

کورونا وائرس (کوویڈ 19): سماجی فاصلہ

مورخہ 6 نومبر 2020 کو تازہ کردہ

مندرجات

سماجی فاصلہ

سماجی رابطہ

اس صفحے کو پرنٹ کریں

اس رہنمائی کا اطلاق صرف انگلینڈ پر ہوتا ہے۔

مورخہ 5 دسمبر بروز جمعرات سے مورخہ 2 دسمبر بروز بدھ تک قومی پابندیوں کا اطلاق ہو گا۔
قومی پابندیوں کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں۔

یہ نہایت اہم ہے کہ سب درج ذیل کلیدی طرز عمل اپنائیں:

- ہاتھ - ہاتھ باقاعدگی سے اور 20 سیکنڈ تک دھوئیں۔
- چہرہ - چار دیواری کے اندر ان حالات میں چہرہ ڈھانپیں جہاں ممکن ہے کہ سماجی فاصلہ برقرار رکھنا مشکل ہو اور جہاں آپ کا واسطہ ان لوگوں سے پڑے جن سے آپ عام طور پر نہیں ملتے۔
- فاصلہ - جب ممکن ہو تو اپنے ساتھ نہ رہنے والے افراد سے 2 میٹر یا اضافی احتیاطوں کے ساتھ 1 میٹر کا فاصلہ رکھیں (جیسے چہرہ ڈھانپ کر یا عمارت کے اندر ہوا کی آمد و رفت بڑھا کر)۔

سماجی فاصلہ

کورونا وائرس لگنے یا پھیلانے کے خطرے کو کم کرنے کے لیے، آپ کو اپنے گھر کے باہر گزارے جانے والے وقت کو کم کرنا چاہیے، اور جب آپ دیگر لوگوں کے ارد گرد ہوں تو اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ ہر اس شخص سے دو میٹر کے فاصلے پر رہیں جو آپ کے گھرانے یا امدادی حلقے کا حصہ نہیں۔ وائرس کا پھیلاؤ روکنے کے لئے سماجی فاصلہ لازمی ہے، کیونکہ لوگوں کے ایک دوسرے کے قریب ہونے پر اس کے پھیلنے کا امکان زیادہ ہوتا ہے۔ اگر متاثرہ شخص میں کوئی علامات نہ ہوں تو وہ تب بھی بات چیت، سانس، کھانسی یا چھینکوں کے ذریعے وائرس پھیلا سکتا ہے۔

اپنے ساتھ نہ رہنے والے لوگوں کی موجودگی میں آپ کو درج ذیل سے بھی گریز کرنا چاہیے:
 جسمانی رابطہ، قریب اور آمنے سامنے ہونا اور ان کے قریب چلانا یا گیت گانا۔ آپ کو رش والے علاقوں جہاں بہت سے لوگ ہوں اور دیگر افراد کی چھوئی گئی اشیاء کو چھونے سے بھی گریز کرنا چاہیے۔

جہاں آپ 2 میٹر کا فاصلہ نہ رکھ سکتے ہوں تو وہاں آپ کو 1 میٹر سے زیادہ فاصلہ رکھنا چاہیے اور محفوظ رہنے کے لیے اضافی اقدامات کرنے چاہئیں۔ مثال کے طور پر:

- چہرہ ڈھانپیں: عوامی ٹرانسپورٹ اور بہت سی چار دیواری کے اندر جگہوں پر آپ اپنے چہرے کو ڈھانپنے کے قانوناً پابند ہیں، جب تک کہ آپ اس سے مستثنیٰ نہ ہوں۔
- چار دیواری سے باہر نقل و حمل کریں، جہاں آپ زیادہ محفوظ ہوں اور جگہ زیادہ ہو
- اگر عمارت کے اندر ہوں تو کھڑکیاں اور دروازے کھلے رکھ کر یقینی بنائیں کہ کمروں میں ہوا کی اچھی آمد و رفت ہو۔

آپ کو اپنے گھر میں موجود لوگوں سے سماجی فاصلہ رکھنے کی ضرورت نہیں ہے، یعنی ان لوگوں سے جن کے ساتھ آپ رہتے ہیں۔ اگر آپ کسی امدادی حلقے میں ہیں تو آپ کو کسی ایسے شخص سے بھی سماجی فاصلہ رکھنے کی ضرورت نہیں ہے جو آپ کے ساتھ اس حلقے میں ہو۔

اگر آپ بچوں کی دیکھ بھال کے کسی حلقے میں بچوں کی غیر رسمی دیکھ بھال مہیا کر رہے ہوں تو آپ کو سماجی فاصلہ برقرار رکھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ تاہم جب آپ چھوٹے بچے یا ایسے معذور یا بیمار شخص کی دیکھ بھال کر رہے ہوں جو آپ کے گھر یا امدادی حلقے میں نہ ہو تو ممکن ہے کہ ہمیشہ سماجی فاصلہ رکھنا ممکن یا قابل عمل نہ ہو۔ آپ کو پھر بھی اس قسم کی نگہداشت فراہم کرتے ہوئے ہر ممکن حد تک قریبی رابطے کو محدود کرنا چاہیے اور دیگر احتیاطیں کرنی چاہئیں، جیسے ہاتھ دھونا اور ہوا کی آمد و رفت کے لئے کھڑکیاں کھولنا۔

سماجی رابطہ

5 نومبر سے، آپ کو سماجی طور پر اندرون خانہ خاندان یا دوستوں سے نہیں ملنا چاہیے جب تک کہ وہ آپ کے گھر یا امدادی حلقے کا حصہ نہ ہوں، یعنی وہ لوگ جن کے ساتھ آپ رہتے ہیں یا جو آپ کے امدادی حلقے کا حصہ ہیں۔

اس میں ہر وہ شخص شامل ہے جس کے ساتھ آپ کا مضبوط تعلق ہے مگر آپ اس کے ساتھ نہیں رہتے، الا یہ کہ وہ آپ کے امدادی حلقے میں ہو۔ وہ جوڑے جو اکٹھے نہ رہتے ہوں اور ایک دوسرے کے ساتھ ایک ہی امدادی حلقے میں نہ ہوں ایک دوسرے سے باہر ملنا جاری رکھ سکتے ہیں۔

آپ جن لوگوں کے ساتھ رہتے ہوں، جو آپ کے امدادی حلقے کا حصہ ہوں، یا کسی اور گھرانے کے 1 فرد کے ساتھ باہر ورزش کر سکتے ہیں یا باہر عوامی جگہوں پر جا سکتے ہیں۔ 5 سال سے کم عمر بچے اور ایسے معذور فرد جسے مسلسل دیکھ بھال کی ضرورت ہو کے دو تک دیکھ بھال کرنے والے چار دیواری سے باہر ملاقاتوں میں دو یا زیادہ افراد کی حد میں شمار نہیں کیے جاتے۔

چار دیواری سے باہر عوامی مقامات میں شامل ہیں:

- پارکس، ساحلِ سمندر، دیہی علاقہ
- عوامی باغات (خواہ آپ ان میں داخل ہونے کے لئے ادائیگی کرتے ہیں یا نہیں)
- الاٹمنٹس
- کھیلوں کے میدان

آپ نجی باغ میں نہیں مل سکتے۔

خصوصی استثنائات جہاں مختلف گھرانوں کے لوگ گروہوں میں اکٹھے ہو سکتے ہیں کے علاوہ بڑے گروہوں میں ملنا قانون کے خلاف ہے۔ اگر آپ گروہوں میں ملتے ہیں تو پولیس آپ کے خلاف کارروائی کر سکتی ہے۔ متعلقہ حکام، بشمول پولیس، کے پاس قانون پر عمل کروانے کے اختیار ہوں گے، بشمول جرمانوں اور اجتماعات کو منتشر کر کے۔

آپ پر پہلی خلاف ورزی کی صورت میں £200 تک کا جرمانہ ہو سکتا ہے، جو ہر مزید خلاف ورزی پر دوگنا بڑھتے ہوئے زیادہ سے زیادہ £6,400 تک ہو سکتا ہے۔ اگر آپ 30 سے زائد افراد کا غیر قانونی اجتماع منعقد کرتے یا منعقد کرنے میں مدد کرتے ہیں تو پولیس £10,000 کے جرمانے عائد کر سکتی ہے۔