਸਮਾਨ ਦੀ ਵੱਡੇ ਨਹੀਂ
ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਤੇ ਇੰਦਿਆਰੀਆ ਕਾਮ ।

9. ਆਪਣੀਆਂ ਕਿੱਸੀ ਕੀਸੀ ਵੀ ਕਰੂਕ ਨਹੀਂ ਕਰਨੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਖਾਨ ਤੋਂ
ਤੇ ਕਪੜੇ ਦੀਆਂ ਨੇ ਜੇ ਕੋਈਕਿ ਵਾਗਵਰਣ ਤੇ ਮਾਰੋਕ ਕੇ ਸਾਫ਼ ਤੇ
ਸੈਨਾ ਕਈਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨੀ ਹੋਈ ਹੈ ।

10. ਇੰਦਿਆਰੀਆ ਕੇ ਘਰਿਆਂ ਕੇ ਇਕ ਪਕਾਕਟਿਕ ਦਾ ਸਿਫਾਠਾ ਕੇਤਾ ਹੈ
ਜਿਸ ਉਪਰ ਨਾਮ ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਕੋਰ ਵੱਗੋਂ ਘਾ ਕੇ
ਕਿੱਸੀ ਤੇ ਟੋਕੇ ਕਰਦੇ ਹਨ ।

11. ਘਾਇਰੀ ਤੇ ਸਿੱਠਕ ਕਰੂਕ ਵਿੱਚ ਜਰ ਪੀਸੀਮਤ ਤੇ ਪੰਜ ਸਿੰਟ ਦਾ
PAUSA Relax ਹੋਰ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਇੰਦਿਆਰੀ ਚਾਕਰਮ ਜਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ।
ਜਿਸ ਕੇ ਵਾਰਿਆ ਜੀ ਸ਼ੁਰੂਤ ਹੋਈ ਹੈ ।

12. Relax Time ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਜਦੋਂ ਪੀਸੀਮਤ ਬਦਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ
ਕਰਮਰਮ ਦੀਆਂ ਕਿੱਸੀਆਂ ਖੋਲ੍ਹ ਕੇ ਹੋਣ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਿਸ
ਨਾਮ ਕਰਮਰਮ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ ਹੋਈ ਮੰਨੀ ਹੈ । ਇਹ ਸਾਰੇ ਜੀ ਕਰਕੇ
ਵਿੱਚ ਤੇ ਸ਼ੁਰੂਤ ਪੈਣ ਤੇ ਕਿਰਤਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਸਮਾਗਮ ~~ਕੇ~~ ਹੋਣ ਕੋਈ ਤਾਂ ।

13. ਜਿਸਦਾ ਇੱਕਠ ਨਾ ਹੋਵੇ ਇਹ ਕਈ ਇੰਦਿਆਰੀ ਕਰਦੇ ਕਰਕੇ ਕੋਈ
ਹੋਈ ਹੈ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਕਰਮਰਮ ਦੇ ਕਿਸੇ ਬਾਕਰਮ ਜਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ।

14. ਇੰਦਿਆਰੀ ਜਿਸੀ ਵਾਰ ਵੀ ਬਾਕਰਮ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਕੋਈ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਉੱਚਾ ਕੁੰ
ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਸਾਬਣ ਨਾਮ ਤੇ ਆਪਣੇ ਉੱਚਾ ਕੁੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਕਈ ਕਿੱਸੀਕੋਕ
ਪੱਧਰ ਨਾਮ ਸੁਕਾਉਣ । ਜੇ ਬਾਕਰਮ ਵਿੱਚ ਇਕ ਪੱਧਰ ਕੋਗਾ ਹੈ ਜਿਸ ਉੱਪਰ
ਉੱਚ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ (ਕੋਮ) ਲਿਖੇ ਹਨ ਜੇ ਕਰਮਰਮ ਤੇ ਜੋ ਸਗੋਂ
ਅਸਾਨੀਆ ਹਨ ਅਸਾਨ ਉਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਦੇ ਕਿੱਸੀਕੋਕ ਕੋਗੇ ਹਨ ।

15. ਸਿੱਠਕ ਕਰੂਕ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਭੋਲੀ ਦਾ ਸਮਾ 15 ਸਿੰਟ ਦਾ ਹੈ ਤੇ ਇੰਦਿਆਰੀ
ਆਪਣੀ- ਆਪਣੀ ਕਰਕੇ ਵਿੱਚ ਕੋਈਕੋਗੇ ਤੇ ਆਪਣੇ ਮਾਰੇ ਕਰਕੇ ।
ਉਹ ਆਪਣੀ ਖਾਣ- ਪੀਣ ਦਾ ਸਮਾਨ ਇੱਕ ਦੁਸਰੇ ਨਾਮ ਵੇਰਾ ਨਹੀਂ
ਕਰਦੇ, ਕੋਈ ਭੋਲੀ ਦੇ ਵੇਗਲ ਇੰਦਿਆਰੀ ਬਾਕਰਮ ਜਾਂ ਕਰਦਾ ਹੈ
PAUSA Relax ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਤੇ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਭੋਲੀ ਹੋਈ ਹੈ ਉਸ
ਵੇਲੇ ਵੀ ਹੋਰ ਕੋਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕੋਈ ਭੋਲੀ ਦਾ ਸਮਾ ਕਰਕੇ ਦੀ ਕੋਈਕੋਗੇ

ਮਾਮਲਾ ਦੋਸ਼ਰੀ ਵੀ ਤਾਂ ਜਾਵੇਗਾ।

16 ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਤੇ ਸਿੱਖ ਮੁਕਾਮ 'ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਹੋਰੀ ਜਿਨਾ ਮੁਕਾਮ ਤੇ ਮਰੇ ਬਾਹਰ ਹੋਰੀ ਤੇ।

17 ਵਿਰਿਆਠੀਆ ਦੀ ਯਾਦੀ ਦੀਆ ਬੋਝਾ ਤੇ ਉੱਕਾ ਦਾ ਨਾਮ ਤੇ ਸਿਰਫ਼ ਵਿਰਿਆ ਠੰਢਾ ਜਰੂਰੀ ਤੇ ਸੁੱਕੇ ਨੇ ਕਿਸੇ ਨਾਕ ਹੋਰੀ ਨਾ ਕੀ ਮਰੇ।

18 ਕਰਾਫ਼ ਵਿੱਚ ਬੈਠਣਾ ਨੂੰ ਉਸੇ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿਸ ਵਿੱਚ ਵਰਜ ਤੇ ਕਰਾਫ਼ ਵਿੱਚ ਪਾਏ ਸਿਮਾਨ ਪਾਏ ਹਨ। ਸਿੱਖਿ ਉੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪਰਕ ਹੋਰ ਤੇ ਹਨ।

19. ਮਾਪਿਆਪਰਾਫ਼ਾ ਤੇ ਮਾਪਿਆ ਨੂੰ ਫ਼ਾਜ਼ੀ ਤੋਰ ਤੇ ਨਾਬਾਇਗਾ ਨੂੰ ਵਿਰ ਹੋਰੀ ਵਿਰਿਆ ਹੋਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਤੇ ਹੋਰੀ ਚਾਹੀਦੀ ਤੇ ਮਾਫ਼ਰ ਦੀ ਮੁੱਤਤਾਂ ਫ਼ਾਈ ਤੇ ਜਿਮਾਦਾ ਇਕੱਠ ਨਹੀਂ ਰਹਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਸੁੱਕਰ ਦੀ ਦਾ ਪਿਮਾਨ ਰੱਖਣਾ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਣ ਵੇਲੇ ਦਾ ਇਕੱਠੇਮਾਕ ਰਹਨਾ। ਕਿੱਛ ਨਾ ਪਾਸੀ ਮਾਉਣ ਤੇ ਤਿਕਯੋਕੋਬੜ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਪਰਿਨ ਦਾ ਇਕੱਠੇਮਾਕ ਰਹਨਾ (ਇਹ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਬੋਝਿਆ ਨੂੰ ਹੋਰੀ ਹੈ) ਮਾਫ਼ ਉਸ ਵਰਤ ਰੁਮਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਤੇ ਤੇ ਕੁਝੀ ਦਾ ਇਕੱਠੇਮਾਕ ਰਹਨਾ, ਹੋਰੀ ਉੱਕਾ ਨਾਕ ਮਾਪਿਆ ਮਾਫ਼ਾਂ, ਨੌਰ ਤੇ ਸੁੱਕ ਨੂੰ ਨਾ ਕੁਝ।

20. ਜਰੂਰ ਵਿੱਚ ਮਾਉਣ ਜਾਣ ਕਈ ਮਾਫ਼ਰ ਦਾ ਪਾਉਣਾ ਜਰੂਰੀ ਹੈ। ਹਰ ਜਰੂਰ ਵਿੱਚ ਮਾਉਣ ਜਾਣ ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੇ ਸਿਮਾਨ ਕੱਠੇ ਹਨ ਉੱਕਾ ਦਾ ਇਕੱਠੇਮਾਕ ਤੇ ਪਾਉਣਾ ਹੈ। ਜਾਏ ਤੇ ਹੁਕਮ ਨੇ ਮਾਮਲੇ ਸੈਲੀ ਦਾਕ ਹਨ ਇਕ ਹੋਰ ਤੇ ਵਿੱਚ ਉੱਕ ਦੀ ਇਕੱਠੇਮਾਕ ਰਹ ਮਰੇ ਤੇ। (ਦਰਦਾਨੇ ਤੇ ਪੰਜੀਆ ਮਾਮਲੇ ਸੈਲੀ ਦਾਕੀਆਂ)

21. ਪਾਰਿਆ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਰੋਜ਼ਿਆ ਜਿਮਾ ਹੈ ਮਾਉਣ ਜਾਣ ਦਾ ਉੱਕ ਦਾ ਪਾਉਣਾ ਰਹਨੀ ਤੇ। ਹਰ ਜਰੂਰ ਤੇ ਹਰ ਕਰਾਫ਼ ਦਾ ਮਾਪਣਾ ਸਮਾਂ ਹੈ। ਹਰ ਜਰੂਰ ਮਾਪਣਾ ਸਮਾਂ ਬਾਰੇ ਸੁਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ।

22. ਜੇ ਵਿਰਿਆਠੀ ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਵਿੱਚ ਹੋਰੀ ਜਾ ਕੇ ਤੇ ਕਰਾਫ਼ ਪਾਰਿਆ ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਦੀ ਇਮਾਰਤ ਵਿੱਚ ਇਕੱਠ ਨਹੀਂ ਰਹਨਾ ਤੇ ਜੇ ਕਿਸੇ ਫ਼ਾਗੇ ਮਰੇ ਹੋਰੀ ਹੈ, ਪੈਰੋ ਰੋਕਣ ਵਾਕੀ ਸੁੱਕ, ਪਾਰਿਆ ਖਿਮਾਜੇ ਮਾਰਿ ਵਿੱਚ ਬੈ ਤੁਸੀਂ ਇਕੱਠ ਨਹੀਂ ਰਹਨਾ

23. ਵਿਕੇ - ਵਿਕੇ ਜਰੂਰ ਵਿੱਚ ਸਰਮਾਮੀਰ ਮਤੇ ਇਕੱਠੇਮਾਕ ਤੇ ਹੋਰੀ ਸਿਮਾਨ ਤਪਕਾਨ ਨਾਧਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਇਹ ਜਰੂਰ ਵਿੱਚ ਰਾਖਰ ਤੇ ਤੇ ਪਾਰਿਆ ਜਰੂਰ ਦੇ ਕਰਿਕੇਗੀਆ ਦੁਮਾਮ ਹੋਰ ਵੀ ਤਾਂ ਜਾਵੇਗਾ।

24. ਮਾਫ਼ਰ ਕੋਈ ਵਿਰਿਆਠੀ ਜਰੂਰ ਵਿੱਚ ਬੀਮਾਰ ਤੇ ਮਾਰਾ ਤੇ ਉੱਕ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਨਾ Covid-19 ਦੇ ਸਿੱਕੇ ਤੇ ਉੱਕ ਨੂੰ ਉੱਕੇ ਵਰਤ ਕਰੇਗ ਵੀ ਤਾਂ ਜਾਵੇਗਾ। ਮਾਫ਼ੀ - ਮਾਫ਼ - ਮਾਫ਼ Covid-19 ਵਿਖੇਰ ਸਿੱਕੇ 58। 2020 ਦੇ ਮੁਕਾਮ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸੁੱਕਿਤ ਵੀ ਤਾਂ ਜਾਵੇਗਾ ਤੇ ਬੜੀ ਜੇ ਜਰੂਰੀ ਉੱਕ ਨੂੰ ਟੈਸਟ ਰਹ ਕਈ ਰੋਜ਼ਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਇਹ ਬੜੀ ਜਰੂਰੀ ਹੈ ਤੇ ਨਾਬਾਇਗਾ ਦੇ ਪਾਰੇ ਮਾਪਣ ਪਤਾ ਕੇ ਸੇਬਰ ਹੋਰੀ ਤੇ ਹੋਰੀ ਹੋਰੀ ਜੇ ਕੀ ਜਰੂਰ ਜਰੂਰ ਤੇ ਪੈਣ ਤੇ ਪਾਰਿਆ ਨੂੰ ਸੁੱਕਿਤ ਰਹ ਮਰੇ।

25 ਕਿਸੇ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਗਤਤ ਵਿੱਚ ਵੱਧ ਜ਼ਰੂਰ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਤੇ ਪਠਿਮਾ ਦੇ ਠਹਿਰਾ ਵੱਧ ਤੇ ਉਹ ਜ਼ਰੂਰ ਦੀ ਮੈਰਟਮੀ ਤੇ ਇੱਕ ਨਿਬਰ ਤੇ ਫਿਰ 0522 - 223137 ਵਰਗੇ ਦੱਸਣ। ਆਰੋ ਵੱਲੋਂ ਆਪਣੇ ਦੇਸ਼ ਆਉਣੇ ਆਰੋ ਤੇ ਉਸ ਵਰਤ ਦੀ ਇੱਕ ਗੱਲ ਦੀ ਪਿਛਾਕ ਰੱਖਿਮਾ ਆਉਣੇ ਵੇ ਪਠੇ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਮੁਢ ਪੱਤਰ ਤੇ ਤਰਮਖਤ (ਮਾਈਰ) ਵਰਗੇ ਜਾਣ। ਵਿਰਿਮਾਰਥੀ ਦੀ ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਖਿਛਰੇ ਇਸ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਤਜਰੀਬ ਵਰਗੇ ਹਨ। ਵੱਲੋਂ ਦੀ 22 ਤੇ ਪਾੜੀ ਸੌਤ ਰਿਣੇ ਨੀ ਉੱਚ ਬਾਰੇ ਵੇਖੋਗੇ।

26 ਬਾਕਸ਼ਾੜੀ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਆਰ ਵੱਲੋਂ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਵਜਹ ਵਰਗੇ ਤੇ ਇੱਕ ਤੇ ਉੱਪਰ ਜ਼ਰੂਰ ਨਹੀਂ ਆਉਣ ਤੇ ਜਰਬੀਫਰੇਟ ਦੀ ਜਰੂਰਤ ਹੈ। ਇਸ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਤਾਰਟਰਨੀ, ਤਾਰਟਰ, ਜਾਂ ਜਰਨਰ ਤਾਰਟਰ ਤੇ ਜਰਬੀਫਰੇਟ ਵਿਖਿਮਾ ਤੇ ਮਾਬਤ ਵਰਗੇ ਵੱਲੋਂ ਨੀ ਵੇਖੀ ਦੀ ਹੁੰਦੇ ਆਉਣ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਨਹੀਂ ਤੇ ਇਹ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਸਰਦਾ ਹੈ।

27. ਸੰਕੇਤ ਦੇ ਮਾਨੁਸ਼ਾਤ ਆਈ ਆਮ - ਆਂਡ COVID-19 ਰਿਪੋਰਟ 58/ 2020 ਦੇ ਮਧਾਤ ਤੇ ਆਰੋ ਵੱਲੋਂ ਜਾਂ ਵਿਰਿਮਾਰਥੀ ਬੀਮਾਰੀ ਤੇ ਬਾਮਦ ਵਪਿਛ ਜ਼ਰੂਰ ਆਰੋ ਹੈ ਤੇ ਉੱਚ ਗਤਤ ਵਿੱਚ ਵੀਰਿਮਾ ਦੀ ਤਾਰਟਰ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕਿੱਜੀ ਤਾਰਟਰ ਤੇ ਵੀਰ ਵਰਗੇ ਵੇ ਜਿਹਨ ਵਿੱਚ ਉਹ ਵੱਧਗਾ ਵੇ ਵੱਲੋਂ ਨੀ ਵੇਖੀਰ ਸਾਰੇ ਜੀ ਇਕਾਜ ਤੇ ਜੇ COVID-19 ਵਰਗੇ ਜਰੂਰੀ ਤੇ ਉਹ ਵੀ ਤੇ ਉਹ ਇੱਕ ਦੀ ਉਹ ਜਰਬੀਫਰੇਟ ਵੇਹਗਾ। ਇਸ ਪੁਛਾਇਣ ਤੇ ASL ਤੇ ਸਯਜ਼ੀਰਰਨ ਦੀ ਉੱਡੀਰ ਵਰਗੇ ਹਨ।

28 ਬਾਕਸ਼ਾੜੀ ਵਿੱਚ ਉੱਚੀ ਉੱਡੀਰ (ਬਖੜੇਰ) ਦੀ ਜਰਗੀ ਹੈ ਜਿਹਨ ਪੇਧਰ ਜੇ ਉੱਚੀਰ ਵਰਗੇ ਹਨ ਉੱਚੀ ਦੀ ਇੱਕੁੰਮਾਕ ਵੀ ਤੇ ਜਾਣੇ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਜੇ ਬਾਕਸ਼ਾੜੀ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਵਖੜੇ ਦੇ ਵਿੱਚ ਦੀ ਇੱਕੁੰਮਾਕ ਵੀ ਤੇ ਆਰੋ ਜੀ ਹੁਣ ਉਸ ਦੀ ਜਗਾ ਤੇ ਉੱਚੀਰ ਵਰਗੇ ਪੇਧਰ ਨੇ ਪਰਿਨ ਵਰਤਿਮਾ ਜਾਵੇਗਾ।

29 ਬਾਕਸ਼ਾੜੀ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਜਿਹਨ ਆਤਮਾ ਖਿਛ ਨੀ ਆ ਸਰਦੇ ਹਨ ਖਾਣ ਉੱਚ ਤੇ ਪਾੜੀ ਇਸ ਵਿੱਚ ਪਠਿਮਾ ਤੇ ਮੰਗ ਵੀ ਤੀ ਜਾਰੀ ਹੈ ਵੇ ਉਹ ਵੀਰਿਮਾ ਨੇ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਆਪਿਮਾਪਰਾਏ ਜੀ ਜਰਿਕੋਗੀਮਾ ਦੇ ਹਫ਼ਾ ਵਰਗੇ ਜਾਣ ਉੱਚੀ ਤੇ ਇੱਕੁੰਮਾਕ ਵਰਗੇ ਉਹ ਜੀ ਵੀਰਿਮਾ ਨੇ ਜ਼ਰੂਰ ਆਰੋ ਵੇ ਜਾਵੇਗੇ। ਇੱਕ ਵਰਗੇ ਆਰੋ ਆਰੋ ਆਰੋ ਤੇ ਇੱਕੁੰਮਾਕ ਵੇਹਗੇ। ਖਾਣ ਉੱਚ ਤੇ ਪਿਛਾਕ ਰੱਖਿਮਾ ਜਾਣੇ ਇਹ ਜੀ ਜਾਣਾ ਵੇ ਵੱਲੋਂ ਨੀ ਜ਼ਰੂਰ ਵੇਹੋਗੇ। ਬਾਕਸ਼ਾੜੀ ਜ਼ਰੂਰ ਵਿੱਚ ਆਪਿਮਾਪਰਾਏ ਜੀ ਵੀਰਿਮਾ ਨੇ ਜਗੇ ਵਾਰੇ ਵੇਖੋਗੀਮਾ ਉਹ ਮੈਰਟਮੀ ਤੇ ਵੇਖੀ ਵੇਹੋਗੀ।

30. ਪਠਿਮਾ ਨਾੜ ਆਪਿਮਾਪਰਾਏ ਦੀਮਾ ਮੀਰਿਮਾ ਵਰਗੇ distance ਤੇ ਜੀ ਵੇਖੀਮਾ ਵੀਰੀਰਾਕ ਆਉਣੇ ਵੇਖੀ ਪੁਛਾਇਣ ਮੈਂ e-mail

ਜੀ ਇਕ ਵੋਟਮਾਫਿਰ ਗੰਠਕਰ ਤੇ ਬੁਰਿਗੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ । ਘਾਜ ਤੇ ਨਜ਼ਰ
ਮਾਮਤਿਆ ~~ਕੀ~~ ਜੋ ਵੀ ਵੇਖੀ ਉਬਦੀਕੀ ਜੇਹੀ ਉੱਠਾਂ ਥਰੇ ਕਰ ਦੇ ਕਾਕ
ਸੁਰਿਤ ਰੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ।

31. ਸਿਰਫ਼ ਸੁਰਫ਼ ਵਿਚ ਜੋ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਨਿਮਨਕਠਿਕ ਕਰਦੇ ਹਨ ਉਹ ਘਰੇ ਹੀ
ਟੋਰਕੁਟ ਵਿਚ ਆਉਣਗੇ ਜਿਨ ਕਾਰ ਕਪੜੇ ਬਦਲਣ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ
ਵਿਕਸੇਮਾਫ਼ ਦੀ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਪਛੇਲੀ । ਸਿਰਫ਼ ਬੁਟ ਸੁਰਫ਼ ਆਉ ਕੇ ਬਦਲਣਗੇ ।

32. ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਆਪਣੇ ਘਾਫ਼ ਪੀਫ਼ ਕੀ ਮਰੇਠਾ ਕਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਉਹ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ
~~ਘਾਫ਼~~ ਘਾਫ਼ ਨਹੀਂ ਤੇ ਮਨਾਹੀ ਹੋਂ ਸਕੂਲਿਨ ਤੇ ਉਹ ਪਾਠੀਆ ਮਰੇਉਣ
ਦੀ ।

33. ਘਾਫ਼ ਘਾਫ਼ ਦੀ ਕੋਲੀਨ (Dress Code) ਬਾਕਦਾਜ਼ੀ ਸੁਰਫ਼ ਵਿਚ
ਉੱਠਾਂ ਦੇ ਵਿਕਸਾਰ (ਆਉਣ-ਜਾਣ ਕੀ) ਤੇ ਉਹ ਵੱਧੇ ਸਦੀ ਜੋ
ਕੀ ਸੁਰਫ਼ ਕੋਪਕੈਰਨ ਦੇ ਘੱਠ ਤੇ ਪੂਰਨ ਰੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ । (ਜੇ ਸੁਰਫ਼
ਦੀ ਆਪਣੀ-ਆਪਣੀ ਘੱਠ ਤੇ ਵੇਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ।)