

رہنمائی

(کووڈ-19) کورونا وائرس کی پابندیاں:

جو آپ کرسکتے ہیں اور نہیں کرسکتے

کورونا وائرس ملک بھر میں ایک شدید خطرہ ہے۔ معلوم کریں کہ آپ کیا کرسکتے ہیں اور کیا نہیں کرسکتے۔

منجانب:

[کنٹ آفس](#)

شائع شدہ:

29 مارچ 2021

آخری بار اپڈیٹ شدہ:

12 اپریل 2021 — تمام اپڈیٹس دیکھیں

لاگو ہوتا ہے:

انگلینڈ پر (ویلز، سکاٹ لینڈ، اور شمالی آئر لینڈ کے لئے رہنمائی ملاحظہ کریں)

فہرست

12 اپریل: کیا کچھ بدل چکا ہے
اپنے آپ کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنا
اہل خانہ اور دوستوں سے انڈور یعنی عمارتوں کے اندر ملنا
اہل خانہ اور دوستوں سے آؤٹ ڈور یعنی عمارتوں کے باہر ملنا (6 کا اصول)
سپورٹ اور چائلڈ کیئر بیلز
کام پر جانا
سکول یا کالج جانا
یونیورسٹیاں اور اعلیٰ تعلیم
چائلڈ کیئر
پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس
نگہداشت یا مدد فراہم کرنا
سپورٹ گروپس
ورزش، کھیل اور جسمانی سرگرمی
جنازے اور منسلکہ یادگاری تقریبات
شادیوں اور سول پارٹنرشپ کی تقریبات اور استقبالے
عبادتگاہیں
رضاکارانہ اور رفاہی خدمات
دیگر صورتیں جہاں آپ چھ افراد یا دو گھرانوں سے بڑے گروپوں میں جمع ہوسکتے ہیں
اگر آپ ضوابط توڑتے ہیں
کثیر بوم کے وزٹ
گھر سے دور رات گزارنا
انگلینڈ کے اندر سفر کرنا
برطانیہ، جمہوریہ آئرلینڈ اور چینل آئی لینڈ کے اندر سفر کرنا
بین الاقوامی سفر
گھر بدلنا
مالی معاونت
کاروبار اور وینیوز
صحت کی دیکھ بھال اور عوامی خدمات
ڈرائیونگ لیسنز اور ڈرائیونگ سیکھنا
لارج پرنٹ، ایزی ریڈ اور تراجم

اس صفحے کو پرنٹ کریں

12 اپریل: کیا کچھ بدل چکا ہے

12 اپریل سے اس بارے میں کچھ ضوابط تبدیل ہو رہے ہیں کہ آپ کیا کر سکتے ہیں اور کیا نہیں کر سکتے۔ تاہم، بہت سی پابندیاں برقرار ہیں۔ آپ کو کسی ایسے فرد سے انڈور سماجی میل جول نہیں رکھنا چاہئے جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے ماسوا اس کہ آپ نے اُن کے ساتھ سپورٹ بیل بنا رکھا ہو یا کسی دیگر استثنیٰ کا اطلاق ہوتا ہو۔ جہاں تک ممکن ہو لوگوں کو گھروں سے کام کرتے رہنا چاہیئے اور جہاں ممکن ہو اپنے سفروں کی تعداد کو کم سے کم رکھیں۔ آپ کو [ٹیسٹ کر لینا](#) چاہئے اور اگر آپ کو کوویڈ-19 کی علامات ہوں تو [گھر پر رہنے کی رہنمائی](#) پر عمل کرنا چاہئے۔

مزید معلومات کے لئے کہ کیسے انگلینڈ میں کوویڈ-19 کے بارے میں پابندیاں نرم کی جائیں گی، آپ '[کوویڈ-19 رسپانس - سپرنگ 2021](#)' (روڈ میپ آؤٹ آف لاک ڈاؤن) پڑھ سکتے ہیں۔ [یہ قانون پر مبنی ہے۔](#)

12 اپریل سے:

- غیر ضروری خوردہ فروشی دوبارہ کھل سکتی ہے
- پرسنل کیئر فراہم کرنے والی دکانیں جیسے حجام اور نیل سیلون دوبارہ سے کھل سکیں گے
- عوامی عمارتیں، جیسے لائبریریاں اور کمیونٹی مراکز دوبارہ سے کھل سکتے ہیں
- آؤٹ ڈور یعنی کھلی فضا میں موجود میزبانی کے مراکز دوبارہ سے کھل سکیں گے، صرف ٹیبل سروس کے لیے
- کھلی فضا میں موجود زیادہ تر دلچسپی کے مراکز، چڑیا گھروں، تھیم پارکس، اور ڈرائیو-ان پرفارمنسز (جیسے سینما گھر اور کنسرٹس یعنی محافل موسیقی) سمیت دوبارہ سے کھل سکیں گے
- کھلی فضا میں منعقد ہونے والی کچھ چھوٹی تقاریب جیسے فیٹس یعنی میلوں، ادبی میلوں اور فیئر گراؤنڈز کا انعقاد ہو سکے گا
- انفرادی طور پر ورزش کرنے یا اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل کے ساتھ مل کر ورزش کرنے کے لئے انڈور تفریح اور کھیلوں کے مراکز دوبارہ سے کھل سکیں گے

- سب بچوں کیلئے تمام تر چائلڈ کیئر اور زیر نگرانی سرگرمیوں کی انڈورز (کے علاوہ آؤٹ ڈورز بھی) اجازت ہوگی۔ پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس کا انعقاد انڈورز (کے علاوہ آؤٹ ڈورز بھی) 15 تک افراد کے لیے ہو سکتا ہے (5 سال سے کم عمر بچوں کو اس تعداد میں شمار نہیں کیا جائے گا)
- شادیاں، سول پارٹنرشپس کی تقاریب، رت جگے یعنی ویکس اور دیگر یادگاری تقاریب 15 تک حاضرین کے لیے منعقد ہو سکیں گی (کام کرنے والا کوئی فرد اس حد میں شمار نہ کیا جائے گا)، بشمول انڈور مقامات کے اندر جنہیں کھلنے کی اجازت ہے یا جن پر کسی استثنیٰ کا اطلاق ہوتا ہے۔ 15 تک افراد کے لیے ویڈنگ استقبالیوں یعنی ولیموں کی تقریبات ہو سکتی ہیں لیکن انہیں باہر کھلی فضا میں منعقد ہونا چاہیے، نجی باغیچوں میں انہیں نہیں ہونا چاہیے
- انگلینڈ میں خود مکتفی رہائشی مقامات شب بسری کے مقاصد کے لیے کھل پائیں گے جن میں آپ اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل کے ساتھ قیام کر سکیں گے
- کیئر بومز کے رہائشی باقاعدگی سے انڈورز ملاقاتیں کرنے کے لیے دو نامزد افراد کو نامزد کر سکیں گے (ریپڈ لیٹرل فلو ٹیسٹ کے بعد)
- اگر آپ کر سکیں تو آپ کو گھر سے کام کرتے رہنا چاہیے اور جہاں ممکن ہو اپنے سفروں کی تعداد کو کم سے کم رکھیں

اپنے آپ کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنا

سماجی فاصلہ برقرار رکھنا اب بھی بہت اہم ہے۔ جن لوگوں کیساتھ آپ نہیں رہتے ہیں تو جہاں بھی ممکن ہو ان سے 2 میٹر کے فاصلے پر رہیں، یا اگر آپ 2 میٹر دور نہیں رہ سکتے تو اضافی احتیاطی تدابیر رکھتے ہوئے 1 میٹر کے فاصلے پر رہیں (جیسے چہرے کا ڈھانپنا)

آپ کو ہمیشہ [کورونا وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے کے طریقہ کار سے متعلق](#) [رہنمائی](#) پر عمل کرنا چاہئے، اگر آپ نے کوویڈ - 19 کے خلاف ویکسین لگائی ہوئی ہو تو بھی۔

کوویڈ-19 کی منتقلی کو محدود کرنے کے لئے آپ کو اس رہنمائی کی مکمل پیروی کرنی چاہئے۔ [یہ قانون پر مبنی ہے۔](#)

چہرے کا ڈھانپنا

آپ کو بہت سے انڈور مقامات میں چہرے کو ڈھانپنا ہوگا، جیسے دکانوں اور عبادت گاہوں اور پبلک ٹرانسپورٹ پر، ماسوا اس کے کہ آپ کو استثنیٰ حاصل ہو یا کوئی معقول جواز موجود ہو۔ یہ قانون ہے۔ [چہرہ ڈھانپنے سے متعلق رہنمائی پڑھیں۔](#)

اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور (ولنریبل) ہیں

اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی ولنریبل ہیں تو آپ کو کورونا وائرس سے شدید بیماری کا زیادہ خطرہ ہوسکتا ہے۔

اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور ہیں تو آپ کو مزید شیلڈنگ گائڈنس پر عمل کرنے کا مشورہ نہیں دیا جا رہا۔ تاہم آپ کو [طبی لحاظ سے انتہائی ولنریبل لوگوں کے لئے رہنمائی](#) پر عمل پیرا رہنا چاہئے اور آپ کو تاکید کی جاتی ہے کہ آپ اپنی حفاظت کرنے کے لیے اضافی احتیاطی تدابیر اختیار کرنا جاری رکھیں۔ یہ اہم ہے کہ آپ اپنے سماجی میل جول کی تعداد کو کم رکھیں اور جہاں آپ سماجی فاصلہ برقرار رکھنا مشکل ہو تو ان مقامات پر آپ جو وقت گزارتے ہوں اسے محدود کرنے کی کوشش کریں۔

اگر آپ کو کوویڈ-19 کے خلاف ویکسین کے ٹیکے لگائے گئے ہیں

اپنے آپ کو اور اپنے دوستوں، فیملی اور کمیونٹی کو بچانے میں مدد کے لئے آپ کو اس صفحے پر دی گئی ساری رہنمائی پر عمل کرنا جاری رکھنا چاہئے حتیٰ کہ اگر آپ نے [کوویڈ-19 کے خلاف ویکسین لی بھی ہو۔](#)

ویکسین کو زیادہ تر لوگوں میں شدید بیماری کے امکان کو کم کرنے کے لئے دکھایا گیا ہے۔ باقی تمام دوائیوں کی طرح کوئی بھی ویکسین مکمل طور پر

موثر نہیں، لہذا جنہوں نے یہ ویکسین لی ہو انہیں انفیکشن سے بچنے کے لئے سفارش کردہ احتیاطی تدابیر جاری رکھنی چاہئیں۔

ہمیں معلوم نہیں کہ یہ ویکسین کوویڈ 19 کو پھیلنے سے کس حد تک روکتی ہے۔ حتیٰ کہ اگر آپ نے ویکسین لی بھی ہو تب بھی آپ کوویڈ 19 کو دوسروں کو منتقل کرسکتے ہیں۔

ایسمپٹومیٹک یعنی بغیر علامات کے کی جانے والی ٹیسٹنگ

بغیر علامات کے کسی بھی فرد کے لیے ریپڈ لیٹرل فلو ٹیسٹنگ اب دستیاب ہے۔ آپ فارمیسیز، ٹیسٹنگ سائٹس، آجرین، سکولوں، کالجوں اور یونیورسٹیوں سے ٹیسٹس حاصل کر سکتے ہیں۔

[مزید معلومات حاصل کریں کہ کسے ریپڈ لیٹرل فلو ٹیسٹ حاصل کیا جاسکتا ہے](#)

ہفتے میں دوبار ٹیسٹنگ کرنے سے یہ یقینی بنانے میں مدد ملے گی کہ آپ کو کوویڈ-19 نہیں ہے، جس سے آپ کے اردگرد موجود لوگوں کو درپیش خطرہ کم ہو جائے گا۔

اگر آپ میں علامات موجود ہو تو آپ کو [پی سی آر ٹیسٹ حاصل کرنا](#) جاری رکھنا چاہیے۔ اگر آپ کو پوری طرح علم نہیں تو آپ [معلوم کر سکتے ہیں کہ آپ کو کونسا کرونا وائرس ٹیسٹ حاصل کرنا چاہیے۔](#)

اہل خانہ اور دوستوں سے انڈور ملنا

آپ کو کسی ایسے فرد سے انڈور نہیں ملنا چاہئے جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے، ماسوا اس کے کہ آپ نے ان کے ساتھ [سیورٹیل](#) بنا رکھا ہو (اگر آپ اہل ہیں)، یا کوئی دیگر قانونی استثنیٰ لاگو ہوتی ہو۔

اہل خانہ اور دوستوں سے آؤٹ ڈور ملنا (6 کا اصول)

جن دوستوں اور فیملی والوں کے ساتھ آپ نہیں رہتے ان کیساتھ آپ آؤٹ ڈور دو صورتوں میں مل سکتے ہیں:

- گھرانے کی کسی بھی تعداد سے 6 تک کے گروپ میں (6 کی حد کے حساب میں ہر عمر کے بچے شمار ہوتے ہیں)
- دو گھرانوں سے کسی بھی سائز کے گروپ میں مل سکتے ہیں (ایک گھرانے میں ایک موجودہ سپورٹ بیل بھی شامل کیا سکتا ہے، اگر اہل ہو)

اگر آپ سپورٹ بیل میں ہیں

اگر آپ ایک [سپورٹ بیل](#) تشکیل دینے کے اہل ہیں تو دوسروں سے آؤٹ ڈور ملتے وقت آپ اور آپ کے بیل کو 2 گھرانوں کی حد کے حساب سے ایک گھرانہ شمار کیا جاتا ہے۔ مثال کے طور پر اس کا مطلب ہے کہ آپ اور آپ کا سپورٹ بیل کسی دوسرے گھرانے سے مل سکتا ہیں، خواہ اس گروپ میں 6 سے زیادہ افراد شامل ہوں۔

جہاں آپ مل سکتے ہیں

آپ 6 کے گروپ میں یا 2 گھرانوں کے کسی بھی سائز کے بڑے گروپ میں (ان کے سپورٹ بیلز سمیت) آؤٹ ڈور مل سکتے ہیں۔ اس میں پرائیویٹ آؤٹ ڈور مقامات، جیسے باغات، اور دیگر بیرونی پبلک مقامات اور وینیوز جو کھلے رہتے ہیں، شامل ہیں۔ ان میں درج ذیل شامل ہیں:

- پارک، ساحل سمندر، عوامی دسترس والے دیہی مضافات (کنٹری سائڈ)، جنگلات
- پبلک اور بوٹھنیکل گارڈنز

- تاریخی ورثے والے مقامات کی گراؤنڈز
- آؤٹ ڈور مجسموں کے پارک
- الاٹمینٹس
- پبلک کھیلوں کے میدان
- کھیلوں کے آؤٹ ڈور مقامات اور سہولیات
- آؤٹ ڈور مہمان نوازی کرنے والے مقامات
- آؤٹ ڈور دلچسپی والی جگہیں

اگر آپ کو کسی باغ یا کسی اور آؤٹ ڈور جگہ تک جانے کے لئے کسی مکان میں سے گزر کے جانا پڑنا ہے اور وہاں رسائی کا کوئی متبادل راستہ نہیں ہے تو آپ کو چہرہ ڈھانپنا چاہئے، داخل ہوتے وقت اپنے ہاتھوں کو دھونا یا سینٹائز کرنا چاہئے، اور پھر سیدھے بیرونی جگہ پر جانا چاہئے۔ اگر آپ کو ہاتھ روم استعمال کرنے کی ضرورت ہو تو اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح دھو لیں اور فوری طور پر باہر چلے جائیں۔ اپنے اہل خانہ یا سپورٹ بیل سے باہر کسی بھی فرد سے آپ کو سماجی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے، اور میزبانوں کو تازہ ہوا (وینٹیلیشن والی گائڈنس) پر عمل کرنا چاہیے۔

جب آپ زیادہ لوگوں سے مل سکتے ہوں یا انڈورز مل سکتے ہوں

6 افراد یا 2 گھرانوں کی حد سے زیادہ بڑے اجتماعات، یا گھر کے اندر اجتماعات، اس وقت ہی ہوسکتے ہیں جب انہیں کسی استثناء کی اجازت ہو۔ یہ استثناء اس صفحے پر درج ہیں۔

مثال کے طور پر اس کا مطلب ہے اگر کوئی کاریگر حد کی خلاف ورزی کئے بغیر وہاں کام کیلئے اور ایک نکاح خواہ شادی کیلئے موجود ہے تو ان کا شمار اس حد تک نہیں کیا جاتا۔

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۔ [سپورٹ بیلز](#) اور [چائلڈ کیئر بیلز](#) کے بارے میں علیحدہ رہنمائی دیکھیں

بچوں کی دیکھ بھال کے لئے آپ صرف [چائلڈ کیئر بیل](#) استعمال کرسکتے ہیں۔ آپ کسی اور وجہ سے کسی دوسرے گھرانے سے ملنے کے لئے چائلڈ کیئر بیل کو استعمال نہیں کرسکتے۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ سماجی میل جول کیلئے کسی دوسرے گھرانے سے ملنے کے لئے چائلڈ کیئر بیل کو استعمال نہیں کرسکتے۔

کام پر جانا

جہاں بھی ممکن ہو آپ گھر سے کام جاری رکھیں۔

اگر آپ گھر سے کام نہیں کرسکتے تو آپ کو اپنے کام کی جگہ تک سفر کرنا جاری رکھنا چاہئے۔ آپ کو کام پر جانے کے لئے کریٹیکل ورکر کی حیثیت سے درجہ بندی کرنے کی ضرورت نہیں ہے اگر آپ گھر سے کام نہیں کرسکتے ہیں

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۔ جب لوگ گھر سے کام نہیں کرسکتے ہوں تو آجروں کو چاہئے کہ وہ اپنے کام کی جگہیں COVID-19 کے حوالے سے محفوظ بنانے کے لئے اقدامات کریں اور عوامی ٹرانسپورٹ کے مصروف اوقات اور راستوں سے بچنے میں ملازمین کی مدد کریں۔ جن لوگوں کو زیادہ خطرہ لاحق ہو ان پر اضافی توجہ دینی چاہئے۔

کوویڈ-19 کی منتقلی کے خطرے کو کافی حد تک کم کرنے کے لئے [کوویڈ - محفوظ رہنمائی](#) معیشت کے تمام تر شعبوں کے لئے دستیاب ہیں۔

[کاروبار اور وینوز کو دوبارہ کھولنے کے لئے رہنمائی دیکھیں](#)

کام کیلئے دوسروں سے ملنا

جہاں آپ کے کام کے لئے ضروری ہو تو آپ بڑے گروپوں میں جمع ہوسکتے ہیں یا انڈور مل سکتے ہیں۔ اس میں ساتھ کام کرنے والے ساتھیوں کے ساتھ سماجی میل جول شامل نہیں

دوسرے لوگوں کے گھروں میں کام کرنا

جب آپ کیلئے دوسرے لوگوں کے گھروں میں معقول طور کام کرنا ضروری ہو تو آپ اسے جاری رکھ سکتے ہیں، مثال کے طور پر اگر آپ ہیں ایک:

- آیا
- صفائی کرنے والا
- کاریگر
- بچوں اور فیملیز کو مدد فراہم کرنے والے سوشل کیئر ورکرز

آپ کو [دوسرے لوگوں کے گھروں میں کام کرنے سے متعلق رہنمائی](#) پر عمل کرنا چاہیے۔

جہاں ورک میٹنگ کے کسی نجی گھر یا باغیچے میں منعقد ہونے کی ضرورت نہیں، تو ایسا نہیں ہونا چاہئے۔

اگر آپ طبی لحاظ سے انتہائی ولنریبل ہیں یا کسی کے ساتھ رہتے ہیں جو طبی لحاظ سے انتہائی ولنریبل ہے

اگر آپکی شناخت [طبی لحاظ سے انتہائی ولنریبل](#) فرد کے طور پر ہوئی ہے تو جہاں ممکن ہو آپ کو گھر سے کام کرنا جاری رکھنا چاہیے۔ اگر آپ گھر سے کام نہیں کرسکتے تو آپ کو اپنے کام کی جگہ جا سکتے ہیں۔ آپ کا آجر کام کی جگہ پر کوویڈ-19 سے متاثر ہونے کے خطرے کو کم کرنے کے لیے اقدامات کرنے کا پابند ہے اور انہیں آپ کو وضاحت کرنی چاہیے کہ کام کی جگہ پر آپ کو

محفوظ رکھنے کے لیے کیا اقدامات نافذ کیے گئے ہیں۔ کچھ آجرین ان اقدامات کے جُز کے طور پر کارکنوں کی باقاعدگی سے سکریننگ کا نفاذ کر سکتے ہیں۔ ممکن ہے کہ آپ اس بارے میں بھی غور کرنا چاہیں کہ کام تک کیسے جایا اور واپس آیا جائے، مثلاً، آیا مصروف اوقات کے دوران پبلک ٹرانسپورٹ کے استعمال سے گریز کیا جاسکتا ہے یا نہیں۔

اگر آپ کسی ایسے شخص کے ساتھ رہتے ہوں جو طبی لحاظ سے انتہائی کمزور یعنی ولنریبل ہو تو آپ کام پر جاسکتے ہیں، اگر آپ گھر سے کام کرنے سے قاصر ہوں۔

آپ کو [کورونا وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے سے متعلق رہنمائی](#) پر عمل کرنا چاہئے، بشمول اس کے کہ گھر میں وائرس لگنے یا منتقل کرنے کے خطرے کو کم کرنے کے لئے کیا کرنا ہے۔

اگر آپ کام پر جانے سے پریشان ہیں یا آپ کام نہیں کر سکتے ہیں

اس بارے میں ایک گائڈنس موجود ہے، [اگر آپ کو سیلف-آئسولیٹ کرنے کی ضرورت ہو یا آپ کورونا وائرس کی وجہ سے کام پر نہیں جاسکتے](#) اور [اگر آپ ملازم ہوں اور کام نہیں کر سکتے تو کیا کرنا ہے](#)۔

"[اگر آپ کو کام کرنے سے متعلق پریشانی ہے](#)" تو سٹیزن ایڈوائس کا مشورہ آپ کیلئے دستیاب ہے، بشمول اس کے کہ اگر آپ کو لگتا ہو کہ آپ کے کام کی جگہ غیر محفوظ ہے، یا اگر آپ کسی ولنریبل شخص کے ساتھ رہتے ہیں۔

[اگر آپ کام نہیں کر سکتے تو تعاون دستیاب ہے](#)، مثال کے طور پر اگر آپ کو کسی کی دیکھ بھال کرنی ہو یا آپ کا کام کم میسر ہو۔

(ایڈوائزری، کونسلی ایشن اینڈ اربٹریشن سروس) [ACAS کے آجروں اور ملازمین کے لئے](#) مزید مشورہ موجود ہے۔

سکول یا کالج جانا

سکول کے طلباء اور فردر ایجوکیشن کے طلباء کو سکول اور کالج میں حاضر ہونا چاہیے۔

تمام سکول، کالج اور مزید تعلیم کے دیگر مراکز ٹرم کے دوران روبرو پڑھائی کے لئے کھلے ہیں۔ بچوں اور نوجوانوں کیلئے حاضری، اپنی صحت اور تعلیم کیساتھ تعاون کرنا اور کام کرنے والے والدین اور سرپرستوں کی مدد کرنا بہت ضروری ہے۔

طبی لحاظ سے انتہائی ولنرایبل شاگردوں اور طلباء کو سکولوں یا کالج کو واپس آنا چاہئے۔

[کوویڈ-19 کے دوران ابتدائی تعلیم مہیا کرنے والے اداروں، سکولوں اور کالجوں کے بارے میں والدین کو جو کچھ جاننے کی ضرورت ہے اس کے بارے میں مزید رہنمائی موجود ہے](#)

بغیر علامات کے کسی بھی فرد کے لیے ریپڈ لیٹرل فلو ٹیسٹنگ اب مفت دستیاب ہے۔ اس کی سیکنڈری سکول کے طلباء اور کالج کے طلباء، اُن کے خاندان والوں اور سکول اور کالج کے عملے کے لیے سفارش کی جاتی ہے۔

[اس بارے میں گائڈنس دیکھیں کہ آپ کسی باقاعدگی سے ریپڈ ٹیسٹ حاصل کر سکتے ہیں اگر آپ میں کورونا وائرس \(کوویڈ-19\) کی علامات موجود نہ ہوں۔](#)

یونیورسٹیاں اور اعلیٰ تعلیم

یونیورسٹی اور اعلیٰ تعلیم کے مراکز کے طالب علم جو عملی اور پریکٹس پر مبنی کورسز کرتے ہیں جنہیں سپیشلسٹ سازوسامان اور سہولیات درکار ہوتی ہیں وہ بنفس نفیس پڑھانے اور پڑھنے میں شرکت کر سکتے ہیں، جہاں پر یہ معقول حد تک ضروری ہو۔ پرووائڈرز کو طلباء کو واپس آنے کے لئے نہیں کہنا چاہئے اگر ان کا کورس معقول طور پر آن لائن جاری رکھا جاسکے۔

دوسرے تمام طلباء کو ریموٹلی (دور سے) پڑھائی جاری رکھنی چاہئے اور جہاں ممکن ہو انہیں اُس وقت تک وہیں رکھے رہنا چاہیے جہاں پر وہ موجود ہوں تاآنکہ

ذاتی طور پر یعنی ان-پرسن یعنی روبرو تدریس شروع نہ ہو جائے۔ حکومت ایسٹر کی چھٹیوں کے اختتام تک نظر ثانی کرے گی کہ دیگر طلباء کب بنفیس نفیس یعنی ان-پرسن درس و تدریس کو لوٹ سکتے ہیں۔

وہ طلباء جو یونیورسٹی سمیت اعلیٰ تعلیم کے مراکز واپس آئے ہیں، انہیں ٹرم کے دوران اپنے مستقل گھر اور طلباء ہاسٹل کے مابین آمدورفت نہیں رکھنا چاہئے، جب تک کہ انہیں کوئی استثنیٰ حاصل نہ ہو۔

اعلیٰ تعلیم کے طلباء جو یونیورسٹی میں قیام پزیر ہوجاتے ہیں اور روبرو پڑھائی کے لئے واپس آتے ہیں، 29 اپریل 2021 سے پہلے وہ اپنے نان ٹرم رہائشگاہ واپس جاسکیں گے، اگر وہ چاہیں تو۔ اس سے یونیورسٹی کے طلباء تعطیلات کیلئے اپنے کنبے یا دوسرے ایڈریس پر واپس جاسکیں گے۔ تاہم، منتقلی کے خطرے کو کم کرنے کے لئے ہم سختی سے مشورہ دیتے ہیں کہ طلباء جہاں بھی ممکن ہو اپنے ٹرم کی قیام گاہ میں رہیں، خاص طور پر وہ طلباء جو 8 مارچ سے کیمپس واپس آئے تھے۔ طلباء کو سفر کرنے سے پہلے ایک ٹیسٹ کروانا چاہئے۔

[یونیورسٹیوں اور طلباء کے لئے موسم بہار کی ٹرم میں اعلیٰ تعلیم کے آغاز اور واپسی کے لئے رہنمائی موجود ہے۔](#)

طلباء کو [کوویڈ-19 کے پھیلاؤ کو بر وقت روکنے سے متعلق ہدایت پر ہمیشہ عمل کرنا چاہئے۔](#)

چائلڈ کیئر

تمام بچے انڈور اور آؤٹ ڈورز رجسٹرڈ چائلڈ کیئر، چائلڈ مائنڈرز، رہپ اراؤنڈ کیئر اور بچوں کی دیگر زیر نگرانی سرگرمیوں میں شرکت کر سکتے ہیں۔

پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس کو آؤٹ ڈور جانے کی اجازت ہے، شرکاء کی تعداد پر پابندی کیساتھ اس رہنمائی کا پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس والا سیکشن دیکھیں۔

چائلڈ کیئر کیلئے دوسروں سے ملنا

لوگ انڈور مل سکتے ہیں یا بڑے گروپوں میں آؤٹ ڈور جمع ہونا جاری رکھ سکتے ہیں جہاں یہ معقول طور پر ضروری ہو:

- تعلیم، رجسٹرڈ چلڈرن کیئر اور بچوں کی نگرانی کی سرگرمیوں کیلئے،
[تعلیم اور چائلڈ کیئر سے متعلق 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
- چائلڈ کیئر بیل کے ذریعے چائلڈ کیئر کا بندوبست کرنے کے مقاصد کے لیے

آپ کسی [چائلڈ کیئر بیل](#) کو صرف چائلڈ کیئر کے لیے ہی استعمال کر سکتے ہیں اور اسے کسی اور وجہ سے (جیسے سماجی میل ملاقات کرنے) کسی دوسرے گھرانے سے ملنے کے لئے چائلڈ کیئر بیل کو استعمال نہیں کر سکتے۔ چائلڈ کیئر بیل بنانے کے لئے آپ کو اہلیت کے کچھ قواعد پورے کرنا ہوں گے۔
[چائلڈ کیئر بیلز کے بارے میں ایک مختلف رہنمائی دیکھیں۔](#)

پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس

پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس انڈورز اور آؤٹ ڈور ہو سکتے ہیں (لیکن نجی گھروں اور باغیچوں میں نہیں) اگر 5 سال سے کم عمر بچے اس سے مستفید ہو رہے ہوں اور وہ کسی بزنس، رفاہی یا عوامی ادارہ کے زیر انتظام ہوں۔ اس میں وہ گروپ

شامل ہیں جو بنیادی طور پر سماجی اور نشوونما سے متعلق سرگرمیوں (جیسے آرٹ کلاسز) پر مرکوز ہوں۔

پیرنٹ اینڈ چائلڈ گروپس محدود ہونے چاہئے جن میں شرکاء کی تعداد 15 سے زیادہ نہ ہو۔ پانچ سال سے کم عمر کے بچے اور جو بھی گروپ کے حصے کے طور پر کام کر رہا ہو اس تعداد میں شمار نہیں کئے جاتے۔

سپورٹ گروپس جو والدین، کیئررز، یا ان کے بچوں کے لئے امدادی کاموں کا انتظام کرتے ہیں

سپورٹ گروپس جو والدین، کیئررز، یا ان کے بچوں کو معاونت فراہم کرتے ہوں، جیسے بریسٹ فیڈنگ یعنی رضاعت اور پوسٹ نیٹل یعنی بعد از زچگی گروپس، جن کا انڈور اور بنفس نفیس فراہم کیا جانا ضروری ہو، وہ انڈورز جاری رہ سکتے ہیں، لیکن ان اصولوں پر عمل کرنا ہوگا جن پر دیگر سپورٹ گروپس عمل کرتے ہیں۔ اس رہنمائی کا سپورٹ گروپس والا سیکشن دیکھیں۔

نگہداشت یا مدد فراہم کرنا

لوگ بڑے گروپوں میں جمع ہونا جاری رکھ سکتے یا انڈور مل سکتے ہیں جہاں یہ معقول طور پر ضروری ہو:

- اپنے سپورٹ بیل میں شامل لوگوں سے ملنے کیلئے (اگر آپ کو قانونی طور پر اسے بنانے کی اجازت ہو۔)
- 13 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 بنانے، نہ کہ بڑوں کے مابین سماجی رابطے کو ممکن بنانے کیلئے)
- ہنگامی امداد فراہم کرنا

- سپورٹ یعنی تعاون گروپ میں شرکت کرنے کے لئے، 15 کی حد میں والدین یا گارڈین کیساتھ آنے والے 5 سال سے کم عمر کے بچے شامل نہیں
- رسپانڈ کیئر کیلئے جب یہ کیئر کسی ولنرایبل شخص یا کسی معذور شخص کو فراہم کی جارہی ہو، یا جب زیر نگرانی بچے سے متعلق مختصر سا وقفہ ہو
- معذور یا ولنرایبل لوگوں کو کیئر یا امداد فراہم کرنا، بشمول ضروری اشیاء کی خریداری اور ان کی جانب سے خدمات تک رسائی حاصل کرنا

آپ کسی کے گھر کے اندر بھی معذور یا ولنرایبل لوگوں کو کیئر یا مدد فراہم کرسکتے ہیں، اگر ضروری ہو تو۔ تاہم، آپ صرف اس صورت میں انڈور یا بڑے گروپوں میں ملیں جب کیئر یا مدد فراہم کرنا معقول طور پر ضروری ہو۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کسی ولنرایبل شخص سے سماجی میل جول کیلئے انڈور نہیں مل سکتے جب تک وہ آپکے اہل خانہ یا سپورٹ بیل میں نہ ہو یا کسی اور استثناء کا اطلاق نہ ہوتا ہو۔

آپ کو ہمیشہ [کورونا وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے کے طریقہ کار سے متعلق](#) رینمائے پر عمل کرنا چاہئے۔ مزید [رینمائے ان لوگوں کیلئے ہے جو دوستوں یا اہل خانہ کے افراد کو بلا معاوضہ دیکھ بھال فراہم کرتے ہیں۔](#)

سپورٹ گروپس

جن سپورٹ گروپس کا بنفیس نفیس فراہم کیا جانا ضروری ہو وہ 15 شرکاء تک جاری رہ سکتے ہیں جہاں پر اُن کا اہتمام سرکاری طور پر باہمی امداد، تھیراپی یا کسی بھی طرح کی امداد فراہم کرنے کے لئے کیا گیا ہو۔ سپورٹ گروپس کو کسی کاروبار، خیراتی یا عوامی ادارہ کے زیر اہتمام منظم کرنا چاہئے اور نجی گھر میں نہیں ہونا چاہئے۔ تمام شرکاء کو سماجی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے۔ سپورٹ گروپوں کی مثالوں میں درج ذیل کو مدد فراہم کرنے والے شامل ہیں:

- جرائم کے شکار (گھریلو زیادتی سمیت)
- (شراب، منشیات یا دیگر مواد کے نشے سمیت) نشہ کرنے والے یا اس سے چھٹکارا حاصل کرنے والے یا مدبوشی کی عادات کے برتاؤ والے
- وہ لوگ جو طویل مدتی بیماری یا عارضہ موت میں مبتلا افراد یا ولنرایبل افراد (بشمول ان کے جن کی دماغی صحت خراب ہے) کے ساتھ رہتے ہیں، یا ان کی دیکھ بھال کرتے ہیں
- جن کو اپنی جنسیت یا شناخت سے متعلق مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے ان میں لیزبین، ہم جنس پرست مرد، ہای سیکچول یا ٹرانسجینڈر کی حیثیت سے رہنے والے افراد شامل ہیں
- وہ جو سوگوار ہیں
- ولنرایبل نوجوان (بشمول انہیں یوتھ ورکرز سے ملنے کے قابل بنانا)
- معذور افراد اور ان کے کیئررز

15 کی حد میں 5 سال سے کم عمر کے وہ بچے شامل نہیں ہیں جو والدین یا سرپرست کے ساتھ ہوتے ہیں۔ جہاں پر معقول طور پر کام یا رضاکارانہ خدمات فراہم کرنے کے مقاصد کے لیے ضروری ہوں وہاں پر اجتماعات حدود سے بڑے ہو سکتے ہیں۔ جہاں کسی گروہ میں کسی ایسے فرد کو 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۔

ورزش، کھیل اور جسمانی سرگرمی

آپ آوٹ ڈورز لامحدود ورزش کر سکتے ہیں لیکن اُن لوگوں کی تعداد پر پابندیوں کا اطلاق ہوتا ہے جن کے ساتھ آپ ورزش کر سکتے ہیں۔ یہ یا تو وہ:

- اکیلے کر سکتے ہیں
- یا 6 تک افراد کے گروپس میں

- یا 2 تک گھرانوں کے کسی بھی سائز کے بڑے گروپ میں (ان کے سپورٹ بیلز سمیت، اگر اہل ہوں تو) میں

آپ باضابطہ طور پر منظم آؤٹ ڈور کھیلوں یا لائسنسڈ جسمانی سرگرمی میں لوگوں کی کسی بھی تعداد کیساتھ حصہ لے سکیں گے۔ اس کا انتظام کسی بزنس، چیریٹی یا پبلک باڈی کے ذریعے کرنا چاہئے اور آرگنائزر کو ضروری احتیاطی تدابیر اختیار کرنی ہوں گی، بشمول رسک ایسیسمینٹ کی تکمیل۔ آپ کو ٹریننگ کے دوران رابطے سے پرہیز کرنا چاہئے، بعض کھیلوں میں تو تمام سرگرمیوں کے دوران رابطے سے گریز کرنا چاہئے۔ [کھیل کے دوران رابطے سے گریز کرنے کا کیا مطلب ہے اس کے بارے میں رہنمائی پڑھیں۔](#)

انڈورز تفریح سہولیات کھل سکتی ہیں جن میں آپ اکیلے ہی، یا اپنے گھریلو یا سپورٹ بیل کیساتھ ورزش کرسکتے ہیں۔

کھیل کے لئے آپ کو انڈور نہیں ملنا چاہئے، سوائے:

- معذوروں کے لیے کھیلوں کے
- اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل کے ساتھ کھیلوں کے
- کھیل بطور تعلیمی نصاب کے ایک جز کے
- 18 سال سے کم عمروں کیلئے زیر نگرانی کھیل اور جسمانی سرگرمی (جن میں وہ افراد بھی شامل ہیں جن کی عمر 31 اگست 2020 کو 18 سال سے کم تھی)، شرکاء کی تعداد 15 تک محدود ہونی چاہئے

آپ کو درج ذیل رہنمائی کی پیروی کرنی چاہئے:

- [تفریحی ٹیم کھیل کے بارے میں](#)
- [انگلینڈ میں آؤٹ ڈور کھیل اور تفریح](#)

• [سنادی سطح کے کھیلوں اور جم اور تفریحی سہولیات فراہم کرنے والوں کے لئے](#)

ایلیٹ کھلاڑی

ایلیٹ کھلاڑی (یا وہ جو افیشل ایلیٹ سپورٹس پاتھوے میں شامل ہوں) مقابلہ کرنے اور تربیت حاصل کرنے کیلئے بڑے گروپوں یا آؤٹ ڈور مل سکتے ہیں۔ اگر ضروری ہو تو انکے کوچ، یا انکے والدین اور سرپرست اگر ان کی عمر 18 سال سے کم عمر ہو، ان کے ساتھ شامل ہو سکتے ہیں۔

جنازے اور منسلک یادگاری تقریبات

شرکاء پر پابندیوں کے اطلاق کے ساتھ جنازوں کی اجازت ہے، اور یہ صرف کوویڈ محفوظ مقامات میں یا عوامی بیرونی جگہوں میں ہونے چاہئیں۔ وینیو مینیجر اور ایونٹ آرگنائزر کو ضروری احتیاطی تدابیر اختیار کرنی ہوں گی، بشمول رسک اسیسمنٹ کی تکمیل کے۔

تجهیز و تکفین میں زیادہ سے زیادہ 30 افراد تک شرکت کرسکتے ہیں اور انڈور ہوسکتی ہے۔ منسلک مذہبی، عقیدے پر مبنی یا یادگاری تقریبات، جیسے شب بیداری یعنی ویکس، پتھر کی تنصیب اور راکھ بکھیرنا بھی 15 افراد تک کی شرکت کے ساتھ جاری رہ سکتی ہیں۔

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۔

[کورونا وائرس کی عالمی وباء کے دوران آخری رسومات کا اہتمام کرنے یا اس میں شرکت سے متعلق رہنمائی](#) موجود ہے۔

شادیوں اور سول پارٹنرشپ کی تقاریب اور استقبالیے

کسی شادی، سول پارٹنرشپ کی تقریب یا استقبالیے میں 15 تک افراد (کسی بھی عمر کے) سے زیادہ لوگ شرکت نہیں کر سکتے۔ 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۔

یہ [رینمائی چھوٹی شادیوں اور سول پارٹنرشپس کے بارے میں](#) ہے۔

عبادتگاہیں

آپ عبادت گاہوں میں عبادت کیلئے جا سکتے ہیں۔ جب کوئی عبادت انڈورز ہو رہی ہو تو آپ کو اپنے اہل خانہ یا سپورٹ بیل سے باہر کسی سے نہیں ملنا چاہئے۔ اپنے اہل خانہ یا سپورٹ بیل سے باہر کسی بھی فرد سے 2 میٹر کا سماجی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے۔

جب عبادت آؤٹ ڈور ہو رہی ہو تو آپ کو 6 سے زیادہ گروپوں میں نہیں ملنا چاہئے، سوائے 2 گھرانوں کے گروپوں کے (ایک گھرانے میں موجودہ سپورٹ بیل کو شامل کیا سکتا ہے، اگر اہل ہو تو)۔ آپ کو دوسرے گروپس اور گھرانوں سے تمام اوقات میں سختی کیساتھ سماجی فاصلہ برقرار رکھنا چاہئے۔

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

رضاکارانہ اور رفاہی خدمات

آپ 6 افراد یا 2 گھرانوں کی حد سے اوپر جمع ہوسکتے ہیں، یا انڈور جمع ہوسکتے ہیں جب رضاکارانہ یا رفاہی خدمات فراہم کرنے کے لئے یہ معقول طور پر ضروری ہو۔

آپ کو [کورونا وائرس \(کوویڈ-19\) کے دوران رضاکارانہ خدمات کے سلسلے میں گائڈنس](#) پر عمل کرنا چاہیے۔

دیگر صورتیں جہاں آپ چھ افراد یا دو گھرانوں سے بڑے گروہوں میں جمع ہوسکتے ہیں

زچگی

آپ کسی ایسے فرد کے ساتھ انڈور رہ سکتے ہیں جس کی زچگی ہو رہی ہو یا ہسپتال میں علاج ہو رہا ہو۔ آپ کو ہسپتال کے متعلقہ وزٹنگ پالیسیوں چیک کرنی چاہئے۔ [حمل اور کورونا وائرس سے متعلق این ایچ ایس کی مزید](#) رہنمائی موجود ہے

چوٹ یا نقصان سے بچنا

آپ ہنگامی امداد فراہم کرنے، اور چوٹ یا بیماری سے بچنے کے لئے، یا نقصان سے بچنے کے لئے (گھریلو زیادتی سمیت) بڑے گروہوں میں یا انڈور جمع ہوسکتے ہیں۔

عیادت کی ملاقاتیں

آپ بڑے گروہوں میں یا انڈور اپنے اہل خانہ یا سپورٹ بیل سے باہر کے افراد کے ساتھ جمع ہوسکتے ہیں:

- کسی ایسے شخص کی عیادت کیلئے جو قریب الموت ہو
- آپ کسی ایسے شخص سے ملنے کے لئے جو کیئر بوم (اگر [کیئر بوم کی رہنمائی کے تحت اجازت دی گئی ہو](#))، ہسپتال یا ہاسپس میں ہو
- خاندان کے کسی ممبر یا قریبی دوست کے ساتھ میڈیکل اپوائنٹمینٹ کے لئے جانا۔

اضافی استثنات

مزید معقول غذر موجود ہیں۔ مثال کے طور پر، آپ بڑے گروپوں میں جمع ہوسکتے ہیں یا انڈور مل سکتے ہیں:

- قانونی ذمہ داریوں کو پورا کرنے کیلئے
- گھر خریدنے، بیچنے اور منتقل کرنے سے متعلق امور انجام دینے کے لئے
- کوویڈ - سیکیور احتجاج یا پکٹنگ کے مقصد کے لئے جہاں آرگنائزر نے ضروری احتیاطی تدابیر اختیار کی ہوئی ہوں، رسک اسیسمنٹ کی تکمیل سمیت۔
- جہاں انتخابات یا ریفرنڈم میں ووٹ ڈالنے کی مدد کرنا معقول حد تک ضروری ہو (جیسے ووٹوں کی گنتی یا قانونی مبصرین کے لئے)۔

جو لوگ انتخابات یا ریفرنڈم میں کسی خاص نتیجے کے لئے مہم چلا رہے ہوں وہ [رینمائے کے مطابق کوویڈ-19 کے دوران انتخابات اور ریفرنڈم](#) کے بارے میں گھر گھر جاکر انتخابی سرگرمی انجام دے سکتے ہیں۔

آپ بڑے گروپوں میں جمع ہوسکتے ہیں یا فوجداری انصاف کی رہائشگاہ یا امیگریشن کے حراستی مراکز کے اندر اجتماعات کے لئے ملاقات کرسکتے ہیں۔

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 جرم کے لئے کے لیے دوگنا ہوتا جاتا ہے £6,400 تک۔

آپ پر £800 کا جرمانہ عاہد ہوسکتا ہے اگر آپ نجی گھر کے اندرونی محفل میں شرکت کرتے ہیں جیسے آپ کے اہل خانہ سے باہر کے 15 سے زیادہ افراد کے ساتھ ہاؤس پارٹی، جو ہر بار جرم کے دہرانے پر دوگنا ہوکر زیادہ سے زیادہ £6,400 تک پہنچ جائے گا۔

اگر آپ 30 سے زائد افراد پر مشتمل ایک غیر قانونی اجتماع منعقد کرتے ہیں، یا اس کے انعقاد میں شامل ہیں تو پولیس آپ کو £10,000 کے جرمانے جاری کرسکتی ہے۔

کثیر ہوم کے وزٹ

آپکو [کوویڈ 19 کے دوران کثیر ہومز وزٹنگ سے متعلق رہنمائی](#) کو دیکھ لینا چاہئے تاکہ معلوم کریں کہ وزٹس کیسے ہونے چاہئیں۔ اگر رہائشیوں کو کثیر ہوم سے باہر جانا ہو تو انہیں قومی پابندیوں کی پابندی کرنی ہوگی۔

[سیورٹڈ لیونگ میں موجود افراد کیلئے الگ رہنمائی](#) موجود ہے۔

گھر سے دور رات گزارنا

آپ کسی کیمپ سائٹ، کاروان، کشتی یا دیگر گھر یا کسی دیگر خود مکتفی رہائش گاہ میں شب بسر کر سکتے ہیں۔ یہ صرف اپنے گھرانے یا [سیورٹڈ بیل](#) کے ساتھ ہی ہونا چاہیے۔ آپ کو کسی ایسے فرد کے ساتھ رات شب بسر نہیں کرنا چاہئے جن کے ساتھ آپ نہیں رہتے، یا سیورٹڈ بیل میں شریک نہیں ہیں الا یہ کہ کسی قانونی استثنیٰ کا اطلاق ہوتا ہو۔

چھٹیوں کے لیے مختص خود مکتفی رہائش گاہ دوبارہ سے کُھل سکتی ہے۔ یہ ایک ایسی رہائش گاہ ہے جس میں سہولیات خصوصی طور پر ایک ہی گھرانے/سیورٹڈ بیل کے استعمال تک محدود ہوتی ہیں۔ ان سہولیات میں شامل ہوسکتے ہیں:

- کچنز
- سونے والی جگہیں
- غسل خانے
- انڈورز مشترکہ جگہیں جیسے لاؤنجیں، بیٹھنے کی جگہیں اور کسی قسم کی لفٹس، سیڑھیاں یا رہائش گاہ کے اندر یا باہر جانے کے لیے کوئی اندرونی کوریڈورز۔

یوٹلوں اور مہمانوں کے لیے دیگر رہائشی مقامات کے بارے میں مزید گائڈنس
خود مکتفی بالیڈے رہائشی مقامات کے لیے دستیاب ہے جو کہ دوبارہ سے کھل جانے کے اہل ہوں۔

انگلینڈ میں کچھ خاص کاروبار اور مقامات کو بند کرنے سے متعلق رہنمائی میں وجوہات کی مکمل فہرست مل سکتی ہے۔

انگلینڈ کے اندر سفر کرنا

جہاں بھی ممکن ہو آپ کو سفر کرنے کی تعداد کو کم سے کم رکھنے کا عمل جاری رکھنا چاہیے اس کا مطلب ہے کہ آپ کو چاہیئے غیر ضروری دورے کرنے سے گریز کریں اور جہاں ممکن ہو تو مختلف دورے یکجا کر دیں۔

اگر آپ کو سفر کرنے کی ضرورت ہو تو:

- پیدل چلیں یا سائیکل استعمال کریں
- اپنے گھرانے یا اپنے سپورٹ بیل سے باہر کسی کے ساتھ گاڑی شیئرنگ کے ذریعے سفر کرنے سے گریز کریں الا یہ کہ سفر کسی مستثنیٰ وجہ سے کیا جا رہا ہو۔
- پیشگی منصوبہ بندی کریں اور پبلک ٹرانسپورٹ پر مصروف اوقات اور راستوں سے گریز کریں
- اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے دھوئیں یا صاف کریں
- چہرے پر فیس ماسک پہن لیں سوائے اس کے کہ آپ مستثنیٰ ہوں

- جہاں ممکن ہو ایسے لوگوں سے 2 میٹر کا فاصلہ رکھیں جن کے ساتھ آپ رہائش پذیر نہیں ہیں، یا اضافی احتیاطی تدابیر اپنانے کے ساتھ 1 میٹر کا فاصلہ رکھیں (جیسے چہرے کو ڈھانپنا یا بند جگہوں میں ہوا کی آمد و رفت کو بہتر کرنا)۔

جب نجی گاڑیوں میں سفر کریں تو آپ کو سماجی روابط کے بارے میں ضوابط پر عمل کرنا چاہیے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کو اپنے گھرانے یا اپنے سپورٹ بیل سے باہر کسی کے ساتھ کوئی بند گاڑی شیئر نہیں کرنی چاہیے الا یہ کہ استثنیٰ موجود ہو، جیسے آپ کسی ایسے فرد کے ساتھ گاڑی شیئر کر رہے ہوں جو کہ کام پر ہو (مثلاً ٹیکسی)۔ جہاں پر گاڑی کھلی چھت کی ہو، تو وہاں آپ کو آؤٹ ڈور اجتماع والی حد پر عمل کرنا چاہیے۔

[محفوظ سفر](#) ، پبلک ٹرانسپورٹ کے محفوظ استعمال سمیت، کے بارے میں اضافی رہنمائی موجود ہے۔

برطانیہ، جمہوریہ آئرلینڈ اور چینل آئی لینڈ کے اندر سفر کرنا

انگلینڈ کا سفر کرنا

کامن ٹریول ایریا کے مختلف حصوں میں (برطانیہ کے دیگر حصوں، ریپبلک آف آئرلینڈ، جرسی، گورنسی اور آئل آف مین) میں ضوابط مختلف ہو سکتے ہیں جو انگلینڈ کا سفر محدود کرتے ہوں۔ سفر کے انتظامات کرنے سے پہلے آپ کو اس جگہ میں لاگو پابندیوں کو چیک کر لینا چاہئے جہاں سے آپ سفر کرنا چاہتے ہیں۔

بشرطیکہ آپ کو کامن ٹریول ایریا (برطانیہ کے دیگر حصوں، ریپبلک آف آئرلینڈ، جرسی، گورنسی اور آئل آف مین) کے ایک حصے سے دوسرے حصے تک سفر کرنے کی اجازت ہو تو آپ انگلینڈ میں داخل ہوسکتے ہیں اور آمد پر آپ پر قرنطینہ

کرنے کی پابندی بھی عائد نہ ہو گی۔ اگر آپ انگلینڈ کا سفر کرتے ہیں تو آپ کو ان پابندیوں عمل کرنا ہوگا کہ آپ کیا کر سکتے ہیں اور کیا نہیں کر سکتے۔

انگلینڈ سے سفر کرنا

کامن ٹریول ایریا کے مختلف حصوں میں (برطانیہ کے دیگر حصوں، ریپبلک آف آئرلینڈ، جرسی، گورنسی اور آئل آف مین) میں ضوابط مختلف ہو سکتے ہیں جو انگلینڈ کا سفر محدود کرتے ہوں۔ آپ انگلینڈ سے برطانیہ کے دیگر حصوں، ریپبلک آف آئرلینڈ، جرسی، گورنسی اور آئل آف مین کا سفر کرنے کے لیے کسی معقول جواز کی ضرورت نہیں ہے۔ سفر کے انتظامات کرنے سے پہلے آپ کو اس جگہ میں لاگو پابندیوں کو چیک کر لینا چاہئے جہاں آپ سفر کر کے جانا چاہتے ہیں۔

شمالی آئرلینڈ سے اندر باہر سفر کرنا

فی الحال [شمالی آئرلینڈ میں بلا کسی معقول جواز گھر سے نکلنا غیر قانونی ہے](#)۔ کامن ٹریول ایریا کے کسی دیگر حصے سے شمالی آئرلینڈ آنے والے لوگوں کو آمد پر کہا جاتا ہے کہ وہ 10 دنوں کے لیے سیلف-انسولیٹ کریں۔ اس درخواست کے سلسلے میں [متعدد استثنائے موجود ہیں](#)

شمالی آئرلینڈ کے اندر باہر سفر کرنا

سکاٹ لینڈ اور باقی ماندہ یو کے، اور وسیع تر کامن ٹریول ایریا کے مابین غیر ضروری سفر کو محدود کیا گیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ سکاٹ لینڈ کے اندر یا باہر جانا غیر قانونی ہے الا یہ کہ آپ کے پاس کوئی معقول جواز موجود ہو۔ [چٹھیوں کے لیے سفر کرنا کوئی معقول وجہ نہیں ہے۔ سکاٹ لینڈ کا اور سے سفر کرنے کے معقول جوازوں کے بارے میں یہ گائڈنس مشورہ فراہم کرتی ہے](#)

ویلز کے اندر باہر سفر کرنا

ویلز اور باقی ماندہ یوکے، اور وسیع تر کامن ٹریول ایریا کے مابین غیر ضروری سفر کو محدود کیا گیا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ویلز کے اندر یا باہر جانا غیر قانونی ہے الا یہ کہ آپ کے پاس کوئی معقول جواز موجود ہو۔ چٹھیوں کے لیے سفر کرنا کوئی معقول وجہ نہیں ہے۔ [ویلز کا اور سے سفر کرنے کے معقول جوازوں کے بارے میں یہ گائڈنس مشورہ فراہم کرتی ہے](#)

بین الاقوامی سفر

انگلینڈ سے بین الاقوامی سطح پر سفر کرنا

آپ انگلینڈ سے بین الاقوامی سفر صرف اس صورت میں کرسکتے ہیں جب آپ کے پاس [برطانیہ چھوڑنے کا معقول عذر ہوتا ہے](#)، جیسے کام۔ بین الاقوامی تعطیلات گزارنے کی اجازت نہیں۔

کچھ ملازمتیں سفر سے متعلق بعض مخصوص لوازمات، جیسے خود تنہائی اور ٹیسٹنگ، سے چھوٹ کے اہل ہیں۔ [سفری استثنا دینے والے کام اور حالات سے متعلق رہنمائی دیکھیں](#)۔

اگر آپ کو بیرون ملک سفر کرنے کی ضرورت ہو (اور اس کیلئے کوئی معقول عذر ہو) تو آپ کو لازمی ایک بیرونی 'سفری بیان حلفی' [فارم](#) مکمل کرنا ہوگا، الا یہ کہ آپ کو کوئی استثناء حاصل ہو۔ برطانیہ سے نکلنے سے پہلے آپ کو فارم میں سفر کرنے کی اپنی وجوہات بیان کرنی ہوں گی۔

آپ کو اس ملک کے پبلک ہیلتھ یعنی صحت عامہ کی ہدایات پر غور کرنا چاہئے جہاں آپ جا رہے ہوں۔ آپ کو اپنی منزل مقصود میں موجود قوانین اور [فارن، کامن ویلتھ اینڈ ڈیولپمنٹ آفس \(ایف سی ڈی او\)](#) کے سفری مشوروں کو دیکھنا چاہئے۔ آپ کو ایسا کرنا چاہئے حتیٰ کہ اگر آپ کسی ایسی جگہ پر لوٹ رہے ہو جہاں آپ پہلے گئے ہو۔

بیرون از برطانیہ انگلینڈ کا سفر کرنا

انگلینڈ آنے والے تمام وزٹرز کورونا وائرس کی پابندی کے قواعد کا اطلاق ہوتا ہے۔

وہ افراد جن کا انگلینڈ جانے کا ارادہ ہو وہ [برطانیہ میں داخلے کی رہنمائی پر](#) ضرور عمل کریں۔ برطانیہ کا سفر کرنے سے پہلے، آپ کو [مسافروں کے لوکٹر فارم کو مکمل](#) کرنا ہوگا اور [کوویڈ-19 ٹیسٹ کا منفی ثبوت فراہم کرنا ہوگا](#)، الا یہ کہ آپ مستثنیٰ ہوں۔

تمام آنے والوں کو علیحدگی کے دن 2 اور دن 8 پر ایک کورونا وائرس (کوویڈ-19) ٹیسٹ کرانے کی ضرورت ہوگی۔ آنے والے افراد لازمی طور پر ٹریول ٹیسٹ پیکیج بک کروالیں۔ [جب آپ انگلینڈ پہنچیں گے تو قرنطین کرنے کے طریقہ کار سے متعلق رہنمائی دیکھیں۔](#)

اگر آپ کسی ایسے ملک گئے ہوں یا وہاں سے گذر چکے ہوں جہاں آخری 10 دن میں برطانیہ کے سفر پر پابندی عائد کی گئی ہو تو آپ برطانیہ کا سفر نہیں کرسکتے ہیں سوائے اس کے کہ آپ:

- برطانوی شہری ہوں
- ائرش شہری ہوں
- کوئی ایسا شخص جس کو برطانیہ میں رہائش کے حقوق حاصل ہوں

[ریڈ لسٹ ٹریول سن ممالک کے بارے میں مزید جانئے](#)

انگلینڈ میں داخل ہونے کی اجازت رکھنے والے ہر وہ فرد جو آخری 10 دنوں میں کسی ایسے ملک میں گیا یا وہاں سے گزرا ہو جہاں سے برطانیہ کے سفر پر پابندی عائد ہے تو اسکے لئے ضروری ہے کہ:

- ایک منظم قرنطینی ہوٹل میں 10 دن کے لئے الگ تھلگ رہے
- تمام آنے والوں کو علیحدگی کے 2 دوسرے دن اور 8 آٹھویں دن کورونا وائرس (کوویڈ-19) ٹیسٹ کرانے کی ضرورت ہوگی، ٹیسٹ ہوٹل کے پیکیج میں شامل ہیں۔

• اس صفحے پر رہنمائی پر عمل کریں

[جب آپ انگلینڈ پہنچیں تو قرنطینی ہوٹل میں بکنگ اور قیام کے بارے میں رہنمائی دیکھیں۔](#)

انگلینڈ آنے والوں اور غیر ملکی شہریوں کے لئے مشورہ

غیر ملکی شہری قومی پابندیوں کے ماتحت ہیں۔

اگر آپ برطانیہ آئے ہوئے ہیں تو آپ گھر واپس جاسکتے ہیں۔ آپ کو یہ دیکھنا چاہئے کہ آیا آپ کی منزل مقصود پر کوئی پابندیاں تو نہیں ہیں۔

گھر بدلنا

آپ اب بھی گھر منتقل کرسکتے ہیں آپ کے گھر یا [سیورٹ لیل](#) سے باہر والے افراد کو گھر منتقل کرنے میں مدد نہیں کرنی چاہئے جب تک کہ یہ معقول طور پر 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 ہوں، آپ کو مالی مدد مل سکتی ہے۔

[بزنس سیورٹاور مالی مدد اگر آپ کورونا وائرس کی وجہ سے کام سے فارغ ہیں](#) کے متعلق مزید معلومات دیکھیں

کاروبار اور وینوز

سماجی رابطے کو کم کرنے کے لئے بعض کاروباری اداروں کو بند رہنا چاہئے یا اشیا و خدمات کی فراہمی کے طریقہ کار سے متعلق پابندیوں پر عمل کرنا چاہئے۔ [آپ اُن تمام بزنسز کی مکمل فہرست پڑھ سکتے ہیں جو انگلینڈ میں بند رہنے کے پابند ہیں۔](#)

[مزید رہنمائی کاروباری اداروں اور مقامات کے دوبارہ کھولنے کے بارے میں موجود ہے جو وضاحت کرتی ہے کہ روڈ میپ کے ہر ایک مرحلے پر کس کاروبار کو کھولنے کی اجازت ہوگی۔](#)

12 اپریل سے مزید جگہوں کو کھلنے کی اجازت ہو گی۔ الا یہ کسی مخصوص استثنیٰ کا اطلاق ہوتا ہو، آپ کو یہاں انڈورز صرف اپنے واحد گھرانے یا بیل کے جزو کے طور پر جانا چاہیے یا 6 افراد یا 2 گھرانوں کے طور پر آؤٹ ڈورز۔

میزبانی کے مقامات (کیفیز، بارز، پبز، سوشل کلبز بشمول میمبرز کلبز کے) کی آؤٹ ڈور جگہیں دوبارہ سے کھل سکتی ہیں۔ میزبانی والے مقامات ٹیکے اوئے الکوحل بھی فراہم کر سکتے ہیں۔ یہ مقامات گاہکوں کو کوئی اندرونی غسلخانہ بھی استعمال کرنے کی اجازت دے سکتے ہیں اور گاہک اندر آرڈر اور ادائیگی کر سکتے ہیں۔ الکوحل فراہم کرنے والے کسی بھی مقام پر آرڈر دسے سکتے ہیں کہ انہیں سرو کیا جائے اور بیٹھ کر کھا/پی سکتے ہیں ("ٹیل سروس")۔ مقامات کو تمباکو نوشی کے آلات جیسے شیشہ پائپس، کی عمارت میں استعمال کے لیے فراہمی کی ممانعت ہو گی۔

آؤٹ ڈور دلچسپی والی جگہیں جیسے جانوروں سے منسلک دلچسپی کی جگہیں، تھیم پارکس اور سکیٹنگ رنکس کو بھی دوبارہ سے کھلنے کی اجازت ہو گی۔ ایک [مکمل فہرست یہاں دیکھ جا سکتی ہے۔](#) اس میں آؤٹ ڈور سینما گھر اور تھیٹرز شامل نہیں ہیں، جو کہ صرف ڈرائیو-ان سروسز تک ہی محدود ہوں گے۔ ان جگہوں پر جاتے وقت آپ پر لازم ہے کہ آپ اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل سے باہر والے کسی فرد کے ساتھ گاڑی شیئر نہ کریں، ماسوا اس کے کہ کوئی استثنیٰ موجود ہو، جیسے ولنرایبل افراد کو کیئر فراہم کرنے یا کام کے مقاصد کے لیے۔

ایسے کاروبار جنہیں دوبارہ سے کُھلنے کی اجازت دی گئی ہے جو کہ بصورت دیگر کسی بند جگہ کے اندر کام کرتے ہوں (جیسے کوئی گفٹ شاپ یا کسی انڈور میوزیم میں کی اوکس) صرف اُسی صورت میں کھل سکتے ہیں جب وہ بطور خود مکتفی اکائی کے کام کرتے ہوں اور انہیں گلی سے براہ راست رسائی حاصل ہو۔

پرسنل کیئر فراہم کرنے والی سروسز (اُن سمیت جو کسی موبائل سیٹنگز سے فراہم کی جاتی ہوں)، انڈور سپورٹس کی سہولیات، خود مکتفی رہائش گاہ اور عوامی عمارتیں جیسے (جیسے کمیونٹی مراکز) بھی دوبارہ سے کُھل سکیں گی۔

وہ کاروبار جو بچوں کے لیے چائلڈ کیئر اور زیرنگرانی سرگرمیاں فراہم کرنے کے اہل ہیں وہ اب تمام بچوں کے لیے اُن سرگرمیوں کی میزبانی کر سکیں گے (کھیلوں سمیت)، قطع نظر حالات کے۔

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

این ایچ ایس ہنگامی اور غیر ہنگامی خدمات کو بحفاظت انجام دے رہا ہے۔ 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۔ ان میں شامل ہے:

- جاب سنٹر پلس سائٹس
- عدالتیں اور پروبیشن خدمات
- سول رجسٹری دفاتر
- پاسپورٹ اور ویزا خدمات
- جرائم کے متاثرین کو فراہم کی جانے والی خدمات
- فضلے یا ری سائیکلنگ کے مراکز
- ایم او ٹی کروانا

ڈرائیونگ لیسنز اور ڈرائیونگ سیکھنا

ڈرائیونگ ٹیسٹس اور ڈرائیونگ کے اسباق دوبارہ سے شروع ہو سکتے ہیں۔
[کورونائرس کے دوران ڈرائیونگ سیکھنے کے سلسلے میں مزید گائڈنس](#)
دستیاب ہے۔

آپ دوبارہ سے شروع کر پائیں گے:

- کار ڈرائیونگ کے اسباق
- کار اور ٹرالر ڈرائیونگ کے اسباق
- سامان لے جانے والی بڑی گاڑیوں (ایل جی وی) کی تربیت
- ڈرائیونگ انسٹرکٹر کی تربیت

مندرجہ ذیل اقسام کے ٹیسٹس دوبارہ سے شروع ہوں گے:

- تھیوری ٹیسٹس
- موٹر سائیکل ٹیسٹس
- ایل جی وی ڈرائیونگ ٹیسٹس
- کار اور ٹرالر کی ڈرائیونگ کے ٹیسٹس