

## مقررات د دسمبر 2021 تخه بدلیږي د کویډ-19 د خپریدو په مخنیوي کې مرسته وکړئ

### د ۱۰ دسمبر جمعي ورځې څخه



د مخ پټول د ډیری داخلي عامه ځایونو لپاره لازمي دي لکه په عبادت ځایونو، تیاترونو او سینماګانو کې، او همدارنګه په پلورنځیو او د نایي دکانونو په څیر ځایونو کې.

په عامه ترانسپورت کې د مخ پوښول هم لازمي دی.



چیرته ماسک ته اړتیا نشته؟  
ماسکونو ته به په پښو یا رستورانونو کې اړتیا ونلری، او نه هم د جیمونو په څیر ځایونو کې چیرې چې د ماسک اغوستل عملي ندی.

### د ۱۳ دسمبر دوشنبې ورځې څخه



خلک باید د کور څخه کار وکړي که دوی کولی شي.

### د ۱۵ دسمبر چهارشنبې ورځې څخه



خلک به دې ځایونو ته د ننوتلو لپاره د NHS کوویډ پاس ته اړتیا ولري – چې د دوی د واکسین کولو وضعیت یا د وروستي منفي ټسټ بڼې – د شپې کلپونه؛ د 500 څخه د زیاتو خلکو سره د ننه بې څوکی ځایونه؛ د 4,000 څخه د زیاتو خلکو سره بهر بې څوکی ځایونه؛ هر ځای چې په کې له 10,000 څخه ډیر خلک وي.



تاسو هڅول کيږي چې د لوړ خطر ځایونو ته د ننوتلو دمخه د لیټرل فلو ټسټ (LFT) ترسره کړئ - لکه د ګڼې ګونې ځای - چې هغه خلک پکښې وي چې تاسو به په نورمال ډول ورسره اړیکه ونلری، یا کله چې زبان منونکي کس سره لیدنه کوئ."  
د ټسټ کولو لپاره د وخت نیولو یا ګورنې ټسټ کېټ اخیستولو لپاره دې پټې ته آنلاین لار شئ  
[www.suffolk.gov.uk/coronavirus-covid-19/getting-a-test/](http://www.suffolk.gov.uk/coronavirus-covid-19/getting-a-test/) یا 0333 772 6144 شمېرې ته زنگ ووهئ (ترجمان شتون لري).

که چیرې د خپل لګښت د بلونو، وظیفه یا کور په هکله اندېښمن یاست، د سفاک مشورې او مرستې خدمت ته په وریا ډول په شمېره 08000683131 له دوشنبه تر جمعي ورځې د سهار ۹ بجو څخه تر ماښام ۵ بجو پورې اړیکه ونیسئ.  
که چیرې تاسې اوس مهال ځان جلا ساتئ، د Home, But Not Alone خدمت لاین سره د مرستې لپاره په وریا ډول په دی شمېره 08008766926 له دوشنبه تر جمعي ورځې د سهار ۹ بجو څخه تر ماښام ۵ بجو پورې اړیکه ونیسئ.