

নির্দেশনা

ক্রিসমাস সময়কালের জন্য নির্দেশনা

ক্রিসমাস সময়কালের জন্য নির্দেশনা

29 নভেম্বর 2020 তারিখে প্রকাশিত

19 ডিসেম্বর 2020 তারিখে সর্বশেষ আপডেট হয়েছে — [সব আপডেট দেখুন](#)

হইতে:

[ক্যাবিনেট অফিস](#)

যেখানে প্রযোজ্য:

ইংল্যান্ড

বিষয়বস্তু

পরিবার এবং বন্ধুদের সাথে দেখা করা

বার, পাব এবং রেস্টোরাঁয় যাওয়া

গির্জা এবং অন্যান্য উপাসনা করার স্থানে যাওয়া

দোকানপাট এবং ক্রিসমাসের বাজারে যাওয়া

পারফরম্যান্স এবং ক্রিসমাস লাইটিং উৎসবসহ ইভেন্টগুলোতে উপস্থিত হওয়া

নববর্ষের আগের সন্ধ্যা

ক্যারল গাওয়া
কাজে যাওয়া
চাইল্ডকেয়ার
কেয়ার হোমে থাকা আত্মীয়দের দেখতে যাওয়া
যুক্তরাজ্যের মধ্যে ভ্রমণ করা
স্বচ্ছাসেবা
বিবাহ, সিভিল পার্টনারশিপ এবং অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া

এই পৃষ্ঠাটি প্রিন্ট করুন

2 ডিসেম্বর থেকে, আপনার এলাকার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নির্দেশনা আপনাকে অবশ্যই মেনে চলতে হবে। [আপনার এলাকার জন্য কী কী বিধিনিষেধ রয়েছে](#) তার খোঁজখবর নিন। টিয়ার 4 এ আপনি কী কী করতে পারবেন এবং কী কী পারবেন সেগুলো নিয়ে যেসকল নিয়ম রয়েছে তা আইনের আওতায় আনা হবে। কার্যকর হওয়ার পর থেকে আপনাকে অবশ্যই নিয়মগুলো অনুসরণ করতে হবে।

পরিবার এবং বন্ধুদের সাথে দেখা করা

25 ডিসেম্বরে

এই ক্রিসমাসে সবথেকে ভালো হয় যদি আপনি শুধুমাত্র আপনার পরিবারের সাথে অথবা আপনার সাপোর্ট বাবলের সাথে সময় কাটান। 25 ডিসেম্বরে আপনি একটি [ক্রিসমাস বাবল](#) গঠন করার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন যদি আপনি আসলেই এর প্রয়োজনীয়তা অনুভব করেন। যারা টিয়ার 4 এলাকায় বসবাসরত নন শুধুমাত্র তাদের জন্যই এটি প্রযোজ্য।

টিয়ার 4 এর এলাকাসমূহে ক্রিসমাস চলাকালীন সময়ে আপনাকে অবশ্যই আপনার টিয়ারের নিয়মাবলী মেনে চলতে হবে। অর্থাৎ ক্রিসমাস চলাকালীন

আপনি ঘরের ভিতর আপনার সাথে বসবাস করছে না বা আপনার বিদ্যমান ক্রিসমাস বাবলের অংশ নয় এরকম কেউ ছাড়া অন্য কোনো ব্যক্তির সাথে দেখা করতে পারবেন না। ঘরের বাইরে, আপনি অন্য একটি পরিবারের শুধুমাত্র যেকোনো একজন সদস্যের সাথে দেখা করতে পারবেন।

একটি ক্রিসমাস বাবল একটি প্রাইভেট রুমে, উপাসনালয়ে অথবা বাইরে সর্বসাধারণের চলাচলের কোনো স্থানে দেখা-সাক্ষাৎ করতে পারে। অন্যান্য সকল অবস্থায় আপনি যদি একটি ক্রিসমাস বাবল গঠন করেন তাহলেও [আপনি যে টিয়ারের সাথে দেখা করবেন তার নিয়মাবলী](#) অবশ্যই অনুসরণ করতে হবে।

ক্রিসমাসের পর

26 ডিসেম্বর থেকে, আপনার এলাকার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নির্দেশনা অন্ততপক্ষে আপনাকে অবশ্যই মেনে চলতে হবে। ক্রিসমাস বাবল আর প্রয়োগ করা যাবে না। যুক্তরাজ্য জুড়ে অধিকাংশ এলাকাতেই সেক্ষেত্রে আপনি নববর্ষের আগের সন্ধ্যা সহ অন্যান্য সময়ে বাসা-বাড়ির মধ্যে অন্যান্যদের সাথে মেলামেশা করতে পারবেন না।

ক্রিসমাস বাবলে যারা যুক্ত হওয়ার সিদ্ধান্ত নিবেন, তাদের উচিত হবে অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করা আর ভাইরাসের ছড়িয়ে পড়ার ঝুঁকি কমিয়ে আনতে তাদের ক্রিসমাস বাবলে থাকা ব্যক্তিদের সাথে দেখা করার পর অপ্রয়োজনে সামাজিক মেলামেশা কম করা।

বার, পাব এবং রেস্টোরাঁয় যাওয়া

2 ডিসেম্বর থেকে, বার, পাব এবং রেস্টোরাঁগুলোতে আপনি কার কার সাথে দেখা করতে পারবেন তা আপনার টিয়ারের উপর নির্ভর করবে। ইনডোর এবং

আউটডোরের আতিথেয়তার পরিবেশের জন্য নিয়মাবলী আলাদা হতে পারে।
[আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী দেখুন।](#)

25 ডিসেম্বরে বার, পাব এবং রেস্টোরাঁগুলোতে আপনি কার কার সাথে দেখা করতে পারবেন সে ব্যাপারে নিয়মাবলী বদলাবে না।

যদিও কাজের কারণে অব্যাহতি প্রযোজ্য থাকে, তারপরেও আপনি অবশ্যই কর্মক্ষেত্রে ক্রিসমাস লাঞ্চ বা পার্টি করবেন না, যেটি মূলত সামাজিক কার্যকলাপ এবং যেটিকে আপনার টিয়ারের নিয়মাবলী অনুমোদন করে না।

গির্জা এবং অন্যান্য উপাসনা করার স্থানে যাওয়া

2 ডিসেম্বর থেকে, আপনি সকল টিয়ারের উপাসনার স্থানে যেতে পারবেন। উপাসনা করার স্থানগুলোতে আপনি কার কার সাথে দেখা করতে পারবেন তা আপনার টিয়ারের উপর নির্ভর করবে। [আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী দেখুন।](#)

25 ডিসেম্বরে, আপনি যদি ক্রিসমাস বাবল গঠনের সিদ্ধান্ত নিয়ে থাকেন তাহলে আপনি আপনার ক্রিসমাস বাবলের সদস্যদের সাথে যেকোনো উপাসনালয়ে যেতে পারবেন। আপনার উচিত হবে যেখানে সম্ভব হবে, আলাদা আলাদা বাড়ির সদস্যদের মধ্যে দূরত্ব বজায় রাখা সহ নিরাপদ আচরণ করা চালিয়ে যাওয়া।

[মহামারীর সময়ে উপাসনার স্থানের নিরাপদ ব্যবহারের জন্য আরও তথ্য নির্দেশনায় রয়েছে।](#)

দোকানপাট এবং ক্রিসমাসের বাজারে যাওয়া

2 ডিসেম্বর থেকে, দোকানপাটগুলোতে আপনি কার কার সাথে দেখা করতে পারবেন তা আপনার টিয়ারের উপর নির্ভর করবে। ইনডোরে অবস্থিত দোকান এবং খোলা ময়দানের দোকানের জন্য নিয়মাবলী আলাদা হতে পারে, যেমন ক্রিসমাস মার্কেট বা ক্রিসমাস ট্রি মার্কেট। [আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী পরীক্ষা করে দেখুন।](#)

স্যান্টা'র গ্রটোগুলো সব টিয়ারেই খোলা থাকতে পারবে যদি সেগুলো ভেন্যুতে অবস্থান করে অন্যথায় খোলার অনুমোদন নেই। সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখা সহ, যথোপযুক্ত [কোভিড-সুরক্ষিত পদক্ষেপ](#), নিয়ে ভেন্যু নির্ধারণ করতে হবে।

25 ডিসেম্বরে দোকানপাটগুলোতে আপনি কার কার সাথে দেখা করতে পারবেন সে ব্যাপারে নিয়মাবলী বদলাবে না। আপনার উচিত হবে যেখানে যেখানে সম্ভব ভিড় এড়িয়ে অনলাইনে শপিং করার মতন নিরাপদ আচরণগুলো করতে থাকা আর ভিড়ের মধ্যে থাকলে মুখে আবরণী পরা। ক্রিসমাস বাবলের ব্যক্তিদের সাথে শপিং করতে যাওয়া যাবে না।

নির্দেশনায় সেই লোকজনদের জন্য আরও তথ্য রয়েছে যারা [দোকান, ব্রাঞ্চ, স্টোর বা একই ধরনের পরিবেশে কাজ করেন বা চালান।](#)

পারফরম্যান্স এবং ক্রিসমাস লাইটিং উৎসবসহ ইভেন্টগুলোতে উপস্থিত হওয়া

2 ডিসেম্বর থেকে, পারফরম্যান্স এবং ক্রিসমাস বা অন্যান্য ফেসটিভ লাইটিং উৎসব সহ, ইভেন্টগুলোতে অংশ নেওয়ার নিয়মাবলী আপনার টিয়ারের উপর নির্ভর করবে। ইনডোর এবং আউটডোরের ইভেন্টগুলোর জন্য নিয়মাবলী আলাদা হতে পারে। [আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী পরীক্ষা করে দেখুন।](#)

25 ডিসেম্বরে, ইনডোর ইভেন্টগুলোর নিয়মাবলীর কোনো পরিবর্তন হবে না।

নির্দেশনায় সেই লোকজনদের জন্য আরও তথ্য রয়েছে যারা [আর্ট অর্গানাইজেশন](#), [ভেন্যু অপারেটর](#) এবং [অংশগ্রহণকারী](#) সহ, [পারফর্মিং আর্টে](#) কাজ করেন।

নববর্ষের আগের সন্ধ্যা

নববর্ষের আগের সন্ধ্যা সহ, আপনি কোথায় যেতে পারবেন এবং কার সাথে দেখা করতে পারবেন সেই সম্পর্কিত নিয়মাবলী আপনাকে আপনার টিয়ার অনুযায়ী নিয়মাবলী অবশ্যই মেনে চলতে হবে। আপনার ক্রিসমাস বাবল আর প্রয়োগ করা যাবে না। যুক্তরাজ্য জুড়ে অধিকাংশ এলাকাতেই সেক্ষেত্রে আপনি বাসা-বাড়ির মধ্যে অন্যান্যদের সাথে মেলামেশা করতে পারবেন না। প্রতি তিনজন করোনাভাইরাসে আক্রান্ত রোগীর মধ্যে একজনের মধ্যে সাধারণত কোনো উপসর্গ বা লক্ষণ দেখা যায় না এবং এটি উপলব্ধি করা ছাড়াই তারা রোগটি সংক্রমণ করবেন। এই নিয়মগুলো সকলের অনুসরণ করাটা জরুরী।

যদি আপনি ক্রিসমাস বাবলে যুক্ত হয়ে থাকেন, তাহলে আপনার ক্রিসমাস বাবলের ব্যক্তিদের সাথে সাক্ষাতের পর উচিত হবে যে সকল ব্যক্তিদের সাথে আপনি বসবাস করেন না, তাদের সংস্পর্শে যাওয়া কমিয়ে দেওয়া। যার মধ্যে রয়েছে নববর্ষের আগের সন্ধ্যায় বন্ধুদের সাথে বা পরিবারের সদস্যদের সাথে বাসার বাইরে দেখা না করা, এমনকি যদি আপনার শরীর ভালো থাকে তারপরও।

আতিথেয়তার ভেন্যুগুলোকে সর্বশেষ 23:00 টার মধ্যে বন্ধ করতে হবে। [আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী পরীক্ষা করে দেখুন](#)।

ক্যারল গাওয়া

করোনাভাইরাস ছোট ছোট ফোঁটা, অ্যারোসোল এবং সরাসরি সংস্পর্শের মাধ্যমে ব্যক্তি থেকে ব্যক্তিতে ছড়িয়ে পড়ে। গান গাওয়া, চিৎকার করা এবং শারীরিক

ক্রিয়াকলাপ ছোট ছোট ফোঁটা এবং অ্যারোসোলের মাধ্যমে সংক্রমণের ঝুঁকিকে বাড়িয়ে দেয়। যদি গান গাওয়া হয়, অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা যতদূর সম্ভব সীমিত করা সহ, সংক্রমণের ঝুঁকি কমাতে পদক্ষেপ নিতে হবে। অ্যারোসোল সংক্রমণের ক্রমবর্ধিত প্রভাবের অর্থ হল যত বেশি লোক সংশ্লিষ্ট থাকবে, সংক্রমণের ঝুঁকিও তত বেশি থাকবে।

ঘরের ভিতরে বা বাইরে ক্যারোল সিঙ্গিং অথবা ক্যারোল সার্ভিস শুধুমাত্র টিয়ার 4 এ তাদের উপাসনার অংশ হিসেবে অনুষ্ঠিত হবে এবং উক্ত টিয়ারের লোকজন জমায়েতের নিয়মানুযায়ী এটি অনুষ্ঠিত হবে।

টিয়ার 4 এর এলাকার বাইরে ক্যারোল সিঙ্গিং অথবা ক্যারোল সার্ভিস লোকজন জমায়েতের নিয়মানুযায়ী অনুষ্ঠিত হতে পারে এবং অংশগ্রহণকারীরা সকলে যদি পাবলিক হেলথ ইংল্যান্ডের সমন্বিত একটি বিশেষজ্ঞ গ্রুপের তৈরি করা [নিরাপদ উপায়ে গাওয়ার নিয়মকানুন](#) এবং [শিল্প পরিবেশনার নির্দেশিকা](#) মেনে চলেন। এটি পেশাদার এবং অপেশাদার উভয় কয়েরস-এর জন্য প্রযোজ্য।

যারা পারফর্ম করছেন বা মহড়া দিচ্ছেন:

- পেশাদারের মত; বা
- 18 বছরের কম বয়সীদের জন্য তত্ত্বাবধানকৃত ক্রিয়াকলাপের অংশ হিসাবে

সংখ্যায় সীমাবদ্ধ নয় এবং সংগ্রহের সীমাও মেনে চলতে হবে না তবে তবুও [পারফর্মিং আর্টস নির্দেশনা](#) মেনে চলতে হবে।

প্রাপ্তবয়স্ক অপেশাদারদের পারফরম্যান্স এবং মহড়ার জন্য, কেসটিকে এগিয়ে নিয়ে যাওয়ার (বা না নিয়ে যাওয়া) যাওয়ার ব্যাপারটি আপনাকে বিবেচনা করতে

হবে, আপনার এলাকার আরও বিস্তৃত স্বাস্থ্য এবং আপনার অংশগ্রহণকারীদের প্রসঙ্গে, বিশেষত যদি দুর্বল ব্যক্তির সংশ্লিষ্ট থাকে সেটি ধরে নিয়ে।

আপনি যদি এগিয়ে যান, সেক্ষেত্রে আপনাকে [পারফর্মিং আর্টস নির্দেশনা](#) মেনে চলতে হবে এবং সেটি স্থানীয় সমাবেশ সীমার সাপেক্ষে। এর অর্থ হল যদি ছয় জনের বেশি একটির গ্রুপ (টিয়ার 1 এ) বা পরিবার (টিয়ার 2, 3 বা 4 এ) ঘরের ভিতরে পারফর্ম করেন বা মহড়া দেন, সেক্ষেত্রে তাদের অবশ্যই মেলামেশা করা, 'মিলিত হওয়া' বা সামাজিক মেলামেশা করা উচিত নয়। ভবনে প্রবেশ করার বা বের হওয়ার সময় বা যে কোনো বিরতি সহ, আপনাকে সব সময়ই গ্রুপে বা বাড়িতে সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখতে হবে। কার্যক্রম চলাকালীন সময়ে দিকনির্দেশনা দেওয়া অব্যাহত থাকতে পারবে যেমন কন্ডাক্টর এবং গ্রুপের মধ্যে, কিন্তু অন্যান্য শারীরিক এবং সামাজিক মেলামেশা নিষিদ্ধ।

ইনডোর পারফরম্যান্স

প্রতিটি টিয়ারে প্রযোজ্য বিধিনিষেধ অনুযায়ী, পেশাদার এবং অপেশাদার কয়েকগুলো চাইলে যে কোনো অভ্যন্তরীণ ভেন্যুতে পারফর্ম করতে পারবে কিন্তু তাদেরকে উপরে নির্ধারিত নিয়মাবলী মেনে চলতে হবে।

ইনডোরে অনুষ্ঠিত হওয়া পারফরম্যান্স উপরে দেওয়া পাবলিক হেলথ অ্যাডভাইসের উপর ভিত্তি করে, শ্রোতা বা জমায়েতের গান গাওয়া, চিৎকার করা এবং শ্লোগান দেওয়া সহ, এমন কোনো কার্যক্রমে অংশ গ্রহণ করবেন না যা অ্যারোসোল তৈরি করতে পারে। সর্বাধিক কত সংখ্যক লোকজন উপস্থিত থাকতে পারবেন সেইজন্য জায়গাটির ক্ষেত্রফল এবং 2 মি সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার প্রয়োজনীয়তাটি বিবেচনায় নিতে হবে। এটি মূলত [পারফর্মিং আর্টসের](#) পরামর্শগুলোকে মেনে চলে। সামাজিক দূরত্ব বজায় রেখে অংশগ্রহণকারীরা কিভাবে সাইটটিতে নিরাপদে আসতে এবং বের হয়ে যেতে পারে সেদিকে বিশেষ মনোযোগ দিতে হবে।

অংশগ্রহণকারীদের নিরাপদ ভ্রমণ সম্পর্কিত পরামর্শের সাথে সঙ্গতি রেখে ইভেন্টে হেঁটে বা সাইকেলে করে যেতে হবে এবং পাবলিক ট্রান্সপোর্ট ব্যবহার করা বা পরিবারের বাইরে কারও সাথে গাড়ি শেয়ার করা এড়াতে হবে।

আউটডোর পারফরম্যান্স

প্রতিটি টিয়ারে প্রযোজ্য বিধিনিষেধ অনুযায়ী, পেশাদার এবং অপেশাদার কয়েকগুলো চাইলে যে কোনো ভেন্যুতে ঘরের বাইরে পারফর্ম করতে পারবে কিন্তু তাদেরকে উপরে নির্ধারিত নিয়মাবলী মেনে চলতে হবে।

যেখানে ঘরের বাইরে কোনো পারফরম্যান্স অনুষ্ঠিত হয় সেখানে শ্রোতা বা জমায়েত গান গাওয়ায় যোগ দিতে পারবে এবং পারফর্মিং আর্টস নির্দেশনা মেনে চলতে হবে। এর অর্থ হল শ্রোতা বা জমায়েতের সদস্যদের 2 মিটার সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখা মেনে চলতে হবে এবং ইভেন্টের আয়োজকদের এটি বজায় রাখা নিশ্চিত করতে হবে। সম্ভাব্য ক্ষেত্রে উপস্থিত সুধীদের বসে থাকতে হবে। সর্বাধিক কত সংখ্যক লোকজন উপস্থিত থাকতে পারবেন সেইজন্য জায়গাটির ক্ষেত্রফল এবং 2 মি সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার প্রয়োজনীয়তাটি বিবেচনায় নিতে হবে। সামাজিক দূরত্ব বজায় রেখে অংশগ্রহণকারীরা কিভাবে সাইটটিতে নিরাপদে আসতে এবং বের হয়ে যেতে পারে সেদিকে বিশেষ মনোযোগ দিতে হবে।

টিয়ার 1 থেকে 3 পর্যন্ত ঘরে ঘরে গিয়ে ক্যারল গাওয়া ছয় জনের বেশি নয় এমন গ্রুপ(গুলো) তাদের কার্যক্রম চালিয়ে যেতে পারবে। যদি মোট ছয় জনেরও বেশি লোক থাকে তবে প্রতিটি 'গ্রুপ' অবশ্যই মেলামেশা, 'মিলিত হওয়া' বা অন্যথায় সামাজিক মেলামেশা করতে পারবে না। টিয়ার 4 এ গায়কেরা অবশ্যই দুইজনের বেশি গ্রুপ গঠন করতে পারবেন না, তারা একই পরিবারের সদস্য অথবা একই সাপোর্ট বাবলে থেকে থাকলে এর ব্যতিক্রম হতে পারে। যার সাথে আপনি বসবাস করেন না তার কাছ থেকে কমপক্ষে 2 মিটার এবং যে কোনো বাড়ির

দরজা পর্যন্ত দূরত্ব বজায় রাখা সহ, অংশগ্রহণকারীদের পাবলিক হেলথ সম্পর্কিত পরামর্শ মেনে চলতে হবে।

অংশগ্রহণকারীদের [নিরাপদ ভ্রমণ সম্পর্কিত পরামর্শের](#) সাথে সঙ্গতি রেখে ইভেন্টে হেঁটে বা সাইকেলে করে যেতে হবে এবং পাবলিক ট্রান্সপোর্ট ব্যবহার করা বা পরিবারের বাইরে কারও সাথে গাড়ি শেয়ার করা এড়াতে হবে।

আরও তথ্যের জন্য, অনুগ্রহ করে [পারফর্মিং আর্টস নির্দেশনা](#) এবং [মহামারী কালীন সময়ে উপাসনা করার স্থানগুলোর নিরাপদ ব্যবহারের](#) জন্য নির্দেশনা দেখুন।

কাজে যাওয়া

আপনি যদি এই সময়ে কাজ করতে থাকেন, সেক্ষেত্রে আপনি বাড়িতে থেকে যেখান থেকে এটি করতে পারেন সেখান থেকে তা করা চালিয়ে যেতে হবে।

চাইল্ডকেয়ার

পুরো ক্রিসমাসের সময় জুড়ে, স্থানীয় বিধিনিষেধ এবং অব্যাহতি বহাল থাকবে। তাই, নিবন্ধিত শিশু পরিচর্যা, শিশুদের জন্য অন্যান্য তত্ত্বাবধানকৃত কার্যক্রম এবং চাইল্ডকেয়ার বাবল অনুমোদিত। আপনার চাইল্ডকেয়ার বাবল যদি আপনার ক্রিসমাস বাবলের একটি অংশ হয়ে থাকে তাহলে তারা পৃথক পরিবার হিসেবে গণ্য করা হবে যাতে করে আপনি 25 ডিসেম্বরে অন্য যেকোনো আরেকটি পরিবারের সাথে যোগ দিতে পারেন।

কেয়ার হোমে থাকা আত্মীয়দের দেখতে যাওয়া

সব টিয়ারে আপনি আগের মতোই কেয়ার হোমস এ থাকা আত্মীয়দের দেখতে যেতে পারবেন, যদি কেয়ার হোমস এ ভাইরাসের প্রাদুর্ভাব দেখা না দেয়। ক্রিসমাসের সময়টাতে কেয়ার হোমস-গুলোকে প্রদান করা র‍্যাপিড (ল্যাটেরাল ফ্লো) টেস্ট ব্যবহার করে ক্রিসমাসের মধ্যে সেখানকার বাসিন্দারা প্রতি সপ্তাহে দুইজন পর্যন্ত দর্শনার্থী তাদের ঘরে গ্রহণ করতে পারবেন। যদি দর্শনার্থীর নেগেটিভ রেজাল্ট আসে, তিনি যথাযথ ভাবে পিপিই পরে থাকেন আর সংক্রমণ প্রতিরোধের অন্যান্য উপায়গুলো অনুসরণ করেন, তাহলে তাদের প্রিয়জনদের সাথে ব্যক্তিগত ভাবে যত্ন করা, হাত ধরা ও আলিঙ্গন করার মতন শারীরিক সংস্পর্শগুলো সীমিত আকারে করা যেতে পারে।

বাইরে বা অন্যান্য কোভিড-সুরক্ষিত ভিজিটিং এলাকায়, সামাজিক দূরত্বের বজায় রেখে এবং পিপিই পরে ভিজিটের কাজ সম্পন্ন করা যেতে পারে।

[কোভিড-19 এর সময়ে কেয়ার হোম পরিদর্শন করা বিষয়ে নির্দেশিকা দেখুন](#)

যুক্তরাজ্যের মধ্যে ভ্রমণ করা

2 ডিসেম্বর থেকে আপনার টিয়ারের বাইরে রাতে অবস্থান করাসহ, ভ্রমণ করার উপর পরামর্শ আপনার টিয়ারের উপর নির্ভর করবে। [আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী পরীক্ষা করে দেখুন](#)।

25 ডিসেম্বরে কোনো একটি ক্রিসমাস বাবলে অংশ নেওয়ার ব্যাপারে যদি আপনার কাছে অনুমতি থাকে তাহলে তাদের সাথে দেখা-সাক্ষাৎ করার জন্য ভ্রমণ করার ঝুঁকিগুলোর ব্যাপারে আপনার সাবধানতার সাথে ভাবা উচিত। রোগের বিস্তার বেশি এরকম কোনো এলাকায় যদি বসবাসরত থাকেন, যেমন, ইংল্যান্ডের টিয়ার 3, তাহলে যেখানেই সম্ভব হবে রোগের বিস্তার কম আছে এরকম এলাকায় আপনার ভ্রমণ করা থেকে বিরত থাকা উচিত। যদি আপনাকে সেখানে যেতেই হয়, তাহলে নিজেকে ও অন্যদেরকে নিরাপদে ভ্রমণ করার

সুযোগ করে দিতে আগে থেকে বুক করুন আর বাইরে যাওয়ার ও ফিরে আসার সময়ের ভ্রমণের পরিকল্পনা সতর্কতার সাথে করে নিন। গন্তব্যস্থলে পৌঁছে যাওয়ার পর সেই টিয়ারের নিয়মগুলো মানুন, ঐ স্থানেই থাকুন আর যাওয়ার পর সে অঞ্চলের মধ্যে অকারণে ঘোরাঘুরি করা এড়িয়ে চলুন।

আপনি স্কটল্যান্ড, ওয়েলস অথবা নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডে ভ্রমণ করার পরিকল্পনা করলে ভ্রমণের পূর্বে আপনার [স্কটল্যান্ড](#), [ওয়েলস](#) অথবা [নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডের](#) নির্দেশাবলী পড়ে নেওয়া উচিত।

ব্যতিক্রমী পরিস্থিতি ছাড়া (উদাহরণস্বরূপ, অপ্রত্যাশিতভাবে ভ্রমণ ব্যাহত হলে, অথবা আপনার ক্রিসমাস বাবলের কোনো সদস্যের মধ্যে যদি করোনাভাইরাসের লক্ষণ দেখা যায় এবং আপনার যদি সেলফ-আইসোলেশনে থাকার প্রয়োজন হয়) 25 ডিসেম্বরের আগে বা পরে আপনার ক্রিসমাস বাবলে আপনি অন্য পরিবারের সদস্যদের সাথে মেলামেশা করতে পারবেন না (যদি না আপনার টিয়ারের নিয়মানুযায়ী এর অনুমতি না দেওয়া হয়)। নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড থেকে বা সেখানে ভ্রমণ করা যে কেউ এর অন্তর্ভুক্ত।

যাতায়াতের রাস্তায় স্বাভাবিকের চেয়ে বেশি ভীড় হতে পারে। আপনার উচিত:

- আগে থেকেই পরিকল্পনা করুন, যাওয়ার আগেই বিঘ্ন রয়েছে কিনা খোঁজ নিয়ে দেখুন এবং ব্যস্ততম রুটগুলোর পাশাপাশি, ব্যস্ত সময়ও এড়িয়ে যান।
- আপনার ভ্রমণের সময় অপ্রয়োজনীয় বিরতি নেওয়া এড়িয়ে চলুন
- আপনার পরিবারে বা ক্রিসমাস বাবলে নেই এমন লোকদের সাথে গাড়ি শেয়ার করা এড়িয়ে চলুন
- সম্ভাব্য ক্ষেত্রে, আপনি যখন ভ্রমণ করবেন তখন অন্য লোকদের কাছ থেকে আপনার দূরত্ব বজায় রাখুন
- নিয়মিতভাবে আপনার হাত ধুয়ে ফেলুন বা স্যানিটাইজ করুন

- যদি না আপনি অব্যাহতি পান তবে ইংল্যান্ডের পাবলিক ট্রান্সপোর্টে মুখে আবরণী পরে থাকুন

প্রয়োজন হলে ক্রিসমাসের সময়টাতে ইংল্যান্ডে আপনি হোটেল, হোস্টেল অথবা B&B তে থাকতে পারেন এবং এসময় আপনাকে আপনার টিয়ারের নিয়মাবলী মেনে চলতে হবে। আপনি যদি একা অথবা আপনার বাড়ির বা সাপোর্ট বাবলের অন্যান্য সদস্যদের সাথে থাকেন, তাহলে 24 থেকে 26 ডিসেম্বরের মধ্যে টিয়ার 3 এলাকাগুলোর ক্ষেত্রেও তা প্রযোজ্য হবে। আপনার ক্রিসমাস বাবলের কোন সদস্য যদি কোন হোটেল, হোস্টেল অথবা বিঅ্যান্ডবি-তে স্থায়ী ভাবে বসবাস না করেন, তাহলে ক্রিসমাস বাবলের সদস্য হিসেবে আপনি সেখানে একত্রিত হতে পারবেন না।

প্রয়োজন হলে আপনি ছুটির সময়কার স্বল্প মেয়াদী লেটসগুলোর মত ব্যক্তিগত ভাবে ভাড়া দেয়া আবাসন ব্যবস্থাগুলোতেও আপনার বাড়ির সদস্য বা আপনার ক্রিসমাস বাবলের সাথে থাকতে পারবেন।

আপনাকে যদি আপনার ক্রিসমাস বাবলের সাথে ভ্রমণ করতে হয়, তা আপনি যেখানেই থাকুন না কেন, সেক্ষেত্রে আপনার [নিরাপদ ভ্রমণ নির্দেশনা](#) মেনে চলতে হবে।

বিদেশে ভ্রমণ করা

2 ডিসেম্বর থেকে আপনি বন্ধু এবং পরিবারকে ভিজিট করা সহ বিদেশ ভ্রমণ করতে পারেন, আপনার গন্তব্যস্থলের যে কোনো বিধিনিষেধ মেনে চলা সাপেক্ষে। টিয়ার 3 তে যারা আছেন কাজ, শিক্ষা অথবা যত্ন সংক্রান্ত কাজকর্ম ছাড়া তাদের ঘর থেকে বের হওয়া এড়িয়ে চলা উচিত। ভ্রমণের আগে আপনাকে প্রাসঙ্গিক [ভ্রমণ করার পরামর্শ](#) যাচাই করে দেখতে হবে।

বিদেশ থেকে যুক্তরাজ্যে ভ্রমণ করা [ভ্রমণ করিডোর](#) পদক্ষেপের দ্বারা নিয়ন্ত্রিত থাকবে। যদি কেউ কোনো নন-ট্রাভেল করিডোরের দেশ বা এলাকা থেকে আসেন বা ভ্রমণ করে থাকেন তাহলে তাদেরকে 10 দিনের জন্য সেলফ-আইসোলেশনে থাকতে হবে। 15 ডিসেম্বর 2020 তারিখ থেকে, সরকারের [ভ্রমণ করিডোরের তালিকায়](#) নেই এমন দেশগুলো থেকে ইংল্যান্ডে আগত যাত্রীদেরকে সেলফ-আইসোলেশনের 5 দিন পরে একটি পরীক্ষা করার সুযোগ থাকবে, নেগেটিভ রেজাল্ট আসলে তাদেরকে সেলফ-আইসোলেশন থেকে মুক্তি দেওয়া হবে।

10 দিনের সেলফ-আইসোলেশন, অথবা নেগেটিভ টেস্ট রেজাল্টসহ 5 দিনের সেলফ-আইসোলেশন সম্পন্ন করা না পর্যন্ত আপনি কোনো ক্রিসমাস বাবলে যোগ দিতে পারবেন না। আপনার করোনাভাইরাসের উপসর্গ থাকলে বা আপনি সেলফ-আইসোলেটেড অবস্থায় থাকলে অবশ্যই [ক্রিসমাস বাবল](#) গঠন করবেন না।

25 ডিসেম্বরে, আন্তর্জাতিক ভ্রমণের নিয়মের কোনো পরিবর্তন হবে না।

স্বেচ্ছাসেবা

স্বেচ্ছাসেবীরা ক্রিসমাস সময়কালে মানুষকে সহায়তা দেবার ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা পালন করে থাকেন আর আপনি সকল টিয়ারে এটি করা অব্যাহত রাখতে পারবেন।

সম্ভাব্য ক্ষেত্রে, আপনি বাসা থেকে স্বেচ্ছাসেবা দিতে পারেন। যদি আপনি এটি করতে না পারেন, তবে আপনি আপনার বাড়ির বাইরে স্বেচ্ছাসেবা দিতে পারেন। [কিভাবে নিরাপদে সহায়তা দেবেন](#) সে সম্পর্কিত নির্দেশনা আপনাকে মেনে চলতে হবে। আপনি যদি স্বেচ্ছাসেবক হয়ে থাকেন, তবে আপনাকে অবশ্যই [সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার নির্দেশনা](#) মেনে চলতে হবে। প্রতি তিনজন

করোনাভাইরাসে আক্রান্ত রোগীর মধ্যে একজনের মধ্যে সাধারণত কোনো উপসর্গ বা লক্ষণ দেখা যায় না এবং এটি উপলব্ধি করা ছাড়াই তারা রোগটি সংক্রমণ করবেন। যদি আপনি এই পরামর্শ মেনে না চলেন তবে আপনি নিজেকে সংক্রমণের ঝুঁকিতে, বা এটি অন্যদের মধ্যে ছড়িয়ে দেওয়ার ঝুঁকিতে থাকতে পারেন। আপনি কর্মক্ষেত্রে স্বেচ্ছাসেবা দিতে থাকলে সেটাকে [করোনাভাইরাস জনিত সুরক্ষা আদর্শগুলো পূরণ করতে হবে।](#)

[স্বেচ্ছাসেবার উপায়গুলো](#) সম্পর্কে আরও জানুন।

বিবাহ, সিভিল পার্টনারশিপ এবং অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া

2 ডিসেম্বর থেকে, বিবাহ, সিভিল পার্টনারশিপ এবং অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার নিয়মাবলী আপনার টিয়ারের উপর নির্ভর করবে। [আপনার টিয়ারের জন্য প্রযোজ্য নিয়মাবলী পরীক্ষা করে দেখুন।](#)

25 ডিসেম্বরে, বিবাহ, সিভিল পার্টনারশিপ এবং অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার জন্য নির্ধারিত নিয়মাবলীর কোনো পরিবর্তন হবে না।