

ਆਪਣੇ ਖੁਸ਼ਹਾਲ ਦਿਨਾਂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ-ਖੁਸ਼ੀ ਜਿਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ।  
ਪਤਝੜ ਅਤੇ ਸਰਦੀਆਂ ਦੀ ਰੁੱਤ 'ਚ ਫੈਲਣ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸਾਂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ  
ਲਗਵਾਓ!



COVID ਵਾਰ-ਵਾਰ ਆਪਣਾ ਰੂਪ ਬਦਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ  
6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਇਸ  
ਪਤਝੜ ਦੀ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਇੱਕ **ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ COVID-19**  
**ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।** ਖੁਦ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਅਤੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ  
ਤੱਕ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ COVID ਦੇ ਅਸਰ ਤੋਂ ਬਚਾਓ।



ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਉਮਰ 60 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ  
ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦਾ 32-36ਵਾਂ ਹਫ਼ਤਾ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ?  
ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਪਤਾ  
ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ **RSV vaccine** ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।



ਫਲੂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਫਲੂ  
ਦਾ ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ  
ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪੂਰੀ ਬਸੰਤ  
ਰੁੱਤ ਤੱਕ ਇਸਦਾ ਅਸਰ  
ਕਾਇਮ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਰ  
ਸਾਲ 6 ਮਹੀਨੇ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ  
ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰ ਵਿਅਕਤੀ  
ਨੂੰ ਇਸ ਟੀਕੇ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼  
ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।