

ديسمبر 2 حتى الآن سارية كورونا لفيروس الجديدة الوطنية القيود.

- المنزل في البقاء عليك يجب .
- أو التعليم أو الرياضة ممارسة أو طبية لأسباب أو الطعام لتناول إلا المنزل تغادر لا العمل .
- ضروريًا ذلك يكن لم ما السفر وتجنب بإمكانك كان إذا المنزل من تعمل أن يجب .
- ضعيف لشخص الرعاية لتقديم المنزل مغادرة يمكنك .
- ذات مناسبة أو جنازة أو فردية صلاة لأداء عبادة مكان لحضور المنزل مغادرة يمكنك .  
مات لشخص صلة .

أحدث على للحصول [www.northyorks.gov.uk/coronavirus](http://www.northyorks.gov.uk/coronavirus) إلى انتقل والإعفاءات الإرشادات .

أي من واحدة أسرة أن يعني هذا . أخرى أسرة مع دعم فقاعة تشكل أن العازبة للأسر يمكن الاثنين لهذين يمكن . فقط واحد بالغ شخص بها أسرة مع فقاعة تشكل أن يمكن حجم إذا والديهم منازل بين التنقل من الأطفال سيتمكن . واحد منزل في كانا لو كما التصرف منفصلة منازل في يعيشون كانوا .

الداخل في - المختلفة الأسر بين الاجتماعي الاختلاط حظر سيتم ، آخر شخص لأي بالنسبة أن أسرتين من فقط لشخصين يمكن أنه هو ذلك من الاستثناء .- الطلق الهواء في أو الخاصة الحدائق على ينطبق لا الإعفاء هذا لكن - مفتوح عام مكان في يجتمعوا .

فقط . السريعة الوجبات توفير باستثناء والضيافة الأساسية غير التجزئة صناعة إغلاق سيتم .مفتوحة ستبقى الأساسية الأعمال .

يوركشاير شمال في كورونا بفيروس الإصابة حالات عدد تقليل في المساعدة يمكنك

ارتد . اليدين معقم استخدم أو ثانية 20 لمدة والصابون بالماء بانتظام يديك تغسل أن تذكر .معه تعيش لا شخص أي عن بعيدًا ابق .لوجه غطاءً .

## Test and Trace

للإصابة معرض أنك تعني طبية حالة من تعاني كنت أو عامًا 60 من أكثر عمرك كان إذا تكون أن يجب .كورونا فيروس من شديد بمرض للإصابة عرضة أكثر تكون فقد ، سريريًا بالأخرين اتصالاتك وتقليل القواعد اتباع على خاص بشكل حريصًا

على تحتوي الحكومة من رسالة سريريًا الشديد للخطر المعرضون الأشخاص سيتلقى ونصائح معلومات

إلى يحتاجون قد الذين مجتمعك في الأشخاص من التحقق في الاستمرار أيضًا يرجى أو الطبية الوصفات جمع أو ، الأخرى والضروريات التسوق مثل أشياء في المساعدة معه للتحدث ما شخص وجود مجرد

به للاتصال آخر شخص أي لديهم وليس المساعدة إلى يحتاجون الذين للأشخاص يمكن الساعة من الأسبوع في أيام سبعة 01609 780780 على العملاء خدمة بمركز الاتصال على المعلومات من مزيد على العثور يمكنك مساءً 5:30 حتى صباحًا 8 [www.northyorks.gov.uk/coronavirus](http://www.northyorks.gov.uk/coronavirus)

كورونا فيروس أعراض عليك ظهرت إذا تفعل ماذا

درجة في ارتفاع أو ، ومستمر جديد سعال - كورونا فيروس أعراض من تعاني كنت إذا المنزل في نفسك عزل عليك فيجب ، الشم أو التذوق حاسة في تغيرات أو ، الحرارة أعراض لديك كانت إذا فقط الاختبار حجز يرجى .اختبار وحجز

إلى انتقل ، الاختبار حجز كيفية حول معلومات على للحصول تتمكن لم إذا 119 بالرقم اتصل أو [www.northyorks.gov.uk/testandtrace](http://www.northyorks.gov.uk/testandtrace) نفسك عزل عليك يجب أنه وتذكر ، المحاولة في الاستمرار يرجى ، الاختبار اجتياز من الأعراض عليك ظهرت إذا

في إصابته ثبتت بشخص الاتصال على قادر غير الوطني والتتبع الاختبار نظام كان إذا في .للمتابعة المحلي الاتصال جهات تتبع فريق إلى ذلك تسليم فسيتم ، ساعة 24 غضون باستخدام إصابته ثبتت بشخص الاتصال الوطني والتتبع الاختبار نظام سيحاول ، البداية هذا تسليم فسيتم ، ساعة 24 غضون في بالشخص الاتصال من يتمكنوا لم إذا 0300 رقم الاتصال سيتم .للمتابعة يوركشاير شمال في المحلي الاتصال جهات تتبع فريق إلى

## Test and Trace

نيابة العملاء دعم فريق أعضاء أحد قبل من إليهم والتحدث 01609 رقم على بالمقيمين  
الحاجة عند متخصصًا دعمًا سيقدم والذي ، العامة الصحة عن

يوركشاير شمال في الجميع سلامة على للحفاظ بدورك قيامك على لك شكرًا

National restrictions update November 2020 Arabic

**STAY SAFE**  
IN NORTH YORKSHIRE

OFFICIAL