

ہدایت نامہ

5 نومبر توں نئی قومی پابندیاں

نئی قومی پابندیاں بارے جانکاری، جہدے وچ شامل اے پئی گھر توں کم کرن اتے کاروبار بند ہون بارے اوہناں وچ کیہہ آکھیا گیا اے، اوہناں نوں کیوں لیایا جا رہیا اے اتے کیہڑی مالی مدد دستیاب اے۔

31 اکتوبر 2020 نوں شائع کیتا گیا

اخیرلی تازہ کاری 3 نومبر 2020 نوں کیتی گئی — [ساریاں تازہ کاریاں ویکھو](#)

شائع کرن آلا:

کابینہ دفتر

لاگو ہون دا علاقہ:

برطانیہ

مندرجات

5 نومبر توں قومی پابندیاں

1. گھر رٹو

2. دوجیاں نوں حفاظت نال ملنا

3. تسیں کتھے اتے کدوں وڈے گروہاں وچ مل سکدے او

4. کاروبار اتے تھاواں

5. ویاہ، سول پارٹرشپاں اتے جنازے

6. کم تے جانڑاں
7. تعلیم، اسکول، کالج اتے یونیورسٹی
8. بالال دی دیکھ بھال اتے بالال دیاں سرگرمیاں
9. اوہناں لوکاں نوں بچانا جنہاں نوں کورونا وائرس دا شکار ہون دا خطرہ ہوتا اے
10. دیکھ بھال دے مرکزوں وچ رشتے داراں نوں ملنا
11. سفر کرنا
12. گھر توں باہر راتیں ٹھہرنا
13. کسے ہور گھر وچ منتقل ہونا
14. مالی مدد

ایہہ صفحہ پرنٹ کرو

یاد رکھو - 'بتھ مکھ فاصلہ':

- بتھ - اپنے بتھ باقاعدگی نال اتے 20 سیکنڈاں لئی دھوو
- مکھ - چار دیواری دے اندر منہ کچ کے رکھو جتھے سماجی فاصلہ رکھنا اوکھا ہووے اتے جتھے تہاڈی ملاقات اوہناں لوکاں نال ہووے گی جنہاں نال تسیں عام طور تے نئیں ملدے
- فاصلہ - جتھے ممکن ہووے اوہناں لوکاں توں 2 میٹر دور رتو جنہاں نال تسیں نئیں رہندے، یا 1 میٹر دور رتو جے چوکھیاں حفاظتی تدبیراں لاگو کیتیاں گئیاں ہوں (جیویں چار دیواری دے اندر مکھ کچ کے رکھنا یا ہوا دا آنڑ جانڑ نوں ودھانڑاں)

5 نومبر توں قومی پابندیاں

لاگو ہون دا علاقہ: برطانیہ (ویلز، اسکاٹ لینڈ اتے شمالی آئرلینڈ بارے ہدایت نامہ ویکھو)

سارے یو کے اتے دوجے ملکاں وچ COVID-19 دے شکار لوکاں دی تعداد چھیتی ودھ رہی اے۔ وائرس دے پھیلاؤ تے قابو پان لئی ساہنوں ہن کم کرنا چاہیدا اے۔ گھر تے رہنا، NHS دی حفاظت کرنا اتے زندگیاں بچانا کورونا وائرس نال لڑن دا اکو ای سبھ توں اہم طریقہ اے جہدے تے اسیں سارے عمل کر سکے اں۔

جدوں اسیں دوجے لوکاں نال روز دا رابطہ گھٹ کراں گے تے وبا دا پھیلاؤ گھٹ ہو جائے گا۔ ایہی وجہ اے پئی جمعرات 5 نومبر توں بدھ 2 دسمبر تیکر توانوں چاہیدا اے پئی:

1. گھر رٹو اتے صرف خاص مقصداں کارن باہر جاؤ۔
2. اوہناں لوکاں نال نا ملو جنہاں نال تسیں نئیں رہندے، سوا جدوں خاص مقصداں کارن ملنا ہووے۔
3. خاص کاروباراں اتے تھواں نوں بند کرو۔

ایہہ نئی تدبیراں کارن وائرس پھیلن دی شرح گھٹ ہو جائے گی، جہدے کارن:

- NHS تے کم دا بوجھ گھٹ جائے گا
- ایہہ پک ہوئے گا پئی اسکول، کالج اتے یونیورسٹیاں کھلیاں رہ سکدیاں نیں
- ایہہ پک ہوئے گا پئی ممکنہ حد تیکر بوہتے لوک کم جاری رکھ سکدے نیں

جمعرات 5 نومبر راتیں 1 وجے تیکر مقامی کوویڈ انتباہ دے درجے دیاں متعلقہ تدبیراں اوس علاقے وچ لاگو رہن گیاں جتھے تسیں رہندے او۔ جمعرات 5 نومبر راتیں 1 وجے توں بعد ایہہ قومی پابندیاں تہاڈے علاقے وچ لاگو مقامی پابندیاں دی تھان لے لین گیاں۔

نویاں تدبیراں بدھ 2 دسمبر تیکر چار ہفتیاں لئی سارے ملک وچ لاگو ہون گیاں۔ ایس عرصے بعد اسیں تازہ ٹیٹا دی بنیاد تے علاقائی طریقہ کار اپنا لواں گے۔

ایہناں تدبیراں نوں قنون دی حمایت حاصل ہووے گی۔ پولیس اتے دوجے محکمیاں نوں جرمانے کرن اتے اکٹھ نوں منتشر کرن دا اختیار ہووے گا۔

تسیں NHS COVID-19 ایپی اپنے بیلیاں اتے ٹبر دی حفاظت کرن وچ مدد لئی ڈاؤن لوڈ کر سکدے او تاں جے تسیں جمعرات 5 نومبر توں تازہ ہدایت نامے توں آگاہ رہو

ٹبر جنہاں وچ کورونا وارس انفیکشن دا امکان اے یا پک اے اوہناں لئی وکھرا ہدایت نامہ اے۔

1. گھر رٹو

توانوں اپنے گھر توں نئیں نکلنا چاہیدا سوا جدوں کوئی خاص مقصد ہوئے۔ ایہناں وچ شامل اے:

کم اتے رضاکارانہ خدمت

تسین کم تے جان لئی یا رضاکارانہ یا رفاعی خدمتاں فراہم کرن لئی گھر توں نکل سگدے او جے تسین ایہہ گھر تے نا کر سکو۔

ضروری سرگرمیاں

تسین کھلیاں دکاناں توں شیواں خریدن لئی، جیویں خوراک اتے دوائی، یا 'کلک اتے کلیکٹ' یا ٹیک اوے راہیں آرڈر کیتی کوئی شے، جہدے وچ کھان پین آلیاں شیواں شامل نیں، لین جان لئی، پیسے کڈان یا جمع کران لئی یا ہنگامی عوامی خدمتاں (تھلڑا حصہ ویکھو) حاصل کرن لئی گھر توں نکل سگدے او۔

قانونی ذمہ داریاں پوریاں کرنا

تسین قانونی ذمہ داریاں پوریاں کرن لئی یا کوئی جائیداد خریدن، فروخت کرن، کرائے تے دین یا لین لئی گھر توں نکل سگدے او۔

تعلیم اتے بالوں دی دیکھ بھال

تسین تعلیم (باقاعدہ تعلیم، نا کہ غیر نصابی کلاساں جیویں موسیقی یا ڈرامے دی ٹیوشن)، تربیت، بالوں دی اندراج شدہ دیکھ بھال اتے بالوں دیاں سرگرمیاں جیہڑیاں ماں پیو یا دیکھ بھال کرن آلیاں لئی کم کرن، کم تلاش کرن یا تعلیم یا تربیت حاصل کرن لئی ضروری نیں، لئی گھر توں نکل سگدے او۔ ماں پیو اجے وی اپنے بالوں نوں اسکول لے جا سگدے نیں اتے لوک وکھ رہن آلے ماں پیو اتے بالوں وشکار رابطے لئی موجودہ انتظاماں نوں جاری رکھ سگدے نیں۔

دوجیاں نوں ملنا اتے دیکھ بھال کرنا

تسین اپنے امدادی حلقے وچ موجود لوکاں نوں ملن لئی یا دیکھ بھال دے کسے حلقے دے حصے دے طور تے 13 سال یا اوس توں نکلے بالوں لئی غیر رسمی دیکھ بھال، خطرے دے شکار لوکاں لئی دیکھ بھال، ہنگامی مدد، کسے امدادی گروہ (15 تیکر بندے) وچ شرکت یا رسپانڈ دیکھ بھال حاصل کرن لئی گھر توں نکل سگدے او۔ لوک گھر توں باہر ورزش وی کر سگدے نیں اتے باہر کسے عوامی تھاں تے وی جا سگدے نیں (حصہ 3 ویکھو)۔

طبی سبب، نقصان اتے پُچھنڈ لئی جانڑاں

تسین کسے طبی سبب لئی، جہدے وچ COVID-19 دا ٹیسٹ کرانا، اپائنٹمنٹاں اتے ہنگامی حالات شامل نیں، کسے حاملہ زنانی یا مرن لگے بندے نوں ملن جان لئی، سٹ یا نقصان (جیویں گھریلو تشدد) دے خطرے توں بچن لئی، دیکھ بھال دے مرکز (جے دیکھ بھال مرکز دے ہدایت نامے وچ اجازت ہوئے)، مریض خانے یا اسپتال وچ کسے نوں ملن لئی، اوہناں نال کسے طبی اپائنٹمنٹ تے جان لئی یا ڈنگر ڈاکٹراں (یا جانوراں دی بہتری دیاں دوجیاں خدمتاں) تے جان لئی گھر توں نکل سکدے او۔

تقریبیاں

تسین انفرادی طور تے عبادت لئی کسے عبادت گاہ، جیہڑا بندہ فوت ہو گیا اے اوہدے جنازے یا کسے ہور متعلقہ تقریب، تے جان واسطے، قبرستان یا یادگاری باغ تے جان لئی یا مرن لگے کسے بندے دے ویاہ وچ شامل ہون لئی گھر توں نکل سکدے او۔ تسین ضابطیاں وچ اجازت یافتہ شیواں دی مکمل فہرست ویکھ سکدے او۔

2. دوجیاں نوں حفاظت نال ملنا

عام طور تے، توانوں سماجی طور تے لوکاں نوں نئیں ملنا چاہیدا۔ پر تسین اوہناں بندیاں نال جنہاں نال تسین رہندے او یا جیہڑے تہاڈے امدادی حلقے (یا بالان دی دیکھ بھال دے حلقے) وچ شامل نیں یا کسے ہور اک بندے نال باہر کھلی عوامی تھاں تے ورزش کر سکدے یا مل سکدے او۔ توانوں اپنے گھر توں باہر گھٹ ویلا لنگھانا چاہیدا اے۔ جس ویلے تسین دوجے لوکاں نال ہوو تے کسے وی ایسے بندے توں 2 میٹر دور رٹو جیہڑا تہاڈے ٹبر، یعنی اوہ لوک جنہاں نال تسین رہندے او، یا تہاڈے امدادی حلقے وچ شامل نئیں۔ جتھے ایہہ ممکن نا ہووے، اضافی حفاظتی تدبیراں (جیویں مکھ نوں کچ کے رکھنا) ورتدیاں ہویاں 1 میٹر دا فاصلہ رکھو۔

توانوں کسے ٹبر یا بیلیاں نال چار دیواری دے اندر سماجی طور تے نئیں ملنا چاہیدا جدوں تیکر اوہ تہاڈے ٹبر یا امدادی حلقے دا حصہ نا ہون۔

امدادی حلقے اوہ ہوندا اے جتھے اک بالغ بندے تے مشتمل ٹبر کسے ہور ٹبر نال ملدا اے۔ اوس امدادی حلقے وچ موجود ٹبر اجے وی اک دوجے ول جا سکدے نیں، اک دوجے دے گھراں وچ راتیں رہ سکدے نیں اتے اک دوجے نال چار دیواری توں باہر عوامی تھاواں تے جا سکدے نیں۔

تسین ایہناں نال چار دیواری توں باہر ورزش کر سکدے یا عوامی تھاواں تے مل سکدے او:

- جنہاں بندیاں نال تسیں رہندے او
- تہاڈا امدادی حلقہ
- یا، جدوں تسیں کلے ہوو، کسے ہور ٹبر دا 1 بندہ۔ 5 سال توں نکلے بال اتے اوہ معذور بندے جیہڑے ہر ویلے دیکھ بھال دے محتاج ہوندے نیں چار دیواری دے باہر دو بندیاں دے ملن دی حد وچ نئیں گئے جاندے

ایس بارے مزید ہدایتاں وی نیں پئی قومی پابندیاں دے عرصے وچ کس قسم دی ورزش اتے ہور جسمانی سرگرمی جاری رہ سکدی اے۔

چار دیواری دے باہر عوامی تہاواں وچ شامل نیں:

- آسے پاسے دیاں گلیاں، پارک، ساحل اتے دیہاتی علاقہ
- عوامی باغ اتے میدان (پاوین اوہناں وچ وژن لئی پیسے دینے پین یا نئیں)
- الاٹمنٹاں
- چار دیواری توں باہر کھیڈاں دے میدان

تسیں کسے نجی باغ وچ لوکاں نال نئیں مل سکدے، سوا تاں جدوں تسیں اوہناں نال رہندے او یا اوہناں نال امدادی حلقہ بنایا ہویا اے۔

قنون دا تقاضہ اے پئی چار دیواری دے اندر اکثر تہاواں وچ مکھنوں کج کے رکھیا جائے، جیویں دکاناں یا عبادت گاہاں وچ جے اوہ کھلیاں ہوں اتے عوامی ٹرانسپورٹ تے سفر کردیاں ہویاں۔

3. تسیں کتھے اتے کدوں وڈے گروہاں وچ مل سکدے او

اجے وی ایہو جئی صورتاں ہیں نیں جنہاں وچ توانوں اپنے ٹبر یا امدادی حلقے توں باہر دوجیاں نال وڈے گروہاں وچ ملن دی اجازت اے، پر ایہدا مقصد گھلنا ملنا نئیں ہونا چاہیدا۔ تسیں ضابطیاں وچ ایہناں صورتاں دی مکمل فہرست ویکھ سکدے او۔

- بنیادی سبباں وچ شامل اے کم، رضاکارانہ یا خیراتی خدمتاں اتے رسمی تعلیم یا تربیت (غیر نصابی کلاساں دی بجائے) لئی ملنا۔ ایہدے وچ اوہ صورتاں شامل نیں جتھے تسیں

- قانونی ذمہ داریاں پوری کر دے او۔ ایہدے وچ جتھے لوڑ ہووے دوجیاں لوکاں دے گھراں وچ کم کرنا شامل اے، جیویں بالان دا دھیان رکھن آلیاں، صفائی کرن آلیاں اتے تاجراں لئی۔ جے کم بارے کوئی ملاقات کسے نجی گھر یا باغ وچ کرنا ضروری نا ہوئے تے نئیں کرنی چاہیدی، جیویں ایہہ صحیح اے پئی تسیں کسے ذاتی ٹرینر نوں مل سکدے او پر توانوں اوہدے نال چار دیواری توں باہر کسے عوامی تھاں تے ملنا چاہیدا اے۔
- اوہ امدادی گروہ جنہاں وچ لوکاں دا ذاتی طور تے موجود ہونا ضروری اے باہمی مدد، علاج یا کسے ہور قسم دی امداد دین لئی 15 تیکر بندیاں نال جاری رہ سکدے نیں جے اوہ باضابطہ طور تے منعقد کیتے گئے ہون۔ ایہدے وچ بلا تحدید شامل اے کسے جرم توں متاثرہ بندیاں، منشیات اتے شراب چھڈن دی کوشش کرن آلیے بندیاں، نویں ماں پیو تے سرپرستاں، لمے چر توں بیمار لوکاں، اپنی جنسیت یا مرد/عورت ہون بارے مسئلیاں دے شکار لوکاں، جنہاں دا کوئی رشتے دار مر گیا ہووے اتے خطرے دے شکار نوجواناں، لئی امداد، جہدے وچ اوہناں نوں نوجوان ورکراں نال ملن دی سہولت دینا شامل اے۔
 - ماں پیو اتے بالان دے گروہ اوس صورت وچ جاری رہ سکدے نیں جے اوہ کسے ماں یا پیو اتے/یا بال دی مدد کردے ہون، اتے 5 سال توں نکلے بچے 15 بندیاں دی حد وچ نئیں گئے جان گے، جہدا مطلب ایہہ اے پئی 15 توں بوہتے ماں پیو اتے دیکھ بھال کرن آلیے ایہناں گروہاں وچ شریک ہو سکدے نیں۔
 - جنازے اتے کجھ ویاہ جاری رہ سکدے نیں، جیویں تھلے دسیا گیا اے۔

4. کاروبار اتے تھواں

کاروبار اتے تھواں جنہاں نوں ضرور بند ہونا چاہیدا اے

سماجی رابطہ گھٹ کرن لئی حکومت نے کجھ خاص کاروباراں اتے تھواں نوں بند ہون یا سامان اتے خدمات فراہم کرن دا اپنا طریقہ محدود کرن دا حکم دتا اے۔ ایہناں وچ شامل اے:

- غیر لازم پرچون جیویں کپڑیاں اتے گھر دے سامان دے اسٹور، گڈیاں دے شو روم (کرائے تے دین آلیے شو روم تون علاوہ)، شرطان لان دیاں دکاناں، درزی، تمباکو اتے ویپ دیاں دکاناں، الیکٹرانک سامان اتے موبائل فون دیاں دکاناں اتے مارکیٹ اسٹالز جیہڑے اوہ شیواں ویچدے نیں جیہڑیاں لازمی نیں۔ ایہہ دکاناں 'کلک اتے کلیکٹ' (جتھے

- سامان دا پہلاں توں آرڈر دتا گیا ہووے اتے دکان دی حدان توں باہر وصول کیتا جائے اتے ڈیلیوری دیاں خدمتاں دینا جاری رکھ سکدیاں نیں۔
- میزبانی دے مرکز جیویں کیفے، ریسٹورنٹ، دارو دے مرکز، شراب خانے اتے سماجی کلب؛ پر اوہ ٹیک اوے (راتیں 10 وجے توں پہلاں، اتے شراب توں بغیر)، کلک اتے کلیکٹ، ڈرائیو تھرو یا ڈیلیوری راہیں کھانا پینا فراہم کر سکدے نیں
- رہائش گاہاں جیویں ہوٹل، ہوسٹل، گیسٹ ہاؤس اتے کیمپ سائٹاں۔ مخصوص صورتاں دے علاوہ، جیویں جدوں ایہہ کسے دیاں بنیادی رہائشاں ہون، جے اوہ گھر واپس نا جا سکن، جے اوہناں دا کوئی گھر نا ہووے یا جے کم کاج لئی اوتھے ٹھہرنا لازمی ہووے
- فرصت اتے کھیڈاں دیاں تھواں جیویں فرصت دے مرکز اتے جم، تیراکی دے تالاب، ٹینس اتے باسکٹ بال کورٹ، گالف کورس، ورزش اتے رقص دے اسٹوڈیو، اتے کندھاں تے چڑھنا، تیر اندازی، ڈرائیونگ اتے شوٹنگ رینجاں
- تفریح دے مرکز جیویں تھیٹر، کنسرٹ ہال، سینما، عجائب گھر اتے گیلریاں، جوا خانے، تفریحی آرکیڈ، بنگو ہال، باؤلنگ ایلی، اسکیننگ رنک، گو کارٹنگ مرکز، سافٹ پلے مرکز اتے ایریا، سرکس، فن فیئر، چڑیا گھر اتے جانوراں دے بور من موہنے مرکز، واٹر پارک، تھیم پارک۔ نباتاتی باغاں وچ چار دیواری دے اندر تفریحی مرکز، وراثتی مرکز اتے لینڈ مارک وی بند رہنے چاہیدے نیں، پر ایہناں تھواں دے چار دیواری توں باہر میدان کھلے رہ سکدے نیں
- ذاتی دیکھ بھال دے مرکز جیویں والاں، سنگھار، پنڈے دا رنگ بھورا کرن اتے نہوں دے سیلون۔ ٹیٹو پارلر، اسپا، مساج پارلر، پنڈے اتے جلد وچ چھید کرن دے کاروبار وی بند رہنے چاہیدے نیں۔ دوجے لوکاں دے گھراں وچ وی ایہہ خدمتاں فراہم کرنا منع اے
- کمیونٹی مرکز اتے ہال بند رہنے چاہیدے نیں پر کجھ سرگرمیاں جاری رہ سکدیاں نیں جنہاں دا ذکر تھلے کیتا گیا اے۔ آئی ٹی اتے ڈیجیٹل خدمتاں تیکر رسائی فراہم کرن لئی، جیویں اوہناں لوکاں لئی جنہاں دے گھر وچ ایہہ نئیں نیں، اتے 'کلک اتے کلیکٹ' لئی لائبریریاں وی کھلیاں رہ سکدیاں نیں۔
- عبادت گاہاں، پر انفرادی عبادت لئی کھلیاں رہ سکدیاں نیں، اتے سروس برادکاسٹنگ اتے جنازے

ایہہ کاروباراں اتے تھواں نوں وی کجھ سرگرمیاں لئی کھلن دی اجازت ہووے گی، جنہاں وچ شامل اے:

- تعلیم اتے تربیت (سنے ایس گل دے پئی اسکول کھیڈاں اتے فرصت دے مرکز ورت سکن جدوں ایہہ اوہناں دے معمول دا حصہ ہوئے)
- بالان دی دیکھ بھال اتے بالان دی نگرانی کردہ سرگرمیاں لئی
- خون دا عطیہ اتے خوراک دے بینک
- علاج کرن لئی
- وڈے مقابلیاں وچ حصہ لین آلے لوکاں لئی (چار دیواری دے اندر اتے باہر کھیڈاں دی تھواں وچ)، پیشہ ور رقاں اتے کوریوگرافراں لئی (ورزش اتے رقص دے اسٹوڈیوز وچ)
- تماشائیاں بنا تربیت اتے ریہرسل لئی (تھیٹراں اتے کنسرٹ پنڈالاں وچ)
- فلم اتے ٹی وی واسطے پیشہ ورانہ عکس بندی کرن لئی

کاروبار اتے تھواں جیہڑیاں کھلیاں رہ سکدیاں نیں

دوجے کاروباراں نوں COVID-19 توں بچن دیاں ہدایتاں تے عمل کردیاں ہویاں کھلے رہن دی اجازت اے۔ ایہدے وچ اوہ کاروبار شامل نیں جیہڑے ضروری شیواں اتے خدمات فراہم کردے نیں، سنے:

- ضروری پرچون جیویں کھان پین دیاں شیواں ویچن آلیاں دکاناں، سپرمارکیٹاں، دوا خانے، باغاں دے مرکز، ہارڈویئر اسٹور، تعمیراتی سامان بنان آلے کاروبار اتے شراب دیاں آف لائسنس دکاناں۔
- پٹرول اسٹیشنز، گڈیاں دی مرمت اتے MOT دیاں خدمات، سائیکلاں دیاں دکاناں اتے ٹیکسی اتے گڈیاں کرائے تے دین آلے کاروبار۔
- بینکس، بلڈنگ سوسائٹیاں، ڈاک خانے، قرضے دین آلے اتے پیسہ منتقل کرن آلے کاروبار
- گورکن
- لائبریاں اتے ڈرائی کلینرز
- طبی اتے دندان دیاں خدمات
- ڈنگراں دے کلینک اتے پالتو جانوراں دیاں دکاناں
- زرعی سامان دیاں دکاناں
- ذخیرہ اتے تقسیم دے مرکز
- کار پارکس، عوامی غسل خانے اتے موٹروے خدمت دیاں تھواں۔

- چار دیواری توں باہر کھیڈاں دے میدان

پولیس خدمات

بوہتیاں عوامی خدمات جاری رہن گیاں اتے تسیں اوہناں تے جاوَن لئی گھر توں نکل سکو گے۔
ایہناں وچ شامل اے:

- NHS اتے طبی خدمات جیویں GPs اتے دندان دے ڈاکٹر۔ اسیں NHS دی فوری اتے غیر فوری خدمات انجام دین لئی حمایت کرنے اَن اتے ایہہ بوہت ضروری اے پئی جو کوئی وی سمجھدا اے پئی اوہنوں کسے قسم دی طبی دیکھ بھال دی لوڑ اے او مدد لئی اگے ودھے
- جاب سینٹر پلس سائٹاں
- عدالتاں اتے پروبیشن دیاں خدمات
- سول رجسٹریشنز آفسز
- پاسپورٹ اتے ویزے دیاں خدمات
- متاثرہ لوکاں نوں فراہم کیتیاں گئیاں خدمات
- کورڈے یا ری سائیکلنگ دے مرکز

5. ویاہ، سول پارٹنرشپ اتے جنازے

جنازیاں وچ ودھ توں ودھ 30 بندے شریک ہو سکدے نیں۔ متعلقہ رسماں جیویں قبر دیاں تختیاں لانا اتے سوا بکھیرنا 15 لوکاں نال جاری رہ سکدیاں نیں۔ 15 یا 30 دی حد وچ کم کرن آلا بندہ نئیں گنیا جاندا۔ سماجی فاصلہ اوہناں لوکاں وشکار رکھنا چاہیدا اے جیہڑے اکٹھے نئیں رہندے یا اکو امدادی حلقے وچ نئیں۔

ویاہ اتے سول پارٹنرشپ دیاں رسماں دی اجازت صرف تاں ہووے گی جے لاڑے یا ووٹی وچوں کوئی ڈاڈا بیمار ہووے اتے اوہدے ٹھیک ہون دی توقع نا ہوئے ('مرن ویلے دا ویاہ')۔ ایہناں ویاہواں وچ 6 تیکر بندے شامل ہو سکدے نیں۔

6. کم تے جائڑاں

وائرس تے قابو پان لئی ہر اوس بندے نوں گھر توں کم کرنا چاہیدا اے جیہڑا چنگی طرح ایہہ کر سکدا ہووے۔ جیہڑے لوک ایہہ نا کر سکن، سنے بلا تحدید اوہناں لوکاں دے جیہڑے ضروری قومی ڈھانچے، تعمیر یا مینوفیکچرنگ وچ کم کردے نیں، اوہناں نوں کم دی تھان تے جانا جاری رکھنا چاہیدا اے۔ ایہہ ملک نوں چلان اتے شعبیاں اتے ملازماں دی مدد کرن لئی ضروری اے۔

عوامی شعبیاں دے ملازماں نوں جیہڑے ضروری خدمات، جہدے وچ بالوں دی دیکھ بھال یا تعلیم شامل اے، کر رئے نیں کم تے جانا جاری رکھنا چاہیدا اے۔

تسین دوجیاں لوکاں دے گھراں وچ کم کر سکدے او جے ایہہ کرنا ضروری ہووے، جیویں بالوں دا دھیان رکھن آلیاں، صفائی کرن آلیاں یا تاجراں لئی۔

جے [COVID-19 توں بچن دیاں ہدایتاں](#) تے چنگی طرح عمل کیتا جائے تے وبا پھیلن دا خطرہ بڑا گھٹ کیتا جا سکدا اے۔ اوہناں لوکاں تے چوکھی توجہ دینی چاہیدی اے جیہڑے بوہتے خطرے دا شکار نیں۔

7. تعلیم، اسکول، کالج اتے یونیورسٹی

اسکول، کالج اتے یونیورسٹیاں کھلیاں رہن گیاں۔ حکومت نوجواناں دی بہتری اتے لمی مدت دے مستقبل نوں ترجیح دینا جاری رکھے گی اتے بنیادی تعلیمی ادارے جیویں ابتدائی سالاں دیاں سیٹنگاں یعنی ادارے، اسکول، کالج، یونیورسٹیاں اتے ووکیشنل ٹریننگ مرکز بند نہیں ہون گے۔ ایہہ بڑا اہم اے پئی بال اتے نوجوان تعلیمی اداریاں وچ حاضر ہون، اوہناں دی بہتری اتے تعلیم دی حمایت کیتی جائے اتے نوکری پیشہ ماں پیو اتے سرپرستاں دی مدد کیتی جائے۔ سینئر طبی ماہر اجے وی صلاح دیندے نیں پئی بالوں لئی اسکول سبھ توں ودھیا تھان اے، ایس لئی اوہناں نوں اسکول جان دیاں رہنا چاہیدا اے۔ اسکولوں نے اپنی حفاظت لئی کئی حفاظتی تدبیراں کیتیاں نیں۔ جیہڑے بندے گھر وچ تعلیم حاصل کر رئے نیں اوہ اجے وی لوڑ پین تے کمیونٹی سیٹنگاں وچ تعلیم اتے تربیت تے رسائی کر سکدے نیں تاں جے مناسب کل وقتی تعلیم حاصل کیتی جائے۔

حکومت دا پکا ارادہ اے پئی امتحان اگلی گرمیاں وچ ہون گے، کیوں جے اوہ تعلیم حاصل کرن آلیاں دی تعلیمی ترقی دی جانچ کرن دا سبھ توں شفاف اتے درست طریقہ ہیگا۔ ایس کر کے ساہنوں اسکول اتے کالج کھلے رکھن دی لوڑ اے تاں جے بال امتحاناں اتے تعلیم یا ملازمت دے اگلے درجے ول ودھدے رہن۔ ہن طالب علماں کول اپنے اگلے سال دے امتحاناں دی تیاری کرن دا بوہتا

ویلا اے کیوں جے اکثر A، AS لیولز اتے GCSEs تن ہفتیاں بعد ہون گے تاں جے وبا کارن ہون آلے انتشار توں نمٹیا جائے۔

یونیورسٹیاں نے طالب علماں نوں واپس آن تے جی آیاں نوں آکھیا اے اتے اسیں یونیورسٹیاں نوں فیر کھلن بارے صلاح دین لئی ہدایت نامہ شائع کیتا اے تاں جے پک کیتا جائے پئی اوہناں نے وائرس دا پھیلاؤ گھٹ کرن لئی حفاظتی تدبیراں کیتیاں ہونیاں نیں۔ یونیورسٹیاں اتے بالغاں دی تعلیم دیاں مرکزوں نوں جتھے ممکن ہوئے آن لائن پڑھائی دے ودھ درجیاں تے جان بارے سوچنا چاہیدا اے۔

ہور پابندیاں وی لاگو نیں:

- جے تسیں یونیورسٹی وچ رہندے او تے توانوں ٹرم دے دوران اپنے پکے گھر اتے یونیورسٹی دے گھر وار وار آنا جانا نئیں چاہیدا۔ توانوں ٹرم مکن مگروں ای گھر واپس آنا چاہیدا اے۔ اسیں جلد ای ایس بارے ہور ہدایت نامہ شائع کراں گے پئی طالب علم کیویں ٹرم مکن مگروں حفاظت نال گھر جا سکدے نیں۔
- غیر نصابی مقصداں لئی تربیت، جیویں کلباں دے حصے دے طور تے، منعقد نئیں کیتی جانی چاہیدی۔ بالوں لئی سہولت دین آلی سرگرمیاں جتھے ایہہ نوکری پیشہ ماں پیو لئی بالوں دی دیکھ بھال دی خدمات فراہم کردیاں ہون نوں جاری رہن دی اجازت اے

8. بالوں دی دیکھ بھال اتے بالوں دیاں سرگرمیاں

ماں پیو اتے دیکھ بھال کرن آلے کئی طریقیاں راہیں قومی پابندیاں دے دوران بالوں دی دیکھ بھال تیکر رسائی کرنا جاری رکھ سکدے نیں:

- ابتدائی سالاں دی سیٹنگاں یعنی ادارے اتے بالوں دی ذہنی دیکھ بھال کرن دیاں سہولتاں کھلیاں رہن گیاں اتے تسیں معمول دے مطابق ایہناں سیٹنگاں نوں ورتنا جاری رکھ سکدے او
- تسیں بالوں دی دیکھ بھال دیاں دوجیاں سرگرمیاں (سنے بالوں دی اسکول ٹائم دے علاوہ دیکھ بھال) تے رسائی کر سکدے او جدوں ایہہ ماں پیو نوں کم کرن، کم تلاش کرن، تعلیم یا تربیت حاصل کرن دے قابل بنان لئی یا دیکھ بھال کرن آلیاں نوں رسپانڈ کینر دین لئی معقول حد تیکر ضروری ہووے

- بالان دی ویکھ بہال کرن آلیاں اپنا کم کرنا جاری رکھن گیاں، گھر دے اندر وی
- ماں پیو بالان دی غیر رسمی دیکھ بہال لئی اک ہور ٹبر نال بالان دی دیکھ بہال دا حلقہ بنا سکدے نیں، جتھے بال 13 سال یا اوس توں نکا ہووے
- کجھ ٹبر اکو بالغ بندے آلیے ٹبران نوں کسے ہور ٹبر نال جڑن دی اجازت دین آلیے امدادی حلقہ وچ وی شامل ہو سکن گے

نوجواناں دیاں کجھ خدمات کم کرنا جاری رکھ سکدیاں نیں، جیویں نوجواناں نوں انفرادی طور تے امداد فراہم کرن آلیے گروہ، پر نوجواناں دے بوہتے کلباں اتے گروہاں نوں ایس عرصے وچ کم کرنا بند کرنا ہونے گا۔

9. اوہناں لوکاں نوں بچانا جنہاں نوں کورونا وائرس دا شکار ہون دا خطرہ بوہتا اے

جے تہاڈی عمر 60 سالان توں ودھ اے یا طبی طور تے کمزور او تے توانوں کورونا وائرس کارن شدید بیمار ہون دا بوہتا خطرہ ہو سکدا اے۔ توانوں:

- ضابطیاں دی پیروی کرن اتے دوجیاں نال اپنا رابطہ گھٹ کرن بارے خاص کر کے محتاط ہونا چاہیدا اے
- احتیاط نال اتے معمول توں ودھ تعداد وچ اپنے ہتھ دھونا جاری رکھنا چاہیدا اے اتے اپنے گھر اتے/یا کم دی تھاں تے اوہناں تھواں دی مکمل صفائی کرنی چاہیدی اے جتھے بوہتے ہتھ لگدے نیں

طبی طور تے کمزور لوک اوہ نیں جیہڑے:

- 70 سال یا اوس توں وڈے نیں (پویں اوہناں دی طبی حالت جو وی ہووے)
- 70 سال توں نکلے نیں اتے اوہناں نوں تھلے ذکر کیتیاں بیماریاں وچوں کوئی بیماری لگی ہوئی اے (یعنی کوئی وی جنہوں طبی سسبیاں کارن ہر سال نزلے دا ٹیکہ لوان دا اکھیا گیا ہووے):

- پرانی (لمی مدت والی) تھوڑے توں درمیانے درجے دیاں ساه دیاں بیماریاں، جیویں دمہ، پھپھریاں دیاں پرانیاں بیماریاں (COPD)، ایمفی سیما یا گلے دی سوجن
- دل دی پرانی بیماری، جیویں دل دا فیل ہوجانا
- گردیاں دی پرانی بیماری
- جگر دی پرانی بیماری، جیویں یرقان
- پرانی اعصابی بیماریاں، جیویں پارکنسنز دی بیماری، اعصاب تے قابو نا رہن
- دی بیماری، ملٹی پل سکلیروسس (MS) یا دماغی فالج
- شوگر
- کچھ مخصوص بیماریاں یا دوائیاں کارن جیہڑیاں بندہ لے رہیا اے (جیویں اسٹیرائیڈ دوائیاں) کمزور مدافعتی نظام
- بوہت زیادہ وزن ہونا (باڈی ماس انڈیکس (بی ایم آئی) 40 یا زیادہ ہونا)

● حمل

لوکاں دا اک ہور گروہ وی اے جنہاں نوں طبی سبباں کارن ای کورونا وائرس لگن دے شدید خطرے دا شکار قرار دتا گیا اے، یعنی اوہ لوک جنہاں نوں مخصوص شدید بیماریاں لگیاں ہویاں نیں۔ اس عرصے دے دوران اسپس طبی طور تے شدید خطرے دے شکار لوکاں نوں گھر توں کم کرن دی صلاح دینے آں۔ جے تسیں گھر توں کم نئیں کر سکہ تے تو انوں کم تے نا جان دی صلاح دتی جاندی اے اتے ہو سکہ اے تسیں بیماری دی قانونی تنخواہ (SSP) یا امپلائمنٹ اسپورٹ الاؤنس (ESA) دے اہل ہوو۔ تو انوں جنا ہو سکے گھر تے رہن دی صلاح دتی جاندی اے، پر ایہہ صلاح وی دتی جاندی اے پئی ورزش لئی باہر جاؤ۔ مکمل ہدایت نامہ دستیاب اے اتے حکومت نویاں پابندیاں لاگو ہون دے دوران تفصیلی صلاح دین لئی ہر اوس بندے نوں تحریری ہدایتاں گھلے گی جیہڑا طبی طور تے شدید خطرے دا شکار اے۔

10. دیکھ بہال دے مرکزیاں وچ رشتے داراں نوں ملنا

دیکھ بہال دے مرکزیاں بارے جانڑن لئی ہدایت نامہ جمعرات توں پہلاں شائع کیتا جائے گا۔ اجے تو انوں موجودہ ہدایت نامے دی پیروی کرنی چاہیدی اے۔

11. سفر کرنا

جے تسیں برطانیہ وچ رہندے او تے تسیں یوکے دے اندر یا باہر سفر نہیں کر سجدے، پر کم، تعلیم یا قنونی طور تے اجازت دتے گئے ہور سبیاں کارن سفر کر سجدے او اتے توانوں اپنے سفران دی تعداد گھٹ کرنی چاہیدی اے۔ پر تسیں اجے وی کجھ سبیاں کارن سفر کر سجدے او، جنہاں وچ شامل اے:

- کم تے جانا جے ایہہ گھر توں نا کیتا جا سکے
- تعلیم لئی اتے دیکھ بھال کرن لئی جانا
- اپنے امدادی حلقے وچ یا بالان دی دیکھ بھال لئی بالان دی دیکھ بھال دے اپنے حلقے وچ موجود لوکاں نوں ملن جانا
- اسپتال، جی پی یعنی ڈاکٹر اتے ہور طبی اپانٹمنٹاں یا دورے جے تہاڈا ایکسیڈنٹ ہویا ہووے یا تسیں اپنی صحت بارے پریشان او
- اوہناں تہاواں توں سامان یا خدمات خریدن لئی جیہڑیاں کھلیاں ہویاں نیں، جہدے وچ ضروری پرچون شامل اے
- چار دیواری توں باہر ویلا لنگھان یا ورزش کرن لئی، جتھے ممکن ہووے ایہہ کم مقامی طور تے کرنا چاہیدا اے، پر جے ضروری ہوئے تے تسیں ایہناں لئی سفر وی کر سجدے او (جیویں کسے کھلی تہاں تے جان لئی)
- کسے پالتو جانور دی دیکھ بھال اتے اوہنوں ورزش کران لئی یا ڈنگر ڈاکٹراں کول لے کے جان لئی

جے توانوں سفر کرن دی لوڑ پیندی اے تے اسیں صلاح دیاں گے پئی جتھے ممکن ہوئے پیدل ٹرو یا سائیکل تے جاؤ، نالے پہلاں توں منصوبہ بناؤ اتے پبلک ٹرانسپورٹ تے سفر کردیاں ہویاں رش آلے ویلے اتے رستیاں توں دور رہو۔ ایس کارن تسیں سفر کردیاں ہویاں سماجی فاصلہ رکھ سکو گے۔

جے تہاڈے وچ کورونا وائرس دی کوئی علامت اے، کورونا وائرس دیاں علامتاں کارن دوجیاں توں وکھ رہ رئے او، علامتاں دا شکار کوئی بندا تہاڈے ٹبر یا امدادی حلقے وچ شامل اے یا توانوں NHS ٹیسٹ تے ٹریس ولوں رابطہ کرن دے بعد دوجیاں توں وکھ رہن دا اکھیا گیا اے، تے توانوں سفر نہیں کرنا چاہیدا۔ دوجیاں توں وکھ رہن دے اصولاں دی خلاف ورزی دا جرمانہ £1,000 توں شروع ہوندا اے۔ وار وار کیتے جرمان اتے بوہتی شدید خلاف ورزیاں، جنہاں وچ اوہ شامل نیں جیہڑیاں دوجیاں نوں علیحدہ رہن توں بچاندیاں نیں، لئی ایہہ جرمانہ £10,000 تیکر ودھ سجدتا اے۔

جے توانوں پبلک ٹرانسپورٹ ورتن دی لوڑ پیندی اے، جیویں کم تے جان لئی، تے توانوں محفوظ سفر دے ہدایت نامے تے عمل کرنا چاہیدا اے۔ ایہدے وچ مکھ نوں کججے بارے اصول اتے گڈی دی ونڈ بارے صلاح شامل اے۔

اوبناں لوکاں نوں جیہڑے برطانیہ وچ سفر کرن دا منصوبہ بنا رئے ہوں موجودہ سفری کارپڈور دی فہرست چیک کرنی چاہیدی اے تاں جے ویکھیا جائے پئی توانوں 14 دیہاڑیاں لئی دوجیاں توں وکھ رہن دی لوڑ تے نئیں۔ توانوں اجے وی ایہدے دتیاں پابندیاں تے عمل کرنا ہووے گا پویں توانوں دوجیاں توں وکھ ہون دی لوڑ نا وی ہووے۔ جے توانوں 2 دسمبر توں پہلاں برطانیہ توں باہر سفر کرنا پئے (اتے توانوں قنونی طور تے ایہہ کرن دی اجازت ہووے، جیویں کاروبار/نوکری لئی)، پویں تسیں ایسے علاقے وچ واپس جا رہے ہوو جتھے تسیں پہلاں وی گئے او، تے توانوں اپنی منزل تے لاگو اصولاں اتے فارن، کامن ویلتھ اینڈ ڈیولپمنٹ آفس (FCDO) دی سفر بارے صلاح نوں ویکھنا چاہیدا اے۔

یو کے دے وسیب جیہڑے ایس ویلے ملک توں باہر نیں نوں فوری طور تے گھر واپس آن دی لوڑ نئیں۔ پر توانوں واپس آن دے انتظاماں بارے ہوائی سفر دی اپنی کمپنی یا سفر دا انتظام کرن آلے نوں پچھنا چاہیدا اے۔

12. گھر توں باہر راتیں ٹھہرنا

بنیادی رہائش گاہاں توں دور راتیں ٹھہرن اتے چھٹیاں منان، جہدے وچ یو کے وچ اتے باہر چھٹیاں منانا شامل اے، دی اجازت نئیں ہووے گی۔ ایہدے وچ کسے دوجے گھر یا وڈی گڈی، جے تہاڈے کول اپنی ہووے، وچ ٹھہرنا یا کسے ایسے بندے نال ٹھہرنا شامل اے جہدے نال تسیں نئیں رہندے یا جو تہاڈے امدادی حلقے وچ شامل نئیں۔

توانوں اپنے گھر توں دور ٹھہرن دی اجازت اے جے:

- تسیں اپنی بنیادی رہائش گاہ تے واپس نا جا سکو
- توانوں کسے ہور گھر وچ منتقل ہوندیاں ہویاں رہائش دی لوڑ ہووے
- توانوں جنازے یا متعلقہ یادگاری تقریب وچ شرکت لئی رہائش دی لوڑ ہووے
- توانوں کم لئی یا رضاکارانہ خدمات فراہم کرن لئی رہائش چاہیدی ہووے
- تسیں بال او جنہوں اسکول یا دیکھ بھال لئی رہائش چاہیدی ہووے

- تہاڈے کول گھر نئیں، یوکے وچ پناہ چاہندے او یا خطرے دا شکار بندے او جنہوں پناہ چاہیدی اے
- تسیں وڈے مقابلیاں وچ حصہ لین آلیے کھلاڑی او یا اوہدے امدادی عملے دے رکن یا ماں/پیو ہو اتے اوہدی عمر 18 توں گھٹ اے

جے تسیں پہلاں توں ای چھٹی تے سی تے توانوں جدوں اتے جنی چھیتی ممکن ہووے اپنے گھر واپس آ جانا چاہیدا اے اتے جتھے تسیں چھٹیاں لئی ٹھہرے ہوئے او اتھے 'گھر رہن' دے تقاضیاں تے عمل کرنا چاہیدا اے۔

مہمان خانے جیویں ہوٹل، B&B اتے کاروان پارک قانون وچ دسے گئے مخصوص سبیاں کارن کھلے رہ سکدے نیں، جیویں جدوں مہمان اپنی بنیادی رہائش گاہ تے واپس نا جا سکدے ہون، مہمان خانے نوں اپنی بنیادی رہائش گاہ دے طور تے ورتدے ہون یا فیر رہائش گاہ بند ہون کارن بے گھر ہو گئے ہون۔ اسیں رہائش فرام کرن آلیاں دا حوصلہ ودھانے آں پئی اوہ کمزور گروہاں، جیویں بے گھر لوکاں، نوں قومی پابندیاں دے ایس عرصے وچ رہائش فرام کرن لئی مقامی محکمیاں نال رل مل کے کم وی کرن۔

13. کسے ہور گھر وچ منتقل ہونا

تسیں اجے وی کسے ہور گھر وچ منتقل ہو سکدے او۔ تہاڈے ٹبر یا امدادی حلقے توں باہر دے لوکاں نوں گھر توں منتقل ہون وچ مدد نئیں کرنی چاہیدی جدوں تیکر بٹوں ضروری نا ہووے۔

جائیداد اتے کرایہ ایجنٹ اتے سامان ڈھون آلیاں کمپنیاں اجے وی کم کر سکدیاں نیں اتے لوک جیہڑے کسے ہور گھر وچ منتقل ہونا چاہندے نیں نویں گھر ویکھ سکدے نیں۔

حفاظت نال کسے ہور گھر وچ منتقل ہون بارے ہدایت نامے تے عمل کرو جہدے وچ سماجی فاصلے اتے مکھ نوں کج کے رکھن بارے صلاح شامل اے۔

14. مالی مدد

یو کے دے کسے وی حصے وچ موجود کارکن اپنی نوکری جاری رکھ سکدے نیں، پویں اوہناں نوں نوکری دین آلا اوہناں نوں تنخواہ نا وی دے سکدا ہووے، اتے £2500 فی مہینے تیکر اپنی تنخواہ دا گھٹ توں گھٹ 80% حاصل کر سکدے نیں۔

موجودہ CJRS دی لچک برقرار رکھی جائے گی تاں جے ملازماں نوں کم جاری رکھن دی اجازت دتی جائے جتھے اوہ کم کرسدے ہوں۔ نکلے یا وڈے، خیراتی یا غیر منافع بخش آجر اہل نیں، اتے چونکہ ہور کاروباراں نوں بند ہونا پئے گا، ایس لئی اوہناں نوں ہن نومبر دے دوران اپنے عملے لئی صرف قومی بیمہ اتے پینشن دی ادائیگی کرن دا اکھیا جائے گا، جہدے کارن ایہہ اوس امداد توں ودھ جائے گی جیہڑی ایس ویلے پیش کیتی جا رئی اے۔

کورونا وائرس جاب ریٹینشن اسکیم مکن تیکر جاب اسپورٹ اسکیم لیائی نہیں جائے گی۔

ہو سکدا اے توانوں ایہناں راہیں مالی مدد حاصل ہو جائے، پاویں تسیں جتھے وی رہندے او:

- [کورونا وائرس جاب ریٹینشن اسکیم](#)
- [جاب اسپورٹ اسکیم \(1 نومبر توں\)](#)
- [نیو اسٹائل امپلائمنٹ اتے اسپورٹ الاؤنس](#)