

رہنمائی

نیشنل لاک ڈاؤن گھر پر رہیں

کورونا وائرس کے کیسز پورے ملک میں تیزی سے بڑھ رہے ہیں۔
معلوم کریں کہ آپ کیا کرسکتے ہیں اور کیا نہیں کرسکتے۔

4 جنوری 2021 کو شائع ہوا

آخری اپڈیٹ 6 جنوری 2021 — [تمام اپڈیٹس دیکھیں](#)

منجانب:

[کینٹ آفس](#)

لاگو ہوتا ہے:

انگلینڈ میں

فہرست

خلاصہ: قومی لاک ڈاؤن کے دوران آپ کیا کرسکتے ہیں اور کیا نہیں کرسکتے
یہ رہنمائی کس کے لئے ہے؟
باتھ، چہرہ، جگہ،
جب آپ گھر چھوڑ سکتے ہیں
دوسرے لوگوں سے ملنا جلنا
ایکسرسائز کرنا

چہرے کو ڈھانپنا
سپورٹ اور چائلڈ کیئر بیلز
اگر آپ ضوابط توڑتے ہیں
ان لوگوں کو بچانا جنہیں کورونا وائرس سے زیادہ خطرہ لاحق ہو
کام پر جانا
سکول یا کالج جانا
یونیورسٹیاں
چائلڈ کیئر
سفر
بین الاقوامی سفر
گھر سے دور رات گزارنا
کثیر بوم کے وزٹ
جنازے
شادی بیاہ، سول پارٹنرشپ او مذہبی عبادات
عبادتگاہیں
کھیل اور جسمانی سرگرمی
گھر بدلنا
مالی معاونت
کاروبار اور وینیوز
کاروبار اور وینیوز جو کھلے رہ سکتے ہیں
صحت کی دیکھ بھال اور عوامی خدمات

اس صفحے کو پرنٹ کریں

خلاصہ: قومی لاک ڈاؤن کے دوران آپ کیا کرسکتے ہیں اور کیا نہیں کرسکتے

آپ ضرور گھر پر رہیں سب سے اہم واحد کام جو ہم سب کر سکتے ہیں وہ ہے
این ایچ ایس کی حفاظت اور جانوں کے بچاؤ کے لئے گھر پر رہنا۔

آپ کو فوری طور پر اس رہنمائی پر عمل کرنا چاہئے۔ یہ قانون ہے۔

گھر سے نکلنا

آپ کو گھر سے باہر نہیں جانا چاہئے، سوائے اس کے کہ جب یہ ضروری ہو۔ آپ ان کاموں کیلئے گھر سے نکل سکتے ہیں:

- اپنے یا کسی غیر محفوظ شخص کے لئے بنیادی ضروریات کی خریداری کرنا
- کام پر جانا، یا رضاکارانہ یا رفاعی خدمات فراہم کرنا، اگر آپ گھر سے معقول طور پر ایسا نہیں کرسکتے تو
- اپنے گھریلو (یا سپورٹ بیل) یا کسی دوسرے شخص کے ساتھ ورزش کریں، یہ ایک دن میں ایک بار تک محدود ہونا چاہئے، اور آپ کو اپنے مقامی علاقے سے باہر سفر نہیں کرنا چاہئے۔
- جہاں ضروری ہو اپنے [سپورٹ بیل](#) یا [چائلڈ کیئر بیل](#) سے ملیں، لیکن صرف اس صورت میں جب آپ کو قانونی طور پر بیل بنانے کی اجازت ہو۔
- طبی امداد حاصل کریں یا چوٹ، بیماری یا نقصان کے خطرے (گھریلو زیادتی سمیت) سے بچنا
- تعلیم یا چائلڈ کیئر میں شرکت کرنا - ان کیلئے جو اس کے اہل ہوں

اگر آپ مجاز وجوہ کی بنا پر گھر چھوڑتے ہیں تو آپ کو ہمیشہ لوکل ہی رہنا چاہئے - جب تک کہ دور جانے کی ضرورت نہ ہو، مثال کے طور پر کام پر جانا۔ لوکل رہنے کا مطلب بے گاؤں، قصبے یا شہر کا وہ حصہ جہاں آپ رہتے ہوں، وہیں رہنا۔

اگر آپ [طبی لحاظ سے انتہائی کمزور \(ولنریسل\) بس](#) آپ کو صرف میڈیکل ایوائنٹمنٹس، ورزش کے لئے باہر جانا چاہئے یا اگر اشد ضروری ہو۔ آپ کو کام پر نہیں جانا چاہئے

دوسروں سے ملنا

آپ کسی ایسے شخص کے ساتھ سماجی طور پر ملاقات کرنے اپنے گھر سے نہیں جاسکتے جس کے ساتھ آپ نہیں رہتے اور نہ ہی [سپورٹ بیل](#) میں اس کے ساتھ ہیں (اگر آپ کو قانونی طور پر اس کی تشکیل کی اجازت ہے)۔

آپ اکیلے ہی، ایک دوسرے شخص کے ساتھ، یا اپنے گھریلو یا سپورٹ بیل کیساتھ ورزش کرسکتے ہیں۔ یہ ایک دن میں ایک بار تک محدود ہونا چاہئے، اور آپ کو اپنے مقامی علاقے سے باہر سفر نہیں کرنا چاہئے۔

آپ دوسرے لوگوں سے نہیں مل سکتے جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے، یا سپورٹ بیل نہیں بناتے، جب تک کہ مجاز عذر نہ ہو۔

اپنے گھرانے سے باہر کسی بھی فرد سے 2 میٹر کے فاصلے پر رہیں۔

تعلیم

کالج، پرائمری اور سیکنڈری سکول صرف ولنریسل بچوں اور کریٹیکل ورکرز کے بچوں کے لئے کھلے رہیں گے۔ دوسرے تمام بچے فروری کے وسط تک دور سے تعلیم حاصل کریں گے۔

ابتدائی سالوں کے مراکز کھلے رہیں گے۔

مستقبل کے کریٹیکل ورکر کورسز کے علاوہ ہائیر ایجوکیشن کی فراہمی فروری کے وسط تک آن لائن رہے گی۔

یہ رہنمائی کس کے لئے ہے؟

یہ رہنمائی ان لوگوں کے لئے ہے جو تندرست اور صحتمند ہیں۔ طبی لحاظ سے کورونا وائرس کے انتہائی خطرے سے دوچار لوگوں اور ممکنہ یا تصدیق شدہ کورونا وائرس انفیکشن والے گھرانوں کے لئے الگ رہنمائی ہے۔ اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور ہیں تو آپ کو دوبارہ شروع ہونے والی شیلڈنگ گائڈنس کی پیروی کرنا چاہئے۔ اور کام، اسکول، کالج یا یونیورسٹی نہیں جانا چاہئے۔ آپ کو گھر سے باہر گزارنے والے وقت کو محدود کردینا چاہئے۔ آپ کو صرف میڈیکل ایوائٹمنٹس، ورزش یا اگر ضروری ہو تو باہر جانا چاہئے۔

ہاتھ چہرہ۔ جگم۔

تقریباً 3 افراد میں سے 1 میں کورونا وائرس کی کوئی علامت نہیں ہوتی اور ہوسکتا ہے وہ محسوس کیے بغیر ہی اسے پھیلا رہا ہو۔

یاد رکھیں ، 'ہاتھ چہرہ۔ جگہ۔'

- ہاتھ - اپنے ہاتھ باقاعدگی سے اور 20 سیکنڈز کے لیے دھوئیں۔
- چہرہ - اندرونی ماحول میں چہرے کو ڈھانپیں جہاں شاید معاشرتی دوری مشکل ہو، اور جہاں آپ ان لوگوں کے قریب آئیں گے جن کیساتھ آپ عام طور پر ملاقات نہیں کرتے ہیں۔
- جگہ - جن لوگوں کیساتھ آپ نہیں رہتے ہیں تو جہاں بھی ممکن ہو ان سے 2 میٹر کے فاصلے پر رہیں، یا 1 میٹر اضافی احتیاطی تدابیر رکھتے ہوئے (جیسے چہرے کا ڈھانپنا)

تمام حالات میں آپ کو دوسروں سے بحفاظت ملنے کے قواعد کی پیروی کرنی چاہئے۔

جب آپ گھر چھوڑ سکتے ہیں

آپ کو اپنا گھر چھوڑنا یا باہر نہیں جانا چاہئے سوائے اس کے جب کوئی 'معقول عذر' ہو۔ یہ قانون ہے۔ اگر آپ بغیر کسی 'معقول عذر' کے گھر چھوڑ جاتے ہیں، تو پولیس آپ کے خلاف کارروائی کر سکتی ہے اور جرمانہ (فکسڈ پینلٹی نوٹس) جاری کر سکتی ہے۔

پہلے جرم کے لئے آپ کو £200 جرمانے کا نوٹس دیا جاسکتا ہے، اور پھر ہر بار جرم کرنے پر دوگنا ہوتا رہے گا، £6,400 تک۔

معقول عذر میں شامل ہیں:

کام

آپ صرف کام کے مقاصد کے لئے گھر چھوڑ سکتے ہیں جب آپ کے گھر سے اپنا کام کرنا غیر معقول ہے۔ اس میں وہ لوگ شامل ہیں، لیکن ان تک محدود نہیں ہے، جو اہم قومی انفراسٹرکچر، کنسٹرکشن یا مینوفیکچرنگ کے کام کرتے ہیں جہاں بنفیس نفیس حاضری کی ضرورت ہوتی ہے

رضاکارانہ خدمات

رضاکارانہ یا رفاعی خدمات فراہم کرنے کے لئے بھی آپ گھر سے باہر جاسکتے ہیں۔

لازمی سرگرمیاں

آپ دکانوں سے چیزیں خریدنے یا خدمات حاصل کرنے کے لئے گھر سے نکل سکتے ہیں۔ آپ کسی معذور یا کمزور شخص یا خود کو الگ تھلگ رکھنے والے شخص کی جانب سے ان کاموں کے کرنے کیلئے بھی اپنے گھر سے نکل سکتے ہیں۔

تعلیم اور چائلڈ کیئر

آپ صرف تعلیم، رجسٹرڈ چائلڈ کیئر، اور بچوں کے لئے زیر نگرانی سرگرمیوں کے لئے گھر سے نکل سکتے ہیں جہاں بچہ شرکت کرنے کا اہل ہو۔ سکول کی عمر کے طلباء کے لئے تعلیم اور بچوں کی سرگرمیوں تک رسائی محدود ہے۔ [تعلیم اور چائلڈ کیئر کے بارے میں مزید معلومات](#) دیکھیں آپ لوگ والدین اور بچوں کے مابین رابطے کے لئے موجودہ انتظامات جاری رکھ سکتے ہیں جہاں وہ الگ رہتے ہیں۔ اگر آپ کسی ایسے گھرانے میں رہتے ہیں جہاں کسی کی عمر 14 سال سے کم ہو تو آپ [چائلڈ کیئر ہیل بھی بنا سکتے](#) ہیں۔

دوسروں سے ملنا اور کثیر

آپ گھر سے نکل سکتے ہیں:

- اپنے [سپورٹ بیل](#) یا [چائلڈ کیئر بیل](#) سے ملنے کیلئے (اگر آپ کو قانونی طور پر اسے بنانے کی اجازت ہو۔)
- 14 سال سے کم عمر بچوں کو [چائلڈ کیئر بیل](#) کے ذریعے غیر رسمی طور پر چائلڈ کیئر فراہم کرنا (مثال کے طور پر والدین کو کام کرنے کے قابل بنانا، نہ کہ بڑوں کے مابین سماجی رابطے کو ممکن بنانا)
- معذور یا غیرمحفوظ لوگوں کی دیکھ بھال کرنا
- ہنگامی امداد فراہم کرنا
- سپورٹ گروپ میں شرکت کرنا (15 افراد تک)
- دیکھ بھال میں سہارا دینا جہاں یہ دیکھ بھال کسی غیرمحفوظ فرد یا کسی معذور شخص کو فراہم کی جارہی ہو، یا دیکھ بھال کے تحت ایک بچے سے متعلق ایک مختصر وقفہ ہو۔

ورزش

آپ خود اکیلے، ایک دوسرے شخص کے ساتھ، یا اپنے گھریلو یا سپورٹ بیل کیساتھ ورزش جاری رکھ سکتے ہیں۔ یہ ایک دن میں ایک بار تک محدود ہونا چاہئے، اور آپ کو اپنے مقامی علاقے سے باہر سفر نہیں کرنا چاہئے۔ آپکو [سماجی فاصلہ](#) برقرار رکھنا دیکھیں [ایکسرسائز کرنا](#)۔

طبی وجوہات

آپ طبی وجوہات کی بناء پر گھر سے نکل سکتے ہیں، بشمول کوویڈ-19 ٹیسٹ، طبی اپوائنٹمنٹ اور ہنگامی صورتحال کے۔

زچگی

آپ اس وقت گھر سے نکل سکتے ہیں جب آپ کو کسی کے ساتھ بچے کی پیدائش کے وقت موجود ہونا ہو یا زچگی کی دیگر خدمات تک رسائی حاصل کرنا ہو، یا کسی ایسے نومولود بچے کی ساتھ موجود ہونا ہو جو نیونیٹل کریٹیکل

کثیر لے رہا ہو۔ [حمل اور کورونا وائرس سے متعلق ابن اچ اس کی رہنمائی](#) موجود ہے

نقصان

آپ چوٹ یا بیماری سے بچنے، یا نقصان سے بچنے (جیسے گھریلو زیادتی) کیلئے گھر سے نکل سکتے ہیں۔

عبادت کی ملاقاتیں

آپ کسی ایسے شخص سے ملنے کے لئے بھی گھر سے نکل سکتے ہیں جب وہ مر رہا ہو یا جب کوئی کیئر ہوم (اگر [کیئر ہوم کی رہنمائی کے تحت اجازت دی گئی ہو](#))، ہاسپس، یا ہسپتال میں ہو یا طبی اپوائنٹمنٹ کے لئے ان کے ساتھ جاسکتے ہیں۔

حیوانات کی فلاح کی وجوہات

آپ جانوروں کی بہبود کی وجوہات کی بناء پر، جیسے مشورے یا علاج کے لئے ویٹرنری سروسز پر جانے کیلئے گھر سے نکل سکتے ہیں۔

اجتماعی عبادت اور زندگی کے واقعات

آپ اجتماعی عبادت کے کسی مقام پر حاضری دینے اور شرکت کرنے کے لئے، کسی جنازے یا موت سے متعلق کسی تقریب میں شرکت کے لئے، قبرستان یا کسی یادگاری باغ میں جانے کے لئے، یا شادی کی تقریب میں شرکت کے لئے گھر سے نکل سکتے ہیں۔ آپ کو [عبادت گاہوں کے محفوظ استعمال کے بارے میں قومی رہنمائی](#) کی پیروی کرنی چاہئے اور آپ کو اپنے گھر یا سپورٹ بیل سے باہر کسی کے ساتھ گھل ملنا نہیں چاہئے۔ شادیوں، جنازوں اور مذہبی، عقائد پر مبنی یا کسی کی موت سے منسلک یادگار واقعات سب کا انحصار شرکت کر سکنے والوں کی تعداد کی حدود پر ہے۔

مزید معقول غذر

مزید معقول غذر موجود ہیں۔ مثال کے طور پر، آپ قانونی ذمہ داریوں کو پورا کرنے، یا رہائشی املاک خریدنے، بیچنے، لیٹنگ یا کرایے پر دینے سے متعلق سرگرمیاں انجام دینے، یا پیکٹنگ کے مقصد کے لئے بھی گھر سے نکل سکتے ہیں، یا جب انتخابات یا ریفرنڈم میں ووٹ ڈالنے کے لئے معقول حد تک ایسا کرنا ضروری ہو۔

دوسرے لوگوں سے ملنا جلنا

اقارب و احباب کیساتھ سماجی طور پر ملنا غیرقانونی ہے جب تک کہ وہ آپ کے گھرانے یا سپورٹ بیل کا حصہ نہ ہوں۔ آپ تفریحی یا شوقیہ مقاصد کے لئے گھر سے باہر نہیں نکل سکتے (جیسے پکنک یا سماجی میٹنگ کیلئے)۔

ایکسرسائز کرنا

آپ کو اپنے گھر سے باہر گزارنے والے وقت کو کم سے کم کرنا چاہئے۔ لیکن آپ ایکسرسائز کیلئے گھر سے باہر جاسکتے ہیں۔ یہ ایک دن میں ایک بار تک محدود ہونا چاہئے، اور آپ کو اپنے مقامی علاقے سے باہر سفر نہیں کرنا چاہئے۔ آپ آؤٹ ڈور عوامی مقام پر ورزش کرسکتے ہیں:

- خود اکیلے
- ان لوگوں کیساتھ جن کے ساتھ آپ رہتے ہیں
- اپنے سپورٹ بیل یا چائلڈ کیئر بیل کیساتھ (اگر آپ کو قانونی طور پر اسے بنانے کی اجازت ہو۔)
- چائلڈ کیئر بیل میں جہاں آپ چائلڈ کیئر فراہم کرتے ہوں
- یا، جب آپ اکیلے ہوں تو کسی دوسرے اہل خانہ کے 1 شخص کیساتھ۔

اس میں دوڑنا، سائیکلنگ، واکنگ اور تیراکی شامل ہیں لیکن ان تک محدود نہیں ہے۔ ون ٹو ون ذاتی ٹریننگ جاری رہ سکتی ہے جب تک کہ ہر شخص ایک ہی گھرانے یا سپورٹ ببل میں نہ ہو۔

آؤٹ ڈور عوامی مقامات میں شامل ہیں:

- پارک، ساحل سمندر، عوامی دسترس والے دیہی مضافات (کنٹری سائڈ)، جنگلات
- عوامی باغات (چاہے آپ ان میں داخل ہونے کے لئے ادائیگی کریں یا نہ کریں)
- ورثے والے مقامات
- کھیلوں کے میدان

بیرونی کھیلوں کے مقامات کو بند کرنا ضروری ہے، مثال کے طور پر:

- ٹینس کورٹس
- گولف کورسز
- سومنگ پولز

5 سال سے کم عمر کے بچے اور مستقل دیکھ بھال کے طلبگار ایک معذور شخص کیلئے 2 کئیررز آؤٹ ڈور اجتماع کی حد کے حساب میں شمار نہیں کیے جاتے۔

اگر آپ (یا آپ کی دیکھ بھال کے تحت ایک فرد) کسی عارضے میں مبتلا ہیں اور اپنی صحت کو برقرار رکھنے کے لئے آپ کو معمول کے مطابق گھر سے نکلنا پڑتا ہے۔ اس میں اگر آپ کے مقامی علاقے سے باہر سفر کرنا یا دن میں کئی بار ورزش کرنا شامل ہے - تو آپ ایسا کرسکتے ہیں۔

جب دوسرے افراد کے آس پاس ہوں اور وہ آپ کے اہل خانہ نہ ہوں۔ جس کا مطلب ہے کہ آپ جن لوگوں کے ساتھ رہتے ہیں - یا آپ کا [سپورٹ ببل](#)، تو ایسے

کسی بھی فرد سے 2 میٹر کے فاصلے پر رہیں۔ جہاں یہ ممکن نہ ہو، وہاں اضافی احتیاطی تدابیر (جیسے چہرے کا ڈھانپنا) کے ساتھ 1 میٹر کے فاصلے پر ہی رہیں۔

چہرے کا ڈھانپنا

آپ کو بہت ساری انڈور مقامات میں چہرہ ڈھانپنا چاہئے، جیسے دکانیں یا عبادت گاہ جہاں یہ کھلی ہوں، اور پبلک ٹرانسپورٹ پر، جب تک کہ آپ مستثنیٰ نہ ہوں۔ یہ قانون ہے۔ [چہرہ ڈھانپنے سے متعلق رہنمائی پڑھیں۔](#)

سپورٹ اور چائلڈ کیئر بیلز

سپورٹ یا چائلڈ کیئر بیل بنانے کے لئے آپ کو اہلیت کے کچھ قواعد پورے کرنا ہوں گے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہر کوئی بیل بنانے کے قابل نہیں ہوگا۔

ایک [سپورٹ بیل](#) ایک سپورٹ نیٹ ورک ہے جو دو گھرانوں کو جوڑتا ہے۔ آپ دوسرے گھرانے کے ساتھ سپورٹ بیل بنا سکتے ہیں اگر آپ [اہلیت کے قواعد](#) کو پورا کریں:

اگر آپ ان اصولوں پر عمل نہیں کرتے ہیں تو سپورٹ بیل تشکیل دینا قانون کے خلاف ہے۔

آپ کو سپورٹ بیل سے ملنے (اور ان کے ساتھ رات گزارنے) کے لئے اپنے گھر سے نکلنے کی اجازت ہے۔ تاہم، اگر آپ سپورٹ بیل تشکیل دیتے ہیں تو بہتر ہوگا کہ یہ ایک ایسے اہل خانہ کے ساتھ ہو جو مقامی طور پر رہتا ہو۔ اس سے ایسے علاقے میں وائرس پھیلنے کی روک تھام میں مدد ملے گی جہاں زیادہ لوگ متاثر ہیں۔

اگر آپ کسی ایسے گھرانے میں رہتے ہیں جہاں کسی کی عمر 14 سال سے کم ہو تو آپ [چائلڈ کیئر بیل](#) بنا سکتے ہیں۔ اس سے فیملی یا دوستوں کو

دوسرے گھرانے کیساتھ غیر رسمی طور پر بچوں کی نگہداشت فراہم کرنے کا موقع ملتا ہے۔

آپ کو اپنے چائلڈ کیئر بیل کیساتھ سماجی میل جول نہیں رکھنا چاہئے، اور اپنے چائلڈ کیئر اور سپورٹ بیلز کو ایک ہی وقت میں دیکھنے سے گریز کرنا چاہئے۔

[سپورٹ بیلز](#) اور [چائلڈ کیئر بیلز](#) کے لئے الگ الگ رہنمائی موجود ہے۔

آپ کہاں اور کب بڑے گروپوں میں مل سکتے ہیں

اب بھی ایسی صورتیں موجود ہیں جن میں آپ کو اپنے اہل خانہ یا سپورٹ بیل سے باہر دوسروں سے بڑے گروپوں میں ملنے کی اجازت ہے، لیکن یہ سماجی میل جول کیلئے نہیں بلکہ ان مقاصد کے لئے ہونا چاہئے جن کی اجازت ہے۔ ان صورتوں کی مکمل فہرست قواعد و ضوابط میں شامل کی جائے گی، اور ان میں شامل ہیں:

- کام کرنے یا رضاکارانہ یا فلاحی خدمات فراہم کرنے کے لئے، جب ان امور کا گھر سے سرانجام دنیا نامعقول ہو۔ اس میں دوسرے لوگوں کے گھروں میں کام بھی شامل ہوسکتا ہے جو ضروری ہو - مثال کے طور پر نینیوں، صفائی کرنے والے، بچوں اور فیملیز کو مدد فراہم کرنے والے سوشل ورکر، یا کاریگر افراد۔ [دوسرے لوگوں کے گھروں میں محفوظ طریقے سے کام کرنے کے بارے میں رہنمائی](#) ملاحظہ کریں۔ جہاں ورک میٹنگ کو کسی نجی گھر یا باغ میں منعقد ہونے کی ضرورت نہیں ہوتی، تو ایسا نہیں ہونا چاہئے - مثال کے طور پر، اگرچہ آپ ذاتی ٹرینر سے مل سکتے ہیں، آپ کو آؤٹ ڈور عوامی جگہ میں ایسا کرنا چاہئے۔
- [چائلڈ کیئر بیل](#) میں (صرف بچوں کی دیکھ بھال کے مقاصد کے لئے)
- جہاں تعلیم، رجسٹرڈ چائلڈ کیئر اور بچوں کے لئے زیرنگرانی سرگرمیوں کے لئے ان خدمات کے استعمال کرنے کی اجازت ہو۔ تعلیم اور بچوں کی سرگرمیوں تک رسائی محدود ہے۔ [تعلیم اور چائلڈ کیئر کے بارے میں مزید معلومات](#) دیکھیں

- ان حالات کے لئے جہاں بچے اس گھر میں نہیں رہتے جہاں دونوں والدین یا سرپرست رہتے ہیں
- اصلی والدین اور کثیر میں رکھے گئے بچوں کے درمیان اور کیئر میں موجود بہن بھائیوں کے مابین رابطے کا موقع دینے کے لئے
- ممکنہ طور پر گود لینے والے والدین کو کسی بچے یا بچوں سے ملنے کے لئے جنہیں ان کے سپرد کرنے کا امکان ہو
- سوشل سروسز کے ذریعہ کسی دوسرے کے ہاں کسی بچے یا بچوں کو نگہداشت میں رکھنے یا رکھنے میں سہولت فراہم کرنے کے لئے
- اصلی والدین کیلئے
- ہنگامی امداد فراہم کرنے، اور چوٹ یا بیماری سے بچنے، یا نقصان کے خطرے (بشمول گھریلو زیادتی) سے بچنے کے لئے
- کسی ایسے شخص کی عیادت کرنے کے لئے جو وفات پار رہا ہو، یا کسی سے ملنے کے لئے جو ہسپتال، ہاسپس یا کیئر ہوم میں زیر علاج ہو، یا فیملی کے کسی رکن یا دوست کے ساتھ میڈیکل اپوائنمنٹ کے لئے جانے کے لئے
- کسی قانونی ذمہ داری کو نبھانے کے لئے، جیسے عدالت یا جیوری سروس میں حاضر ہونا
- فوجداری انصاف کی رہائشگاہ یا امیگریشن کے حراستی مراکز کے اندر اجتماعات کے لئے
- کسی کمزور یا ولنر ایل شخص کی نگہداشت کرنے یا امداد فراہم کرنے
- یا نگہداشت کرنے والے کو آرام فراہم کرنے کے لئے
- شادی بیاہ یا ایسی ہی کسی تقریب کیلئے۔ یہ صرف غیر معمولی حالات میں ہونا چاہئے اور یہ صرف 6 افراد تک محدود ہے۔
- تہیز و تکفین کیلئے - زیادہ سے زیادہ 30 افراد تک۔ ویکس (شب بیداری) اور دوسرے منسلکہ رسمی تقاریب 6 افراد تک کے گروپ میں جاری رہ سکتی ہیں۔
- ایلینٹ کھیلاڑیوں (اور اگر ضروری ہو تو ان کے کوچ، یا والدین / گارڈینز اگر وہ 18 سال سے کم عمر ہوں) - یا وہ جو افیشل ایلینٹ سپورٹس پاتھوے میں شامل ہوں - کیلئے مقابلہ کرنا اور تربیت حاصل کرنا
- دوسرے گھر منتقل ہونے میں سہولت فراہم کرنا

سپورٹ گروپ جنہیں ذاتی طور پر ڈیلیور ہونا ہو 15 شرکاء کے ساتھ جاری رہ سکتے ہیں جہاں باہمی امداد، تھراپی یا کسی بھی طرح کی امداد فراہم کرنے کے لئے باضابطہ طور پر اہتمام کیا گیا ہو۔ لیکن انہیں نجی گھر کے علاوہ کسی اور احاطے میں ہونا چاہئے۔

جہاں کسی گروہ میں کسی ایسے فرد شامل کیا جائے جسے استثنیٰ حاصل ہو (مثال کے طور پر، کوئی شخص جو کام کر رہا ہو یا رضاکارانہ خدمات انجام دے رہا ہو)، وہ عام طور پر اجتماع کی حد کے حصے میں شمار نہیں کیے جاتے۔ اس کا مطلب ہے، مثال کے طور پر، ایک کاریگر کسی حد کی خلاف ورزی کئے بغیر کسی گھر میں جاسکتا ہے، اگر وہ کام کے لئے آئے ہوں، اور شادیوں میں نکاح خوان کو حد میں شمار نہیں کیا جاتا۔

اگر آپ ضوابط توڑتے ہیں

اگر آپ بڑے گروپوں میں ملتے ہیں تو پولیس آپ کے خلاف کارروائی کر سکتی ہے۔ اس میں غیر قانونی اجتماعات کو منتشر کرنا اور جرمانے (مقررہ جرمانے کے نوٹس) جاری کرنا شامل ہیں۔

پہلے جرم کے لئے آپ کو £200 جرمانے کا نوٹس دیا جاسکتا ہے، اور پھر ہر بار جرم کرنے پر دوگنا ہوتا رہے گا، £6,400 تک۔ اگر آپ 30 سے زائد افراد پر مشتمل ایک غیر قانونی اجتماع منعقد کرتے ہیں، یا اس کے انعقاد میں شامل ہیں تو پولیس £10,000 کے جرمانے جاری کرسکتی ہے۔

ان لوگوں کو بچانا جنہیں کورونا وائرس سے زیادہ خطرہ لاحق ہو

اگر آپ [طبی لحاظ سے کمزور \(ولنریسل\) ہیں](#) تو آپ کو کورونا وائرس سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ ہوسکتا ہے۔ [جو لوگ طبی لحاظ سے کورونا وائرس کے خطرے سے شدید طور پر دوچار ہیں](#) ان کیلئے مزید معلومات دستیاب ہیں۔ جو [لوگ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور ہیں ان کو دوبارہ شروع ہونے والی شیلڈنگ](#)

گائڈنس کی پیروی کرنی چاہئے - اور کام، سکول، کالج یا یونیورسٹی نہیں جانا چاہئے۔ آپ کو گھر سے باہر گزارنے والے وقت کو محدود کرنا چاہئے۔ آپ کو صرف میڈیکل اپوائنٹمنٹس، اور ورزش کے لئے ہی باہر جانا چاہیئے یا اگر بہت ضروری ہو۔

کام پر جانا

اگر آپ گھر سے معقول حد تک کام نہیں کرسکتے ہیں تو آپ کام کے لئے اپنے گھر سے باہر جاسکتے ہیں۔

جہاں لوگ ایسا نہیں کرسکتے ہیں انہیں اپنے کام کی جگہ تک سفر کرنا جاری رکھنا چاہئے۔ اس میں وہ لوگ شامل ہیں، لیکن ان تک محدود نہیں ہے، جو کہ کام ہے:

- کریٹیکل نیشنل انفراسٹرکچر
- کنسٹرکشن
- مینیوفیکچرنگ
- چائلڈ کیئر اور تعلیم
- اہم عوامی خدمات

یہ ملک کو چلتے رہنے اور سیکٹرز اور ایمپلائرز کو سپورٹ دینے کے لئے ضروری ہے۔

جہاں آپ کو دوسرے لوگوں کے گھروں میں کام کرنے کی ضرورت ہو - جیسے نینیز، کلینر یا کاریگر افراد- تو آپ یہ کام کر سکتے ہیں۔ بصورت دیگر، آپ کو نجی گھر یا گارڈن مین کام کیلئے اکھٹا ہونے سے گریز کرنا چاہیئے، جہاں پر ہو سکتا ہے کہ COVID-19 والی محفوظ تدابیر مستعمل نہ ہوں۔

آجروں اور ملازمین کو اپنے کام کے انتظامات پر تبادلہ خیال کرنا چاہئے، اور آجروں کو گھر سے کام کرنے والے اپنے ملازمین کی سہولت کے لئے ہر ممکن اقدام

اٹھانا چاہئے، بشمول دور دراز سے کام کرنے کے قابل بنانے والے مناسب آئی ٹی اور آلات کی فراہمی۔ جہاں لوگ گھر سے کام نہیں کرسکتے، وہاں آجروں کو ملازمین کو عوامی ٹرانسپورٹ کے مصروف اوقات اور راستوں سے بچنے میں مدد کے لئے اقدامات کرنا چاہئے۔

اگر COVID-19 [سیکیور گائیڈ لائنز](#) پر سختی سے عمل کیا جائے تو منتقلی کے خطرے کو کافی حد تک کم کیا جاسکتا ہے۔ جن لوگوں کو زیادہ خطرہ لاحق ہو ان پر اضافی توجہ دینی چاہئے۔

سکول یا کالج جانا

کالج، پرائمری (رسیپشن سے آگے) اور سیکنڈری سکول صرف [ولنریسل بچوں اور کریٹیکل ورکرز کے بچوں](#) کے لئے کھلے رہیں گے۔ دوسرے تمام بچے فروری کے وسط تک دور سے تعلیم حاصل کریں گے۔

امتحانات

ان حالات میں، پلان کے مطابق موسم گرما کے امتحانات کا منعقد ہونا ممکن نہیں۔ اسی مطابقت سے محکمہ تعلیم آفکوال (Ofqual) کے ساتھ مل کر تیزی سے مشورہ کرنے کے لئے متبادل انتظامات ترتیب دے گا تاکہ طلباء کو منصفانہ پیشرفت کی سہولت ملے۔

پروائڈرز پیشہ ورانہ اور تکنیکی امتحانات جاری رکھ سکتے ہیں جو جنوری میں ہونی ہیں، جب وہ فیصلہ کرتے ہیں کہ ایسا کرنا درست ہے۔

یونیورسٹیاں

وہ طلباء جو مندرجہ ذیل کورسز کی تربیت اور تعلیم حاصل کر رہے ہیں انہیں منصوبہ بندی کے مطابق روبرو سیکھنا چاہئے:

- میڈیسن او دندانسازی
- مضامین جو طب / صحت سے منسلک ہیں
- علم بیطاری (ویٹرنیری)
- ایجوکیشن (ابتدائی تربیت اساتذہ)
- سوشل ورک
- کورسز جن کے لئے پروفیشنل، سٹیٹیوری او ریگولیٹری باڈی (PSRB) کی تشخیص ضروری ہو اور یا ایک ایسی لازمی سرگرمی ہو جنوری کیلئے طے شدہ ہے اور جنہیں دوبارہ شیڈول نہیں کیا جاسکتا (اگر یہ آپ پر لاگو ہوتا ہے تو آپ کی یونیورسٹی آپ کو مطلع کرے گی)۔

واپس آنے والے طلباء کو یونیورسٹی واپسی پر دو بار ٹیسٹ کیا جانا چاہئے، یا بصورت دیگر انہیں دس دن کے لئے خود ساختہ علیحدگی اختیار کرنی چاہئے۔

جو طلباء ان کورسز میں نہیں ہیں، انہیں امکان کے مطابق وہاں رہنا چاہئے جہاں پر وہ موجود ہیں، اور اپنی یونیورسٹی یا کالج کی سہولت کے مطابق، کم از کم فروری کے وسط تک اپنا ٹرم آن لائن شروع کرنا چاہئے۔ اس میں دیگر عملی کورسز کے طالب علم شامل ہیں جو مذکورہ بالا فہرست میں نہیں ہیں۔

اس سے قبل ہم یونیورسٹیوں کو اس سلسلے میں ہدایت شائع کرچکے ہیں کہ کس طرح موسم بہار کے ٹرم میں طلباء اعلیٰ تعلیم میں بحفاظت واپس جاسکتے ہیں۔ اس رہنمائی میں یہ بتایا گیا ہے کہ ہم موسم سرما کے وقفے کے بعد ایسے طلباء کی اعانت کرنے کے لئے اعلیٰ تعلیم کے فراہم کنندگان کی مدد کریں گے جنہیں ممکنہ طور پر محفوظ طریقے سے واپس آنا ہوگا۔

اگر آپ یونیورسٹی میں رہتے ہیں تو آپ کو ٹرم کے دوران اپنے مستقل گھر اور طلباء گھر کے درمیان آگے پیچھے حرکت نہیں کرنا چاہئے۔

ان طلباء کے لئے جو روبرو سیکھنے کے اہل ہیں، آپ اپنی رسمی تعلیم یا تربیت کے لئے، جہاں ضروری ہو، اپنے اہل خانہ سے بڑے گروہوں میں مل سکتے ہیں۔ طلباء کو رہنمائی اور پابندیوں پر عمل کرنے کی توقع کرنی چاہئے۔ جب بھی

ممکن ہو تو آپ کو ان سے سماجی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے جن کیساتھ آپ نہیں رہتے ہیں۔

چائلڈ کیئر

والدین اور کیئررز چائلڈ کیئر تک کئی طریقوں سے رسائی کو جاری رکھ سکتے ہیں۔

- ابتدائی سالوں کے مراکز (نرسریز او چائلڈ مائنڈرز کے بشمول) کھلے رہیں گے۔
- چائلڈ مائنڈرز کو معمول کے مطابق بچوں کو آنے کی اجازت دینی چاہئے ماسوائے سکول کی عمر والے بچوں کے۔ اسکول کی عمر والے بچوں (رسپشن کے بچوں کے بشمول) کی دیکھ بھال کرنے والے چائلڈ مائنڈرز کو صرف [ولنریسل بچوں](#) اور [کریٹیکل ورکرز](#) کے بچوں کو ہی آنے کی اجازت دینی چاہئے۔
- [ولنریسل بچے اور کریٹیکل ورکرز کے بچے](#) رجسٹرڈ چائلڈ کیئر، چائلڈ مائنڈرز اور چلڈرن کیئر کی دیگر سرگرمیوں (بشمول ریپ اراؤنڈ کیئر) کا استعمال جاری رکھ سکتے ہیں
- والدین غیر رسمی چائلڈ کیئر کے مقاصد کے لئے ایک دوسرے گھرانے کے ساتھ چائلڈ کیئر کا بیل تشکیل دے سکتے ہیں، جب بچہ 14 سال سے کم عمر کا ہو۔ یہ بنیادی طور پر والدین کو کام کرنے کے قابل بنانے کے لئے ہے، اور بڑوں کو اسے سماجی رابطے کیلئے استعمال نہیں کرنا چاہئے
- کچھ گھرانے سپورٹ بیل میں رہنے سے بھی مستفید ہو سکیں گے
- نینیز خدمات فراہم کرنا جاری رکھ سکیں گی، بشمول گھروں کے اندر

سفر

آپ کو اپنے گھر سے نہیں نکلنا چاہئے جب تک کوئی معقول عذر موجود نہ ہو (جیسے کام یا تعلیم کے مقاصد سے متعلق)۔ اگر آپ کو سفر کرنے کی ضرورت ہے تو آپ کو لوکل رہنا چاہئے - یعنی اپنے گاؤں، قصبے یا شہر کے جس حصے میں آپ رہتے ہیں وہاں سے باہر جانے سے گریز کرنا - اور اپنے مجموعی سفروں کی تعداد کو کم کریں۔ جن وجوہات کی بناء پر آپ اپنے گھر اور علاقے سے نکل سکتے ہیں ان کی فہرست میں شامل ہیں، لیکن ان تک محدود نہیں ہیں:

- کام، جب آپ گھر سے معقول طور پر کام نہیں کرسکتے
- تعلیم تک رسائی اور کثیر کی ذمہ داریاں پوری کرنا
- آپ کے سپورٹ بیلر - یا چائلڈ کیئر کیلئے اپنے چائلڈ کیئر بیل - میں شامل افراد سے ملنا
- ہسپتال، جی پی اور دیگر میڈیکل اپوائنٹمنٹس یا ایسی ملاقاتیں جب آپ کو حادثہ پیس آیا ہو یا آپ اپنی صحت کے بارے میں فکر مند ہوں
- ضروری اشیا یا خدمات خریدنا، لیکن جہاں بھی ممکن ہو یہ آپ کے مقامی علاقے میں ہونی چاہئیں
- آؤٹ ڈور ورزش۔ یہ جہاں بھی ممکن ہو مقامی طور پر کیا جانا چاہئے، لیکن اگر ضروری ہو تو آپ اپنے علاقے میں تھوڑا فاصلہ طے کرسکتے ہیں (مثال کے طور پر، کھلی جگہ تک رسائی حاصل کرنے کیلئے)
- جانور کی دیکھ بھال اور ورزش، یا ویٹرنری خدمات کے لئے جانا

اگر آپ کیلئے سفر کرنا ضروری ہو تو جہاں ممکن ہو پیدل چلیں یا سائیکل چلائیں، اور آگے کی منصوبہ بندی کریں اور مصروف اوقات اور راستوں سے گریز کریں اس سے سفر کے دوران آپ سماجی دوری پر عمل کرنے کے قابل ہوں گے۔

اپنے گھرانے یا اپنے سپورٹ بیل سے باہر کسی کے ساتھ گاڑی شیئرنگ کے ذریعے سفر کرنے سے گریز کریں۔ [کار شیئرنگ سے متعلق رہنمائی](#) دیکھیں۔

اگر آپ کو سفر کرنے کے لئے پبلک ٹرانسپورٹ کی ضرورت ہو تو آپ کو [محفوظ سفر کی رہنمائی](#) پر عمل کرنا چاہئے۔

بين الاقوامى سفر

آپ صرف بين الاقوامى سطح پر - يا يوكے كے اندر - سفر كر سكتے هیں جهاں آپ كو پهلهے قانونى وجوه كى بنياد پر گهر سے نكلنے كى اجازت دى گئى هـ. علاوه ازيں، آپ كو اس ملك كے پبلڪ هيلته يعنى صحت عامه كى هدايات پر غور كرنا چاهيئے جهاں آپ جا ربه هـ.

اگر آپ كا بيرون ملك سفر كرنا ضرورى هـ (اور آپ كو قانونى طور پر اس كى اجازت هـ، مثال كے طور پر، يه كام كے لئه هـ)، اگرچه آپ اس جگه پر واپس جا ربه هـ جهاں آپ پهلهے گئے هـ، تو آپ كو اپنى منزل مقصود ميں لاگو قواعد اور [فارن، كامن ويلته اينڈ ڈوبلپمينٹ آفيس \(اف سى ڈى او\) كے سفرى مشورے](#) كو ديكهنا چاهيئے.

فى الحال بيرون ملك برطانيه كے رهايشيوں كو فورى طور پر وطن واپس آنے كى ضرورت نهى هـ. تاہم، آپ كو واپسى كے انتظامات كے لئه اپنى ايئر لائن يا ٹريول آپريٹر سے پته لگا لینا چاهيئے.

غير ملكى شهريوں كے لئه 'گهر پر قيام' كے قواعد كا اطلاق هوتا هـ. آپ كو بيرون ملك سفر نهى كرنا چاهيئے جب تك اس كى اجازت نه هـ. اس كا مطلب هـ كه آپ كو باليڈے پر نهى جانا چاهيئے.

اگر آپ برطانيه آئے هئے هیں تو آپ گهر واپس جاسكتے هیں. آپ كو يه ديكهنا چاهيئے كه آيا آپ كى منزل مقصود پر كوئى پابندىاں تو نهى هیں.

گهر سے دور رات گزارنا

آپ اپنا گهر يا وه جگه نهى چهوڑ سكتے جهاں آپ چهٹياں گزار ربه هـ يا رات گزارنے كيلئه مقيم هـ جب تك آپ كے پاس ايسا كرنے كا كوئى معقول عذر نه هـ. اس كا مطلب يه هـ كه برطانيه كے اندر اور بيرون ملك تعطيلات گزارنے كى اجازت نهى هـ.

اس میں دوسرے گھر یا کارواں میں رہنا بھی شامل ہے، اگر یہ آپ کی بنیادی رہائش گاہ نہیں ہے۔ اس میں کسی کے ساتھ رہنا بھی شامل ہے جس کے ساتھ آپ نہیں رہتے الا یہ کہ وہ آپ کے سپورٹ بلبل میں شامل ہوں۔

آپ کو گھر سے دور رات گزارنے کی اجازت ہے اگر آپ:

- اپنے سپورٹ بلبل سے مل رہے ہیں
- اپنی اصلی رہائش گاہ پر واپس نہیں جاسکتے
- کو گھر منتقل کرتے وقت رہائش کی ضرورت ہے
- کو تجہیز و تکفین یا متعلقہ یادگاری تقریب میں شرکت کے لئے رہائش کی ضرورت ہے
- کو کام کے مقاصد کے لئے، یا رضاکارانہ خدمات فراہم کرنے کے لئے رہائش کی ضرورت ہے
- ایسا بچہ ہیں جس کو اسکول یا کئیر کے لئے رہائش کی ضرورت ہے
- بے گھر شخص ہیں، پناہ مانگ رہے ہیں یا بطور ایک ولنریبل شخص کے پناہ گاہ کی تلاش میں ہیں، یا نقصان سے بچاؤ کی تلاش میں ہیں (مثال کے طور پر گھریلو زیادتی)
- نامور کھلاڑی ہیں یا ان کا سپورٹ عملہ یا والدین ہیں، اگر ایتھلیٹ 18 سال سے کم ہے اور تربیت یا مقابلہ کیلئے آپ کی گھر سے باہر موجودگی ضروری ہے

اگر پہلے سے ہی بالیڈے پر ہیں، تو عملی طور جتنا جلدی ممکن ہو آپ کو اپنے گھر واپس جانا چاہئے۔

مہمانو کو رہائش فراہم کرنے والے مقامات جیسے ہوٹل ، بی اینڈ بی اور کارواں پارکس قانون میں طے شدہ خاص وجوہات کی بناء پر کھلے رہ سکتے ہیں، بشمول اس کے کہ جب مہمان اپنی اصلی رہائش گاہ پر واپس نہیں جاسکتے ہوں، اس مہمان خانے کو اپنی رہائش گاہ کے طور پر استعمال کر رہے ہوں، گھر کی منتقلی کے دوران رہائش کی ضرورت ہو، قانونی ضرورت کے مطابق خود ساختہ علحدگی اختیار کر رہے ہوں، یا بصورت دیگر رہائشگاہ کے بند ہونے

کے نتیجے میں بے گھر ہوں۔ [انگلینڈ میں کچھ خاص کاروبار اور مقامات کو بند کرنے سے متعلق رہنمائی](#) میں وجوہات کی مکمل فہرست مل سکتی ہے۔

رہائش فراہم کرنے والوں کو بھی بے گھر افراد سمیت ولنرایبل گروپوں کو رہائش فراہم کرنے کے لئے مقامی حکام کے ساتھ باہمی تعاون کے ساتھ کام کرنے کی ترغیب دی جاتی ہے۔

کثیر ہوم کے وزٹ

کثیر ہومز میں ملاقاتوں کا اہتمام مستحکم سکرینوں، وزٹنگ پاڈز اور کھڑکی کے پیچھے ملاقاتوں جیسے انتظامات کی مدد سے ہوسکتا ہے۔ قریبی میل والے کے انڈور ملاقاتوں کی اجازت نہیں ہے۔ پھیلاؤ کی صورت میں کسی قسم کے وزٹ کی اجازت نہیں ہوگی۔

آپکو [کوویڈ 19 کے دوران کثیر ہومز](#) کے بارے میں رہنمائی کو دیکھ لینا چاہئے تاکہ معلوم کریں کہ ملاقاتیں کیسے کی جائیں۔ رہائشی باہر جانے کے موقع پر لوگوں سے انڈور نہیں مل سکتے ہیں (مثال کے طور پر، خاندانی گھر میں اپنے رشتہ داروں سے ملنے کے لئے)۔ [سپورٹڈ لونگ میں موجود افراد کیلئے الگ رہنمائی](#) موجود ہے۔

جنازے

جنازوں کو حاضری پر سخت حدود کے ساتھ اجازت دی جاتی ہے، اور سوائے استثنائی حالات کے یہ صرف کوویڈ-19 محفوظ مقامات میں یا آؤٹ ڈور عوامی مقامات میں ہونے چاہئیں۔

تجهیز و تکفین میں زیادہ سے زیادہ 30 افراد تک شرکت کرسکتے ہیں۔ منسلکہ مذہبی، عقیدے پر مبنی یا یادگاری واقعات جیسے سٹون سیٹنگ (تنصیب سنگ) اور راکھ کا بکھیرنا بھی 6 افراد تک کی حاضری کے ساتھ جاری رہ سکتا ہے۔ کوئی بھی کام کرنے والا اس حد میں شمار نہیں ہوتا۔ ان لوگوں کے مابین

سماجی فاصلے کی پیروی کی جانی چاہئے جو اکٹھے نہیں رہتے ہیں یا سپورٹ بیل میں شریک نہیں ہیں۔

شادی بیاہ، سول پارٹنرشپ او مذہبی عبادات

شادیوں اور سول پارٹنرشپ کی تقریبات کے انعقاد میں صرف 6 تک افراد ہونے چاہئیں۔ کوئی بھی کام کرنے والا ان میں شمار نہیں ہوتا۔ یہ صرف غیر معمولی حالات میں ہی منعقد ہونے چاہئیں، مثال کے طور پر، ایک ایسی فوری شادی جہاں شادی کرنے والوں میں سے ایک شدید بیمار ہو اور اس کی صحتیابی کی توقع نہیں ہو، یا وہ مفلوج کرنے والے علاج یا زندگی کو بدلنے والی سرجری سے گزرنے والا ہو۔

شادی اور سول پارٹنرشپ کی تقریبات صرف کوویڈ-19 محفوظ مقامات یا آؤٹ ڈور عوامی جگہوں میں ہی ہونی چاہئیں، جب تک کہ استثنائی حالات نہ ہوں۔

عبادت گاہیں

آپ کسی عبادت گاہ میں عبادت کیلئے جا سکتے ہیں۔ تاہم، آپ کو اپنے گھر یا سپورٹ بیل سے باہر کسی سے بھی اختلاط نہیں رکھنا چاہئے۔ آپ کو تمام اوقات میں سختی کیساتھ سماجی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے۔

آپ کو [عبادت گاہوں کے محفوظ استعمال کے بارے میں قومی رہنمائی](#) کی پیروی کرنی چاہئے۔

کھیل اور جسمانی سرگرمی

انڈور جم اور کھیل کی سہولت گاہیں بند رہیں گی۔ آؤٹ ڈور سپورٹس کورٹ، آؤٹ ڈور جم، گولف کورس، آؤٹ ڈور سوئمنگ پول، تیر اندازی/ڈرائیونگ/شوٹنگ رینجز اور سواری کے مراکز بھی بند ہونگے۔ معذور افراد کیلئے منظم آؤٹ ڈور کھیل جاری رہیں گے۔

ایلیٹ سپورٹس جاری رہ سکتے ہیں۔ [ایلیٹ کھیل کی مرحلہ وار واپسی پر مزید](#)
رہنمائی موجود ہے

گھر کی منقلی

آپ اب بھی گھر منتقل کرسکتے ہیں آپ کے گھر یا "[سپورٹ لیل](#)" سے باہر والے افراد کو گھر منتقل کرنے میں مدد نہیں کرنی چاہئے جب تک کہ یہ بالکل ضروری نہ ہو۔

اسٹیٹ اور مکانات کے کرائے کے ایجنٹوں اور ریموول فرموں کا کام جاری رہ سکتا ہے۔ اگر منتقلی کا ارادہ رکھتے ہیں تو آپ مکان دیکھنے کیلئے جا سکتے ہیں۔

[گھر کی منتقلی کے بارے میں قومی رہنمائی کی پیروی کریں](#) ، جس میں سماجی دوری، تازہ ہوا کو اندر آنے کا موقع دینے اور [چہرے کو ڈھانپنے](#) کے بارے میں مشورہ شامل ہے

مالی معاونت

آپ جہاں کہیں بھی رہتے ہیں یہ مالی مدد حاصل سکتے ہیں:

- [مالی معاونت کاروباروں کے لئے ہکجز](#)
- [ٹرننگ والی پابندیوں کی وجہ سے بند ہونے والے کاروباروں کے لئے مالی معاونت](#)
- [کرونا وائرس جاہ ریٹنشن سکیم کے تحت ایمپلائی وجز کلیم کریں](#)
- [چیک کریں کہ کیا آپ سیلف ایمپلائڈ انکم سپورٹ سکیم کے تحت گرانٹ کلیم کر سکتے ہیں](#)
- [مالی مدد اگر آپ کورونا وائرس کی وجہ سے کام سے فارغ ہیں](#)

کاروبار اور وینیوز

کاروبار اور مقامات جن کا بند ہونا ضروری ہے

سماجی رابطے کو کم کرنے کے لئے، قواعد و ضوابط کی رو سے کچھ کاروباروں کو بند کرنے اور کچھ کاروباروں پر اشیاء اور خدمات کی مہیا کرنے کے طریقے کے سلسلے میں پابندیاں عائد کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ جن بزنسوں کا بند ہونا ضروری ہے ان کی مکمل فہرست انگلینڈ میں کچھ خاص کاروبار اور مقامات کو بند کرنے سے متعلق رہنمائی کی وجوہات میں مل سکتی ہے، لیکن ان میں شامل ہیں:

- غیر ضروری خوردہ اشیاء، جیسے کپڑے اور گھریلو سامان کی دکانیں، گاڑیوں کے شوروم (کرائے کے علاوہ)، جوئے کی دکانیں، درزی، تمباکو اور ویپ کی دکانیں، الیکٹرانک سامان اور موبائل فون کی دکانیں، نیلام گھر (سوائے مویشیوں یا زرعی سامان کی نیلامی کے) اور غیر ضروری سامان فروخت کرنے والے منڈیوں کے اسٹال۔ یہ مقامات کلیک اینڈ کلیکٹ (جہاں سامان کا پہلے سے آرڈر دیا جاتا ہے اور احاطے میں جمع کیا جاتا ہے) اور ڈیلیوری سروسز کے ذریعے کام جاری رکھ سکتے ہیں۔
- مہمان نوازی کے مقامات جیسے کیفے، ریستوران، پب، بار اور سوشل کلب; ٹیک اوے (رات 11 بجے تک)، کلک اینڈ کلیکٹ، ڈرائیو تھرو یا ڈیلیوری کے ذریعے کھانے پینے کی فراہمی کی رعایت کے ساتھ۔ تمام کھانے پینے کی چیزیں (بشمول الکحل) ڈیلیوری کے ذریعے فراہم کی جاسکتی ہیں۔
- رہائشی مقامات جیسے ہوٹلز، باسٹلز، گیسٹ ہاؤسز اور کیمپسائٹس، سوائے خاص حالات کے، جیسے کہ یہ کسی کی مرکزی رہائش گاہ کے طور پر کام کرتی ہے، جہاں وہ شخص گھر واپس نہیں جاسکتا ہے، بے گھر افراد کو رہائش یا امداد فراہم کرنے کے لئے، یا جب کام کے مقاصد کے لئے وہاں رہنا ضروری ہو۔
- تفریحی کھیلوں کی سہولت گاہیں، جیسے تفریحی مراکز اور انڈور جم، سوئمنگ پول، سپورٹس کورٹ، فٹنس اور ڈانس سٹوڈیوز، گھڑ سواری کے مراکز اور چڑھنے والی دیواریں اور گولف کورس۔

- تفریحی مقامات جیسے تھیٹر، کنسرٹ ہال، سینما گھر، میوزیم اور گیلری، کیسینو، تفریحی آرکیڈز، بنگو ہالز، بولنگ الیز، سکیٹنگ رنگز، گو-کارٹنگ وینیوز، انڈور پلے اور سافٹ پلے مراکز اور ایریاز (بشمول انفلٹیبل پارکس اور ٹرامپولیننگ سینٹرز)، سرکس، میلوں کے میدان، فن فیئرز، مقامات، واٹر پارکس اور تھیم پارک
- جانوروں کے دلکش مقامات (جیسے چڑیا گھر، سفاری پارکس، ایکویریم اور وائلڈ لائف مراکز)
- انڈور دلکش مقامات جیسے نباتاتی باغات، لوک ورثہ کے مراکز اور لینڈمارکس کو بھی بند کرنا ضروری ہے، اگرچہ ان احاطوں کے بیرونی میدان آؤٹ ڈور ورزش کیلئے کھلے رہ سکتے ہیں
- ذاتی نگہداشت کی سہولت گاہیں جیسے ہال، بیوٹی، ٹیننگ اور نیل سیلون۔ ٹیٹو پارلر، سپاز، مساج پارلر، جسم اور جلد چھیدنے والی سروسز کو بھی بند کرنا ہوگا۔ یہ خدمات دوسرے لوگوں کے گھروں میں فراہم نہ کی جائیں
- کمیونٹی مراکز اور ہال بند ہونگے سوائے محدود چھوٹی چھوٹی سرگرمیوں کے، جیسا کہ ذیل میں بتایا گیا ہے۔ آئی ٹی اور ڈیجیٹل سروسز تک رسائی فراہم کرنے کے لئے لائبریریاں بھی کھلی رہ سکتی ہیں - مثال کے طور پر ان لوگوں کے لئے جن کے گھروں میں یہ نہیں - اور کلک اینڈ کلیکٹ سروسز کیلئے

ان میں سے کچھ کاروبار اور مقامات کو محدود مستثنیٰ سرگرمیوں کے لئے بھی کھلا رہنے کی اجازت ہوگی۔ [انگلینڈ میں کچھ خاص کاروبار اور مقامات کو بند کرنے سے متعلق رہنمائی](#) میں استثنات کی مکمل فہرست مل سکتی ہے، لیکن ان میں شامل ہیں:

- تعلیم اور تربیت - اسکولوں کے لئے کھیلوں، تفریحی اور کمیونٹی سہولیات کا استعمال جہاں پر یہ ان کی معمول کی فراہمی کا حصہ ہوں

- ان بچوں کے لئے چائلڈ کیئر کے مقاصد والی زیر نگرانی سرگرمیاں جو شرکت کرنے کے اہل ہوں
- خون کا عطیہ دینے والے سیشن اور فوڈ بینکوں کی میزبانی کرنا
- طبی علاج فراہم کرنا
- ایلینٹ کھیلوں کے افراد کو تربیت اور مقابلہ کرنے کے لئے (انڈور اور آؤٹ ڈور کھیلوں کی سہولیات گاہوں میں)، اور پیشہ ور رقص اور کوریوگرافر کے کام کرنے کے لئے (فٹنس اور ڈانس سٹوڈیوز میں)
- سامعین کے بغیر تربیت اور مشق کے لئے (تھیٹر اور کنسرٹ ہالوں میں)
- فلم اور ٹی وی فلم بندی کے مقاصد کے لئے

وہ کاروبار اور وینیوز جو کھلے رہ سکتے ہیں

کوویڈ-19 محفوظ ہدایات پر عمل کرتے ہوئے دوسرے کاروبار اور وینیوز کو کھلا رہنے کی اجازت ہے۔ ضروری اشیاء اور خدمات فراہم کرنے والے کاروبار کھلے رہ سکتے ہیں۔ [انگلینڈ میں کچھ خاص کاروبار اور مقامات کو بند کرنے سے متعلق رینمائی](#) میں کاروباروں کی مکمل فہرست مل سکتی ہے، لیکن ان میں شامل ہیں:

- خوراک کی دکانیں، سپر مارکیٹیں، فارمیسیز، گارڈن سنٹرز، بلڈنگ مرچنٹس اور بلڈنگ پروڈکٹس کے سپلائرز اور آف لائنس جیسے ضروری خوردہ فروش
- ضروری خوردہ فروخت کرنے والے مارکیٹ سٹال بھی کھلے رہ سکتے ہیں
- مرمت کی خدمات فراہم کرنے والے کاروبار بھی کھلے رہ سکتے ہیں، جب ان کا بنیادی کام مرمت کی خدمات پیش کرنا ہو
- پٹرول سٹیشن، خودکار (لیکن دستی نہیں) کار واش، گاڑی کی مرمت والے گاراج اور ایم او ٹی خدمات، سائیکل کی دکانیں، اور ٹیکسی اور گاڑیوں کے کرایے والے کاروبار

- بینک، بلڈنگ سوسائٹیز، ڈاکخانے، قلیل مدتی قرض فراہم کرنے والے اور رقم کی منتقلی والے کاروبار
- جنازوں کے ڈائریکٹرز
- لانڈری اور ڈرائی کلینرز
- میڈیکل او ڈینٹل سروسز
- جانوروں کی دیکھ بھال اور فلاح و بہبود کے لئے مصنوعات اور کھانے پینے کے بیٹاری (ویٹ) اور خوردہ فروش
- جانوروں کے تحفظ کے مراکز، بورڈنگ کی سہولیات، اور جانوروں کی دیکھ بھال کرنے والے (جمالیاتی مقاصد کے بجائے جانوروں کی فلاح و بہبود کے لئے استعمال کئے جاسکتے ہیں)
- زرعی سامان کی فراہمی کی دکانیں
- نقل و حرکت اور معذوری کی معاون دکانیں
- سٹوریج اور ڈسٹری بیوشن کی سہولت گاہیں
- کار پارک، عوامی بیت الخلاء اور موٹروے سروس والے مقامات
- آؤٹ ڈور کھیلوں کے میدان
- ورزش کے لئے نباتاتی باغات کے بیرونی حصے اور بیرٹیج والے مقامات
- عبادت گاہیں
- کریمیٹوریم او قبرستان

صحت کی دیکھ بھال اور عوامی خدمات

این ایچ ایس اور طبی خدمات کھلی رہیں گی، جن میں شامل ہیں:

- ڈینٹل سروسز،
- آپٹیشنز،
- آڈیولوجی سروسز،
- کایروپوڈی،
- کایروپریکٹرز،
- اوسٹیوپیتھس

- دیگر طبی یا صحت کی خدمات، بشمول ذہنی صحت سے متعلق خدمات

ہم محفوظ طریقے کیساتھ فوری اور غیر ہنگامی خدمات انجام دینے کے لئے این ایچ ایس کی حمایت کر رہے ہیں، اور یہ ضروری ہے کہ جو بھی یہ سمجھتا ہو کہ انہیں کسی بھی قسم کی طبی دیکھ بھال کی ضرورت ہے وہ آئیں اور مدد حاصل کریں۔

عوامی خدمات کی اکثریت جاری رہے گی اور آپ وہاں جانے کے لئے گھر سے نکل سکیں گے۔ ان میں شامل ہے:

- جاب سنٹر پلس سائٹس
- عدالتیں اور پروبیشن خدمات
- سول رجسٹری دفاتر
- پاسپورٹ اور ویزا خدمات
- متاثرین کو فراہم کی جانے والی خدمات
- فضلے یا ری سائیکلنگ کے مراکز
- ایم او ٹی حاصل کرنا، اگر قانونی طور پر گھر چھوڑتے وقت آپ کو گاڑی چلانے کی ضرورت ہو تو