

کام



آپ صرف اس صورت میں کام کے لیے گھر سے نکل سکتے ہیں جہاں آپ کے لیے گھر سے اپنا کام کرنا غیر مناسب ہے۔



ذاتی دیکھ بھال

بند



ذاتی عبادت اور اجتماعی عبادت کے لیے کھلی ہیں، لیکن گھرانے یا سپورٹ ہبل سے باہر کسی بھی شخص کے ساتھ باہمی تعامل نہیں کر سکتے۔

عبادت گاہیں

طبی لحاظ سے انتہائی کمزور



اگر آپ کو شیڈنگ کا خط موصول ہوتا ہے تو آپ کو لازمی طور پر شیڈنگ کرنی چاہیے۔ جو لوگ طبی لحاظ سے انتہائی کمزور ہیں انھیں گھر سے نہیں نکلنا چاہیے سوائے اس صورت کے کہ یہ میڈیکل پائینٹنٹ یا درزش کے لیے ہو یا انتہائی ضروری ہو۔



خریداری اور پرچون (ریٹیل)

انتہائی ضروری دکانیں کھلی سکتی ہیں۔ غیر ضروری پرچون کی دکانیں لازمی طور پر بند رہنی چاہئیں اور صرف کھلک-اینڈ-کلیکٹ اور ڈیلیوری (شراب نہیں) کے لیے کھلی سکتی ہیں۔



ہوٹل اور رہائش

بند (محدود استثناء کے ساتھ)۔



بارز چہرز اور ریستوران

مہمان نوازی (ہاسٹیلنگ) بند۔ ایک اوپن کھل سکتے ہیں، لیکن کوئی شراب فراہم نہیں کی جاسکتی۔

شادیاں اور جنازے

جنازوں پر 30 تک لوگوں کی اجازت ہے۔ میت کے پاس بیٹھنا اور دیگر متعلقہ رسمی تقریبات چھ تک کے گروپ میں جاری رہ سکتی ہیں۔ استثنائی حالات میں چھ تک افراد پر مشتمل شادیاں جاری رہ سکتی ہیں۔

تعلیم



ابتدائی سالوں کے ادارے کھلے ہیں۔

دیگر تمام سکولوں اور کالجوں میں دور سے (ریموٹ طور پر) تعلیم ہوگی۔ کمزور بچوں اور اہم کارکنان کے بچوں کے لیے سکول کھلے رہیں گے۔



عمارت کے اندر (ان ڈور)

بند



ریزیڈنشل کیئر (رہائشی دیکھ بھال)

کیئر ہومز کے دورے کیے جاسکتے ہیں، لیکن عمارت کے اندر (ان ڈور) قریبی رابطے کے دوروں کی اجازت نہیں ہے۔ دباکی صورت میں دوروں کی اجازت نہیں دی جائے گی۔



ورزش اور گھر سے باہر تفریح

آپ اکیلے، اپنے گھرانے یا سپورٹ ہبل کے ساتھ یا کسی دیگر گھرانے سے ایک شخص کے ساتھ دن میں صرف ایک بار ورزش کرنے کے لیے اپنے گھر سے نکل سکتے ہیں۔ منظم کردہ ہیروئی کھیل (آؤٹ ڈور سپورٹ) بند ہیں سوائے اس کے کہ معذروں کے لیے ہو۔

سماجی رابطہ



گھرانوں کا کوئی میل جول نہیں، سوائے اس کے کہ سپورٹ ہبلز، چائلڈ کیئر ہبلز، کمزور افراد کو دیکھ بھال فراہم کرنے کے لیے، ایمر جنسی مدد فراہم کرنے کے لیے، کسی سپورٹ گروپ میں شرکت کے لیے، یا آرام کے وقت فنی دیکھ بھال (ریسیٹ کیئر) کے لیے ہو۔



خاطر داری (اینٹر ٹینمنٹ)

بند



رات بھر رہنا

آپ کو رات بھر کے لیے گھر سے دور ہرگز نہیں رہنا چاہیے محدود استثناء کا اطلاق ہوتا ہے۔



سفر اور ٹرانسپورٹ

آپ کو لازمی طور پر گھر پر رہنا چاہیے اور صرف کام کے لیے یا دیگر قانونی طور پر منظور شدہ وجوہات کے لیے سفر کرنا چاہیے۔ اگر آپ کے لیے سفر کرنا ضروری ہے تو آپ کو مقامی طور پر رہنا چاہیے اور اپنے سفر کی تعداد کو کم کرنا چاہیے۔ بیرون ملک سفر نہ کریں سوائے اس صورت کے کہ کسی استثناء کا اطلاق ہوتا ہو۔