OFFICE OF THE ADDITIONAL REGISTRAR
SHAHEED BENAZIR BHUTTO UNIVERSITY
SHERINGAL, DIR UPPER, KHYBER PAKHTUNKHWA, PAKISTAN

Ref. No. SBBU/Add Reg/

Date: 1/4/20

شہید بی بی یونیورسٹی شرینگل-کروناوائرس بارے حفاظتی ھدایات

آللہ تعالیٰ نے پوری کائنات کواس کے ایک ایک ذرہ کو اپنی قدرت سے پیدا فرمایا ہے۔ آللہ تعالیٰ ہی تمام مخلوق کے مالک ہیں۔ ہر چیز پر قبضہ آللہ تعالیٰ کا ہے۔ کوئی چیز آللہ کے ارادہ کے بغیر کچھ نہیں کر سکتی نفع نقصان عزت ذلت بیماری صحت زندگی اور موت آللہ تعالیٰ کے اختیار میں ہے۔ تمام حالات آللہ تعالیٰ کی طرف سے آتے ہیں۔ ہر حال میں ہماری نگاہ آللہ تعالیٰ کے طرف جانے اور یہ پختہ یقین ہو کہ آللہ سے سب کچھ ہوتا ہے اور مخلوق سے آللہ کے ارادے کے بغیر کچھ نہیں ہوتا۔ آللہ تعالیٰ اپنے کرنے میں کسی کا محتاج نہیں اور ساری مخلوق آللہ تعالیٰ کی محتاج ہے۔ آللہ تعالیٰ نے تمام انسانوں کی دنیا واخرت کے کامیابی اور حالات کے درستگی کیلیے اپنا پورا دین عطا فرمایا ہے۔

ملک بھر میں کوروناوائرس سے پھیلنے والے وباء کو مد نظر رکھتے ہوئے اور حکومتی ہدایات کی روشنی میں یونیورسٹی کیمپس کے جملہ رہائشیوں سے التماس ہے کہ آللہ تعالےٰ سے تعلق بڑھانے اور مسنون دعاوٴں کا اہتمام کرنے کے ساتھ ساتھ مندرجہ ذیل ہدایات پر عمل کریں:

1۔ حفظان صحت کے اصولوں کا خیال رکھیں۔ اپنے ہاتھ صابن سے 20 سیکنڈ تک اچھی طرح دھوئیں۔

2۔ ہاتھوں کو دھوئے بغیر چہرے خاص کر آنکھوں، ناک اور منہ کو نہ لگائیں کیونکہ یہ وائیرس آنکھوں، ناک اور منہ کے ذریعے انسانی وجود میں داخل ہوتا ہے۔

3۔ سلام دعا کرتے ہوئے گلے ملنے اور ہاتھ ملانے سے اجتناب کریں۔

4۔ کھانسی یا چھینکتے وقت ناک اور منہ کو ٹشو پیپر سے ڈھانپیں یا منہ کو استین میں چھپالیا کریں۔ ٹشو پیپر کو اسی وقت مناسب جگہ پر تلف کر دیا کریں۔

5۔ ہر ممکن حد تک گھروں سے نکلنے سے پرہیز کریں۔ اسی طرح گھر کے باہر لوگوں سے ملنے اور گھروں کے اندر مجالس منعقد کرنے سے پرہیز کریں۔

6۔ قوت مدافعت بڑھانے کے لیے صحت بخش غذائیں کھائیں، ہلکی ورزش کریں کچھ وقت کیلیے دھوپ میں بیٹھا کریں اور کم از کم آٹھ گھنٹے آرام کریں۔

7۔ تحقیق سے یہ بھی ثابت ہوا ہے کہ کرنسی نوٹ وائرس پھیلنے کا ایک اہم ذریعہ ہے اس لیے اپ سے درخواست ہے کہ کرنسی نوٹ کو چھونے کے بعد ہاتھ فوری طور پر دھولیا کریں۔

8۔ گھر سے باہر نکلتے وقت ماسک کا استعمال کریں اور کوشش کریں کہ ایک دوسرے سے کم از کم چار فٹ فاصلہ رکھیں۔

9۔ گھر پر سادہ پانی اور ڈیٹول کا محلول بنا کر رکھیں اور باہر سے انے کے بعد اس محلول سے چابیاں، موبائل فون، گاڑی کے ہینڈل وغیرہ صاف کریں۔

OFFICE OF THE ADDITIONAL REGISTRAR
SHAHEED BENAZIR BHUTTO UNIVERSITY
SHERINGAL, DIR UPPER, KHYBER PAKHTUNKHWA, PAKISTAN

Ref. No. SBBU/Add Reg/

Date:

10۔ کوشش کریں کے گھر میں سودا سلف لانے کے بعد ان کو کم از کم 12 گھنٹوں کیلئے الگ رکھ دیا کریں تا کہ اگر ان پر وائرس موجود ہو تو وہ ختم ہو جائے۔

11۔ گھر آنے کے بعد کپڑے تبدیل کر لیا کریں اور ان کپڑوں کو بھی کم از کم 12 گھنٹوں کیلئے الگ رکھ دیا کریں۔

12۔ جن گھروں میں نوکر وغیرہ کام کاج کیلئے آتے ہیں ان کو چاہیے کہ ان کو اس وائرس کے بارے میں آگاہ کریں اور ان کے کام پر آنے کی صورت میں ان کے ہاتھ دھلوائیں۔ اگر ممکن ہو سکے تو ان کو ماسک پہننے کیلئے دیں۔

13۔ تاحکم ثانی مساجد میں زیادہ سے زیادہ پانچ نمازی جماعت میں شریک ہو۔

14۔ باقی نمازی اپنے گھروں اور اقامت گاہوں پر باجماعت نماز ادا کرنے کا اہتمام کریں۔

15۔ صف یا جائے نماز کے بجائے فرش پر نماز پڑھنے کو ترجیح دی جائے۔

16۔ تاحکم ثانی تمام مساجد میں بچوں کیلئے ناظرہ قرآن بھی معطل رہے گا۔

17۔ کیمپس میں موجود مدرسہ بنات میں درس و تدریس تاحکم ثانی معطل رہے گا۔

18۔ فی الحال اپنے بچوں کو گھر پر خود قرآن پاک پڑھانے کا اہتمام کریں۔

19۔ کیمپس پر موجود جملہ دکانداران مذکورہ ہدایات پر سختی سے عمل کریں۔

20۔ دکان کے دروازہ پر سینیٹائزر محلول کا انتظام کریں۔

21۔ دکان میں ڈیٹول اور پانی کے محلول سے اپنے اور کام کرنے والے ملازمین کے ہاتھ وقفے وقفے سے دھلوائیں۔

22۔ دکان پر غیر ضروری افراد کو کھڑا نہ ہونے دیں۔ اور نہ ہی دکان میں رش بننے دیں۔

23۔ دکانات بشمول یوٹیلیٹی سٹور صبح دس بجے تا سہ پہر تین بجے کھلے رہیں گے۔

24۔ یوٹیلیٹی سٹور پر کیمپس سے باہر کوئی بھی سودا سلف لینے کیلئے نہ آئیں۔

25۔ ڈیری فارم پر تاحکم ثانی کوئی بھی فرد دودھ لینے نہ آئیں۔ حاصل شدہ دودھ گیٹ نمبر دو پر فروخت کیا جائے۔

26۔ ڈیری فارم سے وابستہ ملازمین جملہ احتیاطی تدابیر اپنے اور جانوروں کیلئے عمل میں لائیں۔

27۔ سیکیورٹی ڈیوٹی پر مامور عملہ خود بھی سوشل فاصلہ رکھنے کا خاص اہتمام کریں اور ہر آنے والے کو اس کی یاد دہانی کرائیں۔

28۔ کیمپس کے اندر غیر متعلقہ افراد کا داخلہ فی الحال قطعاً بند ہے۔

29۔ دفاتر والے ضروری دستاویزات / ڈاک وغیرہ گیٹ نمبر 1 پر ہی وصول کریں۔

OFFICE OF THE ADDITIONAL REGISTRAR
SHAHEED BENAZIR BHUTTO UNIVERSITY
SHERINGAL, DIR UPPER, KHYBER PAKHTUNKHWA, PAKISTAN

Ref. No. SBBU/Add Reg/ Date:

30۔ کیمپس آمد و رفت کیلیے فقط گیٹ نمبر 1 اور گیٹ نمبر 2 استعمال ہونگے۔

31۔ آیڈمن آفیسر دونوں گیٹوں، دفاتر اور اے ٹی ایم مشین پر سینٹائیزر کی فراہمی یقینی بنائے۔

32۔ کیمپس کی اندر دونوں یوپی ایسیز قرنطینہ کیلیے ضلعی / تحصیل انتظامیہ کی حوالہ کر دئے گے ہیں۔ لہذا ان مقامات پر جانے سے گریز کیا جائے۔

33۔ شعبہ تعمیرات سے وابستہ ٹھیکداران تا حکم ثانی نیا لیبر کیمپس کے اندر نہیں لائے گا۔

34۔ بخار، خشک کھانسی، گلے میں سوجن یا نزلہ زکام کی صورت میں کام پر نہ آئیں اور گھر پر رہنے کو ترجیح دیں۔

کورونا وائرس کی چند اہم علامات درج ذیل ہیں:

بخار، خشک کھانسی، تھکاوٹ۔ گلے میں سوجن، ناک بند ہونا، ناک کا بہنا اور اسہال

مندرجہ بالا علامات میں سے کچھ علامات ظاہر ہونے کے صورت میں فوری طور پر ہسپتال سے رابطہ کریں یا حکومت پاکستان کے ٹول فری نمبر 1166 یا 1122 پر رابطہ کریں۔ یاد رکھیں علاج سے پرہیز بہتر ہے اس لیے اس وائرس کے پھیلاو کو روکنے کیلیے ہم سب کو اپنا کردار ادا کرنا ہوگا اور ایک دوسرے سے فاصلہ اختیار کرنا ہوگا۔ ہم سب آپ کے تعاون اور آللہ تعالی کے فضل و کرم سے اس مشکل سے نکلنے میں کامیاب ہونگے۔ انشاء آللہ۔

ا۔ دعاؤں کی قوت کو بڑھایا جائے۔ صبح و شام کی مسنون دعاؤں کا اہتمام ہو۔ مستورات بھی گھروں میں اعمال و دعاؤں کا اہتمام کریں۔

ب۔ کثرت استغفار کی برکت سے آللہ تعالی ہر غم سے نجات، ہر مشکل میں آسانی اور بے گمان روزی عطا فرماتے ہیں۔

ج۔ صدقہ رد بلا اور بیماریوں کا علاج ہے۔

د۔ ہر نماز کی بعد آیت الکرسی پڑھنے سے آللہ تعالی موت کی علاوہ ہر تکلیف دینے والے چیز سے حفاظت فرماتے ہیں۔

ہ۔ آیت کریمہ لا الہ الا انت سبحنک انی کنت من الظلمین اور اللھم انا نجعلک فی نحورھم و نعوذ بک من شرورھم بھی کثرت سے پڑھا کریں۔

و۔ اپنے اور پوری امت کیلیے رو رو کر دعائیں مانگنے کا اہتمام فرمائیں۔

آللہ تعالی ہم سب کا حامی و ناصر ہو اور ہر قسم کے شرور سے محفوظ فرمادے۔ آمین

باجازت مقتدر مجاز

ایڈیشنل رجسٹرار

ایس بی بی یو شرینگل