

گائڈنس

قومی لاک ڈاؤن گھر رہو

ملک وچ کورونا وائرس دے کیس تیزی نال ودھ رہے نیں۔ ویکھو کہ
کیہ کر سگدے او تے کیہ نہیں کر سگدے۔

اشاعت 4 جنوری 2021

آخری واری اپ ڈیٹ شدہ 6 جنوری 2021 - [ساری اپ ڈیٹس ویکھو](#)

از:

[کینٹ آفس](#)

اطلاق ہوندا ہے:

انگلینڈ تے

مندرجات

خلاصہ: ویکھو کہ ٹسی قومی لاک ڈاؤن وچ کیہ کر سگدے او تے کیہ نہیں کر سگدے
ایہہ گائڈنس کیڑے لوکاں لئی اے
بتھ چہرہ۔ جگہ۔
ٹسی گھروں کدوں نکل سگدے او
دوجیاں نوں نال ملنا
ورزش

فیس ماسک
سپورٹ تے چائلڈ کیئر بیلز
جے ٹسی ضابطیاں دی خلاف وزی کرو
کورونا وائرس دی وجہ توں زیادہ خطرے وچ موجود لوکاں دی حفاظت کرنا
کم تے جانا
کالج یا اسکول جانا
یونیورسٹیاں
چائلڈ کیئر
سفر
بین الاقوامی سفر
گھروں باہر رات رہنا
کیئر ہومز نوں وزٹ کرنا
جنازے
شادیاں، سول پارٹنرشپس تے مذہبی عبادتاں
عبادت گاہواں
سپورٹ، جسمانی سرگرمی
گھر بدلی
مالی مدد
کاروباری ادارے تے تھان
کاروباری ادارے تے تھان جھڑے کھلے رہ سکدے نیں
بیلٹھ کیئر تے پبلک سروسز

ایہہ صفحہ پرنٹ کرو

خلاصہ: ویکھو کہ ٹسی قومی لاک ڈاؤن وچ کیہ کر سکدے او تے کیہ نہیں کر سکدے

لازمًا گھر رہو این ایچ ایس دی حفاظت کرن تے زندگیاں بچاؤن لئی سب توں اہم
کلا کم جھڑا کر سکدے ہاں اوہ گھر وچ رہنا اے۔

تہانوں فوری طور تے ایس گائڈنس تے عمل کرنا چاہیدا اے۔ [ایہہ قانون اے](#)۔

گھروں باہر نکلنا

تہانوں اپنے گھروں نہیں باہر نہیں نکلنا چاہیدا ماسوائے جتھے ضروری ہوئے۔
ٹسی گھروں نکل سگدے او:

- اپنے یا کسے غیر محفوظ یعنی ولنرایبل بندے لئی بنیادی ضروریات زندگی خریدن لئی
- جے ٹسی معقول طریقے نال گھروں نہ کر سکو تے فیر کم کرن یا رضا کارانہ یا رفاہی خدمات فراہم کرن لئی
- اپنے گھرانے (یا سپورٹ بیل) یا کسے دوجے گھرانے دے اک فرد نال ورزش کرن تے ایہہ اک دن وچ اک واری تک محدود ہونی چاہیدی اے تے تہانوں اپنے مقامی علاقے توں باہر نہیں جانا چاہیدا
- جتھے ضروری ہوئے اوتھے اپنے [سپورٹ بیل](#) یا [چائلڈ کیئر بیل](#) نال ملن جان لئی، پر صرف جے تہانوں ایہہ بناون دی قنونی اجازت اے
- بیماری وچ مدد لین، زخمی، بیمار ہون یا نقصان اپڑن دے خطرے توں بچن لئی (بشمول گھریلو تشدد دے)
- تعلیم یا چائلڈ کیئر لئی - صرف اوہ جو مستحق نیں

جے ٹسی کسے منظور شدہ وجہ توں گھروں باہر جاندے ای او تے تہانوں صرف مقامی علاقے وچ رہنا چاہیدا اے - ماسوائے ایہدے لئی زیادہ دور جانا ضروری ہوئے، مثلاً کم تے جان لئی مقامی علاقے وچ رہن دا مطلب ایہہ اے کہ ٹسی جھڑے پنڈ، قصبے یا شہری علاقے وچ رہندے اوبدے اندر ہی رہو۔

جے ٹسی [طبی طور تے انتہائی کمزور یعنی ولنرایبل](#) او تے فیر تہانوں صرف ضروری میڈیکل اپوائنٹمنٹ تے، ورزش یا ضروری ہوئے تے تاں ہی باہر جانا چاہیدا اے تہانوں کم تے نہیں جانا چاہیدا

دوجیاں نوں ملنا

ٹسی کسے ایسے بندے نوں سماجی طور تے ملن لئی گھروں باہر نہیں جا سگدے جھڑا تھڈے نال نہیں رہندا یا تھڈے [سپورٹ بیل](#) وچ نہیں (جے تہانوں قنونی طور تے بنان دی اجازت ہوئے تے)۔

ٹسی کلے، کسے اک ہور بندے نال یا اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل نال ورزش کر سكدے او۔ ایہہ اک دن وچ اک واری تک محدود ہونی چاہیدی اے تے تہانوں اپنے مقامی علاقے توں باہر نہیں جانا چاہیدا۔

ٹسی دوجے ایسے لوکاں نال نہیں مل سكدے جنہاں نال ٹسی نہیں رہندے یا جنہاں نال ٹساں سپورٹ بیل نہیں بنایا ہویا، ما سوائے منظور شدہ وجوہات دے۔

ہر اوس بندے توں [2 میٹر دی دوری تے ریو](#) جہڑا تہاڈے گھرانے وچ نہیں رہندا۔

تعلیم

کالج، پرائمری تے سیکنڈری اسکول صرف [ولنریسل بچیاں تے کریٹیکل ورکرز دے](#) [بچیاں](#) لئی ہی کھلے رہن گے۔ باقی سب بچے فروری دی ہاف ٹرم تک ریموٹلی ہی پڑھن گے۔

ارلی ایئرز والے تعلیمی ادارے کھلے رہن گے۔

مستقبل دے کریٹیکل ورکرز والے کورسز دے علاوہ اعلیٰ تعلیم فروری دے وسط تک آن لائن ہی رہے گی۔

ایہہ گائڈنس کیڑے لوکاں لئی اے

ایہہ گائڈنس صحتمند تے فٹ لوکاں لئی اے۔ [جہڑے لوک طبی طور تے انتہائی غیر محفوظ یعنی ولنریسل نس](#) تے [کورونا وائرس دے ممکنہ یا تصدیق شدہ انفیکشن والے گھرانیاں](#) لئی اضافی گائڈنس موجود اے۔ جے ٹسی طبی طور تے انتہائی غیر محفوظ یعنی ولنریسل او تے فیر تہانوں [دوبارہ شروع ہون والی شیلڈنگ دی گائڈنس](#) تے عمل کرنا چاہیدا اے تے کم تے، اسکول، کالج یا یونیورسٹی نہیں جانا چاہیدا۔ تہانوں گھروں باہر گزارے جان والے ویلے نوں محدود کرنا چاہیدا اے۔ تہانوں صرف ضروری میڈیکل اپوائنٹمنٹ تے، ورزش یا ضروری ہونے تے تاں ہی باہر جانا چاہیدا اے

بتہ چہرہ۔ جگہ۔

کورونا وائرس والے تقریباً 3 وچوں 1 بندے وچ کوئی علامتاں نہیں ہوندیاں تے اوہ پتہ چلے بغیر ہی ایس نوں پھیلا سکدے نیں۔

یاد رکھو، 'بتہ چہرہ۔ جگہ۔'

- بتہ - کثرت نال اپنے بتہ دھوؤ تے گھٹ وگھٹ 20 سیکنڈ لئی
- چہرہ - عمارتاں دے اندر دے ماحول جتھے سماجی دوری مشکل ہوئے تے جتھے ٹسی ایسے لوکاں نال ملو جنہاں نال ٹسی عام طور تے نہیں ملدے، اوتھے فیس ماسک پاؤ۔
- جگہ - جتھے ممکن ہوئے اوتھے اوبناں لوکاں توں 2 میٹر دور رہوؤ جھڑے تہاڈے نال نہیں رہندے، یا اضافی احتیاط نال (جیویں فیس ماسک لانا) 1 میٹر دور۔

تمام حالات وچ تہانوں [محفوظ طریقے نال دوجیاں نوں ملن والی گائڈنس](#) تے عمل کرنا چاہیدا اے۔

ٹسی گھروں کدوں نکل سکدے او

تہانوں اپنے گھروں نہیں نکلنا چاہیدا یا اپنے گھروں باہر نہیں ہونا چاہیدا ماسوائے جتھے تہاڈے کول کوئی 'معقول توجیح' ہوے۔ ایہہ قنون اے۔ جے ٹسی 'معقول توجیح' دے بغیر گھروں باہر نکلو تے فیر پولیس تہاڈے خلاف ایکشن لے سکدی اے تے تہانوں جرمانہ (فکسڈ پینلٹی نوٹس) جاری کر سکدی اے۔

تہانوں پہلی والی جرم کرن دے £200 دا فکسڈ پینلٹی نوٹس جاری کیتا جا سکدا اے، ہر اگلے جرم لئی دوگنا ہو جاندا اے £6,400 دی حد تک۔

معقول توجیح وچ شامل نیں:

کم

ٹسی گھروں باہر صرف کم لئی ہی جا سکتے او جتھے تہاڈے لئی اپنے گھروں کم کرنا غیر معقول ہوے۔ ایس وچ شامل نیں پر ایہناں تک ہی محدود نہیں، اوہ لوک جھڑے کریٹیکل قومی ڈھانچے، کنسٹرکشن یا مینوفیکچرنگ وچ کم کردے نیں جتھے ذاتی طور تے حاضر ہونا ضروری اے

رضا کارانہ خدمات پیش کرنا

کم یا رضاکارانہ یا رفاہی خدمات فراہم کرن لئی ٹسی گھروں جا سکتے او۔

ضروری سرگرمیاں

ٹسی دکاناں توں خریداری کرن یا سروسز حاصل کرن لئی جاسکتے او۔ ٹسی کسے معذور، ولنرایبل یا سیلف آئسولیت کرن والے فرد لئی وی ایہہ کرن گھروں باہر جا سکتے او۔

تعلیم تے چائلڈ کیئر

ٹسی گھروں صرف تعلیم، رجسٹرڈ چائلڈ کیئر تے بچیاں لئی زیر نگرانی سرگرمیاں لئی ہی گھروں جا سکتے او جتھے بچہ ایہناں دا اہل ہوے۔ اسکول جان والی عمر والے بچیاں لئی تعلیم تے بچیاں لئی سرگرمیاں تک رسائی محدود اے۔ [تعلیم تے چائلڈ کیئر بارے مزید معلومات](#) ویکھو۔ ٹسی والدین تے بچیاں وچکار رابطے دے مجودہ انتظام نوں جاری رکھ سکتے او جتھے اوہ اک دوجے توں علیحدہ رہندے ہوں۔ جے ٹسی گھرانے وچ 14 سال توں گھٹ عمر نال رہندے او تے فیر ٹسی [چائلڈ کیئر سیل](#) بنا سکتے او۔

دوجیاں نوں ملنا تے کیئر

ٹسی گھروں نکل سکتے او:

- اپنے [سیورٹ بیل](#) نال ملن جان لئی، (جے تہانوں ایہہ بناون دی قنونی اجازت اے)۔
- اک [چائلڈ کیئر بیل](#) دے حصے دے طور تے 14 سال توں گھٹ عمر دے بچیاں نوں غیر رسمی چائلڈ کیئر مہیا کرن لئی (مثلاً ماں پپو نوں کم کرن دے قابل بنان لئی نا کہ بالغ لوکاں دے درمیان سماجی رابطے بنان وچ مدد دین لئی)
- معذور یا ولنرایبل لوکاں نوں کیئر فراہم کرن لئی
- ہنگامی مدد دین لئی
- کسے سپورٹ گروپ وچ جان لئی (15 توڑی لوکاں تک)
- کیئر فراہم کرن والے کسے فرد نوں آرام دیوان جتھے کہ کسے محتاج یا معذور بندے نوں کیئر فراہم کیتی جا رہی ہوئے یا کسے دیکھ بھال وچ بچے دے حوالے نال وقفہ دیوان لئی ٹسی گھروں باہر نکل سگدے او۔

ورزش

ٹسی کلے، کسے اک بور بندے نال یا اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل نال ورزش کرنا جاری رکھ سگدے او۔ ایہہ اک دن وچ اک واری تک محدود ہونی چاہیدی اے تے تہانوں اپنے مقامی علاقے توں باہر نہیں جانا چاہیدا۔ تہانوں [سماجی دوری](#) برقرار رکھنی چاہیدی اے۔ ویکھو [ورزش کرنا](#)

طبی وجوہات

ٹسی طبی وجوہات، کوویڈ-19 دا ٹیسٹ کروان سنے، میڈیکل اپوائنٹمنٹ اتے ایمرجسز لئی گھروں باہر جا سگدے او۔

میٹرنٹی

ٹسی کسے ایسی خاتون نال موجود ہون لئی گھروں باہر جا سگدے او جہڑی بچے نوں جنم دے رہی ہوئے یا دوجیاں میٹرنٹی سروسز حاصل کر رہی ہوئے، یا

ایسے بچے نال مجود رہن لئی جس نوں نیونیٹل کریٹیکل کیئر مل رہی ہوے۔
حمل تے کورونا وائرس بارے ابن ایچ ایس دی گائڈنس مجود اے۔

گزند

ٹسی زخمی ہون یا بیماری توں بچن یا خطرے تو فرار ہون لئی گھروں باہر جاسکدے او (جسراں کہ گھریلو تشدد)۔

رحمدلانہ ملاقاتاں

ٹسی کسے قریب المرگ بندے نوں یا کسے بندے نوں کیئر ہوم وچ ملن (بشرطیکہ ایس دی کیئر ہوم گائڈنسدے تحت اجازت ہوئے)، باسپس، یا ہسپتال، یا میڈیکل اپوائنٹمنٹ اُتے کسے نال جان لئی گھروں باہر جا سکدے او۔

جانوراں دی فلاح دی وجوہات

جانوراں دی بہبود دی وجوہات توں، جیویں مشورے یا علاج لئی وٹرنری سروسز تے جان لئی گھروں باہر جا سکدے او۔

اجتماعی عبادت تے جین مرن دی تقریباں

ٹسی گھروں باہر جاسکدے او کسے عبادت گاہ وچ اجتماعی عبادت لئی، جنازے وچ شرکت کرن لئی یا موت نال جڑی کسے تقریب وچ شرکت کرن لئی، قبرستان یا ریمیمبرنس گارڈن جان لئی یا شادی دی تقریب وچ جان لئی۔ تہانوں عبادت گاہواں تے محفوظ استعمال بارے قومی گائڈنس تے عمل کرنا چاہیدا اے تے اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل توں باہر والے لوکاں نال اختلاط نہیں کرنا چاہیدا۔ شادیاں، جنازے اتے مذہبی یا عقیدے-دی بنیاد والی یا کسے دی موت نال جڑی یادگری تقریباں حاضرین جہڑے حصہ لے سکدے نیں اوہناں دی تعداد دی حدود دے تابع نیں۔

مزید معقول توجیحات

مزید معقول توجیحات موجود نیں۔ مثلاً، ٹسی قنونی ذمہ داریاں پوری کرن یا خریدن، ویچن، کرائے تے دین یا رہائش لئی کوئی گھر کرائے تے لین لئی، باڑ لگان لئی، یا جتھے کسے انتخابات یا ریفرینڈم وچ ووٹ پان لئی معقول طور تے ضروری ہوئے وی گھروں باہر جاسکدے او۔

دوجیاں نوں نال ملنا

اپنے گھر یا سپورٹ بیل والے لوکاں دے علاوہ کسے نال سماجی میل ملاپ کرنا غیر قانونی اے۔ ٹسی تفریح یا مشغلے لئی (جیویں پکنک یا سماجی ملاپ) دے مقصداں لئی گھروں باہر نہیں جا سکدے۔

ورزش کرنا

اپنے گھروں باہر گزارے جان والے ویلے نوں تہانوں محدود کرنا چاہیدا اے پر ٹسی ورزش کرن لئی گھروں باہر جاسکدے او۔ ایہہ اک دن وچ اک واری تک محدود ہونی چاہیدی اے تے تہانوں اپنے مقامی علاقے توں باہر نہیں جانا چاہیدا۔

ٹسی کسے آوٹ ڈور عوامی تہاں وچ ورزش کر سکدے او:

- اکلے
 - اپنے نال رہن والے لوکاں نال
 - اپنے سپورٹ بیل نال، (جے تہانوں ایہہ بناون دی قنونی اجازت ہوئے)
 - چائلڈ کیئر بیل وچ جتھے کیئر فراہم کر رہے او
 - یا، جدوں ٹسی اکلے او، تے فیر کسے بور گھرانے نال تعلق رکھن والے
- 1 بور بندے نال

ایس وچ شامل نیں پر ایہناں تک محدود نہیں، دوڑنا، سائیکلنگ، پیدل چلنا یا تیرنا ون-آن-ون دی بنیاد تے پرسنل ٹریننگ جاری رہ سکدی اے الا ایہہ کہ ہر کوئی اک ہی گھرانے یا سپورٹ بیل وچ شامل ہوئے۔

آوٹ ڈور عوامی مقامات وچ شامل نیں:

- پارک، ساحل، عوام لئی قابل رسائی دیہاتی علاقے، جنگل
- عوامی باغ یعنی گارڈن (بھاویں ٹسی داخل ہون لئی پیسے دیو یا نہ دیو)
- کسے تریخی مقام دی گراؤنڈ
- کھیڈاں دے میدان

آوٹ ڈور کھیڈاں دے میدان بند ہونے چاہیدے نیں، مثلاً:

- ٹینس کورٹس
- گالف کورسز
- سوئمنگ پولز

5 سال توں گھٹ عمر دے بچے، تے کسے معذور فرد جنہاں نوں مسلسل کیئر دی لوڑ ہوے، دے 2 توڑی کیئررز، آوٹ ڈورز ورزش کرن دی حدود وچ شمار نہیں کیتے جاندے۔

جے تہانوں (یا جنہوں ٹسی کیئر فراہم کر رہے او اوہناں نوں) کوئی ایسی بیماری اے جہڑی متقاضی اے کہ ٹسی اپنی صحت برقرار رکھن لئی گھروں باہر جاو - سنے ایس گل دے کہ تہانوں اپنے علاقے وچوں باہر سفر کرنا پوئے یا اک دن وچ کئی واری ورزش کرنی پوئے - فیر ٹسی ایہہ کر سکدے او۔

جدوں ٹسی دوجے لوکاں دی مجدوگی وچ او، تے اپنے گھرانے یا اپنے [سیورٹ](#) [بیل](#) وچ موجود، یعنی تہاڈے نال رہن والے لوکاں دے علاوہ 2 میٹر دی دوری تے رہو۔ جتھے ایہہ ممکن نہ ہوئے اوتھے اضافی احتیاط نال 1 میٹر دی دوری تے رہو (جیویں فیس ماسک پاکے)۔

فیس ماسکس

انڈور تھانواں، جیویں ڈوکاناں یا عبادت گاہواں، جتھے ایہہ گھلیاں بویاں ہون وچ، تے پبلک ٹرانسپورٹ وچ، تھانوں فیس ماسک پانا چاہیدا اے ماسوا ایس گل دے کہ تھانوں چھٹ حاصل ہوئے۔ ایہہ قنون اے۔ [فیس ماسک بارے گائڈنس پڑھو۔](#)

سپورٹ تے چائلڈ کیئر بیلز

سپورٹ یا چائلڈ کیئر بیل بنان لئی تھانوں اہلیت دے کجھ تقاضے پورے کرنے پین گے۔ ایس دا مطلب ایہہ اے کہ ہر بندہ بیل نہیں بنا سکدا۔

[سپورٹ بیل](#) اک اجہیا نٹورک ایہہ جہڑا دوگھرانیاں نوں جوڑ دیندا اے۔ ٹسی کیسے اک بور گھر نال صرف اوس صورت وچ ہی سپورٹ بیل بنا سکدے او جے ٹسی [اہلیت دے ضابطے](#) پورے کردے او۔

جے ٹسی ایہناں ضابطیاں تے عمل نہیں کردے تے فیر سپورٹ بیل بنانا خلاف قنون اے۔

تھانوں اپنے گھروں باہر نکلن تے اپنے سپورٹ بیل کول جان (تے اوہناں نال رات گزارن) دی اجازت اے۔ تاہم جے ٹسی سپورٹ بیل بناندے او تے سب توں چنگی گل ایہہ ہوئے گی کہ ٹسی ایہہ کسے مقامی رہن والے گھرانے نال بناو۔ ایس نال کسے ایسے علاقے وچوں باہر وائرس دے پھیلاو نوں روکن وچ مدد ملے گی جس وچ زیادہ لوکاں نوں انفیکشن ہو چکی اے۔

جے ٹسی گھرانے وچ 14 سال توں گھٹ عمر والے بچے نال رہندے او تے فیر ٹسی [چائلڈ کیئر بیل](#) بنا سکدے او۔ ایہہ کسے بور گھرانے وچ رہن والے رشتے داراں یا دوستاں نوں غیر رسمی چائلڈ کیئر فراہم کرن دا موقع دیندا اے۔

تھانوں سماجی طور تے اپنے چائلڈ کیئر بیل نال نہیں ملنا چاہیدا، تے تھانوں اپنے چائلڈ کیئر بیل تے سپورٹ بیل دے ارکین نال اکو ویلے ملن توں گریز کرنا چاہیدا اے۔

[سپورٹ سبز](#) تے [چائلڈ کنٹر سبز](#) لئی وی وکھری گائڈنس موجود اے۔

ٹسی کدوں تے کتھے وڈے گروہاں وچ مل سکدے او

بلے وی اوہ حالات موجود نیں جنہاں دے تحت ٹسی اپنے گھرانے، چائلڈ کیئر یا سپورٹ بیل دے باہر لوکاں نوں وڈے گروہاں دی صورت وچ مل سکدے او پر ایہہ سماجی میل جول لئی نہیں ہونا چاہیدا اے تے صرف منظور شدہ مقاصد لئی ای ہونا چاہیدا اے۔ ایہناں حالاتوں دی مکمل فہرست ریگولیشنز وچ شمال کیتی جائے گی، تے ایس وچ شامل نیں:

- کم لئی یا رضاکارانہ یا رفاہی سروسز مہیا کرن لئی، جتھے ایہہ گھروں کرنا غیر معقول ہوئے۔ ایس وچ جتھے ضروری ہوئے لوکی دوجے لوکاں دے گھراں وچ کم کرنا شامل اے - جسراں کہ آیا یعنی نینیز، صفائی کرن والے، بچیاں تے خانداناں نوں سپورٹ مہیا کرن والے سوشل کیئر ورکرز تے ٹریڈز پیپل یعنی کاریگر۔ [دوجے لوکاں دے گھراں وچ محفوظ طریقے نال کم کرن](#) بارے گائڈنس ویکھو۔ جتھے کسے نجی گھر یا گارڈن وچ کام نال متعلق میٹنگ نہیں ہوندى تے فیر ایس نوں ہونا ای نہیں چاہیدا - مثلاً، اگرچہ ٹسی اک پرسنل ٹرینر نوں مل سکدے او، تہانوں ایہہ کسے آوٹ ڈور عوامی مقام وچ کرنا چاہیدا اے۔
- [کسے چائلڈ کنٹر سبز وچ](#) (صرف چائلڈ کیئر دے مقصد لئی)
- تعلیم، رجسٹرڈ چائلڈ کیئر تے بچیاں لئی زیر نگرانی سرگرمیاں لئی ہی گھروں جا سکدے او جتھے ایہناں دے اہل او۔ تعلیم تے بچیاں لئی سرگرمیاں تک رسائی محدود اے۔ [تعلیم تے چائلڈ کنٹر](#) بارے مزید معلومات ویکھو۔
- ایسے بندوبستاں لئی جتھے بچے اوہناں گھراں وچ نہیں رہندے جتھے اوہناں دے دویں والدین یا سرپرست رہندے نیں
- کیئر وچ موجود بچیاں دا اوہناں نوں جمن والے ماں پپو تے بہن بھراواں نال رابطہ کروان لئی
- ایسے بچے یا بچیاں نال ممکنہ گود لین والے والدین دی ملاقات کرن لئی جنہاں کول اوہناں نوں رکھوایا جا سکے

- سوشل سروسز ولوں کسے بچے یا بچیاں نوں کیئر وچ پلیس کرن یا پلیس کرن وچ مدد دین لئی
- جمن والے پارٹنرز لئی
- بنگامی مدد دین لئی، زخمی بون یا بیماری توں بچن یا خطرے تو فرار بون لئی (گھریلو تشدد سنے)
- کسے مرن والے بندے نوں گھر وچ ملن جانا یا کسے ایسے مریض نوں ملن جانا جسدا ہسپتال، ہاسپیس یا کیئر ہوم وچ علاج چل رہیا ہوئے، یا کسے دوست یا رشتے دار نال میڈیکل اپوائنٹمنٹ وچ جانا
- کوئی قنونی ذمہ واری پوری کرن لئی، جسراں کہ عدالت وچ حاضری یا جیوری سروس
- فوجداری انصاف یا امیگریشن حراستی مراکز دی عمارتاں وچ بون والے اجتماع
- کسے ولنریبل یعنی غیر محفوظ بندے نوں کیئر یا مدد مہیا کرن لئی یا کسے کیئر نوں آرام دیوان لئی
- کسے شادی یا ہم ہایہ سرگرمی لئی۔ ایہہ صرف غیر معمولی حالات وچ ہی ہونا چاہیدا اے تے 6 توڑی لوکاں تک ہی محدود اے۔
- جنازیاں لئی - ودھ توں ودھ 30 توڑی افراد۔ ویکس دے دوجی رسوماتی تقریباں 6 توڑی لوکاں دے گروپ وچ ہونا جاری رہ سکدیاں نیں۔
- ایلٹی کھڈاریاں لئی (تے اوہناں دے کوچاں یا جے ضروری ہوئے تے، جے اوہ 18 سال توں گھٹ عمر دے بون تے فیر اوہناں دے والدین/سرپرست) - یا اوہ جہڑے اعلیٰ درجے دے کھلاڑی بنن دے عمل وچوں گزر رہے بون - مقابلے تے تربیت لئی۔
- گھر بدلی وچ مدد دین لئی

15 تک حصہ لین والیاں والے سپورٹ گروپس جتھے اینہاں دا با نفسِ نفیس ہونا ضروری ہوئے جتھے ایہہ رسمی طور تے باہمی مدد، تھراپی یا کسے بور طرح دی مدد لئی منظم کیتے گئے بون - پر ایہہ کسے نجی گھر وچ نہیں کسے بور مقام وچ ہونے چاہیدے نیں۔

جتھے کسے گروپ وچ کوئی ایسا فرد شامل ہوئے جس نوں چھٹ ہوئے (مثلاً کوئی فرد جھڑا کم یا رضا کارانہ کم کر رہیا ہوئے)، عام طور تے اوہنوں اجتماع دی حد وچ گنیا نہیں جاندیا۔ ایس دا مطلب ایہہ اے کوئی کاریگر حد دی خلاف ورزی کیتے بغیر کسے گھر وچ جاسکدا اے، جے اوتھے کم لئی گئے ہوں، تے کسے شادی دا نکاح خواہ ایس حد وچ نہیں گنیا جاندیا۔

جے ٹسی ضابطیاں دی خلاف ورزی کرو

جے ٹسی وڈے گروپاں وچ ملو تے فیر پولیس تہاڈے خلاف ایکشن لے سگدی اے۔ ایس وچ غیر قانونی اجتماعواں نوں تتر بتر کرنا تے جرمانے عائد کرنا شامل اے (فکسڈ پینلٹی نوٹسز)۔

تہانوں پہلی والی جرم کرن دے £200 دا فکسڈ پینلٹی نوٹس جاری کیتا جا سگدا اے، ہر اگلے جرم لئی دوگنا ہو جاندیا اے £6,400 دی حد تک۔ جے ٹسی 30 لوکاں توں ودھ دا غیر قانونی اکٹھ کرو یا کرن وچ ملوث پائے جاو، تے پولیس £10,000 تک دا جرمانہ کر سگدی اے۔

کورونا وائرس دی وجہ توں زیادہ خطرے وچ موجود لوکاں دی حفاظت کرنا

جے ٹسی [طبی طور تے غیر محفوظ یعنی ولنرایبل](#) او تے فیر تہانوں کورونا وائرس دی وجہ توں بیمار پین دا شدید خطرہ ہو سگدا اے۔ [اوه لوک جھڑے طبی طور تے انتہائی غیر محفوظ یعنی ولنرایبل نس](#) لئی اضافی مشورہ موجود اے۔ جھڑے لوک طبی طور تے انتہائی غیر محفوظ یعنی ولنرایبل نیں اوہناں نوں [دوبارہ شروع یوں والی شیلڈنگ دی گائڈنس](#) تے عمل کرنا چاہیدا اے تے کم تے، اسکول، کالج یا یونیورسٹی نہیں جانا چاہیدا۔ تہانوں گھروں باہر گزارے جان والے ویلے نوں محدود کرنا چاہیدا اے۔ تہانوں صرف ضروری میڈیکل اپوائنٹمنٹ تے، ورزش یا ضروری ہوئے تے تاں ہی باہر جانا چاہیدا اے

کم تے جانا

ٹسی صرف کم لئی ہی گھروں جا سكدے او جے ٹسی معقول طور تے گھروں کم نہ کر سكو۔

جتھے لوکی گھروں کم نہ کر سکن تے اوہناں نوں اپنے کم دی تھانواں تے جان لئی سفر کرنا جاری رکھنا چاہیدا اے۔ ایس وچ شامل نیں پر ایہناں تک ہی محدود نہیں، اوہ لوک جھڑے کم کر دے نیں:

- کریٹیکل قومی ڈھانچے وچ
- کنسٹرکشن وچ
- مینوفیکچرنگ وچ
- چائلڈ کیئر یا تعلیم وچ
- ہیلتھ کیئر تے پبلک سروسز

ایہہ ملک نوں چلدا رکھن تے شعبہ جات تے آجرین دی مدد کرن لئی بہت ضروری اے۔

جتھے دوجے لوکاں دے گھراں وچ کم کرنا ضروری ہوئے - جسراں کہ آیا یعنی نینیز، صفائی کرن والے تے کاریگر وغیرہ - ٹسی ایہہ کر سكدے او۔ ایس توں علاوہ، تھانوں نجی گھراں یا باغیچیاں وچ کم دی غرض نال ملن توں گریز کرنا چاہیدا اے، جتھے کوویڈ-19 سیکیور والے اقدامات دا نفاذ نہ ہویا ہوئے۔

مالکاں تے ملازماں نوں کم کرن دے بندوبست بارے گل بات کرنی چاہیدی اے تے مالکاں نوں اوہ ہر اقدام کرنا چاہیدا اے جھڑا ملازماں نوں گھروں کم کرن وچ مدد دے، دور توں کم کرن دے قابل لئی درکار مناسب آئی ٹی تے آلات سنے۔ جتھے لوکی گھروں کم نہ کر سکن اوہھے مالکاں نوں پبلک ٹرانسپورٹ اتے مصروف اوقات تے روٹس توں بچن وچ ملازماں دی مدد کرنی چاہیدی اے۔

جے [کوویڈ-19 سیکور گائڈ لائنز](#) تے عمل کینا جائے تے ٹرانمیشن یعنی انتقالِ جراثیم دا خطرہ کافی حد تک گھٹ سکدا اے۔ اوہناں لوکاں دا زیادہ خیال رکھنا چاہیدا اے جہڑے زیادہ خطرے وچ نیں۔

کالج یا اسکول جانا

کالج، پرائمری (ریسپشن تے اُتے) تے سیکنڈری اسکول صرف [ولنریسل بچیاں تے](#) [کریٹیکل ورکرز دے بچیاں](#) لئی ہی کھلے رہن گے۔ باقی سب بچے فروری دی ہاف ٹرم تک ریموٹلی ہی پڑھن گے۔

امتحان

ایہناں حالات وچ موسم گرما وچ ہون والے امتحان نہیں ہون گے۔ ایس کر کے ڈپارٹمنٹ آف ایجوکیشن آف کویل (Ofqual) نال جلدی توں جلدی اوہ انتظام طے کرن بارے مشاورت کرے گا جہڑا طالب علماں نوں منصفانہ طریقے نال پیش رفت کرن دا موقع دے گا۔

فراہم کنندگان جنوری وچ ہون والے پیشہ ورانہ تے ٹیکنیکل امتحان جاری رکھ سکدے نیں، جتھے اوہناں لگے ایہہ کرنا ٹھیک اے۔

یونیورسٹیاں

اوہ طالب علم جہڑے مندرجہ ذیل کورسز دا مطالعہ تے تربیت حاصل کر رہے نیں اوہ منصوبے دے مطابق بالمشافہ پڑھائی ول پرت سکدے نیں:

- میڈیسن تے ڈینٹسٹری
- میڈیسن/صحت نے جڑے مضامین
- وٹرنری سائنسز
- ایجوکیشن (ابتدائی ٹیچر ٹریننگ)
- سوشل ورک

- اوہ کورسز جنہاں لئی پروفیشنل، سٹچوری تے ریگولیٹری باڈی (PSRB) دے امتحاناں دی لوڑ ہوئے تے یا جنوری لئی طے شدہ لازمی سرگرمی ہوئے جہڑی کہ ری شیڈیول نہ کیتی جا سکے (جے ایس دا اطلاق تہاڈے تے ہوئے گا تے تہاڈی یونیورسٹی تہانوں دس دے گی)۔

واپس آن والے طالب علماں نوں یونیورسٹی واپس آن توں بعد دو واری ٹیسٹ کیتا جائے گا، یا اوہناں نوں ایس دی تہاں دس دناں لئی سیلف-آسولیت کرنا پوئے گا۔

جہڑے طالب علم ایہناں کورسز تے نہیں اوہناں نوں جتھے ممکن ہوئے اوتھے ہی رہنا چاہیدا اے جتھے اوہ موجود نیں، تے گھٹو گھٹ فروری دے وسط تک اپنی ٹرم آن لائن جاری رکھنی چاہیدی اے، جیویں وی اوہناں دی یونیورسٹی یا کالج نے ایس دا بندوبست کیتا اے۔ ایس وچ دوجے پریکٹیکل کورسز کرن والے طالب علم وی شامل نیں جہڑے اُتے والی فہرست وچ موجود نہیں۔

اساں پہلوں یونیورسٹیاں تے طالب علماں لئی گائڈنس کہ اوہ کسراں بائر ایجوکیشن ول سپرنگ ٹرم دے دوران واپس لوٹ سکدے نیں شائع کیتی سی۔ ایہہ گائڈنس بیان کردی اے کہ اسی کسراں بائر ایجوکیشن فراہم کنندگان دی مدد کراں گے کہ موسم سرما دی چھٹیاں توں بعد طالب علماں دی واپسی نوں کسراں ودھ توں ودھ محفوظ بنایا جاسکدا اے۔

جے ٹسی یونیورسٹی وچ رہندے او تے تہانوں ٹرم ٹائم دے دوران اپنے مستقل گھر تے سٹوڈنٹ ہوم دے وچکار پھیرے نہیں ماردے رہنا چاہیدا۔

اوہناں طالب علماں لئی جہڑے بالمشافہ تعلیم حاصل کرن دے اہل نیں، تے ٹسی اپنی باقاعدہ تعلیم تے تربیت دے حصے دے طور تے اپنے گھرانے توں وڈے گروپس وچ مل سکدے او، جتھے ضروری ہوئے۔ طالب علماں توں توقع کیتی جاندی اے کہ گائڈنس تے پابندیاں تے عمل کرن۔ جتھے ممکن ہوئے تہانوں اوہناں لوکاں نال سماجی دوری برقرار رکھنی چاہیدی اے جہڑے کہ تہاڈے نال نہیں رہندے۔

چائلڈ کیئر

کئی اک طریقے نیں جنہاں دے تحت والدین تے کیئررز چائلڈ کیئر دا حصول جاری رکھ سکدے نیں۔

- ارلی ایئرز والے تعلیمی ادارے (نرسریاں تے چائلڈ مانڈراں سنے) کھلے رہن گے۔
- اسکول جان دی عمر دے سوا چائلڈ مائنڈرز نوں معمول دے مطابق حاضری دی اجازت دینی چاہیدی اے۔ اسکول جان دی عمر دے بچیاں دی کیئر کرن والے چائلڈ مائنڈرز (ریسپشن دے بچیاں سنے) نوں صرف [ولنریسل بچیاں تے کریٹیکل ورکرز](#) دے بچیاں نوں ہی داخل کرنا چاہیدا اے۔
- [ولنریسل بچے تے کریٹیکل ورکرز دے بچے](#) رجسٹرڈ چائلڈ کیئر، چائلڈ مائنڈرز تے دوجی چائلڈ کیئر سرگرمیاں (ریپ اراؤنڈ کیئر) دی ورتوں جاری رکھ سکدے نیں
- والدین اک بور گھرانے نال غیر رسمی چائلڈ کیئر دے مقاصد لئی جتھے بچہ 14 سال توں گھٹ عمر دا بوئے چائلڈ کیئر بیل بنا سکدے نیں۔ ایس دا مین مقصد والدین نوں کم کرن وچ مدد دینا اے تے ایس نوں بالغاں دے درمیان سماجی تعلقات لئی نہیں ورتیا جانا چاہیدا
- کجھ گھرانے سپورٹ بیل بون توں فیدا چک سکدے نیں
- نینیز سروسز فراہم کرنا جاری رکھن گیاں، سنے گھراں دے اندر

سفر

تہانوں اپنے گھروں نہیں نکلنا چاہیدا ماسوائے جتھے تہاڈے کول کوئی معقول توجیح ہوے (مثلاً کم یا تعلیم دے مقصد لئی)۔ جے تہانوں سفر کرن دی لوڑ پے جائے تے تہانوں مقامی علاقے وچ ہی رہنا چاہیدا اے - مطلب اپنے پنڈ، قصبے یا شہر دے اوس حصے وچوں باہر نکلن توں گریز کرنا چاہیدا اے جتھے ٹسی رہندے او - تے مجموعی طور تے کیتے جان والے سفراں دی تعداد نوں محدود کرن دی کوشش کرنی چاہیدی اے۔ وجوہات جناں دی بنا تے ٹسی اپنے گھروں تے علاقے وچوں باہر جاسکدے او اوہناں وچ شامل نیں پر ایہناں تک محدود نہیں:

- کم، جتھے ٹسی گھروں کم نہ کر سکو
- تعلیم دے حصول تے کیئرنگ ذمی داریاں لئی
- اپنے سپورٹ بیل وچ مجود لوکاں نوں ملن - یا چائلڈ کیئر لئی اپنے چائلڈ کیئر بیل کول جان لئی
- ہسپتال، جی پی کول تے دیگر میڈیکل اپوائنٹمنٹس لئی جان واسطے یا وزٹس جتھے تہاڈے نال کوئی حادثہ پیش آگیا ہوئے یا تہانوں اپنی صحت دے بارے وچ کوئی خدشہ لاحق ہوئے
- شیواں تے خدمات خریدن لئی، پر ایہہ جتھے وی ممکن ہوئے تہاڈے مقامی علاقے تک ای محدود ہونا چاہیدا اے
- آوٹ ڈور ورزش لئی ایہہ جتھے وی ممکن ہوئے مقامی علاقے وچ ہی کرنی چاہیدی اے پر جے ایہہ ضروری ہوئے تے ٹسی اپنے علاقے دے اندر ہی تھوڑا فاصلہ طے کر کے جاسکدے او (مثلاً کسے کھلی ہوئی تہاں تک رسائی حاصل کرن لئی)
- کسے جانور دی کیئر کرن یا ورزش کروان لئی یا ڈنگر ڈاکٹر کول لے جان لئی

جے تہانوں سفر کرن پے جائے تے جتھے ممکن ہوئے پیدل یا سیکل تے جاو، تے پبلک ٹرانسپورٹ تے سفر کردے ہوئے مصروف اوقات تے روٹاں توں گریز کرو۔ ایس دی مدد ٹسی سفر دے دوران سماجی دوری تے عمل کر سکو گے۔

اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل توں باہر والے کسے بندے نال کار شیئر کرن توں پرہیز کرو۔ [کار شیئرنگ بارے گائڈنس](#) ویکھو۔

جے تہانوں پبلک ٹرانسپورٹ استعمال کرنی پے جائے تے [محفوظ تر سفری گائڈنس](#) تے عمل کرنا چاہیدا اے۔

بین الاقوامی سفر

ٹسی صرف اُس صورت وچ ہی بین الاقوامی سفر - یو کے دے اندر سفر - کر سکدے او جتھے تہاڈے کول گھروں نکلن لئی پہلاں کوئی قنونی وجہ مجود

ہوئے۔ ایس توں اڈ، تہانوں اوس ملک دی پبلک ہیلتھ ایڈوائس تے عمل کرنا چاہیدا اے جتھے ٹسی وزٹ کر رہے او۔

جے تہانوں باہر دے ملک جان لئی سفر کرن دی لوڑ پے ہی جائے (تے ایہہ کرن دی تہانوں قنونی طور تے اجازت اے، مثال دے طور تے، ایہہ کم لئی اے)، چاہے ٹسی اوس علاقے وچ واپس ہی کیوں نہیں آ رہے جتھے ٹسی پہلوں گئے سی، تہانوں اپنی منزل مقصود وچ نافذالعمل ضوابط نوں تے [فارن، کامن ویلتھ تے ڈیولپمنٹ آفس \(FCDO\) دی ٹریول ایڈوائس](#) نوں ویکھنا چاہیدا اے۔

بیرون ملک موجود یو کے دے شہریاں نوں فوری طور تے واپس آن دی فی الحال لوڑ نہیں۔ تاہم تہانوں واپس آن والے بندوبست بارے اپنی فضائی کمپنی یا ٹریول اپریٹر نال گل کرنی چاہیدی اے۔

غیر ملکی شہری 'گھر رہوو' والی ریگولیشن دے تابع نیں۔ ماسوائے اجازت دے تہانوں باہر دے ملک سفر نہیں کرنا چاہیدا۔ ایس دا مطلب اے کہ تہانوں چٹھیاں تے نہیں جانا چاہیدا۔

جے ٹسی یو کے نوں وزٹ کر رہے او تے ٹسی گھر واپس جا سکتے او۔ تہانوں چیک کرنا چاہیدا اے کہ آیا تہاڈی منزل مقصود تے کوئی پابندیاں تے نہیں۔

گھروں باہر رات رہنا

ٹسی معقول توجیح دے سوا اپنے گھروں یا اپنی رہائش گاہ توں چٹھیاں لئی نہیں جا سکتے یا رات لئی قیام نہیں کر سکتے۔ ایس دا مطلب ایہہ اے کہ یو کے دے اندر تے بیرون ملک چٹھیاں دی اجازت نہیں۔

ایس وچ کسے دوجے گھر یا کاروان وچ قیام وی شامل اے، جے اوہ تہاڈی اولین رہائش گاہ نہیں۔ ایس وچ کسے بور دے گھر وچ قیام کرنا وی شامل اے ماسوائے ایس گل دے کہ وہ تہاڈے سپورٹ بیل وچ شامل نیں۔

تہانوں رات گھروں باہر رہن دی اجازت اے جے:

- ٹسی اپنے سپورٹ بیل کول جا رہے او
- ٹسی اپنی مین رہائش گاہ وچ واپس جان توں قاصر او
- تہانوں گھر بدلی دے دوران رہائش دی لوڑ اے
- تہانوں جنازے وچ یا منسلکہ یادگری تقریب وچ شرکت لئی رہائش دی لوڑ اے

- تہانوں کم یا رضاکارانہ یا رفاہی مقصداں لئی رہائش دی لوڑ اے
- ٹسی بچے او جس نوں اسکول یا کیئر لئی رہائش دی لوڑ اے
- ٹسی بے گھر او، پناہ گزین او یا پناہ دی تلاش وچ کوئی غیر محفوظ یعنی ولنرایبل فرد او یا گزند توں بچن لئی فرار حاصل کر رہے او (گھریلو تشدد سنے)

- ٹسی اعلیٰ پائے دے کھڈاری، یا اوہناں دا عملہ یا والدین او، جے کھڈاری دی عمر 18 سال توں گھٹ اے تے تربیت یا مقابلہ بازی لئی اوہناں دا گھروں باہر رہنا ضروری اے

جے ٹسی پہلاں ای چھٹیاں تے او، تے جنی چھتی عملی طور تے ممکن ہوئے تہانوں گھر پرت جانا چاہیدا اے۔

مہماناں نوں رہائش مہیا کنندگان جیویں ہوٹلز، بی اینڈ بیز تے کاروان پارکس قنون وچ بیان کیتی گئی مخصوص وجوہات دی بنا تے کھلے رہ سکدے نیں، بشمول ایس گل دے جتھے مہمان اپنی مین رہائش گاہ ول پرتن توں قاصر ہوں، مہماناں والی اوس اقامت گاہ نوں بطور اپنی مین رہائش گاہ دے استعمال کردے ہوں، گھر بدلی دے دوران اقامت گاہ دی لوڑ اے، قنونی تقاضے دی وجہ توں سیلف-آسولیٹ کر رہے نیں یا اقامت گاہ بند ہون دی صورت وچ بے گھر ہو جان گے۔ [انگلینڈ وچ کچھ کاروباری ادارے تے تہاں بند کرن بارے گائڈنس](#) اُتے وجوہات دی مکمل فہرست ویکھی جا سکدی اے۔

اقامت فراہم کنندگان نوں ترغیب دتی جاندی اے کہ اوہ لوکل اتھارٹیز نال تعاون کردے ہوئے ولنرایبل گروپس، بشمول بے گھر لوکاں نوں اقامت گاہ مہیا کرن لئی کم کرن۔

کیئر ہومز نوں وزٹ کرنا

بندوبست، جسراں کہ مناسب اسکریناں، وزٹنگ پوڈز تے کھڑکیاں دے پچھے توں ملاقات، کر کے کیئر ہومز وچ ملاقات کیتی جاسکدی اے۔ قریبی-رابطے والیاں انڈور ملاقاتاں دی اجازت نہیں۔ وباء پھیلن دی صورت وچ ملاقاتاں دی کوئی اجازت نہیں دتی جائے گی۔

پتہ کرن لئی ملاقاتاں کیویں ہونیاں چاہیدیاں نیں، تہانوں [کوویڈ-19 دے دوران کیئر ہومز دی وزٹ کرن](#) بارے گائڈنس چیک کرنی چاہیدی اے۔ کسے وزٹ آؤٹ (مثلاً، اپنے فیملی ہوم وچ اپنے رشتے داراں نوں ملن) دے دوران مکین ان ڈورز دوجے لوکاں نال نہیں مل سکدے۔ [سیورٹڈ لیونگ وچ رہن والے لوکاں لئی اک وکھری گائڈنس](#) موجود اے۔

جنازے

جنازے حاضرین تعداد اُتے سخت پابندیاں نال کرن دی اجازت اے تے ایہہ صرف کوویڈ-19 سیکیور تہانواں وچ یا کھلی عوامی تہانواں وچ ہی ہونے چاہیدے نیں، ماسوا غیر معمولی حالات دے۔

جنازیاں وچ ودھ توں ودھ 30 توڑی افراد شرکت کر سکدے نیں۔ جُری ہوئی مذہبی، عقیدے تے مبنی یا یادگری والی تقریبات، جیویں پتھر دھرائی تے سواہ کھلارنا وی 6 توڑی لوکاں دی شرکت نال جاری رہ سکدیاں نیں۔ کم کرن والا کوئی وی کارکن ایس حد وچ شمار نہیں کیتا جائے گا۔ لوکاں دے درمیان سماجی دوری برقرار رکھنی چاہیدی اے جھڑے اکٹھے نہیں رہندے یا اک سپورٹ بیل وچ نہیں۔

شادیاں، سول پارٹنرشپس تے مذہبی عبادتاں

شادیاں تے سول پارٹنرشپ دی تقریباں صرف 6 توڑی لوکاں دی موجودگی وچ ہی ہونیاں چاہیدیاں نیں۔ کم کرن والا کوئی وی فرد ایس وچ شمار نہیں کیتا جاندا۔

ایہہ صرف غیر معمولی حالات وچ ہی ہونیاں چاہیدیاں نیں، مثال دے طور تے کوئی فوری شادی جتھے شادی کرن والے لوکاں وچوں اک فرد شدید بیمار اے تے اوس دے بچن دی کوئی امید نہیں، یا معذور کرن والا علاج کروان یا زندگی تبدیل کرن والی سرجری کروان جارہیا اے۔

ماسوا غیر معمولی حالات دے، شادیاں تے سول پارٹنرشپس دی تقریباں صرف کوویڈ-19 سیکیور تھانواں وچ یا کھلی عوامی تھانواں وچ ہی ہونے چاہیدے نیں۔

عبادت گاہواں

ٹسی عبادت لئی کسے عبادت گاہ وچ جا سکدے او۔ پر تھانواں اپنے گھر یا سپورٹ بیل والے لوکاں دے علاوہ کسے ہور نال سماجی میل ملاپ کرنا نہیں چاہیدا۔ تھانواں ہر ویلے سخت سماجی دوری برقرار رکھنی چاہیدی اے۔

تھانواں [عبادت گاہواں تے محفوظ استعمال بارے قومی گائڈنس](#) تے عمل کرنا چاہیدا اے۔

سپورٹ، جسمانی سرگرمی

ان ڈور جم تے کھیڈاں دیاں سہولتاں بند رہن گیاں۔ آؤٹ ڈور سپورٹس کورٹس، آؤٹ ڈور جمز، گولف کورسز، سوئمنگ پولز، تیزاندازی/ڈرائیونگ/شوٹنگ رینجز تے رائڈنگ مراکز نوں وی بند ہونا چاہیدا اے۔ معذور افراد لئی منظم آؤٹ ڈور سپورٹ نوں جاری رہن دی اجازت اے۔

ایلیٹ کھیڈاں جاری رہ سکدیاں نیں۔ [ایلیٹ کھیڈاں دی مرحلہ وار واپسی بارے مزید گائڈنس](#) موجود اے۔

گھر بدلی کرنا

ٹسی بلے وی گھر بدلی کر سکتے او۔ تہاڈے گھرانے یا [سیورٹ بیل](#) توں باہر والے لوکاں نوں گھر بدلی وچ مدد نہیں کرنی چاہیدی ماسوائے ایس گل دے کہ ایہہ قطعی ضروری اے۔

اسٹیٹ تے کرائے تے دین والے ایجنٹ تے ریموول فرمز کم کر سکتیاں نیں۔ جے ٹسی گھر بدلی کرنا چاہیدے او تے ٹسی گھر ویکھن لئی جاسکتے او۔

[محفوظ طریقے نال گھر بدلی کرن بارے قومی گائڈنس](#) جس وچ سماجی دوری، تازہ ہوا اندر آن دین بارے، تے [فیس ماسک پان](#) بارے مشورہ شامل اے، اُتے عمل کرو۔

مالی معاونت

ٹسی جتھے وی رہ رہے او ہو سکتا اے ٹسی مالی مدد حاصل کر سکو

- [مالی معاونت پیکجز برائے بزنس](#)
- [ٹرننگ والی پانڈیاں دی وچہ توں بند ہون والے کاروباراں لئی مالی معاونت](#)
- [کورونا وائرس جاب ریٹنشن اسکیم دے تحت ملازماں دی تنخواہ کلیم کرنا](#)
- [چیک کرو کہ آیا ٹسی سیلف ایمپلائمنٹ انکم سیورٹ اسکیم دے تحت گرانٹ کلیم کر سکتے او](#)
- [جے ٹسی کورونا وائرس دی وچہ توں کم تے نہیں جا رہے تے فیر مالی سیورٹ](#)

کاروباری ادارے تے تہاں

کاروباری ادارے تے تہانواں نوں لازمی طور تے بند ہونا چاہیدا اے

سماجی اختلاط گھٹاؤن لئی ریگولیشنز متقاضی نیں کہ کجھ کاروباری ادارے بند ہو جان تے پابندیاں عائد کیتیاں جان کہ کجھ ادارے کسراں شیواں تے خدمات فراہم کردے نیں۔ انگلینڈ وچ کجھ کاروباری اداریاں نوں بند کرن بارے گائڈنس وچ اوبناں کاروباراں دی مکمل فہرست ویکھی جاسکدی اے جنہاں نوں بند کرن دی لوڑ اے، پر ایس وچ شامل نیں:

- غیر ضروری ریٹیل، جیویں کپڑے تے گھریلو سامان والے سٹورز، گڈیاں دے شو رومز (ماسوائے کرائے تے دین والے)، جوا خانے، درزی، تماکو تے ویپس دیاں دکاناں، الیکٹریک دا سامان تے موبائل فون دیاں دکاناں، آکشن ہاؤسز (ماسوائے لائیو سٹاک تے زرعی سامان دی بولی لان دے) تے غیر ضروری سامان ویچن والے سٹال۔ ایہہ تھیں کلک-اینڈ-کولیکٹ (جتھے سامان دا آرڈر پیشگی دتا جاندا اے دکان توں کولیکٹ کیتا جاندا اے) تے ڈلیوری سروس دے تحت کم کرنا جاری رکھ سکدے نیں
- میزبانی والے مقامات جیویں کیفے، ریسٹورانٹس، شراب خانے، بار تے سماجی کلبز؛ ٹیک اوے (رات 11 وجے تک)، کلک-اینڈ-کولیکٹ، ڈرائیو-تھرو یا ڈلیوری دے طور تے کھان تے بغیر الکوحل دے پین دا سامان فراہم کرن دی استثنیٰ دے نال۔ ہر طرح دا کھان تے پین (شراب سنے) دا سامان ڈلیوری راہیں فراہم کرنا جاری رکھیا جائے گا۔
- اقامت گاہاں جیویں ہوٹل، ہوسٹل، گیسٹ ہاؤس تے کیمپ لان والی تھانواں ماسوائے مخصوص حالات دے، جیویں جتھے ایہہ کسے بندے دی مین رہائش گاہ دے طور تے کم کردے نیں، جتھے کوئی بندہ گھر واپس نہیں جاسکدا، بے گھر افراد نوں اقامت گاہ یا سپورٹ فراہم کرن لئی یا جتھے کم دے مقصد لئی اوتھے قیام کرنا ضروری اے
- تفریح تے کھیڈاں دیاں سہولتاں جیویں تفریح مراکز تے ان ڈور جم، ان ڈور سوئمنگ پولز، انڈور سپورٹ کورٹس، ان ڈور فٹنس تے ڈانس سٹوڈیوز، ان ڈور رائڈنگ مراکز، تے ان ڈور چڑھن والیاں دیواراں تے گولف کورسز۔
- تفریح دے مراکز جیویں تھیٹرز، کنسرٹ ہالز، سینماز، میوزیمز تے گیلریز، کسینو، امیوزمنٹ آرکیڈز، بنگو ہالز، ہاؤلنگ ایلیز، سکیٹنگ رنجز،

- گو-کارٹنگ وینیوز، ان ڈور پلے تے سوفٹ پلے مراکز (بوا بھرن والے پارکس تے ٹرامپولیننگ مراکز)، سرکس، میلے، فن فیئرز، چڑیا گھر تے جانوراں نال جڑیا دلچسپیاں، واٹر پارکس تے تھیم پارکس
- تفریحی دیاں تھانواں جتھے جانور رکھے جاندے نیں (جیوین چڑیا گھر، سفاری پارکس، ایکویریمز تے جنگلی حیات دے مراکز)
- انڈور اجھے مقامات جیویں عالم نباتات دے باغات، تاریخی گھر تے عمارتاں وچ ان ڈور دلچسپی والی تھانواں نوں لازماً بند ہونا چاہیدا ے، البتہ اجھے مقامات دیاں آوٹ ڈور تھانواں کھلیاں رہ سکدیاں نیں
- ذاتی کیئر والی تھانواں جیویں بیئر، بیوٹی، ٹیننگ تے نیل سیلونز ٹیٹو پارلرز، سپاز، مساج پارلرز، جسم دے جلد وچ چھید کرن والی سروسز وی لازماً بند ہونیاں چاہیدیاں نیں ایہہ خدمات دوجے لوکاں دے گھراں وچ پیش نہیں کتیاں جانیان چاہیدیاں
- کمیونٹی مراکز تے بالز وی بند ہونے چاہیدے نیں ماسوائے بیتھ دتیاں گیاں استثنیٰ والی سرگرمیاں دے: آئی ٹی تے ڈیجیٹل سروس نوں رسائی فراہم کرن لئی لائبریریاں کھلیاں رہ سکدیاں نیں - مثلاً اوہناں لوکاں لئی جنہاں دے گھر وچ ایہہ نہیں - کلک-اینڈ-کولیکٹ سروسز لئی

ایہناں وچوں کجھ کاروبار تے تھانواں نوں بہت تھوڑی تعداد والی مستثنیٰ سرگرمیاں لئی وی کھلیاں رہن دی اجازت مل سکدی اے، سنے۔ [انگلینڈ وچ کجھ کاروباری ادارے تے تھان بند کرن بارے گاؤڈنس](#) اُتے استثنات دی مکمل فہرست ویکھی جا سکدی اے، پر شامل نیں:

- تعلیم تے تربیت دے - اسکولاں لئی کھیڈاں، تفریح تے کمیونٹی دی سہولیات استعمال کرن واسطے جتھے ایہہ اوہناں دی معمول دی فراہمی دا جزو اے
- چائلڈ کیئر دے مقاصد تے بچیاں لئی زیر نگرانی سرگرمیاں جھڑے ایہناں وچ جان دے اہل نیں
- خون عطیہ کرن والے سیشنز تے فوڈ بینکس دی میزبانی کرن لئی
- طبی علاج فراہم کرن لئی

- ایلٹ کھڈاریاں دی تربیت تے مقابلے لئی (ان ڈورز تے آوٹ ڈور کھیڈاں دی سہولیات)، تے پیشہ ورانہ رقاصاں تے کوریوگرافراں دے کم کرن لئی (فٹنس تے ڈانس سٹوڈیوز وچ)
- حاضرین دے بغیر تربیت تے ریہرسل کرن لئی (تھیٹرز تے کنسرٹ ہالز وچ)
- فلم تے ٹی وی دی عکس بندی کرن دے مقصد لئی

کاروبارے ادارے تے مقام جہڑے کھلے رہ سکدے نیں

کوویڈ-19 سیکیور گائڈلائنز تے عمل کردے ہوئے دوجے کاروباری اداریاں تے تھانواں نوں کھلا رہن دی اجازت اے۔ ضروری اشیاء تے خدمات فراہم کرن والے ادارے کھلے رہ سکدے نیں۔ [انگلینڈ وچ کچھ کاروباری ادارے تے تھان بند کرن بارے گائڈنس](#) اُتے کاروباری اداریاں دی مکمل فہرست ویکھی جا سکدی اے، پر شامل نیں:

- ضروری ریٹیل جیویں فوڈ دیاں دکاناں، سپرمارکٹس، فارمیسیز، گارڈن سنٹرز، بلڈنگ مرچنٹس، عمارتاں والیاں مصنوعات دے فراہم کنندگان تے آف-لائسنسز
- ضروری ریٹیل ویچن والے مارکیٹ سٹال وی کھلے رہ سکدے نیں
- مرمتی دی خدمات فراہم کرن والے کاروبار وی کھلے رہ سکدے نیں، جتھے اوہ بنیادی طور تے مرمت کرن والیاں سروسز فراہم کردے نیں
- پٹرول سٹیشن، آٹومیٹک (بتھاں نال دھون والے نہیں) کار واشز، گڈیاں دی مرمتی تے ایم او ٹی سروسز، ہائی سیکل دیاں دکاناں، ٹیکسی تے گڈیاں کرائے تے دین والے کاروبار
- بینک، بلڈنگ سوسائٹیاں، ڈاکخانے، قلیل مدت لئی قرض دین والے تے منی ٹرانسفر کرن والے کاروبار
- فیونرل ڈائریکٹرز
- لائڈریٹس تے ڈرائی کلینرز

- میڈیکل تے ڈینٹل سروسز
- ویٹس تے جانوراں دی دیکھ بھال تے بہبود لئی مصنوعات تے کہان پین
- دا سمان ویچن والے ریٹیلرز
- جانور بچاؤ مراکز، بورڈنگ سہولیات، تے اینمل گرومرز (جانوراں دی بہبود لئی ورتیاں جاسکدیاں نیں نہ کہ جمالیاتی مقاصد لئی)
- ایگری کلچر سپلائی شاپس
- موبلٹی تے معذوری دے سلسلے وچ مدد دین والیاں دکاناں
- سٹور تے ڈسٹریبیوشن کرن والیاں سہولتاں
- کار پارکس، عوامی بیت الخلا تے موٹر وے سروس والی تھانواں
- آوٹ ڈور پلے گراونڈز
- ورزش لئی حیاتیاتی باغاں تے تاریخی مراکز دے آوٹ ڈور حصے
- عبادت گاہاں
- شمشان گھاٹ تے قبرستان

بیلٹھ کیئر تے پبلک سروسز

این ایچ ایس تے میڈیکل سروسز کھلے رہن گے، سنے:

- ڈینٹل سروسز،
 - آپٹیشنز،
 - آڈیولوجی سروسز،
 - کائروپوڈی،
 - کائروپریکٹرز،
 - اوسٹیوپیتھس
 - دیگر میڈیکل تے بیلٹھ سروسز، ذہنی صحت نال جڑیاں ہویاں سروسز
- سنے

اسی این ایچ ایس دی مدد کر رہے آں کہ اوہ محفوظ طریقے نال فوری تے نان ارجنٹ سروسز فراہم کرنا جاری رکھے، تے ایہہ بہت ضروری اے کہ کوئی فرد

وی جس نوں لگدا اے کہ اوس نوں کسے قسم دی میڈیکل کیئر دی لوڑ اے اوہ
اگے آئے تے مدد حاصل کرے

زیادہ تر عوامی خدمات جاری رہن گیاں تے ٹسی اوہناں نوں ورتن لئی گھروں باہر
جا سکو گے۔ ایہناں وچ شامل نیں:

- جاب سنٹر پلس سائٹس
- عدالتاں تے پروبیشن مراکز
- سول رجسٹریشن دفاتر
- پاسپورٹ تے ویزا سروسز
- مضروبین نوں فراہم کردہ سروسز
- ویسٹ یا ری سائیکلنگ مراکز
- ایم او ٹی حاصل کرنا جس دی تہانوں قنونی طریقے نال گھروں باہر نکلن
لئی لوڑ ہوے