

#STOPTHESPREAD #SAVELIVES

قرنطینه‌ی ملی

English	فارسی - Persian
<p>New restrictions are in place for national lockdown. More details at www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus</p>	<p>محدودیت‌های جدیدی برای قرنطینه‌ی سراسری اعمال شده است. جزئیات بیشتر در www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus</p>
<p>Stay home Only go out for:</p> <ul style="list-style-type: none">• Buying essentials, such as food and medicine• Collecting orders, including takeaways• Childcare or education• Work or volunteering• Exercise• Any medical reason (for yourself or others)• Legal or property reasons• To visit members of your support bubble• To provide care for vulnerable people, emergency assistance, attend a support group or receive respite care• To avoid or escape risk of harm (such as domestic abuse)• Vets appointments or other animal welfare	<p>در خانه بمانید فقط برای این موارد بیرون بروید:</p> <ul style="list-style-type: none">• خرید اقلام ضروری، مثل غذا و دارو• گرفتن سفارش‌ها، مثل غذاهای بیرون‌بر• مراقبت از کودکان یا آموزش• کار یا فعالیت‌های داوطلبانه• ورزش• هرگونه دلیل پزشکی (برای خودتان یا دیگران)• دلایل قانونی یا ملکی• ملاقات با اعضای حباب حمایتی خودتان• ارائه‌ی خدمات مراقبتی به افراد آسیب‌پذیر، کمک‌های اضطراری، حضور در گروه حمایتی، یا استفاده از فرصت استراحت از فعالیت‌های مراقبتی• پرهیز یا فرار از خطر آسیب دیدن (مانند موارد سوء استفاده خانگی)• نوبت دامپزشکی یا دیگر موارد مربوط به رفاه حیوانات
<p>Meeting family and friends You can only meet indoors with people in your household or support bubble.</p> <p>You can exercise or visit outdoor public places with the people you live with, your support bubble, or 1 person from another household.</p> <p>Outdoor public places include:</p> <ul style="list-style-type: none">• Parks, beaches, countryside• Public gardens and allotments• Playgrounds. <p>You cannot meet in a private garden.</p> <p>Children under school age, as well as those dependent on round-the-clock care, will not count towards the limit.</p>	<p>ملاقات با خانواده و دوستان در مکان‌های سرپوشیده فقط با افراد خانوار یا حباب حمایتی خودتان می‌توانید ملاقات کنید.</p> <p>در فضاهای باز و عمومی می‌توانید همراه با افرادی که با آن‌ها زندگی می‌کنید، حباب حمایتی خودتان، یا ۱ نفر از خانواری دیگر ملاقات یا ورزش کنید.</p> <p>فضاهای باز عمومی عبارت‌اند از:</p> <ul style="list-style-type: none">• پارک، ساحل، گردشگاه حومه‌ی شهر• باغ‌ها و باغچه‌های عمومی• زمین‌های بازی. <p>در باغ‌های خصوصی نمی‌توانید ملاقات کنید.</p> <p>کودکان زیر سن مدرسه، و نیز کسانی که به‌طور شبانه‌روزی نیاز به مراقبت دارند، شامل این محدودیت نمی‌شوند.</p>
<p>Shops Food shops, supermarkets, garden centres and retailers providing essential goods and services can open.</p>	<p>فروشگاه‌ها فروشگاه‌های مواد غذایی، سوپرمارکت‌ها، مراکز باغبانی و گل و گیاه، و خرده‌فروشی‌هایی که کالا و خدمات ضروری ارائه می‌دهند، می‌توانند باز باشند.</p>
<p>Leisure</p>	<p>تفریح و سرگرمی</p>

Leisure facilities, entertainment venues and personal care facilities will be closed.	مراکز تفریحی، مکان‌های سرگرمی، و مراکز ارائه مراقبت شخصی بسته خواهد شد.
Food and drink Restaurants, bars and pubs will close, but can provide takeaway and delivery.	خوراک و نوشیدنی رستوران‌ها، میکده‌ها، و میخانه‌ها تعطیل می‌شود، ولی می‌توانند غذای بیرون‌بر یا خدمات ارسال غذا ارائه کنند.
Places of Worship Open.	نیایشگاه‌ها باز است.
Funerals Only permitted with a maximum of 30 people. Linked religious, belief-based or commemorative events, such as stone settings and ash scatterings, maximum of 6 people.	مراسم خاکسپاری فقط با حداکثر ۳۰ نفر مجاز است. رویدادهای مذهبی، اعتقادی، یا مراسم یادبود مرتبط با خاکسپاری، مانند نصب سنگ مزار و پراکندن خاکستر، با حداکثر ۶ نفر امکان‌پذیر است.
Weddings and civil partnership Only permitted with a maximum of six people, in exceptional circumstances	مراسم ازدواج / شروع زندگی مشترک مدنی فقط با حداکثر ۶ نفر و در شرایط استثنایی مجاز است
Going to work Work from home if you can	سر کار رفتن اگر می‌توانید از خانه کار کنید
Schools, colleges and universities Closed (open for children of a critical/key worker)	مدارس، کالج‌ها، و دانشگاه‌ها تعطیل (برای فرزندان کارکنان حیاتی/کلیدی باز است)
Childcare and Early Years Registered childcare will continue. Early years settings can remain open.	مراقبت از کودکان و مهدهای کودک مراکز ثبت‌شده مراقبت از کودکان می‌توانند به کار ادامه دهند. مهد کودک‌ها (Early Years) می‌توانند باز باشند.
Clinically Extremely Vulnerable <ul style="list-style-type: none"> Stay home as much as possible Ask others to collect your food or medicine You can still go outside to exercise with your household or support bubble, OR 1 person from another household Do not attend a workplace. Work from home or, if not possible, apply for financial support. If you need help, call the Council: 0115 915 5555	افراد به‌شدت آسیب‌پذیر از نظر بالینی <ul style="list-style-type: none"> تا جایی که امکان دارد در خانه بمانید از دیگران بخواهید برای شما غذا یا دارو بگیرند همچنان می‌توانید برای ورزش یا خانواده یا حباب حمایتی خودتان، «یا» ۱ نفر از خانواری دیگر بیرون بروید در محل کارتان حاضر نشوید. از خانه کار کنید، یا اگر ممکن نیست، درخواست حمایت مالی کنید. اگر نیاز به کمک دارید، با شورای شهر تماس بگیرید: 0115 915 5555
Visiting relatives in care homes Visits allowed with safety guidance in place. Check arrangements with the home before you visit.	ملاقات با خویشاوندان در مراکز توانبخشی و خانه‌های سالمندان ملاقات با رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی و ایمنی مجاز است. پیش از مراجعه به مرکز یا خانه از مقررات آن‌ها اطلاع پیدا کنید.
Travel Avoid travel and reduce journeys. Walk or cycle where possible, and avoid busy times on public transport.	مسافرت از مسافرت پرهیز کنید و سفرها را کاهش دهید. تا جایی که ممکن است پیاده یا با دوچرخه بروید، و در زمان‌های شلوغ از سوار شدن به وسایل نقلیه عمومی پرهیز کنید.
Holidays No overnight stays or holidays away from your home.	تعطیلات اقامت شبانه یا تعطیلات خارج از خانه خودتان مجاز نیست.
If you are self-isolating, and you need help, call the Council 0115 915 5555 Translated information is available at this website: www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus/translations	اگر خود را قرنطینه کرده‌اید و به کمک نیاز دارید، می‌توانید با این شماره با شورای شهر تماس بگیرید: 0115 915 5555 اطلاعات ترجمه‌شده در این وبگاه موجود است: www.nottinghamcity.gov.uk/coronavirus/translations