

# طبی طور پر انتہائی کمزور افراد (سی ای وی) کے لیے یکم اپریل ۲۰۲۱ سے مشورہ

اگر ہو سکے تو گھر سے ہی کام کریں۔ اگر آپ گھر سے کام نہیں کر سکتے تو کام پر واپس چلے جائیں۔ خطرے کو کم کرنے کے لیے آپ کو اپنے آجر سے بات کرنی چاہیے۔ اگر آپ متبادل انتظامات نہ کر سکتے ہوں تو آپ کے آجر آپ کو فرلو پر بھیج سکتے ہیں۔



کام

سی ای وی بچوں کو یکم اپریل ۲۰۲۱ سے اسکول آنا شروع کرنا چاہیے اور اپنے خطرے کے جائزے پر عمل کرنا چاہیے۔ وہ بچے جو کسی سی ای وی کے ساتھ رہتے ہوں انہیں اسکول آنا جاری رکھنا چاہیے۔



اسکول

جہاں ممکن ہو آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ آن لائن شاپنگ کریں۔ ترجیح آن لائن شاپنگ دستیاب ہے۔

اگر آپ خود جانا چاہتے ہوں تو غیر مصروف اوقات میں جائیں۔

نسخے بلا لاگت نہیں پہنچائے جائیں گے – اپنی فارمیسی سے چیک کریں کہ آیا وہ پہنچائیں گے۔

وہ سی ای وی ویز جو شاپس اور فارمیسیوں میں آنے کے بارے میں پرتجسس ہیں ان کو لیے مقامی طور پر مدد دستیاب ہے۔

شاپس اور  
فارمیسی

عام طور پر آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ اپنے سماجی میل جو کی تعداد کم کریں۔ جب قانون آپ کو اجازت دیتا ہے کہ اپنے گھرانے سے باہر دوسرے افراد کے ساتھ ملاقات کریں تو آپ کو کوویڈ-۱۹ ہونے کا خطرہ کم ہوتا ہے اگر آپ باہر ملاقات کریں۔ جب آپ دوسرے لوگوں کے ساتھ گھر کے اندر ملاقات کریں تو کھڑکیوں کو کھول کر جگہ کو اچھی طرح سے ہوادار بنائیں۔

سماجی  
میل جو

آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ جب تک ضروری نہ ہو سفر نہ کریں اور جب پبلک ٹرانسپورٹ پر سفر کریں تو اضافی احتیاط کریں۔ فاصلہ برقرار رکھیں اور ہر وقت ماسک استعمال کریں، جب تک کہ آپ کو استثنیٰ حاصل نہ ہو۔



سفر

آپ کو مدد اور دیکھ بھال تک رسائی کا حصول جاری رکھنا چاہیے۔ اس میں ہسپتال یا دیکھ بھال کی کوئی بھی اپائنٹمنٹ شامل ہیں جس پر آپ عام طور پر جاتے ہیں۔

دیکھ بھال  
اور مدد

16+ کی عمر کے تمام سی ای وی ویکسن کے حقدار ہیں۔ اگر آپ کو اپنی پہلی ویکسینیشن نہیں لگی تو ۱۱۹ پر فون کریں یا اس پر آن لائن بک کریں:  
[www.nhs.uk/covid-vaccination](http://www.nhs.uk/covid-vaccination)



ویکسین

اگر آپ کو مدد درکار ہو تو ہمارے ساتھ رابطہ فرمائیں:



ٹیکسٹ نمبر

07480632471



SignLive Directory سائن لائیو ڈائریکٹری

Select LCC Covid19



فون

0113 376 0330



آن لائن

[leeds.gov.uk/shielding](http://leeds.gov.uk/shielding)

# طبی طور پر انتہائی کمزور افراد (سی ای وی) کے لیے یکم اپریل ۲۰۲۱ سے مشورہ

اگر ہو سکے تو گھر سے ہی کام کریں۔ اگر آپ گھر سے کام نہیں کر سکتے تو کام پر واپس چلے جائیں۔ خطرے کو کم کرنے کے لیے آپ کو اپنے آجر سے بات کرنی چاہیے۔ اگر آپ متبادل انتظامات نہ کر سکتے ہوں تو آپ کے آجر آپ کو فرلو پر بھیج سکتے ہیں۔



کام

سی ای سی بچوں کو یکم اپریل ۲۰۲۱ سے اسکول آنا شروع کرنا چاہیے اور اپنے خطرے کے جائزے پر عمل کرنا چاہیے۔ وہ بچے جو کسی سی ای وی کے ساتھ رہتے ہوں انہیں اسکول آنا جاری رکھنا چاہیے۔



اسکول

جہاں ممکن ہو آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ آن لائن شاپنگ کریں۔ ترجیح آن لائن شاپنگ دستیاب ہے۔

اگر آپ خود جانا چاہتے ہوں تو غیر مصروف اوقات میں جائیں۔

نسخے بلا لاگت نہیں پہنچائے جائیں گے – اپنی فارمیسی سے چیک کریں کہ آیا وہ پہنچائیں گے۔

وہ سی ای ویز جو شاپس اور فارمیسیوں میں آنے کے بارے میں پرتجسس ہیں ان کو لیے مقامی طور پر مدد دستیاب ہے۔



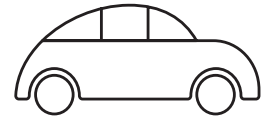
شاپس اور  
فارمیسی

عام طور پر آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ اپنے سماجی میل جو کی تعداد کم کریں۔ جب قانون آپ کو اجازت دیتا ہے کہ اپنے گھرانے سے باہر دوسرے افراد کے ساتھ ملاقات کریں تو آپ کو کوویڈ-۱۹ ہونے کا خطرہ کم ہوتا ہے اگر آپ باہر ملاقات کریں۔ جب آپ دوسرے لوگوں کے ساتھ گھر کے اندر ملاقات کریں تو کھڑکیوں کو کھول کر جگہ کو اچھی طرح سے ہوادار بنائیں۔



سماجی  
میل جول

آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ جب تک ضروری نہ ہو سفر نہ کریں اور جب پبلک ٹرانسپورٹ پر سفر کریں تو اضافی احتیاط کریں۔ فاصلہ برقرار رکھیں اور ہر وقت ماسک استعمال کریں، جب تک کہ آپ کو استثنیٰ حاصل نہ ہو۔



سفر

آپ کو مدد اور دیکھ بھال تک رسائی کا حصول جاری رکھنا چاہیے۔ اس میں ہسپتال یا دیکھ بھال کی کوئی بھی اپائنٹمنٹ شامل ہیں جس پر آپ عام طور پر جاتے ہیں۔



دیکھ بھال  
اور مدد

16+ کی عمر کے تمام سی ای ویز ویکسن کے حقدار ہیں۔ اگر آپ کو اپنی پہلی ویکسینیشن نہیں لگی تو ۱۱۹ پر فون کریں یا اس پر آن لائن بک کریں:  
[www.nhs.uk/covid-vaccination](http://www.nhs.uk/covid-vaccination)



ویکسین

اگر آپ کو مدد درکار ہو تو ہمارے ساتھ رابطہ فرمائیں:



ٹیکسٹ نمبر

07480632471



SignLive Directory سائن لائیو ڈائریکٹری

Select LCC Covid19



فون

0113 376 0330



آن لائن

[leeds.gov.uk/shielding](http://leeds.gov.uk/shielding)