

انفیکشن کے اقدامات جاری ہیں – لیکن بچوں اور نوجوانوں کے لیے آسانیاں دی جا رہی ہیں

حکومت انفیکشن کو کم کرنے اور وائرس کی زیادہ چھوٹی قسم کے پھیلاؤ سے بچنے کے لیے اقدامات کو جاری رکھ رہی ہے لیکن بچوں اور نوجوانوں اور روزگار کے مقامات کے لیے آسانیاں دی جا رہی ہیں۔

18 جنوری کو متعارف کروائے جانے والے قومی اقدامات فروری کے وسط تک جاری رکھے جائیں گے۔ قومی اقدامات کا اثر ہو رہا ہے اور ہم ناروے میں انفیکشنوں میں کمی آتی دیکھ رہے ہیں۔ لیکن ہمیں انہیں مزید کم کرنا ہے اور ہم ایسا کوئی خطرہ مول نہیں لے سکتے کہ وائرس کی زیادہ چھوٹی قسمیں پھیلنے لگیں۔ اس لیے ہم نے قومی اقدامات کو فروری کے وسط تک بڑھا دیا ہے، صحت و نگہداشت کے وزیر Bent Høie نے کہا۔

ہفتہ 23 جنوری کو 10 بلدیات (رنگ 1 کی بلدیات) میں بہت سخت اقدامات شروع کیے گئے اور اتوار 24 جنوری کو 15 بلدیات (رنگ 2 کی بلدیات) میں سخت اقدامات لائے گئے تاکہ وائرس کی زیادہ چھوٹی قسم کو مشرقی ناروے میں پھیلنے سے روکا جائے۔ ان اقدامات کو متاثرہ بلدیات کی خواہش پر منگل 2 فروری تک جاری رکھا جا رہا ہے۔ بدھ 3 فروری سے مشرقی ناروے کی مرکزی بلدیات میں اقدامات بدل جائیں گے اور کم بلدیات کے لیے لاگو ہوں گے۔ حکومت پہلے بچوں اور نوجوانوں، اور روزگار کے مقامات کو ترجیح دے گی۔ رنگ 1 اور رنگ 2 کی بلدیات میں اقدامات 10 فروری تک جاری رہیں گے۔

ہمیں اب بہتر معلومات حاصل ہیں لیکن صورتحال اب بھی غیر یقینی ہے۔ متاثرہ بلدیات میں انفیکشن ٹریسنگ اور خبرگیری سے ہمیں آنے والے دنوں میں مزید بہتر معلومات حاصل ہو جائیں گی، Høie نے کہا۔

بچوں اور نوجوانوں کو ترجیح دی جا رہی ہے

حکومت بچوں اور نوجوانوں کے لیے آسانیوں کو ترجیح دے رہی ہے۔ بچوں کا نگہداشتی مرکز اور سکول میں جا سکتا کھیلنے اور سیکھنے کے لیے بھی اہم ہے اور اکیلے پن اور الگ تھلگ ہو جانے سے بچاؤ کے لیے بھی اہم ہے۔

مجھے بہت خوشی ہے کہ ہم اقدامات کو ذرا نرم کر سکتے ہیں اور اس سلسلے میں ہم بچوں، نوجوانوں اور لوگوں کے روزگار کے مقامات کو ترجیح دے رہے ہیں۔ یہ بہت اہم ہے کہ ہم انفیکشن کو مزید کم کریں اور کنٹرول برقرار رکھیں۔ اس طرح سردیوں اور بہار میں ہم سب کے لیے آسانی ہو گی، وزیر تعلیم Guri Melby نے کہا۔

-اب جبکہ ویکسینیشن کا آغاز ہو چکا ہے اور سورج بھی روزانہ کچھ زیادہ دیر تک رہتا ہے، مجھے امید ہے کہ ان آسانوں سے ہماری زندگیوں میں آگے زیادہ روشنی آئے گی، Guri Melby نے کہا۔

آسانوں کا مطلب یہ ہے کہ رنگ 1 اور رنگ 2 کی بلدیات میں سکول اور چھوٹے بچوں کے نگہداشتی مراکز اب اقدامات کی پیلی سطح پر واپس جا رہے ہیں۔ اس کے ساتھ ہی بلدیات کو یہ غور کرنے کا وقت مل رہا ہے کہ کیا مقامی حالات کی بنیاد پر سرخ سطح کے اقدامات کی ضرورت ہے۔

یونیورسٹیوں، یونیورسٹی کالجوں اور پیشہ ورانہ تعلیم کے اداروں کی عمارتیں اب بھی طالبعلموں اور پڑھائی کے لیے بند ہیں، اور طے شدہ پروگراموں کو ملتوی کیا جائے گا یا ڈیجیٹل ذرائع سے مکمل کیا جائے گا۔ لیکن اب ان طالبعلموں کے لیے استثنا دیا جا رہا ہے جن کا مکمل دارومدار عمارتوں میں آنے پر ہے تاکہ وہ تجربات یا ہنر کی عملی تربیت لے سکیں اور ان کی تعلیم میں تاخیر نہ ہو۔

دوستوں سے ملنا اور فارغ وقت میں فعال رہنا

بہت سے بچوں اور نوجوانوں کے لیے دوستوں سے ملنا اور فرصت کی سرگرمیوں کے لیے جانا اہم ہے، خاص طور پر اس مشکل زمانے میں۔ حکومت اب اجازت دے رہی ہے کہ رنگ 1 کی بلدیات میں 20 سال سے کم عمر کے بچے اور نوجوان کھیل اور فرصت کی منظم سرگرمیاں کر سکتے ہیں۔ رنگ 2 کی بلدیات میں قومی اصول واجب ہیں۔

-مجھے خوشی ہے کہ ہم بچوں اور نوجوانوں کی زندگی ذرا آسان بنا سکتے ہیں۔ رنگ 1 کی بلدیات میں ہم اجازت دے رہے ہیں کہ 20 سال سے کم عمر کے بچے اور نوجوان کھیل اور فرصت کی منظم سرگرمیاں کر سکتے ہیں۔ مجھے امید ہے کہ فٹ بال پریکٹس، ہینڈ بال یا کوائر پریکٹس کے لیے جانا ان بلدیات میں رہنے والے بہت سے بچوں اور نوجوانوں کے لیے بوجھ ہلکا کرے گا۔ ہم یہ اجازت بھی دے رہے ہیں کہ آپ کے گھر میں پانچ تک ملاقاتی آ سکتے ہیں، اور یہ اجازت نو عمر بچوں کے لیے بھی ہے، بچوں اور گھرانوں کے امور کے وزیر Kjell Ingolf Ropstad نے کہا۔

ناروے میں کھیلوں کے بین الاقوامی مواقع

اب بھی دوسرے ملکوں سے وائرس آنے اور وائرس کی بدلی ہوئی قسموں کے پھیلاؤ کا خطرہ بہت زیادہ ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ ہمیں ناروے میں منعقد ہونے والے کھیلوں کے بین الاقوامی مواقع میں شرکت کے لیے ملک میں آمد اور کوارنٹین کی پابندیوں سے استثنا دینے میں محتاط رہنا ہوگا۔ حکومت نے تمام سیریز کھیلوں میں التوا کو مزید دو ہفتوں کے لیے بڑھا دیا ہے یعنی وسط فروری تک ایسے مواقع کو ملتوی رکھنا ضروری ہو گا جب تک ہم قومی اقدامات پر مجموعی غور نہ کر لیں۔

ناروے میں آمد پر پابندیوں کے نتیجے میں حکومت نے پہلے انٹرنیشنل فٹ بال اور ہینڈ بال کے مواقع اور نارڈک سکینگ، الپائن اور ہائی ایتھلون (سکی شوٹنگ) کے ورلڈ کپ کے لیے دیے جانے والے استثناء کو منسوخ کرنے

کا فیصلہ کیا ہے۔ وسط فروری سے پہلے دوبارہ استثنا نہیں دیا جائے گا۔ حکومت اس وقت سے پہلے دوبارہ غور کرے گی۔

ملک میں داخلے کے اصولوں میں سختی

حکومت ملک میں داخلے کے اصولوں میں مزید سختی لا رہی ہے۔ اب تک Covid-19 ہو چکنے کے سرٹیفکیٹ کی وجہ سے آمد پر کوارنٹین، منفی ٹیسٹ کے تقاضے اور آمد پر ٹیسٹ سے استثنا ملنا رہا ہے۔

Covid-19 بیماری ہو چکنے کے جعلی سرٹیفکیٹوں کی وجہ سے دوسرے ملکوں سے نئی، زیادہ چھوتی قسموں کے انفیکشن پہنچنے کا خطرہ بڑھ گیا ہے۔ اس لیے اب ان استثناء کو ختم کیا جا رہا ہے۔ اب اس قسم کے سرٹیفکیٹ سے سرحد پر لازمی ٹیسٹ یا آمد پر کوارنٹین سے استثنا نہیں ملے گا۔ ناروے میں آمد سے زیادہ سے زیادہ 24 گھنٹے پہلے کروائے گئے کرونا وائرس ٹیسٹ کے منفی نتیجے اور انفیکشن کوارنٹین کے تقاضے سے استثنا لینے کے لیے آپ کے پاس یہ ثبوت ہونا ضروری ہے کہ آپ کو Covid-19 ہو چکا ہے۔ انفیکشن کوارنٹین سے استثنا لینے کے لیے Covid-19 ہو چکنے کا صرف نارویجن ٹیسٹ قابل قبول ہے۔ یہ تقاضا اتوار 31 جنوری سے پچھلی رات کو نصف شب سے مؤثر ہو رہا ہے۔

رنگ 1 اور رنگ 2 کی بلدیات میں تبدیلیاں

3 فروری سے رنگ 1 کو 10 بلدیات سے گھٹا کر 3 بلدیات تک لایا جا رہا ہے: Ås، Oslo، Nordre Follo۔

3 فروری سے رنگ 2 ان بلدیات پر مشتمل ہے: Indre Østfold، Frogn، Enebakk، Bærum، Asker، Våler اور Vestby، Rælingen، Nittedal، Nesodden، Moss، Lørenskog، Lunner، Lillestrøm۔

3 فروری سے رنگ 2 میں سے یہ بلدیات نکالی جا رہی ہیں: Ås، Oslo، Nordre Follo، Råde، Rakkestad، Marker، Skiptvet۔ ان بلدیات کے لیے قومی اقدامات واجب ہوں گے اور اگر انہوں نے مقامی اصول منظور کیے ہوں تو یہ اصول بھی واجب ہوں گے۔

رنگ 1 میں یہ اقدامات 3 سے 10 فروری تک واجب ہیں

ان بلدیات کے لیے واجب اقدامات: Ås، Oslo، Nordre Follo۔

چھوٹے بچوں کے نگہداشتی ادارے، سکول، یونیورسٹیاں، یونیورسٹی کالجز اور پیشہ ورانہ تعلیم کے ادارے

- باقی سارے ملک کی طرح سکولوں اور چھوٹے بچوں کے نگہداشتی اداروں میں ٹریفک لائٹ ماڈل کے مطابق اقدامات کی پیلی سطح ہے۔

- انفیکشن کی صورتحال کے مطابق مقامی غورو فکر ضروری ہے یعنی انفیکشن سے بچاؤ کی اتھارٹی کی حیثیت سے بلدیہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ جہاں کہیں انفیکشن سے بچاؤ پر غور و فکر کے بعد سرخ سطح پر آنا ضروری ہو، وہاں سرخ سطح لائی جائے۔
- تمام طالبعلموں کے لیے یونیورسٹیاں، کالجز، پیشہ ورانہ تعلیم کے ادارے، سیکنڈری سکول میں بالغوں کی تعلیم، اپر سیکنڈری سکول میں بالغوں کی تعلیم اور انٹروڈکشن ایکٹ اور انٹیگریشن ایکٹ کے تحت بالغوں کی تعلیم، نیز تعلیمی ایسوسی ایشنز اور Kompetansepluss کے تحت کورسوں کے مقامات بند ہیں۔ عملہ ان اصولوں پر عمل کرے گا جو باقی دنیائے روزگار کے لیے واجب ہیں۔ تمام تعلیم اور طے شدہ پروگراموں کو ملتوی کیا جائے گا یا ڈیجیٹل ذریعے سے انجام دیا جائے گا۔
- خودمختار سکولوں کے قانون باب 6A کے تحت منظور شدہ سکولوں کی عمارتیں طالبعلموں کے لیے بند نہیں ہوں گی۔ ہاسٹل والے سکول فوک ہائی سکولوں کے لیے اصولوں اور مشوروں پر عمل کریں گے جبکہ ہاسٹل کے بغیر سکول اپر سیکنڈری اداروں کے لیے اصولوں اور مشوروں پر عمل کریں گے۔
- یونیورسٹیاں، کالجز اور پیشہ ورانہ تعلیم کے ادارے عمارتوں کو بند رکھنے کے تقاضے میں استثناء لے سکتے ہیں بشرطیکہ عمارتوں میں آنا ان طالبعلموں کے لیے نہایت اہم ہو جن کا دارومدار تجربات کرنے یا ہنر کی عملی تربیت پر ہے جسے ڈیجیٹل ذریعے سے انجام دینا ممکن نہیں اور جو تعلیم میں پیش رفت برقرار رکھنے کے لیے لازمی ہو۔

پروگرام

- گھر سے باہر تمام پروگرام ممنوع ہیں، عمارتوں کے اندر بھی اور باہر بھی، سوائے جنازے کی سروس اور تدفین کے۔
- ڈیجیٹل پروگراموں کی اجازت ہے جن میں پروڈکشن کے ضروری عملے کے علاوہ زیادہ سے زیادہ پانچ افراد موجود ہوں۔

کھیل اور فرصت کی سرگرمیاں

- یہ اجازت دی جا رہی ہے کہ 20 سال سے کم عمر کے بچے اور نوجوان کھیل اور فرصت کی منظم سرگرمیاں کر سکتے ہیں۔
- بالغوں کے لیے شوقیہ کھیلوں اور کھیل اور فرصت کی دوسری منظم سرگرمیوں کی اجازت نہیں ہے لیکن ایلپٹ (اونچی سطح کے) کھلاڑیوں کے لیے منظم ٹریننگ کی اجازت ہے۔
- سوئمنگ پولز، واٹر پارکس، سپا، ہوٹلوں کے پول وغیرہ سکولوں کی سوئمنگ، منظم سوئمنگ کورسوں اور 20 سال سے کم عمر کے لوگوں اور ایلپٹ (اونچی سطح کے) کھلاڑیوں کے لیے منظم سوئمنگ ٹریننگ، اور بحالی، ورزش اور انفرادی علاج کے لیے کھلے ہیں۔
- جن عوامی مقامات اور کاروباروں میں منظم ثقافت، کھیل اور فرصت کی سرگرمیاں ہوتی ہیں، وہ ان کے لیے کھلے رہ سکتے ہیں:

- 20 سال سے چھوٹے بچے اور نوجوان
- بالغوں کے لیے کھلی جگہوں پر سرگرمی
- ایلپٹ کھلاڑیوں کے لیے منظم ٹریننگ

روزگار کے مقامات

- ان سب لوگوں کے لیے گھر سے کام کرنا لازمی ہے جن کے لیے یہ ممکن ہے۔ آجر یقینی بنائیں گے کہ جس حد تک عملاً ممکن ہو، عملہ گھر سے کام کرے۔ آجروں کو یہ ثابت کرنے کے قابل ہونا چاہیے کہ اس بارے میں عملے کو بتایا گیا ہے کہ ان کے ادارے میں اس حکم پر کیسے عمل کیا جائے گا۔ کام تک سفر کو ضروری سفر سمجھا جائے گا۔ تاہم گھر سے کام کرنے کا تقاضا ان لوگوں کے لیے واجب ہو گا جن کے لیے یہ ممکن ہے۔

دکانیں

الگ بنی دکانیں کھل سکتی ہیں۔ رنگ 1 میں [شاپنگ سنٹر اور ویئر ہاؤس](#) اب بھی بند رہیں گے، لیکن ان استثناءؤں کے ساتھ:

- کھانے کی چیزوں کی دکانیں جن میں شوسک، ہیلتھ شاپس اور وہ دوسری دکانیں بھی شامل ہیں جو بنیادی طور پر کھانے کی چیزیں بیچتی ہیں
- وہ دکانیں جو بنیادی طور پر جانوروں کا چارا اور پالتو جانوروں اور مویشیوں کے لیے دوسرا ضروری سامان بیچتی ہیں
- فارمیسیاں (دوا فروش)
- بینڈجسٹ
- عینک ساز
- ریستوران، کیفے اور بار
- Vinmonopolet (شراب کا سرکاری کاروبار)
- حجام، سکن کیئر، ٹیٹو بنانے والے کاروبار وغیرہ ([پوری فہرست کے لیے سیکشن 15 دیکھیں](#))
- خدمات صحت کے کاروبار جیسے فزیوتھراپسٹ، کائروپریکٹر، پوڈیاٹرسٹ (پیروں کی دیکھ بھال کرنے والے) وغیرہ ([پوری فہرست کے لیے سیکشن 16 دیکھیں](#))
- پٹرول سٹیشن
- زراعت اور جانوروں کی فارمنگ کے لیے درکار چیزیں بیچنے والے

- دستکاری کے کاروباروں وغیرہ کو سامان بیچنے والے ہارڈ ویئر سٹورز میں گودام اور ہول سیل کا حصہ
- گاہکوں کے پہلے سے آرڈر کی گئی چیزیں لے جانے کے لیے دکانیں کھلی رہ سکتی ہیں جب انفیکشن سے بچاؤ کے طریقوں پر عمل کرتے ہوئے گاہکوں کو چیزیں دی جا سکتی ہوں۔

ریستوران، کیفے، بار

- ریستوران، کیفے اور بار اب کھل سکتے ہیں
- شراب پیش کرنا اب بھی ممنوع ہے

مندرجہ ذیل کاروبار اور مقامات بند رہیں گے

- جم اور فٹنیس سنٹر
- تفریحی پارک، بنگو کلب، جوا بازی کے مقامات، پلے لینڈ، باؤلنگ کلب اور ایسے دوسرے مقامات جہاں تفریح اور فرصت کی سرگرمیاں ہوتی ہیں۔
- عجائب گھر
- سینما، تھیٹر، کانسرٹ کے مقامات اور دوسرے ایسے ثقافتی اور تفریحی مقامات
- دوسرے عوامی مقامات اور ادارے جہاں ثقافتی، تفریحی یا فرصت کی سرگرمیاں لوگوں کو عمارتوں کے اندر اکٹھا کرنے کی صورت میں ہوتی ہیں۔ استثناء یہ ہے:
 - سوئمنگ پولز، واٹر پارکس، سپا، ہوٹلوں کے پول وغیرہ سکولوں کی سوئمنگ، منظم سوئمنگ کورس اور 20 سال سے کم عمر کے لوگوں کے لیے منظم سوئمنگ ٹریننگ، اور بحالی، ورزش اور انفرادی علاج کے لیے کھل سکتے ہیں۔
 - لائبریریاں
 - عوامی مقامات اور ادارے بالغوں کے لیے کھلی جگہ پر فرصت کی سرگرمیوں کے لیے کھل سکتے ہیں
 - عوامی ادارے اور مقامات جہاں ثقافت، کھیل اور فرصت کی سرگرمیاں ہوتی ہیں، 20 سال سے کم عمر کے بچوں اور نوجوانوں کے لیے، بالغوں کے لیے کھلی جگہ پر سرگرمی اور ایلپٹ کھلاڑیوں کی منظم ٹریننگ کے لیے کھل سکتے ہیں لیکن پھر بھی ان مقامات پر کسی اور کے لیے فرصت کی سرگرمیاں نہیں ہوں گی

مشورے

- اب گھروں میں ملاقاتیوں کو نہ آنے دینے کا مشورہ نہیں دیا جا رہا۔ قومی مشورے واجب ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ سماجی واسطہ محدود کرنا ہو گا اور گھر میں رہنے والوں کے علاوہ پانچ سے زیادہ ملاقاتی نہ آئیں۔ چھوٹے بچوں کے نگہداشتی اداروں اور پرائمری سکولوں کے بچے اپنے درجے/کلاس کے بچوں سے ملنے جا سکتے ہیں۔

- سب لوگوں کو غیر ضروری سفر سے گریز کرنا چاہیے۔ کام تک سفر کو ضروری سفر سمجھا جاتا ہے۔ تاہم گھر سے کام کرنے کا تقاضا ان لوگوں کے لیے واجب ہو گا جن کے لیے یہ ممکن ہے۔
- Nordre Follo کے رہائشیوں کو اپنی بلدیہ سے باہر تفریحی کاٹیج کا سفر نہ کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔ رنگ 1 کی دوسری بلدیات کے لیے یہ مشورہ ختم کر دیا گیا ہے۔ لیکن صرف اپنے گھر میں رہنے والوں کے ساتھ سفر کریں اور کسی ملاقاتی کو اپنے یہاں نہ آنے دیں۔ تمام خریداری سفر سے پہلے اپنی بلدیہ میں کریں اور آپ تفریحی کاٹیج والی بلدیہ میں قریبی دکان پر صرف اس صورت میں جا سکتے ہیں کہ یہ اشد ضروری ہو اور انفیکشن سے بچاؤ کے لیے خاص احتیاط کی جائے جیسے دکان میں رش کے وقت کے علاوہ کسی وقت جائیں۔ تفریحی کاٹیج والی بلدیہ میں دکانوں، ریستورانوں اور کیفے یا ایسی میل جول کی جگہوں پر نہ جائیں جہاں زیادہ لوگ اکٹھے ہوں۔ سکینگ کی ڈھلوان پر، سکینگ لفٹ میں اور پیدل چلتے ہوئے دوسرے لوگوں سے خوب فاصلہ رکھیں۔ چیک کریں کہ تفریحی کاٹیج والی بلدیہ کے لیے کونسی ہدایات اور اصول واجب ہیں، اور ان پر عمل کریں۔
- بلدیات اور کاؤنٹی میونسپلٹیوں کو پبلک ٹرانسپورٹ کے لیے اضافی اقدامات اب بھی جاری رکھنے چاہئیں، مثال کے طور پر یہ اقدام کہ بس وغیرہ کی گنجائش میں سے صرف 50% تک کو استعمال کیا جائے۔
- جن کاروباروں میں عملے کو گاہکوں کے بالکل قریب ہو کر کام کرنا پڑتا ہے جیسے حجام، انہیں اب بھی اضافی اقدامات جاری رکھنے چاہئیں جیسے ان مواقع پر چہرے پر ماسک پہننا جب دوسروں سے ایک میٹر کا فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو یا وقتی طور پر علاج اور دوسری ایسی خدمات ختم کر دینی چاہئیں جن میں چہرے ایک دوسرے سے قریب ہوتے ہیں۔
- مشورہ دیا جاتا ہے کہ بلدیات اور متعلقہ بلدیات کے لوگ انفیکشن کوآرنٹین کے عرصے میں ساتویں سے دسویں دن ٹیسٹنگ پر غور کریں۔ جب وائرس کی بدلی ہوئی قسم کے انفیکشن کا شبہ ہو تو قریبی کانٹیکٹس کے گھر میں رہنے والوں کے لیے کوآرنٹین پر غور کیا جانا چاہیے۔
- جن افراد کے لیے انفیکشن لگنے کی صورت میں شدید بیماری یا موت کا خطرہ ہے، انہیں اب زیادہ محفوظ رہ کر زندگی گزارنی چاہیے۔

چہرے پر ماسک پہننے کی پابندی

- جب ایک میٹر کا فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو تو چہرے پر ماسک پہنا جائے، سوائے اسکے کہ آپ اپنے گھر میں رہنے والوں کے علاوہ کسی شخص کے پاس سے جلدی سے گزر رہے ہوں۔
- عوامی مقامات جیسے دکانوں، پبلک ٹرانسپورٹ اور سٹیشنوں کے اندرونی علاقوں، ریستورانوں یا کیفے وغیرہ سے ٹیک اوے لے جاتے ہوئے، ان شاپنگ سنٹروں میں مشترکہ استعمال کی جگہوں پر جو اس وجہ سے کھلے ہوں کہ انکے اندر دوا فروش اور کھانے کی دکانیں ہیں، اور عبادتگاہوں اور غیر مذہبی مراکز میں تدفین اور جنازے کے سلسلے میں جاتے ہوئے چہرے پر ماسک پہنا جائے۔
- اسی طرح چہرے پر ماسک پہننے کی پابندی ان مقامات پر عملے کے لیے بھی ہے جہاں عملے کے لیے آنے والوں سے کم از کم ایک میٹر فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو۔ یہ پابندی ان جگہوں کے عملے کے لیے نہیں ہے جہاں عملے کے لیے انفیکشن سے بچاؤ کے دوسرے اقدامات پر عمل ہو رہا ہو جیسے چہرے کی شیلڈ، آڑ فراہم کرنے والی دیوار یا سکرین وغیرہ۔
- ٹیکسی کے مسافر چہرے پر ماسک پہنیں گے۔ مسافر ٹیکسی میں بیٹھنے سے پہلے ماسک پہن لے گا اور تب تک نہیں اتارے گا جب تک سفر ختم ہونے پر مسافر ٹیکسی سے اتر نہ جائے۔ اسی طرح ماسک پہننے کی پابندی ٹیکسی میں مسافروں کو بٹھانے والے ڈرائیوروں پر بھی ہے۔

- چہرے پر ماسک پہننے کی پابندی 12 سال سے چھوٹے بچوں کے لیے نہیں ہے اور نہ ہی ان لوگوں کے لیے ہے جو طبی وجوہ یا کسی اور وجہ سے ماسک نہیں پہن سکتے۔

تمام بلدیات انفیکشن کی مقامی صورتحال کی بنیاد پر سخت ہدایات اور اصول متعارف کروا سکتی ہیں۔ اس لیے آگاہ رہنا اہم ہے کہ آپکی بلدیہ میں کونسے اصول واجب ہیں۔

رنگ 2 میں یہ اقدامات 3 سے 10 فروری تک واجب ہیں

ان بلدیات کے لیے واجب اقدامات: Lunner، Indre Østfold، Frogn، Enebakk، Bærum، Asker، Våløer، Vestby، Rælingen، Nittedal، Nesodden، Moss، Lørenskog، Lillestrøm

چھوٹے بچوں کے نگہداشتی ادارے، سکول، یونیورسٹیاں، یونیورسٹی کالجز اور پیشہ ورانہ تعلیم کے ادارے

- باقی سارے ملک کی طرح سکولوں اور چھوٹے بچوں کے نگہداشتی اداروں میں ٹریفک لائٹ ماڈل کے مطابق اقدامات کی پیلی سطح ہے۔
- انفیکشن کی صورتحال کے مطابق مقامی غورو فکر کرنا ضروری ہے یعنی انفیکشن سے بچاؤ کی اتھارٹی کی حیثیت سے بلدیہ فیصلہ کر سکتی ہے کہ جہاں کہیں انفیکشن سے بچاؤ کے لیے غوروفکر کے بعد سرخ سطح پر آنا ضروری ہو، وہاں سرخ سطح لائی جائے۔
- تمام طالبعلموں کے لیے یونیورسٹیاں، کالجز، پیشہ ورانہ تعلیم کے ادارے، سیکنڈری سکول میں بالغوں کی تعلیم، اپر سیکنڈری سکول میں بالغوں کی تعلیم اور انٹروڈکشن ایکٹ اور انٹیگریشن ایکٹ کے تحت بالغوں کی تعلیم، نیز تعلیمی ایسوسی ایشنز اور Kompetansepluss کے تحت کورسوں کے مقامات بند ہیں۔ عملہ ان اصولوں پر عمل کرے گا جو باقی دنیائے روزگار کے لیے واجب ہیں۔ تمام تعلیم اور طے شدہ پروگراموں کو ملتوی کیا جائے گا یا ڈیجیٹل ذریعے سے انجام دیا جائے گا۔
- خودمختار سکولوں کے قانون باب 6A کے تحت منظور شدہ سکولوں کی عمارتیں طالبعلموں کے لیے بند نہیں ہوں گی۔ ہاسٹل والے سکول فوک ہائی سکولوں کے لیے اصولوں اور مشوروں پر عمل کریں گے جبکہ ہاسٹل کے بغیر سکول اپر سیکنڈری اداروں کے لیے اصولوں اور مشوروں پر عمل کریں گے۔
- یونیورسٹیاں، کالجز اور پیشہ ورانہ تعلیم کے ادارے عمارتوں کو بند رکھنے کے تقاضے میں استثناء لے سکتے ہیں بشرطیکہ عمارتوں میں آنا ان طالبعلموں کے لیے نہایت اہم ہو جن کا دارومدار تجربات کرنے یا ہنر کی عملی تربیت پر ہے جسے ڈیجیٹل ذریعے سے انجام دینا ممکن نہیں اور جو تعلیم میں پیش رفت برقرار رکھنے کے لیے لازمی ہو۔

کھیل اور فرصت کی سرگرمیاں

- بچوں کے ساتھ ساتھ بالغوں کو بھی کھیل اور فرصت کی منظم سرگرمیوں کی اجازت ہے۔

- جم اور فٹنٹیس سنٹر بلدیہ میں رہنے والوں کے لیے کھل سکتے ہیں۔ جم یا فٹنٹیس سنٹر کو خود یہ غور کرنا ہو گا کہ وہاں ضروری نظام کیسے رکھے جا سکتے ہیں جن سے احکام کی تعمیل یقینی ہو۔
- 20 سال سے چھوٹے بچوں اور نوجوانوں اور پروفیشنل ایلٹ کھلاڑیوں کے لیے سکولوں کی سوئمنگ، منظم سوئمنگ کورسوں اور منظم سوئمنگ ٹریننگ کی اجازت ہے
- لائبریریاں کھلی ہیں۔
- جن عوامی مقامات اور کاروباروں میں منظم ثقافت، کھیل اور فرصت کی سرگرمیاں ہوتی ہیں، وہ ان کے لیے کھلے رہ سکتے ہیں:
- 20 سال سے چھوٹے بچے اور نوجوان
- بالغوں کے لیے کھلی جگہوں پر سرگرمی
- ایلٹ کھلاڑیوں کے لیے منظم ٹریننگ
- بالغوں کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ وہ عمارتوں کے اندر منظم سرگرمی نہ کریں بلکہ کھلی جگہوں پر ٹریننگ وغیرہ کریں بشرطیکہ خوب فاصلہ رکھنا ممکن ہو۔ ایلٹ کھلاڑی نارمل حالات کی طرح ٹریننگ کر سکتے ہیں، عمارتوں کے اندر بھی۔

روزگار کے مقامات

- ان سب لوگوں کے لیے گھر سے کام کرنا لازمی ہے جن کے لیے یہ ممکن ہے۔ آجر یقینی بنائیں گے کہ جس حد تک عملاً ممکن ہو، عملہ گھر سے کام کرے۔ آجروں کو یہ ثابت کرنے کے قابل ہونا چاہیے کہ اس بارے میں عملے کو بتایا گیا ہے کہ ان کے ادارے میں اس حکم پر کیسے عمل کیا جائے گا۔ کام تک سفر کو ضروری سفر سمجھا جائے گا۔ تاہم گھر سے کام کرنے کا تقاضا ان لوگوں کے لیے واجب ہو گا جن کے لیے یہ ممکن ہے۔

دکانیں

- رنگ 2 میں شاپنگ سنٹر اور ویئر ہاؤس اب بھی بند رہیں گے لیکن شاپنگ سنٹروں کے اندر ان کاروباروں کو استثنا حاصل ہے:
- کھانے کی چیزوں کی دکانیں جن میں شوسک، ہیلتھ شاپس اور وہ دوسری دکانیں بھی شامل ہیں جو بنیادی طور پر کھانے کی چیزیں بیچتی ہیں
- وہ دکانیں جو بنیادی طور پر جانوروں کا چارا اور پالتو جانوروں اور مویشیوں کے لیے دوسرا ضروری سامان بیچتی ہیں
- فارمیسیاں (دوا فروش)
- بینڈجسٹ

- عینک ساز
- ریستوران، کیفے اور بار
- Vinmonopolet (شراب کا سرکاری کاروبار)
- حجام، سکن کیئر، ٹیٹو بنانے والے کاروبار وغیرہ ([پوری فہرست کے لیے سیکشن 15 دیکھیں](#))
- خدمات صحت کے کاروبار جیسے فزیوتھراپسٹ، کانروپریکٹر، پوڈاٹرسٹ (پیروں کی دیکھ بھال کرنے والے) وغیرہ ([پوری فہرست کے لیے سیکشن 16 دیکھیں](#))
- پٹرول سٹیشن
- زراعت اور جانوروں کی فارمنگ کے لیے درکار چیزیں بیچنے والے
- دستکاری کے کاروباروں وغیرہ کو سامان بیچنے والے ہارڈ ویئر سٹور میں گودام اور ہول سیل کا حصہ
- گاہکوں کے پہلے سے آرڈر کی گئی چیزیں لے جانے کے لیے دکانیں کھلی رہ سکتی ہیں جب انفیکشن سے بچاؤ کے طریقوں پر عمل کرتے ہوئے گاہکوں کو چیزیں دی جا سکتی ہوں۔

ریستوران، کیفے، بار

- شراب پیش کرنا اب بھی ممنوع ہے

مندرجہ ذیل کاروبار اور مقامات بند رہیں گے

- تفریحی پارک، بنگو کلب، جوا بازی کے مقامات، پلے لینڈ، باؤلنگ کلب اور ایسے دوسرے مقامات جہاں تفریح اور فرصت کی سرگرمیاں ہوتی ہیں۔
- عجائب گھر
- سینما، تھیٹر، کانسرٹ کے مقامات اور دوسرے ایسے ثقافتی اور تفریحی مقامات
- دوسرے عوامی مقامات اور ادارے جہاں ثقافتی، تفریحی یا فرصت کی سرگرمیاں لوگوں کو عمارتوں کے اندر اکٹھا کرنے کی صورت میں ہوتی ہیں۔
- سوئمنگ پولز، واٹر پارکس، سپا، ہوٹلوں کے پول وغیرہ بند رہیں گے۔ مندرجہ ذیل استثنا دیا جا رہا ہے:
 - سکولوں کی سوئمنگ، سوئمنگ کورس اور 20 سال سے کم عمر کے لوگوں اور پروفیشنل کھلاڑیوں کے لیے سوئمنگ۔ بحالی اور ورزش کی بھی اجازت ہے جو انفرادی طور پر یا چھوٹے گروپوں میں منتظم پیش کرے۔ اسی طرح دیگر انفرادی علاج کی بھی اجازت ہے جس کے لیے پہلے سے وقت بک کروایا جا سکتا ہے، اور جہاں غسل علاج کا حصہ ہو۔

مشورے

- اب گھروں میں ملاقاتیوں کی آمد کے سلسلے میں قومی مشورے واجب ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ سماجی واسطہ محدود کرنا ہو گا اور گھر میں رہنے والوں کے علاوہ پانچ سے زیادہ ملاقاتی نہ آئیں۔ چھوٹے بچوں کے نگہداشتی اداروں اور پرائمری سکولوں کے بچے اپنے درجے/کلاس کے بچوں سے ملنے جا سکتے ہیں۔
- سب لوگوں کو غیر ضروری سفر سے گریز کرنا چاہیے۔ کام تک سفر کو ضروری سفر سمجھا جاتا ہے۔ تاہم گھر سے کام کرنے کا تقاضا ان لوگوں کے لیے واجب ہو گا جن کے لیے یہ ممکن ہے۔
- اب اپنی بلدیہ سے باہر تفریحی کاٹیج کا سفر نہ کرنے کا مشورہ ختم کر دیا گیا ہے۔ لیکن صرف اپنے گھر میں رہنے والوں کے ساتھ سفر کریں اور کسی ملاقاتی کو اپنے یہاں نہ آنے دیں۔ تمام خریداری سفر سے پہلے اپنی بلدیہ میں کریں اور آپ تفریحی کاٹیج والی بلدیہ میں قریبی دکان پر صرف اس صورت میں جا سکتے ہیں کہ یہ اشد ضروری ہو اور انفیکشن سے بچاؤ کے لیے خاص احتیاط کی جائے جیسے دکان میں رش کے وقت کے علاوہ کسی وقت جائیں۔ تفریحی کاٹیج والی بلدیہ میں دکانوں، ریسٹورانوں اور کیفے یا ایسی میل جول کی جگہوں پر نہ جائیں جہاں زیادہ لوگ اکٹھے ہوں۔ سکینگ کی ڈھلوان پر، سکینگ لفٹ میں اور پیدل چلتے ہوئے دوسرے لوگوں سے خوب فاصلہ رکھیں۔ چیک کریں کہ تفریحی کاٹیج والی بلدیہ کے لیے کونسی ہدایات اور اصول واجب ہیں، اور ان پر عمل کریں۔
- مقامی علاقے میں انفیکشن کے خطرے کی بنیاد پر ہدایات اور کاؤنٹی میونسپلٹیوں کو غور کرنا چاہیے کہ آیا پبلک ٹرانسپورٹ کے لیے موجودہ اضافی اقدامات جاری رکھے جائیں۔ مثال کے طور پر یہ اقدام کہ بس وغیرہ کی گنجائش میں سے صرف 50% تک کو استعمال کیا جائے۔
- جن کاروباروں میں عملے کو گاہکوں کے بالکل قریب ہو کر کام کرنا پڑتا ہے جیسے حجام: مقامی علاقے میں انفیکشن کے خطرے کی بنیاد پر ہدایات کو غور کرنا چاہیے کہ آیا موجودہ اضافی اقدامات جاری رکھے جائیں۔ مثال کے طور پر ان مواقع پر چہرے پر ماسک پہننا جب دوسروں سے ایک میٹر کا فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو یا وقتی طور پر علاج اور دوسری ایسی خدمات ختم کر دینی چاہییں جن میں چہرے ایک دوسرے سے قریب ہوتے ہیں۔
- مشورہ دیا جاتا ہے کہ ہدایات اور متعلقہ ہدایات کے لوگ انفیکشن کو آرتھین کے عرصے میں ساتویں سے دسویں دن ٹیسٹنگ پر غور کریں۔ جب وائرس کی بدلی ہوئی قسم کے انفیکشن کا شبہ ہو تو قریبی کانٹیکٹس کے گھر میں رہنے والوں کے لیے کوآرتھین پر غور کیا جانا چاہیے۔
- جن افراد کے لیے انفیکشن لگنے کی صورت میں شدید بیماری یا موت کا خطرہ ہے، انہیں اب زیادہ محفوظ رہ کر زندگی گزارنی چاہیے۔

چہرے پر ماسک پہننے کی پابندی

- جب ایک میٹر کا فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو تو چہرے پر ماسک پہنا جائے، سوائے اسکے کہ آپ اپنے گھر میں رہنے والوں کے علاوہ کسی شخص کے پاس سے جلدی سے گزر رہے ہوں۔
- عوامی مقامات جیسے دکانوں، پبلک ٹرانسپورٹ اور سٹیشنوں کے اندرونی علاقوں، ریسٹورانوں یا کیفے وغیرہ سے ٹیک اوے لے جاتے ہوئے، ان شاپنگ سنٹروں میں مشترکہ استعمال کی جگہوں پر جو اس وجہ سے کھلے ہوں کہ انکے اندر دوا فروش اور کھانے کی دکانیں ہیں، اور عبادتگاہوں اور غیر مذہبی مراکز میں تدفین اور جنازے کے سلسلے میں جاتے ہوئے چہرے پر ماسک پہنا جائے۔

- اسی طرح چہرے پر ماسک پہننے کی پابندی ان مقامات پر عملے کے لیے بھی ہے جہاں عملے کے لیے آنے والوں سے کم از کم ایک میٹر فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو۔ یہ پابندی ان جگہوں کے عملے کے لیے نہیں ہے جہاں عملے کے لیے انفیکشن سے بچاؤ کے دوسرے اقدامات پر عمل ہو رہا ہو جیسے چہرے کی شیلڈ، آڑ فراہم کرنے والی دیوار یا سکرین وغیرہ۔

- ٹیکسی کے مسافر چہرے پر ماسک پہنیں گے۔ مسافر ٹیکسی میں بیٹھنے سے پہلے ماسک پہن لے گا اور تب تک نہیں اتارے گا جب تک سفر ختم ہونے پر مسافر ٹیکسی سے اتر نہ جائے۔ اسی طرح ماسک پہننے کی پابندی ٹیکسی میں مسافروں کو بٹھانے والے ڈرائیوروں پر بھی ہے۔

- چہرے پر ماسک پہننے کی پابندی 12 سال سے چھوٹے بچوں کے لیے نہیں ہے اور نہ ہی ان لوگوں کے لیے ہے جو طبی وجوہ یا کسی اور وجہ سے ماسک نہیں پہن سکتے۔

تمام بلدیات انفیکشن کی مقامی صورتحال کی بنیاد پر سخت ہدایات اور اصول متعارف کروا سکتی ہیں۔ اس لیے آگاہ رہنا اہم ہے کہ آپکی بلدیہ میں کونسے اصول واجب ہیں۔