

شیر قدم واټن

موږ باید همدا اوس د خلکو څخه فاصله وساتو ترڅو خوندي پاتې شو.

6 فوټه یا قدم لري پاتې کیدل- تاسو سره د میکروبونو د خپریدو په مخنیوي کې مرسته کوي.

آیا پوهیږئ چې دا څومره لري دي؟
دا اندازه د څومره سپیو برابره ده؟

د نورو کومو څارویو په اړه
فکر کولی شئ؟

تقریباً د دوه لویو سپیو
په اندازې چې د پزې تر
لکې پورې په ولاړ حالت
کې وي

