

ہیں۔ برقرار تک دسمبر 2 پابندیاں پر وائرس کورونا قومی نئی اب

• چاہئے۔ رہنا ہی میں گھر کو آپ

دیں۔ چھوڑ گھر لئے کے کام یا تعلیم ، ورزش ، وجوہات طبی ، کھانے صرف food

کہ تک جب کریں گریز سے سفر اور سکیں کر آپ اگر کریں کام سے گھر آپ you  
ہو۔ نہ ضروری

ہیں۔ سکتے چھوڑ گھر لئے کے کرنے بھال دیکھ کی شخص کمزور کسی آپ a

متعلقہ ل کے شخص والے مرنے یا جنازہ نماز ، نماز انفرادی آپ individual  
ہیں۔ سکتے نکل سے گھر لئے کے شرکت میں تقریب

لئے کے مستثنیات اور رہنمائی ترین تازہ

جائیں۔ پر [www.northyorks.gov.uk/coronavirus](http://www.northyorks.gov.uk/coronavirus)

دے تشکیل بلبلا سپورٹ ساتھ کے والے گھر دوسرے ایک گھرانے بالغ بھی ایک  
بلبلا ایسا ایک گھرانہ ایک کا سائز بھی کسی کہ ہے یہ مطلب کا اس ہیں۔ سکتے  
کام طرح اس دونوں وہ پھر ہو۔ بالغ ایک صرف میں اس میں جس ہے سکتا دے تشکیل  
تو ہیں رہتے میں گھروں علیحدہ وہ اگر ہوں۔ میں گھر ہی ایک وہ جیسے ہیں کر سکتے  
گے۔ ہوسکیں منتقل درمیان کے گھروں کے والدین بچے

یا اندر کے گھر - گھرانوں مختلف معاشرتی گھریلو ، household ل کے ایک ہر  
دو صرف کہ ہے یہ استثنا کا اس ہوگی۔ پابندی پر جانے مل درمیان کے - باہر  
نجی چھوٹ یہ لیکن - ہیں سکتے مل پر جگہ کھلی عوامی افراد دو سے میں گھرانوں  
ہے۔ ہوتی نہیں لاگو پر باغات

کی نوازی مہمان اور خوردہ ضروری غیر علاوہ کے کرنے فراہم ویز ٹیک فوڈ  
گے۔ رہیں کھلے کاروبار ضروری صرف ہوگی۔ بند صنعت

## Test and Trace

کرسکتے مدد میں کرنے کم کو معاملات کے وائرس کورونا میں یارکشائر شمالی آپ ہیں

ہینڈ یا دھویں سے پانی اور صابن تک سیکنڈ 20 سے باقاعدگی کو ہاتھوں اپنے دو سے اس رہتے نہیں ساتھ کے جس آپ ڈھانپیں۔ کو چہرے کریں۔ استعمال سینٹیٹائسر رہیں۔ دور میٹر

آپ کہ ہے مطلب کا جس ہے حالت طبی کی آپ یا ہے زیادہ سے 60 عمر کی آپ اگر خطرہ زیادہ کا بیماری شدید سے وائرس کورونا کو آپ تو ہیں کمزور سے لحاظ طبی چاہئے رہنا محتاط میں کرنے عمل پر قواعد پر طور خاص کو آپ ہے۔ ہوسکتا لاحق چاہئے۔ کرنا کم سے کم کو رابطوں اپنے ساتھ کے دوسروں اور

مشورے اور معلومات سے جانب کی حکومت کو افراد کمزور انتہائی سے لحاظ طبی ہوگا۔ موصول خط ایک ساتھ کے

اور خریداری کو جن رہیں جانچتے بھی سے لوگوں کے برادری ہی اپنی کرم براہ کی کسی کیلئے کرنے بات سے کسی یا کرنے اکٹھا نسخے ، سامان ضروری دیگر ہے۔ ہوسکتی ضرورت کی مدد میں کرنے مدد

اور کوئی لئے کے کرنے فون پاس کے اس اور ہے ضرورت کی مدد کو لوگوں جن بجے 5:30 بجکر 8 صبح کے ہفتے سے سینٹر سروس کسٹمر ہمارے وہ ہے نہیں معلومات مزید ہیں۔ کرسکتے رابطہ پر 760780780 شام کریں حاصل پر [www.northyorks.gov.uk/coronavirus](http://www.northyorks.gov.uk/coronavirus)

کریں کیا تو ہیں علامات کی وائرس کورونا کو آپ اگر

اعلیٰ ایک ، کھانسی مستقل اور نئی ایک ہیں۔ علامات کی وائرس کورونا میں آپ اگر گھر کو آپ تو ہے آتی تبدیلی میں احساس کے ہو یا ذائقہ کے آپ یا ، حرارت درجہ براہ تو ہیں علامات میں آپ اگر ہوگا۔ کروانا ٹیسٹ کے کر تھلگ الگ کو خود میں کرو۔ بک ٹیسٹ ایک صرف کرم

لئے کے معلومات میں بارے کے طریقہ کے کرنے بک ٹیسٹ

اگر کریں۔ کال پر 119 یا جائیں پر [www.northyorks.gov.uk/testandtrace](http://www.northyorks.gov.uk/testandtrace)

## Test and Trace

اگر رکھیں یاد اور ، رہیں کرتے کوشش کرم براہ تو ہے ہوسکتا نہیں حاصل کو آپ رکھیں۔ تہلگ الگ کو خود آپ تو ہیں علامات کو آپ

ہے قاصر سے کرنے رابطہ سے شخص ایسے کسی سسٹم ٹریس اور ٹیسٹ قومی اگر ل کے پیروی کی اس ، تو ہے کیا تجربہ مثبت اندر کے گھنٹوں 24 نے جس قومی ، میں ابتدا گا۔ جائے کردیا حوالے کے ٹیم ٹریسنگ رابطہ مقامی اسے contact جس گا کرے کوشش کی کرنے رابطہ سے شخص ایسے کسی سسٹم ٹریس اور ٹیسٹ اس اندر کے گھنٹوں 24 وہ اگر ہو۔ کی جانچ مثبت کر کے استعمال کا نمبر 0300 نے یہ this ل کے کرنے پیروی کی اس ، تو ہیں قاصر سے کرنے رابطہ سے شخص گی۔ جائے کردی حوالے کے ٹیم مقامی والی کرنے رابطہ سے یارکشائر شمالی ہماری سے طرف کی صحت عوامی اور گا جائے کیا رابطہ پر نمبر 01609 سے رہائشیوں پر پڑنے ضرورت جو ، گی جائے کی بات سے ممبر ایک کے ٹیم سپورٹ کسٹمر گا۔ کرے فراہم مدد ماہر

کا کرنے ادا کردار اپنا لئے کے رکھنے محفوظ کو کسی ہر میں یارکشائر نارتھ شکر یہ۔

National restrictions update November 2020 Urdu

**STAY SAFE**  
IN NORTH YORKSHIRE

OFFICIAL