اقداماتی درجہ A- (خاص اعلیٰ سطح کا اقداماتی درجہ، کووڈ-19 کے قواند وضوابط کے باب 5A میں باقاعدہ منظم):

بارنے ہاگے، اسکول، یونیورسٹیاں، کالج اور پیشہ ورانہ تعلیم کے مراکز

- پہیلا اقداماتی درجہ ٹریفک سگنل کے ماڈل کی مانند پورے ملک کے دیگر حصوں کی طرح اسکولوں اور بارنے ہاگے پر بھی لاگو ہوتا ہے۔ انفیکشن کی صورتحال کو دیکھتے ہوئے مقامی طور پر اس کا تجزیہ ہونا چاہیے، اس کا مطلب یہ ہے کہ بلدیہ بطور انفیکشن کنٹرول حکام یہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ انفیکشن کنٹرول کی پیشہ ورانہ تشخیص کی بنیاد پر ضرورت پڑنے پر سرخ سطح کا اطلاق کیا جا سکتا ہے۔ اس کے باوجود صورتحال کے پیش نظر حکومت سرخ سطح نافذ کرنے کے لیے سفارشات کر سکتی ہے۔
- یونیورسٹیوں ، کالجوں اور پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز کے احاطے تمام طلباء کے لیے بند کر دیے گئے ہیں اور درسی تعلیم ڈیجیٹل طور پر منعقد کی جائے گی۔ ملازمین ملازمت کے عمومی قواند پر عمل کریں گیں۔ یونیورسٹیاں، کالج اور پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز احاطہ کی بندش سے استثناء دے سکتے ہیں اگر احاطے تک رسائی ان طلباء کے لیے ضروری ہے جن کا انحصار تجربات یا ہنر کی تربیت کے لیے اہم ہے اور ڈیجیٹل طور پر مکمل نہیں ہو سکتی اور جو تعلیمی ترقی کو برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے اور طلباء کے بلدیہ میں انفیکشن کنٹرول اتھارٹی کے مشورے کے مطابق باقاعدگی سے کوویڈ-19 کے ٹیسٹ لیے جاتے ہیں۔ لائبریریاں اور پڑھنے کے کمرے بھی ایسے طلباء کے لیے کھلے رکھے جا سکتے ہیں جن کا کوویڈ-19 کا ٹیسٹ باقاعدگی سے لیا جاتا ہے۔

تقریبات

- بیرون اور اندرون خانہ ہر قسم کی تقاریب کو ممنوع کیا جاتا ہے، شادیوں کی تقاریب، جنازوں، تدفین اور بپتسمہ کو استثناء حاصل ہوگا۔ جب حاضرین میں سے ہر ایک کے پاس مستقل ، نامزد نشستیں ہوں تو جنازوں اور تدفین میں 30 سے زیادہ افراد موجود نہیں ہو سکتے ہیں۔ نکاح میں دلہا دلہن، امام اور دو گواہان موجود ہو سکتے ہیں۔ بپتسمہ کے وقت، بچہ، والدین، پادری اور اور دو ضامن موجود ہو سکتے ہیں۔
- ڈیجیٹل اجلاس میں زیادہ سے زیادہ پانچ افراد، علاوہ ازیں پیشہ ور افراد، اور ضروری تصنیف کار عملہ کی اجازت ہے۔

کھیل اور تفریحی سرگرمیاں

- بڑوں اور نوجوانوں کے لیے منظم کھیلوں کی سرگرمیوں کا انعقاد کرنے کی اجازت نہیں(ما سوائے دو استثناء کے، نیچے ملاحظہ فرمائیں)۔ یہی چیز تفریحی سرگرمیوں جیسے کے منظم کی گئ تیاریاں، تربیتی ورزشیں، کورس میں گانے، بینڈ اور تھیٹر میں ہونے والی مشقوں پر لاگو ہوتی ہے۔

- 20 سال سے کم عمر کے نوجوانوں اور بچوں کے لیے بیرونی کھیلوں اورتفریحی سرگرمیوں کی اجازت ہے، بشرطیہ کہ گروپ دس لوگوں سے زیادہ کا نہ ہو اور تمام شرکت کرنے والوں کا تعلق ایک ہی بلدیہ سے ہو۔ یہ تجویز دی جاتی ہے کہ سرگرمیاں اس انداز سے وقوع پزیر ہوں کی شرکاء کے درمیان کم از کم دو میٹر کی دوری برقرار رکھی جا سکیں۔

- بیرونی منظم کھیلوں اور تفریحی سرگرمیوں کی نشہ کے عادی افراد یا شدید ذہنی بیماری کے شکار افراد کے لے منقعد کرنے کی اجازت ہے، جب تک یہ بیرونِ خانہ اور پانچ افراد پر مشتمل گروپ میں کیا جا سکتا ہے اگر تمام شرکاء کا تعلق ایک ہی بلدیہ سے ہو۔

ملازمت

- جن کے لیےگھر سے کام کرنا ممکن ہو ان کے لیے احکامات جاری۔ آجر اس امر کو یقینی بنائے کہ ملازمین عملی طور پر جس حد تک ممکن ہو گھر سے کام کریں۔ آجروں پر لازم ہے وہ اس بارے میں دستاویزی ثبوت پیش کر سکیں کہ ملازمین کو اس بارے میں مکمل معلومات فراہم کی گئ ہیں کہ کمپنی میں ان باتوں کا اجرا کیسے ہو گا۔ کام کے سلسلے میں سفر نہایت مجبوری کے تحت ہونا چاہیے۔ بہرحال گھر سے کام کرنے قوانین ان لوگوں پر لاگو ہوتے ہیں جن کے پاس یہ سہولت موجود ہے۔

دوکانیں اور خدمات

تمام دوکانیں اور ڈیپارٹمینٹل سٹور بند رہیں گیں، ماسوائے ان کے:

- ۔اشیاء خوردو نوش کی دوکانیں، بمعہ چھوٹی دوکانوں، صحت بخش کھانے اور بنیادی طور پر کھانے پینے کی اشیاء بیچنے والی دوکانوں کے۔
- ۔وہ فروختی جگہ جو پالتو جانوروں کی خوراک اور جانوروں کی دیگر ضروریات کی چیزیں فروخت کرتے ہیں۔
- ۔ میڈیکل سٹورز
- ۔ مرہم پٹیاں بیچنے والے
- عینک ساز

- شراب خانہ
- ۔چھوٹے کاروبار مثلا نائی، جلد کے ماہرین، جسم گودنے والا اور ایسے ہی۔
- صحت کی دیکھ بھال کرنے والے: جیسے کہ فزیوتھیراپسٹ، دستی معالج (ہڈیاں چٹخانے والا) پاؤں کا طبیب اور ایسے بہت
- پیٹرول پمپ

۔پھولوں اور پودوں کی خوردہ تجارت کے طور پر قانونی اداروں کے لئے مرکزی کاروباری رجسٹر میں مستقل جگہ فروخت کے ساتھ پھولوں کی دکانیں ، جن کا فروخت کا رقبہ 250 مربع میٹر سے زیادہ نہیں ہے ، ایک کاروبار جس میں بنیادی طور پر بہت ہی کم پھولوں کی مختلف اقسام کی فروخت ہوتی ہے۔

- زراعت اور جانوروں کی پیداوار کے لیے فروختی مراکز
- گودام اور تھوک کا مال بیچنے والے جو دستکاروں اور ایسے لوگوں کو مہیا کرتے۔

دوکانیں اور ڈیپارٹمینٹل سٹورز پیشگی ادائیگی کی گئ اشیاء کی ترسیل کر سکتے ہیں اگر سامان کی فراہمی کے لیے انفیکشن کنٹرول کو ملحوظ خاطر رکھا جائے تو۔

ریستواں، کیفے، بار اور ہوٹل

- یستواں بند ، لیکن کھانا ساتھ لے جانے (ٹیک اوے) کی اجازت
- شراب پیش کرنے پر پابندی
- ہوٹل میں واقع ریستوراں قیام کرنے والے مہمانوں کو کھانا پیش کر سکتے ہیں

مندرجہ ذیل کاروبار اور مقامات بند رہیں گے

- جم خانہ
- تیراکی کے مراکز، تفریحی واٹر پارک، اسپاء کی سہولیات، ہوٹل کا پول اور اسی طرح
- مذہبی اور نظریاتی گھر بند، تدفین اور جنازہ اور علماء اور دوسرے مکتبہ فکر کے افراد کے انفرادی گفتگو کو استثنیٰ حاصل ہوگا۔
- لائبریریاں
- تفریحی پارکس، بنگوہال، گیمنگ ہال، پلے لینڈ، بولنگ ایلی اور اس طرح کی جگہیں۔
- عجائب گھر
- سینیما، تھیٹر، موسیقی کے مقامات اور ایسے ہی ثقافتی اور تفریحی مقامات۔
- دیگر عوامی مقامات اور کاروبار جہاں پر ثقافتی، تفریحی سرگرمیاں لوگوں کو اندر جمع کرنے کا باعث بنتی ہیں۔

تجاویز

- سب کو ایک دوسرے کے گھر میں میل جول اور اپنے گھر میں اجتماعات سے گریز کرنا چاہیئے۔ مندرجہ ذیل مستثنیات:
  - ضروری گھریلو خدمات اور زندگی کے آخری مراحل میں لوگوں کا خیال رکھنا۔
  - تنہا رہنے والے، ایک سے دو لوگوں کو مدعو کر سکتے ہیں اور ان کے گھر جا سکتے ہیں یا ایک مستقل کنبے کو مل سکتے ہیں۔
  - بچے اپنے بارنے ہاگے، اسکول کے مخصوص گروپ کے علاوہ اور نوجوان ایک یا دو مستقل دوستوں کے گھر یا انھیں ملنے کے لیے بلا سکتے ہیں۔
- دوسرے افراد سے دو میٹر کا فاصلہ برقرار ہونا چاہیے، اپنے اہل خانہ اور مندرجہ بالا دیئے گئے افراد کو استثناء حاصل ہے۔
- تمام افراد کو غیر ضروری سفر کرنے سے اجتناب کرنا چاہئے،ملازمت تک کیا جانے والا سفر ضروری گردانا جائے گا، کثیر اکثریت کے لیے گھر سے کام کرنے کے تقاضے لاگو ہوتے ہیں۔
- ایک بلدیہ میں رہنے والے کو پڑوسی بلدیات میں کھلے خریداری کے مراکز یا ڈیپارٹمینٹل سٹورز پر جانے کی حمایت نہیں کی جاتی۔
- بلدیہ میں رہنے والے تفریحی رہایشگاہ پر صرف اہل خانہ کے ساتھ جا سکتے ہیں۔ تمام خریداری جانے سے پہلے اپنی بلدیہ میں کریں، دوکانوں، ریستوراں یا کاٹیج کی بلدیہ میں پرہجوم جگہ کی طرف رجوع نہ کریں۔ سکینگ ٹریل، سکیینگ ٹریک اور چہل قدمی کے دوران دوسروں سے خوب فاصلہ رکھیں۔یہ ضرور جانیے کہ کاٹیج بلدیہ میں کونسے مشورے اور قواند لاگو ہوتے ہیں اور ان پر عمل کریں۔ مہمان مدعو نہیں کریں۔ اسکی ریزورٹ ایف ایچ آئی کے مشورے یہاں دیکھیں
- بلدیات اور اضلاع کو عوامی ٹرانسپورٹ میں مظبوط اقدامات متعارف کروانے چاہیئں، مثال کے طور پر نقل و حمل کے زرائع میں صرف پچاس فیصد تک استعمال کی گنجائش ہو۔
- وہ افراد جو رسک گروپ میں ہیں اور کرونا وائرس کے لگنے سے شدید بیمار ہو سکتے ہیں یا مر سکتے ہیں تو ایسے افراد کو گوشہ نشینی اختیار کرنی چاہئے۔
- چھوٹے کاروبار، مثال کے طور پر نائی، مضبوط اقدامات کرنے کی ضرورت ہے جیسے کہ چہرے پہ لگانے والا ماسک، اگر ایک میٹر کا فاصلہ رکھنا ناممکن ہو دوسری صورت میں کام میں کمی یا عارضی طور پر پیشکش ختم کر دیں جس میں آمنے سامنے ہونے کے امکان زیادہ ہوں۔

- اپنے قریبی رابطوں اور اہل خانہ کی جانچ اور اس کی پیروی کرنا:
  - وہ افراد جو انفیکشن کے قرنطینہ میں ہیں انھیں اس مدت کے ساتویں سے دسویں دن ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

- تبدیل شدہ کرونا وائرس کے لگنے سے وابستہ قریبی رابطوں کے قرنطینہ میں داخل ہوتے وقت (جب یہ واضح ہو جائے کہ بیماری لگنے والے کے قریبی رابطے ہیں) اور قرنطینہ سے نکلتے وقت (ابتدائی سات دن کے بعد) پی سی آر ٹیسٹ کے زریعے جانچا جاتا ہے۔
- قریبی رابطوں کے اہل خانہ کے افراد کو تب تک قرنطینہ میں رہنا ہوگا جب تک قریبی رابطے کے لیے گئے پی سی آر ٹیسٹ کا جواب دستیاب نہ ہو جائے۔ یہ انگریزی وائرس کی تبدیل شدہ قسم کے پھوٹنے کی صورت میں لاگو ہوتا ہے۔

چہرے کا ماسک پہننا لازم ہے

- جب اپنے اہل خانہ کے علاوہ دوسروں کے قریب سے گزرنے کا فاصلہ کم ہو تو ایسی صورت میں، دوکانوں، خریداری کے مراکز کی مشترکہ جگہ، ریستوراں، عبادگاہوں اور مکتبہ فکر گھروں ، مشترکہ نقل و حمل کے زرائع اور اندرون خانہ اسٹیشن، اور ثقافتی، کھیل اور تفریحی سرگرمیوں کے احاطے میں ماسک کا استعمال ضروری ہو گا۔
- سواریاں ٹیکسی میں ماسک کا استعمال کریں گیں۔ سواری ٹیکسی میں داخل ہونے سے پہلے ماسک لگائے گی اور جب تک سفر ختم ہو اور سواری ٹیکسی سے اتر نہیں جاتی تب تک ماسک پہننا پڑے گا۔ ماسک لگانے کا یہ فریضہ ٹیکسی کے ڈرائیور پر بھی سواری گاڑی میں موجود ہونے کی صورت میں لاگو ہوتا ہے۔
- ماسک لگانے کا اطلاق ایسے مقامات کے ملازمین پر بھی ہوتا ہے جہاں پر آنے والوں سے کم از کم ایک میٹر کا فاصلہ قائم رکھنا ممکن نہ ہو۔ یہ ان ملازمین پر لاگو نہیں ہوتا جہاں ادارہ برائے صحت کی طرف سے انفیکشن کنٹرول کے دیگر اقدامات نافذ کیے گئے ہوں جیسے کے ، چہرے کو بچانے کے لیے پلاسٹک کا پورا چھجا، پلاسٹک کی حفاظتی دیوار ۔
- ماسک کے استعمال کا اطلاق 12 سال سے کم عمر بچوں، اورجو طبی یا دوسری وجوہات کی بناء پر ماسک استعمال کرنے سے قاصر ہیں پر نہیں ہوتا۔

تمام بلدیات مقامی انفیکشن کی صورتحال کے پیش نظر سخت مشورے اور قواند متعارف کروا سکتی ہے۔ اس لئے یہ جاننا نہایت ضروری ہے کہ آپ کی بلدیہ میں کیا لاگو ہوتا ہے۔

ان بلدیات میں ، اقدامات کی سطح A سے نیچے کر کے اقدامات کی سطح B کی جارہی ہے ، یا جاری ہے:

اینے بک، فروگن، اندرے اوستفولد، نوردرے فولو، ویستبی، اوس، فریدرکستاد، ہالڈن، موس، رودے، سارس برگ، آسکر، بیرم، درامن، لییر، آیدسولد اور نانے ستاد۔

یہاں آپ اقداماتی سطح B کی تفصیلات دیکھ سکتے ہیں (خاص اعلیٰ سطح کے اقدامات، کوویڈ-19 قواعد و ضوابط کے باب 5A میں باقاعدہ منظم):

اقداماتی سطح B (خاص اعلیٰ سطح کے اقدامات، کوویڈ-19 قواعد و ضوابط کے باب 5A میں باقاعدہ منظم):

بارنے ہاگے، اسکول، یونیورسٹیاں، کالج اور پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز

- پہلا اقداماتی درجہ ٹریفک سگنل کے ماڈل کی مانند پورے ملک کے دیگر حصوں کی طرح اسکولوں اور بارنے ہاگے پر بھی لاگو ہوتا ہے۔ انفیکشن کی صورتحال کو دیکھتے ہوئے مقامی طور پر اس کا تجزیہ ہونا چاہیے، اس کا مطلب یہ ہے کہ بلدیہ بطور انفیکشن کنٹرول حکام یہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ انفیکشن کنٹرول کی پیشہ ورانہ تشخیص کی بنیاد پر ضرورت پڑنے پر سرخ سطح کا اطلاق کیا جا سکتا ہے۔ اس کے باوجود صورتحال کے پیش نظر حکومت سرخ سطح نافذ کرنے کے لیے سفارشات کر سکتی ہے۔
- یونیورسٹیوں، کالجوں، پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز، پرائمری اسکول میں بالغوں کی تعلیم، اپر سیکنڈری اسکول، تعارف ایکٹ اور انضمام قانون کے تحت تعلیم حاصل کرنے والے بالغان، اور اس کے ساتھ ہی طالبات کی ایسوسیشن اور قابلیت پلس کے تحت کورس کی سرگرمیاں تمام طلباء کے لیے بند کر دی گئی ہیں۔ بہر حال لائبریریاں اور تدریسی کمرے ابھی بھی کھلے ہیں۔ ملازمین اس کے علاوہ ملازمتی اصولوں پر عمل پیرا رہیں گے۔ تدریسی عمل ڈیجیٹل ہوگا۔
- یونیورسٹیاں، کالج اور پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز احاطہ کی بندش سے استثناء دے سکتے ہیں اگر احاطے تک رسائی ان طلباء کے لیے ضروری ہے جن کا انحصار تجربات یا ہنر کی تربیت کے لیے اہم ہے اور ڈیجیٹل طور پر مکمل نہیں ہو سکتی اور جو تعلیمی ترقی کو برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے۔
- جو تعلیمی مراکز مفت اسکول ایکٹ کے باب 6A کے تحت منظور شدہ ہیں ان کو طلباء کے لیے بند نہیں کیا جائے گا۔

بورڈنگ اسکول والے ادارے فولکے ہائی سکولے کے قوانین اور بورڈنگ اسکول کے بغیر ادارے اسکینڈری اسکول کے قوانین اور سفارشات پر عمل کریں گے۔

- ادارے کمرہ تعلیم کو ان طلباء کے لیے کھلا رکھ سکتے ہیں جن کی تعلیم کا دارومدار تجربات اور ہنر کی تربیت پر منحصر ہے جو ڈیجیٹل طور پر ممکن نہیں اور تعلیمی معیار کو برقرار رکھنے کے لیے بہت ضروری ہے۔

تقاریب

- بیرون خانہ ہر قسم کی تقاریب کو ممنوع کیا جاتا ہے، مذہبی اور مکتبہ فکر کے اجتماعت، بشمول شادیوں کی تقاریب، جنازوں، تدفین، بپتسمہ اور یوم تاسیس کو استثناء حاصل ہو گا۔
- ایمان اور فلسفیانہ محافل میں 20 سے زائد افراد کی شمولیت نہیں ہونی چائیے اور تمام افراد کے لیے مختص نسب شدہ نشستوں کا اہتمام ہو۔ جنازوں اور تدفین میں شمولیت کی تعداد کے لیے قومی قواعد لاگو ہوتے ہیں۔

- ڈیجیٹل اجلاس میں زیادہ سے زیادہ پانچ افراد، علاوہ ازیں پیشہ ور افراد، اور ضروری تصنیف کار عملہ کی اجازت ہے۔

کھیل اور تفریحی سرگرمیاں

- 20 سال سے کم عمر کے بچوں اور نوعمروں کے لیے ثقافتی۔، کھیل کی۔، اور تفریحی سرگرمیاں کھلی رکھی جا سکتی ہیں۔ 20 سال یا اس سے زائد عمر کے افراد کے لیے انڈور کھیل کی سرگرمیوں کی اجازت نہیں ہے۔ یہی تفریحی سرگرمیاں جیسے کے منظم کی گئی تیاریاں، تربیتی ورزشیں، کورس میں گانے، بینڈ اور تھیٹر میں ہونے والی مشقوں پر لاگو ہوتی ہے۔ پیشہ ور کھلاڑیوں کے لیے منظم تربیت کی انڈور اجازت ابھی بھی موجود ہے۔
- تیراکی کے تالاب، واٹر پارک، اسپاء کی سہولت، ہوٹل کا پول اور ایسی ہی دوسری چیزوں کو 20 سال سے کم عمر کو تیراکی سیکھانے، منظم تیراکی کورس اور منظم تیراکی کی تربیت اور پیشہ ور کھلاڑیوں کے لیے، اور بحالی صحت ، ورزش اور انفرادی علاج کے لیے۔

ملازمت

- جن کے لیے گھر سے کام کرنا ممکن ہو ان کے لیے احکامات جاری۔ آجر اس امر کو یقینی بنائے کہ ملازمین عملی طور پر جس حد تک ممکن ہو گھر سے کام کریں۔ آجروں پر لازم ہے وہ اس بارے میں دستاویزی ثبوت پیش کر سکیں کہ ملازمین کو اس بارے میں مکمل معلومات فراہم کی گئی ہیں کہ کمپنی میں ان باتوں کا اجرا کیسے ہو گا۔ کام کے سلسلے میں سفر نہاہت مجبوری کے تحت ہونا چاہیے۔ بہرحال گھر سے کام کرنے قوانین ان لوگوں پر لاگو ہوتے ہیں جن کے پاس یہ سہولت موجود ہے۔

دوکانیں اور خدمات

- دوکانیں کھلی رکھ سکتے ہیں۔
- چھوٹے کاروبار ، جیسے کے نائی، بھی دوکان کھول سکتے ہیں۔

ریستوراں، کیفے، شراب خانے اور ہوٹل

- شراب پیش کرنے پر پابندی

مندرجہ ذیل کاروبار اور مقامات بند رہیں گے

- جم خانہ، تاہم ایسے کہ مندرجہ ذیل پیشکشیں کھلی رہ سکیں:

- بحالی صحت اور بحالی ورزش کی پیشکش جو انفرادی طور پر یا منتظم کے ساتھ چھوٹے گروپوں میں دی جا سکے
- انفرادی ورزش اور علاج جس کے لیے وقت لیا جاسکے۔

- تیراکی کے تالاب ، تیراکی کے پارک، اسپاء کی سہولت ، ہوٹل کے تالاب اور ایسے ہی سب بند کیا جائے گا، پھر بھی یوں کے مندرجہ ذیل پیشکش کھلی رہیں:
  - 20 سال سے کم عمر افراد کے لیے اسکول کی تیراکی، منظم تیراکی کے کورس، منظم تیراکی کی تربیت اور پیشہ ور کھلاڑیوں کے لیے تیراکی کی سہولت مہیا کی جا سکے۔
  - بحالی صحت اور بحالی ورزش کی پیشکش جو انفرادی طور پر یا منتظم کے ساتھ چھوٹے گروپوں میں دی جا سکے
  - اور انفرادی علاج کی سہولت جس کے لیے وقت لیا جا سکے اور جہاں تالاب علاج کا ایک حصہ ہو۔
- تفریحی پارک، بنگوہال، آرکید، پلے لینڈ، باؤلنگ ایلی اور اسی طرح کی جگہیں۔
- عجائب گھر
- سینیما، تھیٹر، محفلِ موسیقی کے مقامات اور اسی طرح کے ثقافتی اور تفریحی جگہیں۔
- دیگر عوامی مقامات اور کاروبار جہاں ثقافتی ، تفریح یا تفریحی سرگرمیاں ہوتی ہیں جو لوگوں کو اندرون خانہ جمع کرتی ہیں۔
- دیگر عوامی مقامات اور کاروبار جہاں پر منظم طور پر ثقافتی، کھیل اور تفریحی سرگرمیاں چل رہی ایسی جگہ کو 20 سال سے عمر کے بچوں اور نوجوانوں کے لیے کھول سکتے ہیں، بالغوں کے لیے بیرون خانہ سرگرمیاں اور اندرون خانہ منظم تربیت اور پیشہ ور کھیلاڑیوں کے لئے بیرون خانہ ، تاہم دوسرے افراد کے لیے اس وقت ایسی جگھوں پر تفریحی سرگرمیاں نہ ہوں۔

سفارشات

- گھر پہ ایک وقت میں پانچ سے زیادہ مہمان مدعو نا کریں۔ ترجیحاً باہر ملنے کی ترغیب دی جاتی ہے۔
- ملازمت سے متعلق، کنبے کے افراد، بارنے ہاگے اور اسکول کے ساتھیوں سے ضروری رابطوں کے علاوہ، ایک ہفتے میں رابطوں کی تعداد دس افراد سے زیادہ نہیں ہونی چاہیے۔
- ۔ایسے افراد جن کو بیماری لگنے کا خدشہ زیادہ ہو ان سے کم از کم دو میٹر کا فاصلہ رکھیں اور ایسے حالات میں خاص طور پر جب انفیکشن کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے (جیسے اعلیٰ شدت کی جسمانی سرگرمی کے دوران گانا گانا یا چلانا)
- ہر ایک کو غیر ضروری سفر سے گریز کرنا چاہئیے۔کام کرنے کے لیے سفر پر جانا ضروری گردانا جائے گا۔کثیر اکثریت کے لیے گھر سے کام کرنے کے تقاضے لاگو ہوتے ہیں۔
- بلدیہ میں رہنے والوں کو مقامی خریداری کے مراکز اور ڈیپارٹمینٹل سٹورز کو استعمال کی سفارش کی جاتی ہے۔

- بلدیہ میں رہنے والے صرف اپنے اہل خانہ کے ساتھ تفریحی کاٹیج جا سکتے ہیں۔ سفر سے پہلے تمام خریداری اپنی رہائشی بلدیہ میں کریں۔ دوکانوں، ریستوراں یا کاٹیج کی بلدیہ میں پرہجوم جگہ کی طرف رجوع نہ کریں۔ سکینگ ٹریل، سکیینگ ٹریک اور چہل قدمی کے دوران دوسروں سے خوب فاصلہ رکھیں۔یہ ضرور جانیے کہ کاٹیج بلدیہ میں کونسے مشورے اور قواند لاگو ہوتے ہیں اور ان پر عمل کریں۔ مہمان مدعو نہیں کریں۔ اسکی ریزورٹ ایف ایچ آئی کے مشورے یہاں دیکھیں
- بلدیات اور اضلاع کو عوامی ٹرانسپورٹ میں مضبوط اقدامات متعارف کروانے چاہیئں، مثال کے طور پر نقل و حمل کے زرائع میں صرف پچاس فیصد تک استعمال کی گنجائش ہو۔
- وہ افراد جو رسک گروپ میں ہیں اور کرونا وائرس کے لگنے سے شدید بیمار ہو سکتے ہیں یا مر سکتے ہیں تو ایسے افراد کو گوشہ نشینی اختیار کرنی چاہیے۔
- چھوٹے کاروبار، مثال کے طور پر نائی، مضبوط اقدامات کرنے کی ضرورت ہے جیسے کہ چہرے پہ لگانے والا ماسک، اگر ایک میٹر کا فاصلہ رکھنا ناممکن ہو دوسری صورت میں کام میں کمی یا عارضی طور پر پیشکش ختم کر دیں جس میں آمنے سامنے ہونے کے امکان زیادہ ہوں۔
- اپنے قریبی رابطوں اور اہل خانہ کی جانچ اور اس کی پیروی کرنا:
  - وہ افراد جو انفیکشن کے قرنطینہ میں ہیں انھیں اس مدت کے ساتویں سے دسویں دن ٹیسٹ کروانے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔
  - تبدیل شدہ کرونا وائرس کے لگنے سے وابستہ قریبی رابطوں کے قرنطینہ میں داخل ہوتے وقت (جب یہ واضح جائے کہ بیماری لگنے والے کے قریبی رابطے ہیں) اور قرنطینہ سے نکلتے وقت (ابتدائی سات دن کے بعد) پی سی آر ٹیسٹ کے زریعے جانچا جاتا ہے۔
  - قریبی رابطوں کے اہل خانہ کے افراد کو تب تک قرنطینہ میں رہنا ہوگا جب تک قریبی رابطے کے لیے گئے پی سی آر ٹیسٹ کا جواب دستیاب نہ ہو جائے۔یہ انگریزی وائرس کی تبدیل شدہ قسم کے پھوٹنے کی صورت میں لاگو ہوتا ہے۔

چہرے کا ماسک پہننا لازم ہے

- جب اپنے اہل خانہ کے علاوہ دوسروں کے قریب سے گزرنے کا فاصلہ اک میٹر سے کم ہو تو ایسی صورت میں، دوکانوں، خریداری کے مراکز کی مشترکہ جگہ، ریستوراں، عبادگاہوں اور مکتبہ فکر گھروں ، مشترکہ نقل و حمل کے زرائع اور اندرون خانہ اسیٹیشن، اور ثقافتی، کھیل اور تفریحی سرگرمیوں کے احاطے میں ماسک کا استعمال ضروری ہو گا۔
- سواریاں ٹیکسی میں ماسک کا استعمال کریں گیں۔سواری ٹیکسی میں داخل ہونے سے پہلے ماسک لگائے گی اور جب تک سفر ختم ہو اور سواری ٹیکسی سے اتر نہیں جاتی تب تک ماسک پہننا پڑے گا۔ماسک لگانے کا یہ فریضہ ٹیکسی کے ڈرائیور پر بھی سواری گاڑی میں موجود ہونے کی صورت میں لاگو ہوتا ہے۔

- ماسک لگانے کا اطلاق ایسے مقامات کے ملازمین پر بھی ہوتا ہے جہاں پر آنے والوں سے کم از کم ایک میٹر کا فاصلہ قائم رکھنا ممکن نہ ہو۔ یہ ان ملازمین پر لاگو نہیں ہوتا جہاں ادارہ برائے صحت کی طرف سے انفیکشن کنٹرول کے دیگر اقدامات نافذ کیے گئے ہوں جیسے کے ، چہرے کو بچانے کے لیے پلاسٹک کا پورا چھجا، پلاسٹک کی حفاظتی دیوار ۔
- ماسک کے استعمال کا اطلاق 12 سال سے کم عمر بچوں، اورجو طبی یا دوسری وجوہات کی بناء پر ماسک استعمال کرنے سے قاصر ہیں پر نہیں ہوتا۔

تمام بلدیات مقامی انفیکشن کی صورتحال کے پیش نظر سخت مشورے اور قوائد متعارف کروا سکتی ہے۔ اس لئے یہ جاننا نہایت ضروری ہے کہ آپ کی بلدیہ میں کیا لاگو ہوتا ہے۔

اقداماتی درجہ C - (اعلیٰ درجہ کے اقدامات - کووڈ-19 کے قوائد و ضوابط کے باب 5C میں باقاعدہ منظم)

بارنے ہاگے، اسکول، یونیورسٹیاں، کالج اور پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز

- پہیلا اقداماتی درجہ ٹریفک سگنل کے ماڈل کی مانند پورے ملک کے دیگر حصوں کی طرح اسکولوں اور بارنے ہاگے پر بھی لاگو ہوتا ہے۔ انفیکشن کی صورتحال کو دیکھتے ہوئے مقامی طور پر اس کا تجزیہ ہونا چاہیے، اس کا مطلب یہ ہے کہ بلدیہ بطور انفیکشن کنٹرول حکام یہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ انفیکشن کنٹرول کی پیشہ ورانہ تشخیص کی بنیاد پر ضرورت پڑنے پر سرخ سطح کا اطلاق کیا جا سکتا ہے۔ اس کے باوجود صورتحال کے پیش نظر حکومت سرخ سطح نافذ کرنے کے لیے سفارشات کر سکتی ہے۔

- یونیورسٹیوں، کالجوں، پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز، پرائمری اسکول میں بالغوں کی تعلیم، اپر سیکنڈری اسکول، تعارف ایکٹ اور انضمام قانون کے تحت تعلیم حاصل کرنے والے بالغان، اور اس کے ساتھ ہی طالبات کی ایسوسییشن اور قابلیت پلس کے تحت کورس کی سرگرمیاں تمام طلباء کے لیے بند کر دی گئی ہیں۔ بہر حال لائبریریاں اور تدریسی کمرے ابھی بھی کھلے ہیں۔ملازمین اس کے علاوہ ملازمتی اصولوں پر عمل پیرا رہیں گے۔ تدریسی عمل ڈیجیٹل ہوگا۔
- جو تعلیمی مراکز مفت اسکول ایکٹ کے باب 6A کے تحت منظور شدہ ہیں ان کو طلباء کے لیے بند نہیں کیا جائے گا۔

بورڈنگ اسکول والے ادارے فولکے ہائی سکولے کے قوانین اور بورڈنگ اسکول کے بغیر ادارے اسکینڈری اسکول کے قوانین اور سفارشات پر عمل کریں گے۔

- یونیورسٹیاں، کالج اور پیشہ ورانہ تعلیمی مراکز احاطہ کی بندش سے استثناء دے سکتے ہیں اگر احاطے تک رسائی ان طلباء کے لیے
- ضروری ہے جن کا انحصار تجربات یا ہنر کی تربیت کے لیے اہم ہے اور ڈیجیٹل طور پر مکمل نہیں ہو سکتی اور جو تعلیمی ترقی کو برقرار رکھنے کے لیے ضروری ہے۔
- 10 افراد تک مختصر گروپوں میں عام تعلیم کی اجازت ہے۔

تقاریب

- تقاریب پر قومی قوانین کا اطلاق ہوتا ہے۔

کھیل اور تفریحی سرگرمیاں

- 20 سال سے کم عمر کے بچوں اور نوعمروں کے لیے ثقافتی۔، کھیل کی۔، اور تفریحی سرگرمیاں کھلی رکھی جا سکتی ہیں۔ 20 سال یا اس سے زائد عمر کے افراد کے لیے انڈور کھیل کی سرگرمیوں کی اجازت نہیں ہے۔ یہی تفریحی سرگرمیاں جیسے کے منظم کی گئ تیاریاں، تربیتی ورزشیں، کورس میں گانے، بینڈ اور تھیٹر میں ہونے والی مشقوں پر لاگو ہوتی ہے۔ پیشہ ور کھلاڑیوں کے لیے منظم تربیت کی انڈور اجازت ابھی بھی موجود ہے۔
- تیراکی کے تالاب، واٹر پارک، اسپاء کی سہلولت، ہوٹل کا پول اور ایسی ہی دوسری چیزوں کو20 سال سے کم عمر کو تیراکی سیکھانے، منظم تیراکی کورس اور منظم تیراکی کی تربیت اور پیشہ ور کھلاڑیوں کے لیے، اور بحالی صحت ، ورزش اور انفرادی علاج کے لیے۔

ملازمت

- جن کے لیےگھر سے کام کرنا ممکن ہو ان کے لیے احکامات جاری۔ آجر اس امر کو یقینی بنائے کہ ملازمین عملی طور پر جس حد تک ممکن ہو گھر سے کام کریں۔ آجروں پر لازم ہے وہ اس بارے میں دستاویزی ثبوت پیش کر سکیں کہ ملازمین کو اس بارے میں مکمل معلومات فراہم کی گئ ہیں کہ کمپنی میں ان باتوں کا اجرہ کیسے ہو گا۔ کام کے سلسلے میں سفر نہایت مجبوری کے تحت ہونا چاہیے۔ بہرحال گھر سے کام کرنے قوانین ان لوگوں پر لاگو ہوتے ہیں جن کے پاس یہ سہولت موجود ہے۔

دوکانیں اور خدمات

- دوکانیں کھلی رکھ سکتے ہیں۔
- چھوٹے کاروبار ، جیسے کے نائی، بھی دوکان کھول سکتے ہیں۔

ریستوراں، کیفے، شراب خانے اور ہوٹل

- شراب پیش کرنے پر پابندی، علاوہ ازیں قومی قوانین لاگو ہوتے ہیں۔

مندرجہ ذیل کاروبار اور مقامات بند رہیں گے

- جم خانہ، تاہم ایسے کہ مندرجہ ذیل پیشکشیں کھلی رہ سکیں:

- بلدیہ کے رہائشیوں کو پیشکش دی جائے گی
- بحالی صحت اور بحالی ورزش کی پیشکش جو انفرادی طور پر یا منتظم کے ساتھ چھوٹے گروپوں میں دی جا سکے
- انفرادی ورزش اور علاج جس کے لیے وقت لیا جاسکے۔

- تیراکی کے تالاب ، تیراکی کے پارک، اسپاء کی سہولت ، ہوٹل کے تالاب اور ایسے ہی سب بند کیا جائے گا، پھر بھی یوں کے مندرجہ ذیل پیشکش کھلی رہیں:

- 20 سال سے کم عمر افراد کے لیے اسکول کی تیراکی، منظم تیراکی کے کورس، منظم تیراکی کی تربیت اور پیشہ ور کھلاڑیوں کے لیے تیراکی کی سہولت مہیا کی جا سکے۔
- بحالی صحت اور بحالی ورزش کی پیشکش جو انفرادی طور پر یا منتظم کے ساتھ چھوٹے گروپوں میں دی جا سکے
- اور انفرادی علاج کی سہولت جس کے لیے وقت لیا جا سکے اور جہاں تالاب علاج کا ایک حصہ ہو۔

- تفریحی پارک، بنگوہال، آرکیڈ، پلے لینڈ، باؤلنگ ایلی اور اسی طرح کی جگہیں۔
- عجائب گھر
- سینیما، تھیٹر، محفل موسیقی کی جگہ اور ایسے ہی ثقافتی - اور تفریحی مقامات۔
- دیگر عوامی مقامات اور کاروبار جہاں ثقافتی ، تفریح یا تفریحی سرگرمیاں ہوتی ہیں جو لوگوں کو اندرون خانہ جمع کرتی ہیں۔
- دیگر عوامی مقامات اور کاروبار جہاں پر منظم طور پر ثقافتی، کھیل اور تفریحی سرگرمیاں چل رہی ایسی جگہ کو 20 سال سے عمر کے بچوں اور نوجوانوں کے لیے کھول سکتے ہیں، بالغوں کے لیے بیرون خانہ سرگرمیاں اور اندرون خانہ منظم تربیت اور پیشہ ور کھیلاڑیوں کے لئے بیرون خانہ ،تاہم دوسرے افراد کے لیے اس وقت ایسی جگہوں پر تفریحی سرگرمیاں نہ ہوں۔

تجاویز

- گھر پہ ایک وقت میں پانچ سے زیادہ مہمان مدعو نا کریں۔ ترجیحاً باہر ملنے کی ترغیب دی جاتی ہے۔
- ایسے افراد جن کو بیماری لگنے کا خدشہ زیادہ ہو ان سے کم از کم دو میٹر کا فاصلہ رکھیں اور ایسے حالات میں خاص طور پر جب ایفیکشن کا خطرہ زیادہ ہوتا ہے (جیسے اعلیٰ شدت کی جسمانی سرگرمی کے دوران گانا گانا یا چیخنا)
- ہر ایک کو غیر ضروری سفر سے گریز کرنا چاہئیے۔کام کرنے کے لیے سفر پر جانا ضروری گردانا جائے گا۔کثیر الکثرت کے لیے گھر سے کام کرنے کے تقاضے لاگو ہوتے ہیں۔
- بلدیہ میں رہنے والوں کو مقامی خریداری کے مراکز اور ڈیپارٹمینٹل سٹورز کو استعمال کی سفارش کی جاتی ہے۔
- رہائشی اپنے اہل خانہ کے ساتھ تفریحی کاٹیج جا سکتے ہیں۔ سفر سے پہلے تمام خریداری اپنی رہائشی بلدیہ میں کریں۔ دوکانوں، ریستوراں یا کاٹیج کی بلدیہ میں پرہجوم جگہ کی طرف رجوع نہ کریں۔ سکینگ ٹریل، سکیینگ ٹریک اور چہل قدمی کے دوران دوسروں

سے خوب فاصلہ رکھیں۔ یہ ضرور جانیے کہ کاٹج بلدیہ میں کونسے مشورے اور قواعد لاگو ہوتے ہیں اور ان پر عمل کریں۔ مہمان مدعو نہیں کریں۔ اسکی ریزورٹ ایف ایچ آئی کے مشورے یہاں دیکھیں

- بلدیات اور اضلاع کو عوامی ٹرانسپورٹ میں مظبوط اقدامات متعارف کروانے چاہیئں، مثال کے طور پر نقل و حمل کے زرائع میں صرف پچاس فیصد تک استعمال کی گنجائش ہو۔

چہرے کا ماسک پہننا لازم ہے

- جب اپنے اہل خانہ کے علاوہ دوسروں کے قریب سے گزرنے کا فاصلہ اک میٹر سے کم ہو تو ایسی صورت میں، دوکانوں، خریداری کے مراکز کی مشترکہ جگہ، ریستوراں، عبادگاہوں اور مکتبہ فکر گھروں ، مشترکہ نقل و حمل کے زرائع اور اندرون خانہ اسٹیٹیشن، اور ثقافتی، کھیل اور تفریحی سرگرمیوں کے احاطے میں ماسک کا استعمال ضروری ہو گا۔
- سواریاں ٹیکسی میں ماسک کا استعمال کریں گیں۔ سواری ٹیکسی میں داخل ہونے سے پہلے ماسک لگائے گی اور جب تک سفر ختم ہو اور سواری ٹیکسی سے اتر نہیں جاتی تب تک ماسک پہننا پڑے گا۔ ماسک لگانے کا یہ فریضہ ٹیکسی کے ڈرائیور پر بھی سواری گاڑی میں موجود ہونے کی صورت میں لاگو ہوتا ہے۔
- ماسک لگانے کا اطلاق ایسے مقامات کے ملازمین پر بھی ہوتا ہے جہاں پر آنے والوں سے کم از کم ایک میٹر کا فاصلہ قائم رکھنا ممکن نہ ہو۔ یہ ان ملازمین پر لاگو نہیں ہوتا جہاں ادارہ برائے صحت کی طرف سےانفیکشن کنٹرول کے دیگر اقدامات نافذ کیے گئے ہوں جیسے کے ، چہرے کو بچانے کے لیے پلاسٹک کا پورا چھجا، پلاسٹک کی حفاظتی دیوار ۔
- ماسک کے استعمال کا اطلاق 12 سال سے کم عمر بچوں، اورجو طبی یا دوسری وجوہات کی بناء پر ماسک استعمال کرنے سے قاصر ہیں پر نہیں ہوتا۔

تمام بلدیات مقامی انفیکشن کی صورتحال کے پیش نظر سخت مشورے اور قواعد متعارف کروا سکتی ہے۔ اس لئے یہ جاننا نہاہت ضروری ہے کہ آپ کی بلدیہ میں کیا لاگو ہوتا ہے۔

کیا ہوتا ہے جب علاقائی وباء پھوٹتی ہے، اور حکومت کو اقدامات کے بارے میں فیصلہ کرنا پڑتا ہے؟

محکمہ برائے صحت اور ادارہ برائے صحت عامہ نے متعلقہ بلدیات اور ریاستی منتظم کے ساتھ بات چیت کے بعد حکومت کو تجاویز پیش کرے گا کہ کن بلدیات کو اقدامات متعارف کروانے چاہئے اور یہ اقدامات کس سطح پر ہونے چاہئیں۔

اقدامات کی سطح کووڈ-19 منظم قواعد کے ابواب ,5 A, 5 Bاور 5C میں باقاعدہ ہیں علاوہ ازیں وہ تجاویز بھی دی جاتی ہیں جو ضوابط میں باقاعدہ نہیں ہیں۔

ایسا بھی ممکن ہے کہ خاص مقامی واقعات کی بنا پر کچھ بلدیات جو ان فیصلوں کی زد میں آتی ہیں وہ اس کے علاوہ سخت قوانین نافذ یا مشورے کا انتخاب کریں۔ مختلف سطح کے اقدامات کے ساتھ مشوروں کا ایک سیٹ بھی ہے۔ یہ ضوابط میں باقاعدہ نہیں ہے۔ بلدیہ اگر چاہے توحکومتی اقدامات مستحکم کرنے کےلیے مقامی ضابطے اختیار کرنے کا انتخاب کر سکتی ہیں۔ تاہم ان کے پاس اقدامات میں نرمی کرنے کا موقع نہیں ہے۔بیماری کی نشونما اور حالات دیکھتے ہوئے حکومت اس بات کا فیصلہ کر سکتی ہے کہ مثال کے طور پر کچھ عرصہ بعد ایک بلدیہ اقداماتی درجہ A سے ہٹا کر اقداماتی درجہ C پر کر دیا جائے۔

نوردرے فولو میں بیماری کا پھوٹنے کی مثال:

22-24 جنوری کے آخری ویک اینڈ پر نوردرے فولو کی بلدیہ میں انگریزی وائرس کی متعدی نوعیت کا وباء پھیل گیا جس کا بیرون ملک میں ہونے والے کیسز سے تعلق نہیں پتہ چل سکا۔ نوردرے فولو بلدیہ اوسلو اور فولو کے بہت ہی قریب سے مربوط ہے ، اور بہت سی بلدیات کے مابین سخت اور مربوط اقدامات کرنا نہایت ناگزیر تھا۔

بلدیات ، محکمہ برائے صحت ، ایف ایچ آئی اور ریاستی منتظم کے مابین ہونے والے اجلاس کے بعد اس بات پر اتفاق ہو گیا کہ حکومت بلدیات کے لیے مرکزی فیصلہ کرے۔ متبادل یہ تھا کہ 25 بلدیات جو اس وباء سے براہ راست یا بلا واسطہ متاثر تھیں، انھیں اقدامات کے برے نتائج سے بچنے کے لیے 25 مختلف مقامی قوائد و ضوابط اور سفارشات کے ساتھ ہم آہنگی کرنی پڑتی۔ اس طرح کئی دن لگ جاتے اور اقدامات کے بارے میں آبادی سے بات چیت میں نمایاں مشکل پیش آتی۔

نوردرے فولو اور نو دیگر بلدیات جو ایک دوسرے کے ساتھ بہت قریب سے مربوط ہیں انھیں اقداماتی درجہ A سے اقدامات حاصل ہوئے۔
15 بلدیات جو ان کی معمولی قریبی زون میں تھیں انھیں اقداماتی درجہ B سے اقدامات حاصل ہوئے۔