



کووڈ-19: کورونا وائرس کی عالمی وبا کے دوران جنازوں کا بندوبست کرنے یا جنازوں میں شرکت کرنے کے بارے میں گائڈنس

4 جنوری کو وزیراعظم نے انگلینڈ بھر کے لیے [قومی لاک ڈاؤن کا](#) اعلان کیا تھا۔ اسکاٹ لینڈ، ویلز اور شمالی آئرلینڈ کے لیے ایک الگ ہدایت نامہ موجود ہے۔

یہ پابندیاں:

- ماسوا جہاں آپ کے پاس معقول جواز موجود ہو، لوگوں سے متقاضی ہیں کہ وہ گھر پر رہیں
- ماسوا مخصوص مقاصد کے، اُن لوگوں کو ایک جگہ جمع ہونے سے روکتی ہیں جو ایک ساتھ نہیں رہتے
- چند کاروباری اداروں اور مقامات کو بند کرتی ہیں

6 جنوری سے، لاک ڈاؤن کے دوران لوگوں کو جنازے اور اس کے علاوہ جنازے سے متعلق مذہبی، مبنی بر عقائد یا یادگاری رسومات جو کسی فرد کی موت سے منسلک ہوں، میں شرکت کرنے کے لیے گھروں سے باہر نکلنے کی اجازت ہے، بشرطیکہ وہ متعلقہ ضوابط اور گائڈنس پر عمل کریں۔

قومی لاک ڈاؤن کے دوران جنازوں میں زیادہ سے زیادہ 30 افراد شرکت کر سکتے ہیں۔

مذہبی، مبنی بر عقائد یا یادگاری رسومات جو کسی فرد کی موت سے منسلک ہوں، جیسے پتھر رکھنے کی تقریب، ارتھیاں بکھیرنا یا کوئی رت جگا یعنی ویک، بھی زیادہ سے زیادہ 6 تک حاضرین کی موجودگی میں جاری رہ

سکتی ہیں۔ اس گائڈنس میں جملہ 'یادگاری رسومات' ایسی تقریبات کا حوالہ دینے کے لیے استعمال کیا جائے گا۔

یہ رہنمائی عام نوعیت کی ہے اور اس کو بطور ایک گائیڈ سمجھا جانا چاہئے۔ کسی بھی قابل اطلاق قانون سازی (صحت اور حفاظت سے متعلق قانون سازی سمیت) اور اس رہنمائی کے مابین تضاد کی صورت میں قابل اطلاق قانون سازی لاگو ہوگی۔

اس گائڈنس کا اطلاق انگلینڈ پر ہوتا ہے۔ یہ گائڈنس زیر نظر ثانی ہے اور اسے ضرورت کے مطابق بدلتے ہوئے حالات کے مطابق تبدیل کیا جاسکتا ہے۔

اہم اصول

اس گائڈنس کا مقصد عوام الناس کے اُن اراکین کی معاونت کرنا ہے جو کسی ایسے جنازے کے بندوبست یا انتظام و انصرام کے ساتھ وابستہ ہوں جو کورونا وائرس (کووڈ-19) کی عالمی وبا کے دوران ہوا ہو۔ یہ ہر عقیدے یا بغیر عقدے کے لوگوں کے لیے ہے۔

ہدایت نامہ یہ یقینی بنانے کے لیے مرتب کیا گیا ہے کہ:

- سوگواروں کے ساتھ حساسیت، عزت و احترام سے پیش آیا جائے
- انفیکشن کے خطرے کو کم کرتے ہوئے جنازوں کا بندوبست کرنا جاری رہ سکتا ہے

وینو مینجرز اور اُن لوگوں کے لیے گائڈنس جو پیشہ ورانہ طور پر جنازوں کا انتظام کرنے سے جڑے ہوئے ہوں، بذریعہ [مرحومین کا بندوبست کے بارے میں ایڈوائزری گروپ کے لیے ویب سائٹ](#) دستیاب ہے۔

قومی لاک ڈاؤن کے دوران گائڈنس

پورے انگلینڈ بھر میں ہم ہر کسی سے گھر میں رہنے کے لیے کہہ رہے ہیں۔ آپ کو کسی جنازے یا یادگاری رسم میں شرکت کرنے کے لیے گھر سے نکلنے کی اجازت ہے لیکن جہاں تک ممکن ہو سکے آپ کو اپنے انتظامات کو مقامی علاقے میں رکھنا چاہیے۔

جنازے کی تقریبات میں 30 سے زیادہ افراد کو شرکت نہیں کرنی چاہیے چاہے یہ کسی عمارت میں ہوں یا باہر آؤٹ ڈور۔ اس تعداد میں تقریب کے دوران کام کرنے والا کوئی فرد شامل نہیں ہے۔ شرکت کر سکنے والے لوگوں کی اصل تعداد کا انحصار اس بات پر ہے کہ کتنے لوگوں کو سماجی دوری پر عمل کرتے ہوئے عمارت میں محفوظ طریقے سے جگہ دی جاسکتی ہے اور جہاں پر جنازے کے مقام کا انتظام کرنے والے لوگوں نے رسک اسسمنٹ کر رکھی ہو اور تمام مناسب اقدام کر رکھے ہوں۔

کوویڈ-19 کے پھیلنے کے خطرے کو محدود کرنے کے لیے تمام تر مناسب حفاظتی کر رکھے ہوں۔ کچھ کیسوں میں یہ تعداد 30 افراد سے کم بھی ہو سکتی ہے۔

قومی لاک ڈاؤن کے دوران یادگاری رسومات، جیسے پتھر رکھنے کی تقریبات، ارٹھیاں بکھیرنا یا کوئی رت جگا یعنی ویک، میں 6 زیادہ حاضرین شرکت نہیں کر سکتے۔ اس حد کا اطلاق عمارتوں کے اندر اور باہر دونوں پر ہی ہوتا ہے اور اس میں تقریب کے دوران کوئی کام کرنے والا فرد شامل نہیں۔

شمسان گھاٹ اور قبرستان عامۃ الناس کے گھلے رہیں گے اور آپ کو ان مقامات پر جانے کے لیے گھر سے نکلنے کی اجازت ہو گی۔ آپ کو ہمیشہ اپنے گھروالوں اور سپورٹ بیل میں شامل لوگوں کے علاوہ باقی لوگوں سے سماجی دوری اختیار کرنی چاہیے اور محفوظ طریقے سے دوسروں سے ملنے والی گائڈنس پر عمل کرنا چاہیے۔

آپ کو کیا معلوم ہونا چاہیے

اس گائڈنس کا مقصد سوگواران کی سوگ منانے کی ضرورت اور کوویڈ-19 کی انفیکشن کے پھیلاؤ کو کم سے کم کرنے کی ضرورت کے مابین توازن پیدا کرنا ہے۔ ایسی رسومات اور ایسے اجتماعات کی اہمیت کو تسلیم کرتے ہوئے اس گائڈنس میں مفصل بیان کیے گئے اقدامات انفیکشن کے پھیلنے کو کم کرنے کے لیے ضروری ہیں بالخصوص طبی طور پر خطرے کی زد اور طبی طور پر انتہائی خطرے کی زد پر موجود ایسے افراد کے لیے جن میں شدید بیماری کا زیادہ خطرہ لاحق ہو سکتا ہے۔

جہاں کہیں گھرانوں کے مابین اختلاط ہوتا ہے وہاں کوویڈ-19 پھیلنے کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ گھرانے سے مراد وہ لوگ ہیں جو ایک ہی چھت کے نیچے اکٹھے رہتے ہیں اور سہولیات کا مشترکہ استعمال کرتے ہیں۔ سوگواران جو اُسی گھرانے یا سپورٹ بیل سے نہیں ہیں انہیں سماجی دوری والی گائڈنس پر عمل کرنا چاہیے۔

ایسی اموات جہاں کوویڈ-19 کی وجہ سے ہوئی ہیں، یہ ممکن ہے کہ وفات پا جانے والے فرد کے اہل خانہ قبل از موت بیماری کی وجہ سے پہلے ہی کوویڈ-19 سے متاثر ہو چکے ہوں۔ تاہم مزید خطرے کو کم سے کم کرنے کے لیے اقدامات کیے جانے چاہییں اور خاص طور ان صورتوں میں سختی سے

عمل کیا جانا چاہیے جہاں اُن افراد کا وائرس سے اتصال ہونے کا امکان ہو جو اہلخانہ نہ ہوں اور وہ جن کا شدید بیمار پڑنے کا خطرہ زیادہ ہو۔

سماجی دوری اور محفوظ رہنا

اگر آپ کسی جنازے یا ایسی ہی کسی تقریب میں شرکت کر رہے ہوں تو آپ کو چاہیے کہ:

- اپنے گھرانے یا سپورٹ بیلز سے باہر کے دوسرے لوگوں سے کم از کم 2 میٹر کی دوری پر رہیں
 - اپنے ہاتھ باقاعدگی سے 20 سیکنڈز تک دھوئیں یا ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں
 - ناک اور منہ کو چھونے سے اجتناب کریں
 - کھانستے یا چھینکتے وقت ناک اور منہ کو ٹشو ڈھانپیں اور محفوظ طریقے سے ٹشو کو ٹھکانے لگائیں۔ ٹشو کی عدم موجودگی میں کھانسی یا چھینکنے کے لئے اپنی کھنی کا خم (ہاتھ نہیں) استعمال کریں
 - فیس ماسک پہنیں، جیسا کہ کسی عمارت میں واقع عبادت کی جگہ، شمشان گھاٹ اور گرجے کے قبرستان جاتے وقت قانونی شرط ہے الا یہ کہ آپ صحت، معذوری یا کسی دیگر وجوہ سے مستثنیٰ ہوں۔ آپ کو دیگر بند عوامی مقامات کے اندر بھی فیس ماسک پہننا چاہیے جہاں پر سماجی دوری پر عمل کرنا مشکل ہو اور جہاں پر آپ کا رابطہ ایسے لوگوں سے ہو سکتا ہو جن سے آپ عام طور پر نہ ملتے ہوں۔ [فیس ماسک کے استعمال کے بارے میں اضافی گائیڈنس](#) موجود ہے
 - گانا گانے، چلانے، بھجن گانے اور آواز اُونچی کرنے سے اجتناب کریں کیونکہ اس سے فضا میں معلق وائرس کا خطرہ بڑھ سکتا ہے
- اگر آپ کسی جنازے یا یادگاری رسم میں شرکت کر رہے ہوں تو آپ کو چاہیے کہ:

- انفیکشن پھیلنے کے خطرے کو کم کرنے کے لیے صرف قریبی احباب اور رشتے داروں کو ہی مدعو کرنے کے بارے میں سوچیں
- اس بات کو یقینی بنائیں کہ دیگر سوگوران کو علم ہو کہ کوئی طبی لحاظ سے انتہائی کمزور یعنی ولنر ایبل فرد موجود ہے۔ کسی بھی موقع پر قریبی رابطے سے بچنے کے لئے انہیں غیر محفوظ شخص کی ضرورت کا احترام کرنا چاہیے۔
- طبی طور پر انتہائی کمزور یعنی ولنر ایبل فرد جنہیں شیلڈنگ کرنے کی ضرورت ہو انہیں دوری سے شرکت یعنی ریموٹ پارٹیسپیشن، (جیسے لائیو سٹریمنگ کے ذریعے)، کے لیے سہولیات مہیا کرنے کی کوشش کریں
- یقینی بنائیں کہ سوگوران وہ آلات موسیقی نہ بجائیں جن میں ہوا پھونکی جاتی ہو کچھ پیشہ ورانہ، سماجی دوری پر عمل کرنے والے گانے بجانے والے لوگوں کو شامل کیا جا سکتا ہے ان ڈورز یا اوٹ ڈورز، لیکن جہاں بھی ممکن ہو باہر۔ جہاں ممکن ہو وہاں گانے بجانے کا عمل ایک فرد (اگر یہ

کسی عبادت کا لازمی مناسک ہو تو پھر 3 نفوس تک) تک ہی محدود ہونا چاہیے، کم سے کم 2 میٹر کی دوری پر رہتے ہوں اور سامعین کی شرکت اس میں نہیں ہونی چاہیے۔ پرفارمنگ آرٹس کے سلسلے میں اضافی [گائڈنس](#) موجود ہے۔ لائیو گانے کے متبادل کے طور پر آلاتی موسیقی یا ریکارڈنگز استعمال کرنے کے بارے میں سوچیں

- سوگواران کو یاد کروائیں کہ تقریریں اور جوابی تقریریں اونچی آواز میں نہ ہوں۔ آواز کو نیچا رکھنے کے لیے مائکروفون یا ایسے ہی کسی دوسرے آلے کے استعمال کی ہمت افزائی کریں

کون شرکت کر سکتا ہے؟

جنازے کی تقریبات میں 30 سے زیادہ افراد کو شرکت نہیں کرنی چاہیے چاہے یہ کسی عمارت میں ہوں یا باہر آؤٹ ڈور۔ اس تعداد میں تقریب کے دوران کام کر نے والا کوئی فرد شامل نہیں ہے۔

شرکت کر سکنے والے اصل لوگوں کی تعداد کا انحصار اس بات پر ہے کہ کتنے لوگوں کو سماجی دوری پر عمل کرتے ہوئے عمارت میں جگہ دی جاسکتی ہے اور جہاں پر جنازے کے مقام کا انتظام کرنے والے لوگوں نے رسک اسسمنٹ کر رکھی ہو اور کوویڈ-19 کے انتقال کو محدود کرنے کے لیے تمام تر مناسب حفاظتی کر رکھے ہوں۔ کچھ کیسوں میں یہ تعداد 30 افراد سے کم بھی ہو سکتی ہے۔ مجموعی تعداد کو جس حد تک ہو سکے کم رکھنا کوویڈ-19 کے پھیلاؤ کو کم رکھنے میں مدد دے گا۔

جنازوں کی ایسی رسومات میں شرکت کرنے والوں کی حد جو اجتماعی عبادات کے جزو کے طور پر منعقد کی جائیں جو کہ کوویڈ-19 کی سیکور گائڈ لائنز پر عمل کریں ان کی حد جائے عبادت کی گنجائش کو مد نظر رکھ کر کی جائے گی۔ [عبادت گاہوں کے سلسلے میں گائڈنس](#) دستیاب ہے۔

کوویڈ-19 کی علامات کے حامل لوگوں کو نہیں آنا چاہیے

کسی بھی شخص جس میں کوویڈ-19 کی علامات ہوں (نئی مسلسل کھانسی، تیز بخار، سونگھنے اور چکھنے کی حسیات میں تبدیلی یا ان کا خاتمہ) کو جنازے میں شرکت نہیں کرنی چاہیے۔ آپ کو فوری طور پر سیلف-آئسولیٹ کرنا چاہئے، [سٹے ایٹ ہوم والی گائڈنس](#) پر عمل کرنا چاہیے اور [آن لائن ٹیسٹ طلب کرنا چاہئے](#)، یا NHS 119 کیساتھ ٹیلیفون کے ذریعے رابطہ کرنا چاہئے اگر آپ کے پاس انٹرنیٹ تک رسائی نہ ہو تو۔

جو لوگ سیلف-آئسولیٹ کرنے کے پابند ہوں

آپ سیلف-آئسولیٹ کرنا چاہیے اگر آپ کا کوویڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت رہا ہے یا کسی ایسے فرد کے ساتھ قریبی رابطے میں رہے ہیں جن کا کوویڈ-19 کا ٹیسٹ مثبت آیا ہے، یا این ایچ ایس ٹیسٹ اور ٹریس نے مشورہ دیا ہو کہ آپ

کی وجہ سے دیگر لوگوں کو درپیش خطرے کی وجہ سے آپ کو جنازے میں نہیں جانا چاہیے۔ سیلف-آئسولیٹ کرنے کی ہدایات پر عمل کر کے وہ لوگ جن کا حال میں کسی کوویڈ-19 کے حامل فرد سے رابطہ ہوا ہو وہ اپنے خاندان والوں، دوست احباب اور اپنے ساتھ کام کرنے والے ساتھیوں کی حفاظت کریں گے اور وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے میں براہ راست کردار ادا کریں گے۔ کورونہ وائرس کی ممکنہ یا تصدیق شدہ انفیکشن والے گھرانوں کے لیے گائڈنس پر عمل کریں۔

اگر آپ سیلف-آئسولیٹ کرنے کے قانونی طور پر پابند ہیں تو آپ سیلف-آئسولیشن صرف اسی وقت توڑ سکتے ہیں جب آپ کو خاندان کے کسی قریبی فرد (جیسے، کوئی شریک حیات، والدین میں سے کوئی ایک، بہن بھائی یا والدین کے والدین) کے جنازے میں شرکت کرنی پڑے اور بصورت دیگر آپ کو سیلف-آئسولیشن جاری رکھنا ہو گی۔ کسی بھی حال میں آپ کو دیگر یادگاری رسومات میں شرکت کرنے کے اپنی سیلف-آئسولیشن نہیں توڑنی چاہیے۔ یہ ایک قابل گرفت جرم ہو گا اور ہو سکتا ہے کہ آپ کو جرمانہ ہو جائے۔ بصورت دیگر آپ کو سیلف-آئسولیٹ کرنے کا عمل جاری رکھنا چاہیے الا یہ کہ کچھ ایسے دیگر حالات ہوں جو قانونی طور پر آپ کو یہ نہ کرنے کی اجازت دیں۔

اگر آپ مرحوم کے کوئی قریبی رشتہ دار بھی ہیں، تو ہم پُرزور سفارش کرتے ہیں کہ اگر ممکن ہو تو آپ دوری سے یعنی ریموٹلی شرکت کریں۔ تاہم اگر خطرے پر انتہائی غور و خوص کرنے کے بعد آپ ذاتی طور پر کسی جنازے میں شرکت کرنے کا چناؤ کرتے ہیں تو یہ ضروری امر ہے کہ آپ مندرجہ ذیل تمام احتیاطی تدابیر اختیار کریں:

- جنازے کے مقام کے منتظمین اور دیگر سوگوران کو پیشگی مطلع کر دیں کہ آپ سیلف-آئسولیشن کے عرصے کے اندر ہیں۔ جنازے کے مقام کا انتظام کرنے والے لوگ قانونی طور پر پابند ہیں کہ وہ رسک اسسمنٹ کریں اور کوویڈ-19 کے انتقال کو محدود کرنے کے لیے تمام تر مناسب حفاظتی اقدامات اٹھائیں۔ دیگر سوگوران کو آنے سے پہلے ہی اس کا علم ہونا چاہیے
- دیگر سوگواران سے فاصلے پر رہیں اور کسی دوسرے سوگوار فرد سے رابطہ کرنے سے اجتناب برتیں جو کہ ممکنہ طور پر طبی طور پر ولنریبل یا طبی طور پر انتہائی کمزور یعنی ولنریبل ہوں۔
- ہر وقت دوسروں سوگوران اور اپنے مابین کم سے کم 2 میٹر کا فاصلہ رکھیں

مندرجہ ذیل کر کے باتھوں اور سانس کی حفظان صحت پر سختی سے عمل کریں:

- خود سے دوسروں کو وائرس کی منتقلی کے کسی قسم کے خطرے کو کم کرنے کے لیے سرجیکل گریڈ IIR یا اونچے گریڈ کا فیس ماسک پہننا جو کہ اچھی طرح سے فٹ آتا ہو اگر کوئی رسپیئر ماسک (جیسے N95) استعمال کیا جائے تو اس میں والو نہیں ہونا چاہیے۔ ٹائپ IIR ماسک فارمیسیز، سپر مارکیٹس اور آن لائن خوردہ فروشوں سے دستیاب ہیں۔ ہم

مشورہ دیتے ہیں کہ آپ اپنا ماسک استعمال کریں لیکن جنازے کا بندوبست کرنے والے لوگوں کو چاہیے کہ وہ کچھ ماسک سٹاک میں رکھیں۔

- زیادہ کثرت سے صابن اور پانی کے ساتھ کم سے کم 20 سیکنڈ کے لیے ہاتھ دھونا یا ہینڈ سینیٹائزر استعمال کرنا

- آنکھوں، ناک اور منہ کو چھونے سے اجتناب کرنا
- کھانسی یا چھینک کو ڈھانپنا

سوگواران جو طبی لحاظ سے انتہائی خطرے سے دوچار ہیں

اگر آپ طبی طور پر خطرے میں یا طبی طور پر انتہائی ولنر ایل ہیں تو آپ کو مطلع کرنے کے لیے ایک خط (این ایچ ایس کی جانب سے باقاعدہ نوٹیفیکیشن) موصول ہوا ہو گا اور آپ کو ماضی میں شیلڈ کرنے کا مشورہ دیا گیا ہو گا۔

آپ کو پُر زور تاکید کی جاتی ہے کہ جس حد تک ممکن ہو سکے گھر پر رہیں اور جہاں ممکن ہو وہاں دوری سے یعنی ریموٹلی شرکت کریں۔ اگر آپ ذاتی طور پر شرکت کرنے کا چناؤ کریں تو آپ کو جنازے کے منتظمین کو بتانا چاہیے اور یہ اہم امر ہے کہ آپ سخت سماجی دوری برقرار رکھیں اور گائڈنس پر عمل کریں۔ آپ کو چاہیے کہ فیس ماسک پہننے کے علاوہ سانس اور ہاتھوں کی حفظان صحت کے اصولوں پر سختی سے عمل کریں اور سماجی روابط کو کم رکھیں۔

آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ آپ کار میں خود یا اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل (اگر آپ یہ بنانے کے اہل ہیں) کے کسی فرد کے ساتھ مقام پر آئیں۔ آپ کو پبلک ٹرانسپورٹ سے اجتناب کرنا چاہیے۔

انگلینڈ کے باہر سے آنے والے سوگوار

اگر آپ کسی ایسے ملک سے انگلینڈ آئے ہیں جو سیلف-آئسولیٹ کرنے کی شرط سے مستثنیٰ نہ ہو تو آپ آمد سے لے کر پہلے 10 مکمل ایام تک سیلف-آئسولیٹ کرنے کے پابند ہیں۔ تاہم، ایسے محدود حالات میں بشمول انسانی ہمدردی کی بنیادوں پر اپنی خود ساختہ تنہائی کو چھوڑ سکتے ہیں۔ اس میں کسی فردِ خانہ، قریبی رشتہ دار یا دوست کے جنازے میں شرکت کرنا شامل ہے (اگر نہ تو افرادِ خانہ اور نہ ہی قریبی رشتہ دار شرکت کر سکتے ہوں)۔

باقی تمام اوقات میں آپ کو سیلف-آئسولیٹ کرنا جاری رکھنا چاہیے۔

اگر آپ کسی ایسے ملک سے آرہے ہوں جو سیلف-آئسولیٹ کرنے کی شرط سے مستثنیٰ نہیں ہے تو اگر آپ نے [ٹیسٹ ٹو ریلیز فار انٹرنیشنل ٹریول](#) میں شمولیت اختیار کی ہو تو ہو سکتا ہے کہ آپ کسی نسبتاً ابتدائی مرحلے پر سیلف-آئسولیشن کو چھوڑ پائیں۔

کسی جنازے میں آمدورفت

ایک ہی سپورٹ بیل میں موجود ایک دوسرے کے ساتھ رات کو قیام کر سکتے ہیں کیونکہ وہ ایک ہی گھرانے کے تصور ہوتے ہیں۔ ہوسکتا ہے کہ جنازے اور یادگاری کی رسومات میں شرکت کرنے والے کسی بھی فرد کو رہائش مہیا کرنے کے لیے ہوٹل کھلے رہیں۔ ہر فرد جو ایک ہی گھرانے یا سپورٹ بیل میں نہ ہو انہیں چاہیے کہ وہ اقامت گاہ کے اندر سماجی دوری اختیار کیے رکھیں۔

آپ کو مقام تک جانے کے لیے خود اکیلے کسی نجی گاڑی میں یا گھرانے یا سپورٹ بیل میں شامل کسی فرد کے ساتھ سفر کرنا چاہیے۔ اگر یہ ممکن نہ ہو تو آپ کے اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل سے باہر والے لوگوں کے ساتھ کار شیئر نہیں کرنی چاہیے۔ آپ کو [محفوظ تر سفر والی گائڈنس](#) پر عمل کرنے کی تاکید کی جاتی ہے۔

- اپنے گھرانے یا سپورٹ بیل کے چھوٹے گروہ تک محدود رکھنا اگر آپ کو پبلک ٹرانسپورٹ استعمال کرنے کی ضرورت پڑ جائے
- تازہ ہوا کی آمد کے لیے کھڑکیاں کھولنا
- گاڑی میں موجود لوگوں کے مابین فاصلہ زیادہ سے زیادہ کرنے کے لیے سیٹوں کا بندوبست کرنے کے بارے میں سوچنا
- جہاں پر سیٹوں کا بندوبست اس بات کی اجازت دیے وہاں پر لوگوں کی طرف منہ کرنے کی بجائے دوسروں لوگوں کے پہلو میں یا ان کے پیچھے سفر کرنا
- اپنا منہ ایک دوسرے کی مخالف سمت رکھنا
- اس بات کو یقینی بنانا کہ دو سفروں کے بیچ معیاری صفائی کی مصنوعات کو استعمال کرتے ہوئے کار کو صاف کیا جائے، خاص طور پر دروازوں کے ہینڈلز اور دیگر چیزوں کو جنہیں لوگ چھوتے ہوں
- فیس ماسک استعمال کرنا۔ آپ قانونی طور پر پابند ہیں کہ آپ انگلینڈ میں پبلک ٹرانسپورٹ، ٹیکسیوں اور پرائیوٹ ہائر گاڑیوں میں فیس ماسک پہنیں الا یہ کہ آپ کو صحت، معذوری یا دیگر وجوہات سے استثنیٰ حاصل ہو۔ وہ مسافر جنہیں استثنیٰ حاصل نہ ہو انہیں چاہیے کہ وہ فیوئرل ڈائریکٹر کی گاڑی میں سفر کرتے وقت فیس ماسک پہننے کی پابندی پر عمل کریں۔ ڈرائیوروں کے لیے بھی فیس ماسک کے استعمال کی پُرزور سفارش کی جاتی ہے۔

جڑی ہوئی مذہبی، مبنی بر عقیدہ یا یادگاری رسومات کی تقریبات

اِس گائڈنس میں جملہ 'یادگاری رسومات' ایسی مذہبی، مبنی بر عقیدہ یا یادگاری رسوم کی تقریبات کا حوالہ دینے کے لیے استعمال کیا جائے گا جو کسی فرد کی موت سے جڑی ہوئی ہوں، جنازے کے علاوہ۔ پتھر رکھنے کی تقریب، استھیاں بکھیرنے کا عمل اور رت جگے یعنی ویکس ایسی تقریبات کی مثالیں ہیں۔ یہ یہ تقریبات جنازے سے پہلے یا بعد میں ہو سکتی ہے۔ قومی لاک ڈاؤن کے دوران، یہ تقریبات 6 تک کی تعداد والے حاضرین کی موجودگی میں جاری رہ سکتی ہیں۔ اِس تعداد کا اطلاق عمارتوں کے اندر اور باہر دونوں پر ہی ہوتا ہے اور حد میں اِس تقریب کے دوران کام کرنے والا کوئی فرد شامل نہیں ہے۔

تمام تقریبات کسی کوویڈ-سیکور مقام میں ہونی چاہئیں جہاں پر منتظمین نے رسک اسسمنٹ کر رکھی ہو اور کوویڈ-19 کے انتقالِ جراثیم کے خطرے کو محدود کرنے کے لیے تمام تر مناسب اقدامات کر رکھے ہوں۔ اگر تقریب کسی نجی مسکن، بشمول اِس زمین یا نجی گارڈن کے، ہو رہی ہو تو صرف گھر کے یا سپورٹ بیل کے افراد ہی شرکت کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کو این ایچ ایس ٹیسٹ اینڈ ٹریس نے سیلف-آئسولیٹ کرنے کا مشورہ دیا ہوا ہے تو آپ کو چاہیے کہ آپ کسی قسم کی یادگاری رسم کی تقریب میں حصہ لینے کے لیے اپنی آئسولیشن مت توڑیں۔ یہ ایک قابلِ گرفت جرم ہو گا اور ہو سکتا ہے کہ آپ کو جرمانہ ہو جائے۔

ہو سکتا ہے کہ آپ یادگاری رسم کی تقریب کو پابندیاں ختم ہونے تک موخر کرنے کے بارے میں غور کریں۔

آپ یادگاری رسوم کی تقریبات کہاں رکھ سکتے ہیں

قومی لاک ڈاؤن کے دوران میزبانی کرنے والے مقامات یادگاری رسوم والی تقریبات منعقد کرنے کے لیے کھلے ہوئے نہیں ہیں۔ مقامات جیسے کمیونٹی مراکز، جائے عبادات، قبرستان اور شمشان گھاٹ یعنی کریمیٹوریمز ان تقریبات کا انعقاد کرنے کے لیے کھلے رہ سکتے۔ نمائشی مراکز اور کانفرنس مراکز جو کہ بارز یا ہوٹلز نہ ہوں (مثلاً، کانفرنس ہالز یا میٹنگ رومز) بھی اِس مقصد کے لیے کرائے پر حاصل کیے جاسکتے ہیں جڑی ہوئی تقریبات میں صرف ہلکا پھلکا خوردونوش کا سامان ان مقامات میں پیش کیا جاسکتا ہے (اور بذاتِ خود مقام کی جانب سے پیش نہیں کیا جاسکتا)۔

یادگاری رسوم کی تقریبات کے دوران سامان خوردونوش

تقریب کے دوران، آپ کو نشستوں پر تشریف رکھے رہنا چاہیے، اپنے گھر اور سپورٹ بیل سے باہر والے لوگوں سے سماجی دوری اختیار کرنی چاہیے، سماجی دوری میں مدد دینے اور انفیکشن کے خطرے کو کم سے کم کرنے کے لیے مہیا کردہ ٹیبل سروس کے۔ آپ کو اجتماعی یا شیئر کی جانے والی اشیاء کو نہیں چھونا چاہیے یا اپنی ذاتی املاک کے علاوہ دیگر املاک کو ہاتھ

نہیں لگانا چاہیے (مثلاً، شیئر کی جانے والی کٹلری، برتنوں یا سروس شیٹس سے گریز کریں)۔ کھانا شیئر کرنے سے گریز برتنا چاہیے اور ٹرانسمیشن کے خطرے کو کم کرنے والے دیگر اقدام پر بھی غور کرنا چاہیے، مثلاً، پہلے سے لیٹا ہوا کھانا جہاں پر کھانا مقام نہ فراہم کرتا ہو۔

آپ کو یقینی بنانا چاہیے کہ آپ ہمہ وقت سماجی دوری جیسے اقدامات اور فیس ماسک کے استعمال کے بارے میں گائڈنس پر عمل کریں۔

مرحومین کی ذاتی کیئر

آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ انہیں ایسی رسومات یا ریتوں میں شامل نہیں ہونا چاہیے جس کی وجہ سے آپ مرحوم کے ساتھ قریبی رابطے میں آئیں۔ اگر آپ کا عقیدہ متقاضی ہے کہ آپ کا مرحوم کے ساتھ قریبی رابطہ ہو، تو آپ کو چاہئے کہ آپ پی پی ای کے مناسب استعمال کے لیے تربیت یافتہ کسی شخص کی نگرانی میں ذاتی حفاظتی سامان (پی پی ای) پہنے ہوئے ہوں۔ مرحومین کی کیئر کے بارے میں گائڈنس پر عمل کیا جانا چاہیے پہلے مرحوم کو پرسنل کیئر کسی بھی ماحول میں مہیا کی گئی ہو۔

اگر آپ طبی طور پر ضعیف یعنی ولنریبل ہوں یا طبی طور پر انتہائی ولنریبل ہوں تو آپ کو سختی سے تاکید کی جاتی ہے کہ مرحوم فرد کی نعش سے رابطے میں آنے سے بچیں پہلے آپ نے پی پی ای ہی کیوں نہ پہن رکھی ہو۔ اس میں شامل ہیں نعش کو نہلانا، تیار کرنا اور کفن دینا۔

غم یا سوگ منانا

جب کبھی کوئی دوست یا پیارا بچھڑتا ہے تو یہ بہت کڑا وقت ثابت ہو سکتا ہے۔ یہ اور بھی زیادہ مشکل ہو سکتا ہے جب آپ کوویڈ-19 کی عالمی وبا کے دوران حالتِ سوگ یا عالمِ غم میں ہوں۔

آپ کو مشکل کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے نہ صرف فوتگی کے صدمے سے بلکہ اس بات سے بھی کہ سماجی دوری کے اقدامات کا مطلب یہ ہے کہ آپ اس طریقے سے الوداع نہیں کہہ سکتے جس طریقے سے آپ چاہتے ہوں۔

موت کے صدمے کے بعد، آپ کو صدمے سے نکلنے کی کوشش کے دوران شدید جذباتی لہروں کا تجربہ ہو سکتا ہے۔ ان میں غم، احساسِ جرم، صدمہ اور غصہ شامل ہو سکتے ہیں۔ سب عام ہیں محسوس کرنے کا کوئی غلط یا درست طریقہ نہیں ہے۔ رنج و الم ہر کسی کو مختلف طریقے سے متاثر کرتا ہے لیکن اہم یہ ہے کہ سوگ منایا جائے اور ایسا کرنے کے لیے مناسب سپورٹ دستیاب ہو۔

سوگ اور دستیاب امداد کے بارے میں مزید معلومات این ایچ ایس ، کروڈ یورپومنٹ کیئر کے ذریعے حاصل کریں جو کوویڈ-19 کی عالمی وبا کے دوران غم اور سوگ سے نبرد آزما ہونے کے لئے مشورے اور تعاون کی پیش کش کرتی ہے اور ataloss.org پورے برطانیہ میں راہنمائی اور خدمات مہیا

کرتا ہے۔ اگر آپ کسی سوگوار بچے یا نوجوان کو سپورٹ مہیا کر رہے ہیں تو، [چائلڈ ہونڈ بریومنٹ نیٹ ورک](#) کے پاس قومی اور مقامی اداروں کے بارے میں معلومات اور روابط ہیں۔

تحفظ صحت کے ریگولیشنز

یہ دستاویز ایک ہدایت نامہ ہے۔

یہ قانون ذیل بیلٹہ پروٹیکشن ریگولیشنز میں انگلینڈ کے لیے 2020 میں موجود ہے:

- [دی بیلٹہ پروٹیکس \(کورونا وائرس، پابندیاں\) \(تمام ٹئرز\) \(انگلینڈ\) ریگولیشن 2020](#)
- [کسی متعلقہ مقام پر فیس ماسک پہنا \(ترمیم شدہ\)](#)
- [کورونا وائرس پابندیاں برائے خود ساختہ تنہائی](#)

اس موقف کے بارے میں کہ کیا قانونی طور جائز ہے، آپ کو صرف مندرجہ بالا متعلقہ ریگولیشنز سے ہی رجوع کرنا چاہیے۔