

★★★★★ پاکستان کے روزنامہ گماہ  
 باقاعدہ تصدیق شدہ اشاعت ABC CERTIFIED

THE ONLY JANG RAWALPINDI ★★ ★★  
 روزنامہ جنگ راولپنڈی  
 پتہ: میر خلیل الرحمن  
 16 ستمبر 2010ء  
 52 جلد  
 3 رمضان المبارک 1431ھ 14 اگست 2010ء 30 ماہ 2067 ب  
 225 نمبر  
 LOCAL EDITION SATURDAY AUGUST 14, 2010  
 997-002  
 11272965  
 99624444  
 9972965K



”اور اپنے آپ کو اپنے ہاتھوں  
 ہلاکت میں نہ ڈالو“ (البقرہ 195)

# رمضان کا احترام کریں تمباکو نوشی ترک کریں

یاد رکھئے!

یہ ایسی برائی چھوڑنے اور دوبارہ نہ استعمال کرنے کا بہترین وقت ہے۔  
 سائنسی تحقیق سے یہ بات ثابت ہوئی ہے کہ سرکریٹ پینے والے مختلف اقسام کے کنسر، دل کی بیماریوں،  
 نمونیا اور پھیپڑوں کے انفیکشن جیسی موذی بیماریوں کا زیادہ جلدی شکار ہوتے ہیں۔

ویکسین (Pneumococcal Vaccine) کے ذریعے اپنے آپ کو  
 نمونیا اور دیگر مہلک بیماریوں سے بچائیں۔



PAKISTAN CHEST SOCIETY