**ਦੀਵਾਲੀ ਦਾ ਮੁੱਖ ਸੰਦੇਸ਼**

**ਪੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਸੁਨੇਹਾ**

ਇਸ ਸਾਲ ਦੀਵਾਲੀ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਨਾਓ। ਪੀਲ ਦੇ ਕੇਸ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਡੀ ਟੈਸਟ ਪੋਜ਼ਿਟਿਵੀਟੀ ਓਂਟਾਰਿਓ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਸਮਾਜ ਵਿੱਚ ਇਹ ਵਾਇਰਸ ਫੈਲ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹੋਂ ਤਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਫੈਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਮੰਦਰ ਜਾਂ ਗੁਰੂਦਵਾਰਾ, ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਅਤੇ ਸਮਾਜ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਇਸ ਸਾਲ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

* ਆਪਣੇ ਘਰ ਹੀ ਪੂਜਾ-ਪਾਠ ਕਰੋ।
* ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ ਤੇ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਦੀ ਬਜਾਏ ਲਾਈਵ ਸਟ੍ਰੀਮ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਲਾਭ ਲਓ।
* ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸਜਾਓ ਪਰ ਇਸ ਨੂੰ ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜੋ ਲੋਕ ਰਹਿ ਰਹੇ ਆ,ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨਾਓ - ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਦੂਜੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨਾ ਬੁਲਾਓ।
* ਆਪਣੇ ਮਨਪਸੰਦ ਭੋਜਨ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਖਾਣਾ ਆਨਲਾਇਨ ਸਾਂਝਾ ਕਰੋ।
* ਤੋਹਫਾ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਬਾਹਰ ਰੱਖੋ।
* ਆਪਣੇ ਭੈਣ-ਭਰਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਫ਼ੋਨ ਜਾਂ ਇੰਟਰਨੈਟ ਰਾਹੀਂ ਅਸੀਸ ਦਿਓ।

**ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜਸ਼ਨ ਮਨਾਉਣਾ**

* ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਸਜਾਉਣ, ਪਕਵਾਨ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਭੋਜਨ ਵੰਡਣ, ਤੋਹਫੇ ਦੇਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕਰਨ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਕਰਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਜਾਂ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਹਨ।
* ਪੀਲ ਵਿੱਚ ਗਿਣਤੀ ਵਧ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਘਰ ਰਹਿ ਕੇ ਵਾਯਰਸ ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਸਿਰਫ ਤੁਹਾਡੇ ਨੇੜੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਆਨਲਾਇਨ ਤਿਉਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ।

* ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਨੂੰ ਦੀਵਾਲੀ ਅਤੇ ਬੰਦੀ ਛੋੜ ਮਨਾਉਣ ਲਈ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਸਾਲ ਆਨਲਾਈਨ ਹੀ ਮਨਾਓ।
* ਇਸ ਸਾਲ ਇਕ ਨਵੀਂ ਪਰੰਪਰਾ ਬਣਾਓ, ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖਾਓ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
* ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਰਹਿੰਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਲਈ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਤਿਉਹਾਰ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਆਨਲਾਇਨ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ।

**ਸਜਾਵਟ ਅਤੇ ਦੀਵੇ**

* ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪਟਾਕੇ ਚਲਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਮਯੂਨਿਸਿਪਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ।
* ਭੀੜ ਘੱਟ ਰੱਖਣ ਲਈ, ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਆਤਸਬਾਜੀ ਦਾ ਅਨੰਦ ਲਓ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿਚ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ / ਜਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ।
* ਕੋਵਿਡ -19 ਦਾ ਜੋਖਮ ਬਾਹਰ ਰਿਹਣ ਨਾਲ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾ 2 ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਹੋ, ਜੇ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ ਤਾਂ ਇਕ ਮਾਸਕ ਪਾਓ ਅਤੇ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆਂਦੇ ਹੀ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖੋ।

**ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਅਤੇ ਪੂਜਾ ਦਾ ਸਥਾਨ**

* ਇਸ ਸਾਲ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਪਾਠ-ਪੂਜਾ ਕਰੋ। ਜੇ ਕਿਸੇ ਮੰਦਿਰ ਜਾਂ ਗੁਰੂਦੁਆਰੇ ਜਾਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਪਰੰਪਰਾ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪੂਜਾ ਸਥਾਨ ਨੂੰ ਦੇਖੋ ਕਿ ਸੇਵਾ ਸਿੱਧੀ ਪ੍ਰਸਾਰਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਜਾਂ ਆਨਲਾਈਨ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

**ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਲਈ ਤੋਹਫ਼ੇ**

* ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਬਾਹਰ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਤੋਹਫੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਤੋਹਫ਼ਿਆਂ ਦਾ ਆਨਲਾਇਨ ਲੈਣ ਦੇਣ ਕਰੋ।
* ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੂਪ ਵਿਚ ਦੇਖ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਨੂੰ ਛੋਟਾ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ 2 ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਹੀ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਤੋਹਫ਼ੇ ਨੂੰ ਦਰਵਾਜ਼ੇ' ਤੇ ਹੀ ਛੱਡ ਦੇਓ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡਾ ਤੋਹਫਾ ਲੈਣ ਲਈ ਦਰਵਾਜ਼ਾ ਖੋਲ੍ਹਦੇ ਹਨ ਇਕ ਕਦਮ ਪਿੱਛੇ ਹੋ ਜਾਓ। ਹਮੇਸ਼ਾ ਇੱਕ ਮਾਸਕ ਪਾਓ।