رہنمائی

دوستوں اور اہلخانہ کے ساتھ کرسمس کا بلبلہ (ببل) بنانا

اپ ڈیٹ شدہ بتاریخ 19 دسمبر 2020

مواد

.1

کرسمس بلبلہ تشکیل دینا

.2

اگر آپ کی عمر 70 سال یا زیادہ ہے یا آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنرایبل) ہیں:

.3

اپنے کرسمس بلبلے، اور دوسرے دوستوں اور اہل خانہ کے ساتھ ملاقات

.4

وہ گھرانے جہاں ہر کوئی ایک ہی کرسمس بلبلے کا حصہ نہیں ہوتا ہے

.5

اگر آپ کرسمس ببل نہ بنانے کا فیصلہ کریں

.6

خودساختہ علیحدگی او کرسمس بلبلے

.7

اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنرایبل) ہیں

.8

اگر آپ کیئر ہوم میں مقیم ہیں

.9

سفر کرنا اور اپنے کرسمس بلبلے کے ساتھ رات بسر کرنا

.10

اپنے کرسمس بلبلے سے ملنے کے بعد

اس صفحے کو پرنٹ کریں

یہ انتہائی اہم ہے کہ اس کرسمس کو ہم میں سے ہر ایک وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے اور اپنے پیاروں کی حفاظت، خاص طور پر اگر وہ خطرے سے دوچار (ولنرایبل) ہیں کے لئے ذاتی ذمہ داری لیں۔ تین میں سے ایک شخص میں کروناوائرس (COVID-19) کی علامات ظاہر نہیں ہوتیں، اس لئے وہ اسے بغیر جانے پھیلا رہے ہوں گے۔ لِہٰذا اس سال کرسمس منانے کا بہترین طریقہ اپنے گھرانے کے ساتھ یا اپنے ہی گھر میں اپنے موجودہ سپورٹ ببل کے ساتھ ہے۔ آپ جتنے زیادہ لوگوں سے ملتے ہیں اتنا ہی امکان ہوگا کہ آپ کو کورونا وائرس لگ جائے یا پھیل جائے۔

ٹیئر 4 والے علاقے، اگر آپ ٹیئر 4 والے علاقے میں رہتے ہیں تو آپ پر کرسمس کی مدت کے دوران اپنے ٹیئر والے قوانین پر عمل کرنا لازمی ہے۔ جس کا مطلب یہ ہے کہ لوگوں سے انڈور یعنی عمارتوں کے اندر نہیں مل سکتے، سوائے اس کے کہ آپ عموماً انہی کے ساتھ رہتے ہوں، یا وہ آپ کے موجودہ سپورٹ ببل کا حصہ ہیں۔ باہر آپ دوسرے گھرانے کے کسی ایک فرد کے ساتھ ہی مل سکتے ہیں۔

جو علاقے تیئر 4 میں نہیں ہیں، اگر آپ ٹیئر 4 والے علاقے میں نہیں رہتے، تو آپ کرسمس والے دن (25 دسمبر) زیادہ سے زیادہ دو دوسرے گھرانوں کے ساتھ مل سکتے ہیں (آپ کا 'کرسمس ببل')۔ آپ ٹیر 4 ایریا والے کسی فرد سے نہیں مل سکتے۔

آپ کو دوسروں سے میل ملاپ کے خطرات کے بارے میں انتہائی سوچ بچار سے کام لینا چاہیئے، اور کرسمس ببل صرف اس صورت میں بنائیں اگر آپ سمجھتے ہوں کہ یہ نہایت ہی ضروری ہے۔ جہاں کہیں ممکن ہو، لوگوں سے بالمشافہ ملنے کے بجائے دوسرے طریقوں پر غور کریں۔

1. کرسمس بلبلے کی تشکیل کرنا

کرسمس بلبلے، سپورٹ بلبلے اور بچوں کی دیکھ بھال کے بلبلے سبھی مختلف چیزیں ہیں اور ان کے اپنے مخصوص اصول ہیں۔

کرسمس ببل کے قواعد کو قوانین بنایا جائے گا۔ جب ایک دفعہ وہ لاگو ہوجائیں، تو انفیکشن کے پھیلاؤ کو کم سے کم کرنے کے لئے آپ پر ان کی پیروی لازم ہے۔

آپ صرف اس صورت میں ہی کرسمس ببل بنا سکتے ہیں اگر آپ ٹیئر 4 میں نہیں رہتے۔ اگر آپ کو کرسمس ببل بنانے کی اجازت ہو اور آپ ایسا کرنے کا فیصلہ کر لیتے ہیں:

- تو اپنے کرسمس کے بلبلے کو ممکن حد تک چھوٹا رکھیں۔ دو گھرانے زیادہ سے زیادہ کی حد ہے، ٹارگٹ نہیں۔
- ٹیر 4 ایریا والے کسی بھی فرد کے ساتھ کرسمس ببل میں شامل نہ ہوں
- جلد از جلد اپنے قریبی اہلہ خانہ سے باہر غیرضروری سماجی میل جول بند کر لیں اور ایسا اپنے ببل کے دوسرے گھرانوں سے ملنے کے کم از کم پانچ دن کے پہلے تک کریں۔
- اپنے کرسمس بلبلے کیساتھ صرف نجی گھروں میں یا اپنے گارڈن، عبادت گاہوں، یا باہر عوامی مقامات میں ملیں۔
- اپنے کرسمس ببل کے ساتھ صرف کرسمس کے دن ہی ملاقات کریں۔ ان کے ہاں رات مت گزاریں اور اپنی ملاقات کو جتنا ممکن ہو مختصر رکھیں۔
- جہاں ممکن ہو، مقامی علاقے میں ہی رہیں۔ اونچے پھیلاوَ والے علاقے سے کم پھیلاوَ والے علاقوں کو سفر نہ کریں۔
- جو لوگ آپ کے کرسمس ببل میں نہیں ہیں ان کے ساتھ صرف اپنے گھر سے باہر ہی ملیں، اس ٹیئر کے قواعد کے مطابق جہاں آپ رہتے ہیں اور اپنے ان دوستوں اور اہل خانہ کے ساتھ سماجی طور پر اپنے گھر یا گارڈن میں نہ ملیں جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے جب تک کہ وہ آپ کے کرسمس ببل کا حصہ نہ ہوں۔

اپنے کرسمس ببل کے ساتھ ملتے وقت، آپ کو وائرس کے پھیلاؤ کو کم کرنے کے لئے اقدامات کرتے رہنا چاہئے۔ اس میں جہاں ممکن ہو باہر ملنا اور اس امر کو یقینی بنانا شامل ہے کہ انڈور مقامات میں زیادہ سے زیادہ تازہ ہوا آئے، جہاں کہیں ممکن ہو مختلف گھرانوں کے لوگوں کے مابین فاصلہ رکھیں، اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے اور 20 سیکنڈ تک دھوئیں، اور اگر آپ میں کورونا واائرس کی

علامات نمودار ہوتی ہیں یا ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آتا ہے تو خودساختہ علیحدگی کے قواعد پر عمل کریں۔

آپ کو دوسرے گھرانوں سے ملنے ہر گز نہیں جانا چاہیئے، اگر آپ یا آپ کے اہل خانہ میں کوئی بیمار ہو یا خود ساختہ علیحدگی کر رہا ہو۔ اگر آپ کو علامات ہیں، آپ کی مقامی کونسل یا آپ کے اسپتال نے آپ سے کہا ہے، یا آپ کسی سرکاری پائلٹ پروجیکٹ میں حصہ لے رہے ہیں تو آپ کو این ایچ ایس مفت ٹیسٹ کرلینا چاہئے۔

2. اگر آپ کی عمر 70 سال یا زیادہ ہے یا آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنرایبل) ہیں

یہ امر خاص اہمیت کا حامل ہے کہ آپ زیادہ ولنریبل لوگوں کو لاحق زیادہ خطرات کو مدنظر رکھیں اس بات کو تسلیم کرتے ہوئے کہ اہل خانہ اور دوستوں کے ساتھ ضروری کونٹیکٹ کے بغیر اچھی جسمانی اور ذہنی صحت برقرار رکھنا کتنا مشکل ہو سکتا ہے۔

اگر آپ کی عمر 70 سال یا زیادہ ہے یا آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنرایبل) ہیں تو خطرات کے بارے میں بہت احتیاط سے غوروخوص کریں۔ سب سے محفوظ راستہ شاید یہی ہو کہ کرسمس ببل نہ بنایا جائے۔

اگر آپ کو کرسمس ببل بنانے کی اجازت ہو اور آپ ایسا کرنے کا فیصلہ کر لیتے ہیں، تو گائیڈنس پر عمل کرنے میں خاص طور پر احتیاط کا مظاہرہ کریں:

- جہاں ممکن ہو، آوَٹ ڈورز یعنی باہر ہی ملیں
- اپنے ہاتھ باقاعدگی سے دھوئیں
- ان لوگوں سے فاصلہ رکھیں جن کیساتھ آپ نہیں رہتے ہیں
- اگر آپ انڈورز یعنی کسی عمارت کے اندر ملتے ہیں، تو تازہ ہوا کو اندر آنے دے کر بہتر اچھی وینٹی لیشن کو یقینی بنائیں۔

اگر آپ ایک موجودہ گھرانے یا سپورٹ ببل میں کسی انتہائی ولنریبل فرد کے ساتھ ہیں، تو محفوظ ترین راستہ یہ ہوگا کہ ایک وسیع تر کرسمس ببل میں شامل ہو جائیں تاکہ ان کو لاحق خطرات کو کم کرنے میں مدد کر سکیں۔

2.1 اگر آپ سپورٹ ببل میں ہیں

اگر آپ کسی ایسے فرد کے ساتھ ایک موجودہ سپورٹ ببل میں ہیں جو ٹیئر 4 میں رہتا ہو تو آپ کرسمس کے دن ایک دوسرے کے ساتھ مل سکتے ہیں۔ اگر آپ ایسا کرتے ہیں، تو آپ کو کسی اور کے ساتھ کرسمس ببل نہیں بنانا چاہیئے۔

تین گھرانوں کے سلسلے میں موجودہ سپورٹ ببلوں کو ایک گھرانہ حساب کیا جاتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آپ ٹیئر 4 والے علاقے سے باہر کے سپورٹ ببل میں ہیں تو آپ اجتماعی طور پر دو دیگر گھرانوں کے ساتھ کرسمس ببل تشکیل دے سکتے ہیں۔ قانون کے مطابق یہ صرف معاون ببلوں پر لاگو ہوتا ہے۔ تاہم آپ کو ایسا کرتے وقت خطرات پر غور کرنا چاہئے اور اپنے کرسمس ببلے کو ہر ممکن حد تک چھوٹا رکھیں۔

اگر آپ سپورٹ ببل میں ہیں یا آپ کی عمر 70 سال یا زیادہ ہے یا آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنرایبل) ہیں، تو بہت سوچ بچار سے کام لیں۔ خطرات کو کم کرنے کا محفوظ ترین راستہ یہ ہوگا کہ ایک اپنے اہل خانہ یا سپورٹ ببل کے ساتھ (کرسمس) منائیں نہ کہ دوسروں کے ساتھ۔

ٹیئر 4 سے باہر، سپورٹ ببل والے دو گھرانے مختلف کرسمس ببلز میں شامل ہو سکتے ہیں، لیکن کرسمس کے دن سے پہلے اور اس کے بعد ایک دوسرے کے ساتھ ملنے سے گریز کرنا چاہیئے۔

سپورٹ ببلے کی تشکیل اور استعمال کے بارے میں رہنمائی پڑھیں

2.2 اگر آپ چائلڈ کئیر ببل میں ہیں

25 دسمبر کو، آپ چائلڈ کئیر ببل استعمال کرنا جاری رکھ سکتے ہیں، ٹیئر 4 والے علاقے میں بھی، لیکن صرف اس صورت میں جب مناسب طریقے سے بچوں کی نگہداشت کے مقاصد کے لئے ضروری ہو اور جہاں کوئی معقول متبادل نہ ہوں۔ اگر آپ اپنے بچوں کی دیکھ بھال کے ببلے میں دوسرے گھرانے سے سماجی طور پر ملنا چاہتے ہیں تو آپ کو انہیں اپنے کرسمس ببلے میں شامل کرلینا چاہئیے، لیکن آپ ایسا تبھی کر سکتے ہیں جب آپ میں سے کوئی بھی ٹیئر 4 والے علاقے میں نہ رہتا ہو۔ کرسمس ببلوں کے لئے تین گھرانوں کی مقررہ حد کے سلسلے میں آپ اور آپ کے چائلڈ کئیر ببلے کو دو گھرانے شمار کئے جائیں گے۔

سپورٹ ببلے کی تشکیل اور استعمال کے بارے میں رہنمائی پڑھیں

2.3 18 سال سے کم عمر بچوں کے والدین جن میں علیحدگی ہو گئی ہو

اگر بچے (18 سال سے کم عمر کے) والدین ایک ساتھ نہیں رہتے ہیں تو وہ دونوں والدین کے کرسمس بلبلوں کا حصہ بن سکتے ہیں، اگر ان کے والدین الگ بلبلوں کا انتخاب کرتے ہیں۔ کوئی بھی دوسرا شخص دو بلبلوں میں نہیں ہونا چاہئے۔

اگر والدین میں سے ایک ٹیئر 4 والے علاقے میں رہتا/رہتی ہو تو بچے دونوں کے گھروں میں آ جاسکتے ہیں، لیکن دونوں گھرانوں میں سے کسی کو بھی دوسروں کے ساتھ کرسمس ببل بنانے کی اجازت نہیں ہے۔

2.4 عام طور پر آپ کے ساتھ رہنے والے لوگوں سے الگ کرسمس ببل تشکیل دینا

اگر آپ کو کرسمس ببل بنانے کی اجازت ہو تو آپ کیساتھ عام طور پر رہنے والے لوگوں میں سے آپ کو ایک مختلف کرسمس ببل بنانے کی اجازت ہے۔ اگر آپ اور آپ کے ساتھ رہنے والے افراد کرسمس کے مختلف ببلز میں رہنا چاہتے ہیں تو آپ اسی گھرانے اور ایک دوسرے گھرانے کے ساتھ کرسمس ببل تشکیل دے سکتے ہیں (یہ تین گھرانے شمار ہوں گے)۔ ایسے گھرانے جہاں ہر ایک ہی کرسمس بلبلے کا حصہ نہ ہو تو اس سلسلے میں رہنمائی دیکھ لینی چاہیئے آپ کو۔

2.5 اگر آپ طالب علم ہیں اور تعطیلات کے لئے یونیورسٹی سے گھر چلے گئے ہیں

اگر آپ ایسے طالب علم ہیں جو یونیورسٹی کی تعطیلات کے لئے گھر منتقل ہوچکے ہیں تو آپ کو اس گھر کا حصہ سمجھا جاتا ہے جہاں آپ لوٹ کر آئے ہیں۔ اس مدت کے لئے آپ کیساتھ اپنے ٹرم - ٹائم گھرانے کے حصے کے طور پر سلوک نہیں کیا جاتا ہے۔

3. اپنے کرسمس بلبلے اور دوسرے دوستوں اور اہل خانہ کے ساتھ ملنا

اپنے آپ اور اپنے پیاروں کو بچانے کے لئے، کرسمس بلبلے بنانے کے خطرات کے بارے میں اچھی طرح سے سوچیں۔ ایسا صرف اس وقت کریں جب آپ سمجھتے ہوں کہ ایسا کرنا ضروری ہے۔ تین میں سے ایک شخص میں کروناوائرس (COVID-19) کی علامات ظاہر نہیں ہوتیں، اس لئے وہ اسے بغیر جانے پھیلا رہے ہوں گے۔ کرسمس بلبلے میں موجود ہر شخص اس وائرس کے لگنے اور پھیلانے کی روک تھام کے لئے واضح اقدامات کرنے کا ذمہ دار ہے۔ اگر آپ ان قوانین پر عمل نہیں کرتے ہیں تو، آپ وائرس لگنے اور اپنے دوستوں اور اہل خانہ میں پھیلانے کے خطرے میں اضافہ کرتے ہیں۔

اگر آپ کرسمس بلبلے میں کسی ایسے شخص کے ساتھ ہوتے ہیں جو انتہائی کمزور یا طبی لحاظ سے انتہائی کمزور ہوتا ہے تو آپ کو اس مشورے پر عمل کرنے کے سلسلے میں خاص خیال رکھنا چاہئے۔ اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنراہبل) ہیں تو مزید رہنمائی اس صفحے کے اخر میں دستیاب ہے

3.1 اپنا کرسمس ببل بنانے اور اس سے ملنے سے پہلے

اگر آپ کو کرسمس ببل بنانے کی اجازت ہو اور آپ بنانے کا فیصلہ لر لیتے ہیں، تو جلد از جلد اپنے قریبی اہلہ خانہ سے باہر غیرضروری سماجی میل جول کو کم کرنے کے اقدامات اٹھانے چاہئیں اور ایسا اپنے ببل کے دوسرے گھرانوں سے ملنے کے کم از کم پانچ دن کے پہلے تک کریں۔ وہ ورکرز جو گھر سے کام نہیں کر سکتے وہ اپنے کام کی جگہوں پر جانا جاری رکھ سکتے ہیں۔ دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے میں اضافہ آپ کو کورونا وائرس کو لگنے یا اسے پھیلانے کے خطرے کو بڑھاتا ہے۔

3.2 اپنے کرسمس ببل کے ساتھ انڈور یعنی اندر ملاقات

اگر کوئی آپ کے کرسمس ببل میں ہے تو آپ 25 دسمبر کو ایک دوسرے کے گھر آ جا سکتے ہیں، لیکن رات نہیں گزار سکتے۔ آپ ایک ساتھ عبادت گاہ بھی جاسکتے ہیں، یا باہر عوامی مقامات پر بھی مل سکتے ہیں۔ آپ اپنے کرسمس بلبلے سے کسی اور انڈور مقام میں نہیں مل سکتے ہیں، جیسے پب، ہوٹل، دکان، تھیٹر یا ریستوراں۔ ان سیٹنگز یعنی مقامات میں ان قواعد کا انحصار کہ آپ کس سے مل سکتے ہیں اور کس سے نہیں آپ کے ٹئیر پر ہے۔

اپنے ان دوستوں اور اہل خانہ کے ساتھ اپنے گھر یا گارڈن میں نہ ملیں جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے جب تک کہ وہ آپ کے کرسمس ببل کا حصہ نہ ہوں۔ آپ

اپنے گھر سےباہر ایسے لوگوں سے ملنا جاری رکھ سکتے ہیں جو آپکے کرسمس بلبلے میں نہیں ہیں ان ٹیئرز کے اصولوں کے مطابق جہاں آپ رہتے ہیں، لیکن آپ کو تمام غیرضروری میل جول کو کم سے کم کرنا چاہیئے۔ اگر آپ ایسے ٹیئر کو سفر کرتے ہیں جہاں پر اس کے مقابلے میں زیادہ سخت قواعد ہوں جہاں آپ رہتے ہیں، تو آپ کو موجود زیادہ سخت قواعد پر عمل کرنا چاہیئے۔

ان لوگوں کے لئے خصوصی ہدایات جنہوں نے ان لوگوں کے ساتھ کرسمس ببل بنانے کا فیصلہ کیا ہو جن کیساتھ وہ عموماً رہتے ہیں، اور ان کے لئے بھی جنہوں نے کرسمس ببل نہ بنانے کا فیصلہ کیا ہو۔

ہم جانتے ہیں کہ اندرونی جگہ پر وائرس کا لگنا اور پھیلانا آسان ہے، خاص طور پر اگر تازہ ہوا کی موجودگی بہت کم ہو۔ لہذا جب آپ اپنے کرسمس بلبلے سے ملتے ہیں تو آپ کو وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے کے لئے یہ اقدامات کرنے چاہئیں:

- اپنی ملاقاتوں کا وقت ممکن حد تک مختصر رکھیں کیونکہ جتنی زیادہ دیر آپ اکھٹے گزاریں گے وائرس پھیلانے کا خطراہ اتنا ہی بڑھے گا۔
- اپنے ہاتھ بار بار دھوئیں
- چھونے والی جگہوں، جیسے دروازے کے ہینڈلز اور سطحوں، کو صاف کریں
- ہر ایک سے معاشرتی طور پر زیادہ سے زیادہ دور رہنا چاہئے جن کے ساتھ آپ رہتے نہیں ہیں
- اس بات کو یقینی بنانا چاہئے کہ آپ ملاقات کے دوران اور وزٹرز کے چلے جانے کے بعد کھڑکیوں اور دروازوں کو کھول کر، ٹھنڈا ہونے کے بغیر، زیادہ سے زیادہ تازہ ہوا آنے دیں۔

جہاں ضرورت ہو تو لوگ دوسرے لوگوں کے گھروں میں بھی کام جاری رکھ سکتے ہیں، جیسے نینیز، کلینر یا کاریگر افراد۔ خطرے کو کم کرنے کے لئے، انہیں جہاں بھی ممکن ہو معاشرتی دوری پر عمل کرنا چاہئے، اور جہاں اس سے گریز کرنا ممکن ہو تو ان گھروں میں نہیں جانا چاہئے جو کرسمس کے بلبلوں کی میزبانی کر رہے ہیں۔

3.3 اپنے کرسمس ببل کے ساتھ آوَٹ ڈور یعنی باہر ملاقات

آپ اپنے باغ میں یا بیرونی عوامی جگہ میں کرسمس کے بلبلے کے ساتھ رہ سکتے ہیں۔ آپ اپنے گھر سےباہر ایسے لوگوں سے ملنا جاری رکھ سکتے ہیں

جو آبکے کرسمس بلبلے میں نہیں ہیں ان ٹیئرز کے اصولوں کے مطابق جہاں آپ مل رہے ہیں لیکن آپ اس مدت کے دوران تمام غیرضروری میل ملاپ سے گریز کرنا چاہیئے۔

بیرونی عوامی مقامات میں شامل ہیں:

- پارکس، ساحل، دیہی علاقوں (کنٹری سایڈ) کے کچھ حصے جو عام عوام کے لئے کھلے ہیں
- عوامی باغات (چاہے آپ ان میں داخل ہونے کے لئے ادائیگی کریں یا نہ کریں)
- الاٹمینٹس
- کھیلوں کے میدان

4. وہ گھرانے جہاں ہر کوئی ایک ہی کرسمس بلبلے میں نہیں ہوتا ہے

اگر آپ نے اپنے گھر کے دوسرے لوگوں سے کرسمس کا ایک مختلف بلبلہ بنانے کا انتخاب کیا ہے - جن لوگوں کے ساتھ آپ عام طور پر رہتے ہیں - تو آپ کو اپنے اہل خانہ کے اندر اور بلبلوں کے درمیان وائرس پھیلنے کے روک تھام کیلئے مزید اقدامات کرنا چاہئے۔

اِس میں شامل ہوسکتے ہیں: اضافی احتیاطی تدابیر اختیار کرنا جیسے سطحوں اور رابطے کی جگہوں جیسے دروازے کے ہینڈلز کی صفائی کرنا اور ویزٹرز کے چلے جانے کے بعد اپنے گھر میں زیادہ سے زیادہ تازہ ہوا کو اندر آنے دینا

5. اگر آپ کرسمس ببل نہ بنانے کا فیصلہ کریں

اگر آپ کرسمس ببل نہ بنانے کا فیصلہ کرتے ہیں تو ، آپ کو، اپنے علاقے کے لئے رہنمائی پر عمل کرنا جاری رکھنا ہوگا۔ ٹیئر 1 والے علاقے میں ہونے کا مطلب یہ ہوگا کہ آپ ایک ایسے گروپ میں کسی ذاتی رہائشگاہ کے اندر دوسروں سے مل سکتے ہیں جس کی تعداد چھ سے زیادہ نہ ہو، بشرطیکہ وہ بھی ٹیئر 1 سے ہوں اور انہوں نے کرسمس ببل نہیں بنایا۔

اور اگر آپ کا سپورٹ ببل ہے تو آپ اس کے ساتھ بھی ملاقات جاری رکھ سکتے ہیں۔

6. خود ساختہ علیحدگی اور کرسمس بلبلے

آپ کو خودساختہ علیحدگی کے قواعد کی بھی پیروی کرنی ہوگی، جو اس وقت بھی لاگو ہوتی ہے جب آپ ، آپ کے ساتھ رہتے ہوئے کسی میں، آپ کے چایلڈکپیر یا معاون بلبلے میں، یا کسی ایسے شخص میں جس سے آپ کا رابطہ رہا ہو، کورونا وایرس کی علامات موجود ہو یا مثبت ٹیسٹ آیا ہو۔ اس کا مطلب ہے کہ اگر آپ خود ساختہ علیحدگی میں ہیں تو آپ کو کرسمس بلبلہ نہیں بنانا چاہئے۔ یہی قواعد ہی قانون کا درجہ رکھتے ہیں اور آپ کو ان پر عمل کرنا ہوگا خواہ اسکا مطلب یہ ہی کیوں نہ ہو کہ آپ کرسمس کے دوران دوستوں یا اہل خانہ کے ساتھ ملاقات نہ کریں۔

اگر آپ کے کرسمس بلبلے میں کسی فرد کا کورونا ٹیسٹ مثبت آتا ہے یا اس میں 25 دسمبر کو یا بلبلے کے ممبروں کے آخری مرتبہ کی ملاقات کے 48 گھنٹوں تک کورونا وائرس کي علامات ظاہر ہوتی ہیں تو بلبلے کے تمام ممبروں کو خود ساختہ علیحدگی اختیار کرنی چاہئے، جیسے وہ ایک ہی گھر والے تھے۔

7. اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنرایبل) ہیں

یہ امر خاص اہمیت کا حامل ہے کہ ہم سب زیادہ ولنریبل لوگوں کو لاحق زیادہ خطرات کو مدنظر رکھیں، اس بات کو تسلیم کرتے ہوئے کہ اہل خانہ اور دوستوں کے ساتھ ضروری کونٹیکٹ کے بغیر اچھی جسمانی اور ذہنی صحت برقرار رکھنا کتنا مشکل ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کرسمس بلبلہ بنانے کا فیصلہ کرہی لیتے ہیں تو آپ کو طبی لحاظ سے ولنرایبل افراد کے لئے گائڈنس میں مقررہ اضافی احتیاطی تدابیر اختیار کرنے چاہئیں۔ آپ کے بلبلے میں شامل دوسروں کو آپ کے بڑھتے ہوئے خطرات کا خیال رکھنا چاہئے اور آپ کے یکجا ہونے سے پہلے کے دنوں میں زیادہ ہوشیار رہنا چاہئے۔

اگر آپ ایک موجودہ گھرانے یا سپورٹ ببل میں ہیں جس کوئی بہت ہی زیادہ ولنریبل ہے تو بہت سوچ بچار سے کام لیں۔ خطرات کو کم کرنے کا محفوظ ترین

راستہ یہ ہوگا کہ ایک اپنے اہل خانہ یا سپورٹ ببل کے ساتھ (کرسمس) منائیں نہ کہ دوسروں کے ساتھ۔

8. اگر آپ کیئر ہوم کے رہائشی ہیں

کئیر ہوم کی رہنمائی کا اطلاق انگلینڈ پر ہوتا ہے- (ویلز, سکاٹ لینڈ ، اور شمالی آئر لینڈ کے لئے رہنمائی ملاحظہ کریں)

کیئر ہوم کے باہر دوسروں کے ساتھ وقت گزارنے کے بعد واپسی پر گھر کے رہائشی اور دوسرے رہائشیوں کے لئے کورونا وائرس کے اضافے کا خطرہ بڑھ جائے گا، اور امکان ہے کہ اس سے کیئر ہوم پر ایک اضافی بوجھ پڑ جائے۔ اس کو مد نظر رکھتے ہوئے، تو صرف کام کرنے کے قابل عمر کے کیئر ہوم والے رہائشیوں کے لئے ہی کئیر ہوم سے باہر جانے پر غور کیا جانا چاہئے۔ رہائشیوں، ان کے اہل خانہ اور کیئر ہومز کو نہایت احتیاط سے غور کرنا چاہئے کہ آیا ایسا کرنا صحیح ہے، یا کیئر ہوم وزٹ کرنے سے معنی خیز طور پر رابطہ کرنے کا محفوظ تر طریقہ مہیا ہوگا۔ کیئرہومز کو وزٹ کرنے کے لئے گائیڈنس دستیاب ہے -

ہوم کی مرضی سے اور انفرادی رسک اسسمنٹ کے تحت بعض کام کرنے کی عمر والے کچھ رہائشی بلبلہ بنانے کے لئے کئیر ہوم کو چھوڑسکتے ہیں۔ کیئر ہوم کا رہائشی ایک دوسرے گھرانے کے ساتھ بلبلہ تشکیل دے سکتا ہے، اور اسے کسی بھی موقع پر تین گھرانوں پر مشتمل کرسمس بلبلہ نہیں بنانا چاہئے۔

اگر کیئر ہوم کا رہائشی کرسمس کے لئے کسی گھرانے میں شامل ہوتا ہے تو انہیں معاشرتی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے، باقاعدگی سے ہاتھ دھونے چاہیں، اور کھڑکیوں اور دروازوں کو کھول کر کمرے میں بہت زیادہ تازہ ہوا کو اندر آنے دینا چاہئے۔

گھر کے دوسرے افراد کو کیئر ہوم کے رہائشی اور کیئر ہوم میں موجود دوسرے افراد کے لئے خطرہ کم سے کم کرنے کے لئے اقدامات کرنا چاہئیں، یہ تسلیم کرتے ہوئے کہ کیئر ہوم میں کورونا وائرس کے آنے سے وہاں رہنے والے او کام کرنے والے تمام افراد خطرے سے دوچار ہونگے۔ بلبلے کے تمام اراکین کو:

- کئیر ہوم کے رہائشی کو اپنے گھرانے میں آنے کی اجازت سے قبل دو ہفتوں تک ملنے والے افراد کی تعداد کو محدود کرکے کورونا وائرس سے ان کے ممکنہ طور پر دوچار ہونے کے امکان کو کم کرنے کے لئے اقدامات کرنے چاہئینے

- کیئر ہوم سے باہر کیئر ہوم کے رہائشی سے ملنے سے پہلے کیئر ہوم سے بات کریں۔ کیئر ہوم کو بحفاظت واپس جانے کے لئے، رہائشی کو ٹیسٹ اور علیحدہ کرنے کی ضرورت ہوگی۔ ہم متعلقہ رہنمائی کی اشاعت کے ذریعے جلد ہی مزید تفصیلات فراہم کریں گے

کیئر ہوم کو بحفاظت واپس جانے کے لئے، رہائشی کو ٹیسٹ اور علیحدہ کرنے کی ضرورت ہوگی۔ ہم متعلقہ رہنمائی کی اشاعت کے ذریعے جلد ہی مزید تفصیلات فراہم کریں گے۔

کیئر ہوم کو بحفاظت واپس جانے کے لئے، رہائشی کو ٹیسٹ اور علیحدہ کرنے کی ضرورت ہوگی۔ [مزید گائیڈنس دستیاب ہے

9. اپنے کرسمس بلبلے کے ساتھ سفر کرنا اور رات کو ٹھہرنا

آپ کرسمس کی مدت میں یا کرسمس کے دن دوسروں سے ملنے کے لئے ٹیئر 4 والے علاقے سے نہ نکل سکتے ہیں اور نہ ہی وہاں جا سکتے ہیں۔

اگر آپ ٹیئر 3 یا اس سے کم والی ٹیئر میں ہیں اور آپ کو کرسمس ببل بنانے کی اجازت ہے اور آپ بنا لیتے ہیں، تو آپ کو سفر کے خطرات کے بارے میں انتہائی غوروفکر سے کام لینا چاہیئے۔ اگر آپ ایک انتہائی درجے کے تحفظ والے علاقے میں رہتے ہیں، مثال کے طور پر، انگلینڈ میں ٹیئر 3، تو آپ کو کمتر پھیلاوَ والی جگہوں میں جہاں ممکن ہو سفر کرنے سے اجتناب کرنا چاہیئے۔

اگر سفر کرنا ضروری ہو، تو پہلے سے بُکنگ کر لیں تاکہ آپ اور دوسرے محفوظ طور پر سفر کرنے کے قابل ہوں اور اپنی روانگی او واپسی کے سفر احتیاط سے پلان کرنے کے قابل ہوں۔

اگر آپ کرسمس ببل بنانے کے لئے اسکاٹ لینڈ، ویلز یا شمالی آئرلینڈ کا سفر کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں تو آپ اس ملک کے قواعد پر عمل کریں اور سفر سے قبل اسکاٹ لینڈ, ویلز یا شمالی آئرلینڈ کی گائیڈنس پڑھ لیں۔ آپ ڈیوالوڈ ایڈمنیسٹریشن میں کرسمس ببل بنانے کے لئے ٹیر 4 ایریا والے سے باہر نہیں جا سکتے۔

آپ اپنے کرسمس ببل میں دوسرے گھرانوں سے غیر معمولی حالات کے علاوہ (مثال کے طور پر، سفر کے دوران کوئی نامعلوم خلل آجائے، یا آپ کے کرسمس ببل کی کسی فرد میں کروناوائرس کی علامات ظاہر ہو جائیں اور آپ کو خودساختہ علیحدگی اختیار کرنی پڑ جائے) 25 دسمبر سے پہلے یا اس کے

بعد نہیں مل سکتے (سوائے اس کے کہ آپ کے ٹیئر کے قواعد اجازت دیتے ہوں)۔ اس میں شمالی آئرلینڈ سے اور وہاں کا سفر کرنے والے سب شامل ہیں۔

آمدورفت کے راستے معمول سے زیادہ مصروف ہوسکتے ہیں۔ اگر آپ کو سفر کرنے کی واقعی ضرورت ہو، تو آپکو چاہیئےکہ:

- آگے کا منصوبہ بنائیں، جانے سے پہلے خلل کو چیک کریں، اور مصروف ترین اوقات کے ساتھ ساتھ مصروف ترین راستوں سے بھی بچیں
- سفر کے دوران غیر ضروری اسٹاپ کرنے سے گریز کریں
- جہاں ممکن ہو، ان لوگوں کے ساتھ گاڑی شیئر کرنے سے گریز کریں جو آپ کے اہل خانہ یا کرسمس ببل میں شامل نہیں ہیں
- جہاں بھی ممکن ہو تو سفر کرتے وقت دوسرے لوگوں سے اپنا فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے
- اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے دھونا یا صاف کرنا چاہئے

اگر آپ کو کرسمس کے بلبلے کے ساتھ سفر کرنے کی ضرورت ہو تو آپ جہاں کہیں بھی ہو آپ کو محفوظ سفر کی رہنمائی پر عمل کرنا چاہئے۔

سفر کے بارے میں مزید معلومات تک رسائی حاصل کریں

ٹیئر 4 والے علاقے سے باہر، آپ انگلینڈ میں کرسمس کے دوران نجی طور پر کرائے پر لی گئی رہائشی مقامات، ہوٹل، ہوسٹل یا بی اینڈ بی میں قیام کر سکتے ہیں، اپنے ٹیئر میں سوشل گیدرنگ یعنی سماجی اجتماعات کے قواعد پر عمل کرتے ہوئے۔ اِس میں شامل ہے ٹیئر 3 میں: 24 اور 26 دسمبر کے درمیان بہت ہی ہائی الرٹ والے علاقے، جب تک کہ آپ اکیلے یا اپنے اہل خانہ کے دوسرے افراد کے ساتھ قیام کر رہے ہوں، اور یہ کرسمس کے دن آپ کے کرسمس ببل سے ملنے کے مقاصد کے لئے ضروری ہو۔ اگر ضروری ہو، آپ نجی کرائے والی رہائش گاہ میں جیسے مختصر مدت کے ہالیڈے لیٹس میں اپنے اہل خانہ یا کرسمس ببل کے ساتھ ٹھر سکتے ہیں۔

آپ کو کسی ہوٹل، ہاسٹل یا بی اینڈ بی میں کرسمس ببل کی حیثیت سے اکٹھا نہیں ہونا چاہئے الآ یہ کہ آپ کے ببل کا ایک رکن مستقل طور پر وہاں رہتا ہو۔ یہ غیرنجی رہائشگاہ کی دوسری قسموں ہر بھی لاگو ہاتا ہے (مثال کے طور پر ایک تعلیمی ادارہ یا بیڈ اینڈ بریکفاسٹ)۔ اگر آپ پر اس کا اطلاق ہوتا ہے، تو اپنے کرسمس ببل کے ساتھ کسی بھی مشترکہ یعنی شیئرڈ جگہ پر میل ملاپ نہ کریں، جیسا کہ کوئی ریستوران۔

اگر آپ بیرون ملک سے UK کا سفر کر رہے ہوں تو آپ یا آپ کا گھرانہ کرسمس والے دن کرسمس ببل میں شامل ہو سکتے ہیں۔ تاہم اگر آپ عموماً بیرون ملک رہتے ہوں اور دوستوں اور خاندان کے ساتھ اکھٹا ہونے کے لئے تشریف لاتے ہیں، تو آپ کو کرسمس بلبلے کی تشکیل کے مقاصد کے لئے ایک علیحدہ گھرانہ گردانا جائے گا۔

اگر آپ کسی نان ٹریول کوریڈور والے ملک یا علاقے سے یا وہاں سے ہوتے ہوئے UK آتے ہیں تو آپ کو 10 دن کے لئے خودساختہ تنہائی اختیار کرنی ہوگی، اور یا تنہائی کے 5 دن بعد ٹیسٹ کر کے اپنی تنہائی ختم کرنے کی ضرورت ہوگی اگر وہ منفی آتا ہے تو۔

10. اپنے کرسمس بلبلے سے ملنے کے بعد

25 دسمبر کو اپنے کرسمس ببل سے ملاقات کے بعد آپ کو ممکن حد تک ان لوگوں سے اپنا رابطہ کم سے کم کرنا چاہئے جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے۔ اگرچہ آپ کے مقامی ٹیئر کے قوانین کا اطلاق جاری رہے گا، آپ کو اضافی احتیاط سے کام لینا چاہیئے، اور غورفکر کر لینا چاہیئے کہ آیا آپ کو دوستوں یا اپنے گھرانے سے باہر والے رشتہ داروں سے ملنا چاہیئے بھی۔ اس میں نیو ائیر ایو پر ان کے ساتھ نہ ملنا شامل ہے، خواہ آپ ٹھیک ہی محسوس کر رہے ہوں۔ تین میں سے تقریباً ایک فرد کو کرونا وائرس کی علامات نہیں ہوتیں اور اسے پھر بھی پھیلا سکتے ہیں۔

اگر آپ گھر سے کام نہیں کرسکتے ہیں تو آپ کام پر جاسکتے ہیں لیکن آپ کو غیر ضروری معاشرتی میل جول سے گریز کرنا چاہئے۔ دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے میں اضافہ آپ کو کورونا وائرس کو لگنے یا اسے پھیلانے کے خطرے کو بڑھاتا ہے۔