10 DOWNING STREET
LONDON SW1A 2AA

ਪ੍ਰਧਾਨ ਮੰਤਰੀ

ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਕਦਮਾਂ ਬਾਰੇ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਲਿਖ ਰਿਹਾ ਹਾਂ ਜੋ ਅਸੀਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਚੁੱਕ ਰਹੇ ਹਾਂ।

ਕੁਝ ਹੀ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਇਸ ਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਇਸ ਤੀਬਰ ਪ੍ਰਭਾਵ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ 'ਤੇ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਬਲਕਿ ਆਪਣੇ ਅਜ਼ੀਜ਼ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ 'ਤੇ ਵੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਦਾ ਹਾਂ ਜਿਹੜੀਆਂ ਇਸ ਵਿਘਨ ਨੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ, ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀਆਂ ਵਿੱਚ ਖੜ੍ਹੀਆਂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ। ਪਰ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸਧਾਰਨ ਕਾਰਨ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਾਰਵਾਈ ਬਿਲਕੁਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਜੇ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ NHS ਇਸਦਾ ਮੁਕਾਬਲਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕੇਗਾ। ਇਸ ਨਾਲ ਜਾਨਾਂ ਚਲੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਸਾਡੇ ਲਈ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਹੌਲੀ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਜੋ ਜਿੰਨਾ ਹੋ ਸਕੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਈਆਂ ਜਾ ਸਕਣ।

ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਸਧਾਰਨ ਹਦਾਇਤ ਦੇ ਰਹੇ ਹਾਂ - ਤੁਹਾਡਾ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹਿਣਾ **ਲਾਜ਼ਮੀ** ਹੈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੋਸਤਾਂ ਜਾਂ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੇ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ ਬਹੁਤ ਸੀਮਤ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਭੋਜਨ ਅਤੇ ਦਵਾਈ ਖਰੀਦਣੀ, ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਕਸਰਤ ਕਰਨੀ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣੀ। ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਆਉਣ ਲਈ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰੋਂ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣਾ ਹੀ ਪਵੇ, ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਦੋ ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ 'ਤੇ ਹੋ।

ਇਹਨਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ, ਜੇ ਲੋਕ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਤੋੜਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਪੁਲਿਸ ਜੁਰਮਾਨੇ ਜਾਰੀ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਇਕੱਠੇ ਹੋਏ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਖਿੰਡਾ ਦੇਵੇਗੀ।

ਮੈਂ ਜਾਣਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚੋਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਉੱਤੇ ਵਿੱਤੀ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਚਿੰਤਤ ਹੋਣਗੇ। ਸਰਕਾਰ ਗੁਜ਼ਾਰਾ ਚਲਾਉਣ ਅਤੇ ਭੋਜਨ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹ ਸਭ ਕਰੇਗੀ ਜੋ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਇਸਦੇ ਨਾਲ ਨੱਥੀ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਿਯਮਾਂ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਵੇਰਵੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਵੀਨਤਮ ਸਲਾਹ gov.uk/coronavirus 'ਤੇ ਵੀ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ

ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ, ਅਸੀਂ ਸਹੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਹੀ ਉਪਾਅ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜੇ ਵਿਗਿਆਨਕ ਅਤੇ ਡਾਕਟਰੀ ਸਲਾਹ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਉਪਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਤੋਂ ਸੰਕੋਚ ਨਹੀਂ ਕਰਾਂਗੇ।

ਮੇਰੇ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਬਣਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ - ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬਦਤਰ ਹੋ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਪਰ ਅਸੀਂ ਸਹੀ ਤਿਆਰੀਆਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਜਿੰਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਾਰੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਾਂਗੇ, ਓਨੀਆਂ ਹੀ ਘੱਟ ਜਾਨਾਂ ਜਾਣਗੀਆਂ ਅਤੇ ਓਨੀ ਹੀ ਜਲਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਆਮ ਵਾਂਗ ਵਾਪਿਸ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰਿਆਂ ਦਾ ਧੰਨਵਾਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ ਜਿਹੜੇ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਹਰਾਉਣ ਲਈ ਮਿਹਨਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਇੰਗਲੈਂਡ, ਸਕੌਟਲੈਂਡ, ਵੇਲਜ਼ ਅਤੇ ਨੋਰਦਰਨ ਆਇਰਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਸ਼ਾਨਦਾਰ NHS ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਖੇਤਰ ਦਾ ਸਟਾਫ਼। ਸਾਡੇ ਡਾਕਟਰਾਂ, ਨਰਸਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਮੁਕਾਬਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਦੇਖਣਾ ਸਚਮੁਚ ਪ੍ਰੇਰਣਾਦਾਇਕ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਰਿਟਾਇਰਡ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਨਰਸਾਂ NHS ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਆ ਰਹੇ ਹਨ - ਅਤੇ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਨਾਗਰਿਕ ਸਭ ਤੋਂ ਕਮਜ਼ੋਰ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਇੱਛਾ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਆ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਸ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਬ੍ਰਿਟਿਸ਼ ਭਾਵਨਾ ਨਾਲ ਹੀ ਅਸੀਂ ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਹਰਾਵਾਂਗੇ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਖਤਮ ਕਰਾਂਗੇ।

ਇਸ ਲਈ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੇ ਇਸ ਸਮੇਂ 'ਤੇ, ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਕਿ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ, **ਘਰ ਰਹੋ, NHS ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜਾਨਾਂ ਬਚਾਓ।**