Helsedirektoratet
Norwegian Directorate of Health

ناروے میں داخلہ – قرنطینہ اور ٹیسٹنگ کے قواعد

اس وقت ناروے کے باہر COVID-19 انفیکشن کی شرح بہت زیادہ ہے۔ نارڈک ممالک کے چند علاقہ جات کے علاوہ کسی دوسرے ملک سے ناروے آنے کی صورت میں آپ کو 10 روز تک قرنطینہ اختیار کرنا ہوگا۔

مستثنی نہ ہونے کی صورت میں آپ کو قرنطینہ اختیار کرنے کے دوران قرنطینہ کے ایک ہوٹل میں قیام کرنا ہوگا۔ آپ ناروے میں سرحد پار کرتے وقت اور آمد کی دوسری جگہوں پر قرنطینہ کے ہوٹلوں کے بارے میں پولیس سے معلومات حاصل کرسکتے ہیں۔

- آپ کو سفر کرنے سے پہلے سفر کا رجسٹریشن فارم مکمل کرنا ہو گا
- آپکو کورونا وائرس کے منفی ٹیسٹ کا سرٹیفکیٹ ساتھ رکھنا ہو گا جو آمد سے پہلے کے 72 گھنٹوں کے اندر ہوا ہو
- آپ کو ناروے میں داخل ہونے پر ٹیسٹ کروانا ہو گا۔
- آپ کو ناروے میں 10 دن قرنطینہ میں رہنا ہو گا

ملک میں آمد کی رجسٹریشن

ناروے میں داخل ہونے والے ہر شخص کو اندرون ملک آمد کا فارم مکمل کرنا ہوگا۔ ڈیجیٹل رجسٹریشن کی صورت میں آپکو ایک رسید ملے گی جو آپ آمد کے وقت پولیس کو دکھائیں گے۔

آپ کو ناروے پہنچنے سے پہلے اپنی رجسٹریشن کرنی ہو گی لیکن رجسٹریشن ناروے میں داخلے کے وقت سے 72 گھنٹے سے زیادہ پرانی نہیں ہو سکتی۔

ڈیجیٹل رجسٹریشن فارم تک جائیں (entrynorway.no)

ٹیسٹنگ

ناروے میں داخل ہونے والوں کے لیے ٹیسٹنگ کا تقاضا

اگر آپ پچھلے 14 دنوں میں آپ ایسے علاقے میں رہے ہیں جہاں قرنطینہ کی پابندی ہے تو آپ ناروے میں آمد کے وقت ٹیسٹ کروائیں گے۔

ٹیسٹ ایئرپورٹ پر یا سرحد پار کرتے ہوئے کروانا ہو گا۔ ٹیسٹنگ کا منظور شدہ طریقہ PCR یا اینٹیجن ایکسپریس ٹیسٹ ہے۔

یہ ٹیسٹ قرنطینہ کی مدت کم کروانے کے لیے ٹیسٹ نمبر ایک ہے (قرنطینہ کے متعلق پیراگراف میں مزید تفصیل پڑھیں)۔

مندرجہ ذیل افراد کو پیراگراف اوّل کے تحت ٹیسٹنگ سے استثناء حاصل ہے:

- 12 سال سے کم عمر کے افراد
- وہ افراد جو منظور شدہ لیبارٹری طریقے کے ذریعے ثابت کر سکتے ہوں کہ انہیں گزشتہ چھ مہینے میں COVID-19 ہوا ہے۔
- وہ افراد جو پیراگراف 6a کے تحت اوقات کار میں اور فارغ وقت میں قرنطینہ کی پابندی سے مستثنی ہیں۔
- اس میں وہ افراد شامل ہیں جو ملازمت یا تعلیم کے لیے باقاعدگی سے سویڈن یا فن لینڈ سے سرحد پار کر کے آتے ہیں۔
- طویل سفر کرنے والے پیشہ ور ڈرائیور اور ٹرین کا عملہ جو مال گاڑی پر کام نہ کرتے ہوں۔
- وہ افراد جو اہم معاشرتی کاموں کی مناسب انجام دہی جاری رکھنے یا آبادی کی بنیادی ضروریات پوری کرنے کے لیے عین لازمی ہیں، وہ تب مستثنی ہیں جب ان کے لیے ٹیسٹ کروانا عملاً ممکن نہ ہو
- سفارتی عملہ

آپ سے صرف تب رابطہ کیا جائے گا جب آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت ہو۔ منفی نتیجہ آنے کی صورت میں آپ سے رابطہ نہیں کیا جائے گا۔ اگر آپ helsenorge.no استعمال کرتے ہیں تو آپ لاگ ان کر کے اپنے ٹیسٹ کا نتیجہ یہاں دیکھ سکتے ہیں۔ کچھ لیبارٹریاں helsenorge.no کے علاوہ بھی ٹیسٹ کا نتیجہ دیکھنے کے طریقے مہیا کرتی ہیں، آپکو اس بارے میں بتا دیا جائے گا۔

Helsedirektoratet
Norwegian Directorate of Health

کورونا وائرس کے منفی ٹیسٹ کا سرٹیفکیٹ

کیسی ایسے ملک سے جہاں قرنطینہ کی پابندی ہے ناروے آنے والے غیرملکی شہریوں کو کورونا وائرس کے ٹیسٹ کے منفی نتیجے کا سرٹیفکیٹ پیش کرنا ہو گا۔

- ضروری ہے کہ یہ ٹیسٹ ناروے میں آمد سے پہلے کے 72 گھنٹوں کے اندر اندر لیا گیا ہو۔
- ٹیسٹ کا منظور شدہ طریقہ PCR یا اینٹیجن ایکسپریس ٹیسٹ ہے
- سرٹیفکیٹ نارویجن، سویڈش، ڈینش، انگلش، فرنچ یا جرمن زبان میں لکھا ہونا ضروری ہے

درج ذیل افراد کو منفی ٹیسٹ کا سرٹیفکیٹ پیش کرنے کی ضرورت **نہیں** ہے:

1. نارویجن شہری
2. غیرملکی شہری جو رہائشی پرمٹ یا قیام کے حق کے ساتھ ناروے میں رہائش پذیر ہیں
3. غیرملکی شہری جو اہم سماجی فرائض کی مناسب انجام دہی کو برقرار رکھنے، یا عوام الناس کی بنیادی ضروریات کی تکمیل کے لیے نہایت ہی ضروری ہیں، جس میں داخلے سے منع کرنے پر زندگی یا صحت کو خطرہ لاحق ہو
4. دوران سفر غیرملکی شہری
5. کام یا تعلیم حاصل کرنے کے سلسلے میں سویڈین یا فن لینڈ سے ناروے پابندی سے سفر کرنے والے غیرملکی شہری، نگہداشت صحت کے پیشہ ور کو چھوڑ کر جنہوں نے ناروے سے باہر سات دنوں سے زیادہ کا وقت گزارا ہو
6. پناہ کے متلاشی اور نوآباد شدہ ریفیوجیز
7. خاندان کے امیگریشن سے متعلق قوانین کے تحت ناروے میں رہائشی پرمٹ والے غیرملکی شہری
8. سفارتی، غیرملکی خدمت یا سفارتخانے کے فرائض انجام دینے والے افراد
9. فوجیوں کے مخصوص گروپس
10. سامان یا مسافروں کو لانے لے جانے سے متعلق کام کرنے والے غیرملکی یا وہ لوگ جو ایسے اسائنمنٹس کے لیے آ یا جا رہے ہوں
11. اسائنمنٹس کے لیے آنے یا جانے والے پائلٹ اور بحری جہاز پر کام کرنے والے افراد
12. 12 سال سے کم عمر کے بچے

برطانیہ اور جنوبی افریقہ سے آنے والے تمام مسافر

داخلے کے وقت رجسٹریشن اور 10 روزہ قرنطینہ کی میعاد کے متعلق عام قاعدے کے علاوہ، برطانیہ اور جنوبی افریقہ سے آنے والے مسافرین کے لئے متعدد تقاضے عائد کیے گئے ہیں۔ یہ تقاضے درج ذیل ہیں اور ان کا اطلاق 12 سال سے زائد عمر کے افراد پر ہوتا ہے:

- ناروے آنے والے ہر شخص کا PCR ٹیسٹ (COVID-19 کا ٹیسٹ) جس نے ناروے آمد سے پہلے پچھلے 14 روز کے دوران برطانیہ یا جنوبی افریقہ میں قیام کیا ہو۔
  آپ کو ٹیسٹ کب کروانا چاہئے:
  a) ابتدائی طور پر جتنی جلدی ممکن ہو، اور ناروے میں داخلے کے 24 روز کے اندر، اور پھر
  b) ناروے میں پہنچنے کے 7 روز کے بعد۔ یہ نتیجہ کم از کم 10 روز لمبے قرنطینہ کی میعاد کے اختتام سے پہلے تیار ہونا چاہیے۔

عام طور پر، برطانیہ سے آنے والے مسافرین پر داخلے کے قرنطینہ سے استثنا کا اطلاق نہیں ہوتا، علاوہ مخصوص شرائط کے۔

قرنطینہ

ناروے میں دوسرے ممالک سے آنے والے سبھی لوگوں کو 10 دنوں کے لیے قرنطینہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے، سوائے ان کے جو نارڈک خطہ/ یورپ کے کچھ مخصوص حصوں سے آرہے ہیںجہاں انفیکشن کی شرح کافی حد تک کم ہے (زرد علاقہ جات اور ممالک)۔

یورپ میں سرخ اور زرد ممالک/علاقہ جات کا نقشہ (صرف انگریزی میں)

ناروے پہنچنے پر آپ کو سیدھا قرنطینہ اختیار کرنا چاہئے، اور 12 سال سے زیادہ عمر کے سبھی لوگوں کو قرنطینہ کے مقام پر پہنچنے تک فیس ماسک پہن کر رکھنا چاہیے۔

ایک ساتھ ناروے سفر کرنے والے ایسے افراد جو عام حالت میں ایک دوسرے کے ساتھ رہتے ہیں، ایک ہی رہائش میں داخلے کے قرنطینہ کی میعاد گزار سکتے ہیں۔

اگر قرنطینہ کی مدت میں دو بار آپکے کورونا وائرس ٹیسٹ کا نتیجہ منفی آئے تو آپ سفری قرنطینہ کی مدت کم کر سکتے ہیں۔

- ضروری ہے کہ پہلا ٹیسٹ آپکی آمد کے بعد تین دنوں کے اندر کیا گیا ہو اور یہ ایکسپریس ٹیسٹ یا پی سی آر ٹیسٹ ہو سکتا ہے
- دوسرا ٹیسٹ جلد از جلد آپکی آمد کے سات دن بعد ہو سکتا ہے۔ ضروری ہے کہ دوسرا ٹیسٹ پی سی آر ٹیسٹ ہو۔

قرنطینہ کی پابندی تب تک رہے گی جب تک آپکے دوسرے کورونا وائرس ٹیسٹ کا نتیجہ منفی نہ آ جائے۔

آمد سے پہلے کے 14 دنوں میں برطانیہ یا جنوبی افریقہ میں قیام کرنے والے افراد کو سفری قرنطینہ کی مدت کم کرنے کی اجازت نہیں ہے۔

قرنطینہ کے دوران COVID-19 کی علامات کا شکار ہونے کی صورت میں آپ کو خود سے علیحدگی اختیار کرکے ٹیسٹ کا انتظام کرنے کے لئے مقامی صحت کی سہولت سے رابطہ کرنے کی ضرورت ہے۔ ٹیلی فون نمبر 116117 47+۔

قرنطینہ کے ہوٹل

قرنطینہ کی ضرورت رکھنے کی صورت میں آپ کو عام طور پر قرنطینہ کے ہوٹل میں رہنا ہوگا۔ اس کا مطلب ہے کہ اگر آپ ناروے میں کام کرنے یا دوستوں، گھر والوں یا اپنے پارٹنر سے ملنے آئے ہوں تو آپ کو عام طور پر قرنطینہ کے ہوٹل میں قرنطینہ میں رہنا ہوگا

قرنطینہ کے ہوٹل میں قرنطینہ سے مستثنیٰ نہ ہونے والے تنہا نابالغ بچوں کی دیکھ بھال کے لئے کسی شخص کی دستیابی کے لئے گنجائش پیدا کرنے کی ضرورت ہے۔

مندرجہ ذیل افراد کو قرنطینہ ہوٹل میں رہنے کی ضرورت **نہیں** ہے:

1. ایسے افراد جو ناروے میں رہائش پذیر ہیں (نیشنل پاپولیشن رجسٹر میں رجسٹر شدہ) یا جو یہ ثابت کرسکیں کہ وہ ناروے میں مستقل رہائش رکھتے ہیں (مثال کے طور پر ایک ایسی رہائش جو نارویجین ٹیکس ایڈمنسٹریشن کے ساتھ رجسٹرڈ ہےیا کرایہ داری کا معاہدہ) ۔
2. وہ افراد جو یہ ثابت کرسکیں کہ ان کے پاس قرنطینہ کی معیاد کے دوران رہنے کے لئے مناسب قیام گاہ ہے۔ 'مناسب قیام گاہ' سے مراد ایسی جگہ ہے جہاں ایک کمرہ، نجی باتھ روم تک رسائی، کچن یا کھانے کی سہولت ہو، اور جہاں دوسرے افراد سے دور رہنا ممکن ہو۔ یہ چھٹیاں گزارنے کے لئے ایک گھر، ہوٹل، یا اس شخص کو دستیاب دوسری سہولت کی شکل میں ہوسکتا ہے۔
3. ایسے افراد جنہوں نے ناروے میں مستقل رہائش رکھنے والے شخص سے شادی کی ہو، یا اس کے ساتھ بچے ہوں، اور ان کے نابالغ بچے۔ یہ افراد اپنے شریک حیات یا بچوں کے دوسرے والدین کی رہائش گاہ میں قرنطینہ اختیار کرسکتے ہیں۔
4. کاروبار کے لیے سفر کرنے والے افراد جن کے آجر یا کلائنٹ نے ایک کمرے میں موزوں رہائش کا انتظام کیا ہو۔ آپ کے پاس اس بات کا ثبوت ہونا چاہئے کہ آپ کام یا اسائنمنٹ مکمل کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں اور آپ کے آجر نے مناسب رہائش کا انتظام کیا ہے'مناسب قیام گاہ' ایک ایسی جگہ ہے جہاں دوسرے افراد سے رہنا مکمن ہو اور جو ایک کمرے، ٹی وی اور انٹرنیٹ کی سہولت، نجی باتھروم، اور ذاتی کچن یا کھانے کی سہولت سے آراستہ ہو۔ یہ ثبوت ملازمت کے معاہدے یا اسائنمنٹ کے معاہدے اور آجر کی طرف سے قیام گاہ کی تفصیلات فراہم کرنے والے اعلامیہ کی شکل میں ہوسکتا ہے. بیان میں اس بات کا ذکر ہونا چاہئے کہ آپ کہاں قیام کریں گے، ساتھ ہی آجر یا کلائنٹ کا نام، پتہ اور ٹیلیفون نمبر بھی شامل ہونا چاہئے
5. پناہ کے متلاشی اور نوآباد شدہ پناہ گزین۔
6. پیشہ ورانہ طور پر لمبے سفر کرنے والے لاری ڈرائیور اور ٹرین کا عملہ جو مال گاڑیوں پر کام نہیں کرتا، بشرطیکہ وہ اپنے قرنطینہ کی میعاد اپنی گاڑی یا ٹرین کے کسی ایک کمپارٹمنٹ میں گزار سکیں جو قیام کے لئے مناسب ہو
7. نارویجین وزارت دفاع کی منظور شدہ مشق، تربیت یا آپریشن کے لئے ناروے آنے والے بیرون ملکی فوجی ڈویژن۔
8. ناروے کے نیشنل پاپولیشن رجسٹر میں رجسٹر شدہ وہ بیرون ملکی طلباء جنہوں نے تعلیم شروع کرنے سے پہلے ناروے میں رہائش اختیار کی تھی، بشمول ایسے طلباء جو آبادی کے رجسٹریشن کے حوالے سے خصوصی نارڈک قواعد کے باعث اس ملک کے رہائشی کے طور پر رجسٹرڈ ہیں، جہاں وہ تعلیم حاصل کررہے ہیں۔ قرنطینہ کے

دوران، انہیں اپنے ساتھ رہنے والے ان تمام افراد سے دور رہنے کی ضرورت ہے جن کے ساتھ وہ قرنطینہ کی میعاد شروع ہونے سے پہلے نہیں رہتے تھے۔

استثنا کے دوران یہ فرض کیا جاتا ہے کہ آپ قرنطینہ کی میعاد کے دوران قیام گاہ یا موزوں رہائش میں رہیں گے۔

اخراجات

18 سال سے زائد عمر کے نجی افراد اور آجرین کے لئے قرنطینہ کے ہوٹل میں واجب الادا ذاتی زرتعاون 500 NOK ہے۔ اپنے والدین یا سرپرست کے ساتھ ایک ہی کمرے میں رہنے والے 10 سال سے کم عمر کے افراد کے لئے کسی فیس کا اطلاق نہیں ہوتا۔ 10 سے 18 سال تک کے بچوں کے لئے ذاتی زرتعاون 250 NOK یومیہ ہے۔ ذاتی زرتعاون حسب معمول قرنطینہ کے ہوٹل پر پہنچتے وقت یا جانے سے پہلے ادا کرنا ہوگا۔

COVID-19 کے ٹیسٹ آپ کے قرنطینہ ہوٹل میں مفت میں دستیاب ہوں گی۔

کارکنان کے لیے داخلہ کے وقت علیحدگی اختیار کرنا

عمومی اصول یہ ہے کہ آپ کو ناروے آنے پر علیحدگی اختیار کرنا چاہئے، لیکن اس میں کچھ استثنآت ہیں۔ کام کے اوقات کے دوران اور اس سے باہر کچھ استثناء کا اطلاق ہوتا ہے، جبکہ دوسروں کا اطلاق صرف کام کے اوقات میں ہی ہوتا ہے۔

خاص طور پر زیادہ شرح انفیکشن رکھنے والے ملک سے ناروے آنے والے ہر شخص کو:

- کام شروع کرنے سے پہلے 10 دنوں کے لیے قرنطینہ اختیار کرنا چاہئے
- جیسا کہ اوپر پیراگراف میں ذکر ہے، دو بار کورونا وائرس ٹیسٹ کا نتیجہ منفی آنے کی صورت میں سفری قرنطینہ کی مدت کم کی جا سکتی ہے۔

خاص طور پر زیادہ شرح انفیکشن رکھنے والے علاقہ جات اور ممالک (صرف انگریزی میں)

کچھ ملازمین کے لئے کام کے اوقات میں قرنطینہ کی پابندی سے استثنا

اگر آپ بیرون ملک کے ملازم ہیں جو EEA میں دوسرے ممالک یا سوئٹزرلینڈ سے سفر کررہے ہیں جن پر قرنطینہ کی پابندی کا اطلاق ہوتا ہے، یا جو ناروے کے مکین ہیں اور انہوں نے کام یا اسائنمنٹ کے مقاصد کے لیے ان ممالک کا دورہ کیا ہے تو:

- آپ کے ٹیسٹ کے نتائج منفی آنے تک قرنطینہ اختیار کرنا چاہئے
- آپ ناروے میں پہلے منفی ٹیسٹ کے بعد کام شروع کرسکتے ہیں، لیکن 10 دنوں تک ہر تیسرے دن آپ کی ٹیسٹنگ کی جانی چاہئے اور آپ کو آمد کے بعد 10 دنوں تک کام کے اوقات کے بعد علیحدگی اختیار کرنی چاہئے
- آپ کو قرنطینہ اختیار کرنے کے لیے ایک شخص کے لئے بنائے گئے کمرے میں رہنا چاہئے (EEA یا سوئیٹزرلینڈ میں کام یا کاروبار سے لوٹنے والے ناروے کے رہائشیوں پر اطلاق نہیں ہوتا)

استثنا اس صورت میں نہیں ملتا کہ آپ ناروے آنے سے پہلے کے 10 دنوں کے دوران زیادہ شرح انفیکشن والے علاقوں میں قیام کر چکے ہوں۔

قرنطینہ کیپابندی رکھنے والے EEA کے ممالک اور علاقہ جات/سوئیٹزرلینڈ جو ملازمین کے لئے استثنا کی گنجائش رکھتے ہیں: نقشے پر سرخ رنگ سے دکھائے جانے والے ممالک (صرف انگریزی)۔

اگر آپ کافی حد تک کم شرح انفیکشن رکھنے والے نارڈک/یورپیئن ممالک کے مخصوص علاقہ جات سے آرہے ہوں تو آپ کو قرنطینہ کی پابندی سے مستثنی کیا جاتا ہے۔

کافی حد تک کم شرح انفیکشن رکھنے والے ممالک اور علاقہ جات (صرف انگریزی)۔

باقاعدگی کے ساتھ سرحد پار کرنے والے مسافرین اور افراد

- وہ افراد جو 5 روز کے دوران ایک سے زیادہ بار سویڈن یا فن لینڈ میں کسی ایسے علاقے سے سرحد پار کر کے ناروے آتے ہیں جس پر قرنطینہ کی پابندی کا اطلاق ہوتا ہے، انہیں اس صورت میں قرنطینہ کی ذمہ داری سے آزاد کیا جاتا ہے اگر ناروے میں SARS-CoV-2 کے آخری ٹیسٹ کروانے کے بعد سات روز سے زائد عرصہ گزرنے کی صورت میں وہ کورونا وائرس کا ٹیسٹ ناروے پہنچنے کے روز اور اس کے بعد ہر سات روز کے وقفے سے کروائیں۔
- طویل سفر کرنے والے کچھ پیشہ ور ڈرائیورں، ٹرین کے عملے اور ایرلائن کے ملازمین کو سفر کے قرنطینہ سے استثنا حاصل ہو سکتا ہے۔ انہیں اپنے آجر سے وضاحت حاصل کرنی چاہیے کہ ان کے لیے موجودہ اصول کیا ہیں۔

Helsedirektoratet
Norwegian Directorate of Health

- مزید پڑھیں(صرف انگریزی میں)

افراد کے درج ذیل زمرے کام کے دوران یا اس سے باہر دونوں سے مکمل طور پر آمد کے وقت قرنطینہ سے مستثنی ہیں:

- ایسے افراد جو PCR اور اینٹیجن ایکسپریس ٹیسٹ کی تصدیق کے مطابق، یہ ثابت کرنے کے اہل ہیں کہ انہیں گزشتہ چھ مہینے میں COVID-19 ہوا ہے۔
- ایسے افراد جو والدین اور بچوں کے درمیان متفقہ یا انتظام کردہ ملاقات کے لیے ناروے سفر کرتے ہیں۔ بیرون ملک میں ملاقات کے بعد ناروے واپس آنے والے افراد پر بھی یہی چیز لاگو ہوتی ہے۔
- خارجہ پالیسی سے وابستہ وجوہات کے لیے نارویجین ریاستی حکام کی طرف سے مدعو کیے گئے افراد۔
- لوگوں کو شدید بیمار قریبی رشتہ دار سے ملنے یا کسی قریبی رشتہ دار کی کریمیشن یا تدفین میں شرکت کرنے کے لئے داخلے کے قرنطینہ سے استثنا حاصل ہوسکتی ہے۔ قرنطینہ کی استثناء کا اطلاق صرف بیمار شخص سے ملاقات یا کریمیشن/تدفین میں شرکت کے دوران ہوگا۔ بصورت دیگر قرنطینہ کی ذمہ داری کا اطلاق ہوگا۔ میونسپلٹی میں چیف میڈیکل آفیسر یہ استثنا دینے کا ذمہ دار ہوگا۔

قرنطینہ کی پابندی سے استثنا کے دوران اگر آپ COVID-19 کی علامات کا شکار ہوں یا اگر کسی ڈاکٹر کو شک ہو کہ آپ COVID-19 کا شکار ہیں تو آپ کو قرنطینہ اختیار کرنا ہوگا۔

جہاں ممکن ہو وہاں استثنا حاصل کرنے والے افراد کو COVID-19 کا ٹیسٹ کروانا چاہیے۔

آمد کے وقت قرنطینہ میں کیا شامل ہے

- مذکورہ بالا فہرست کے مطابق قرنطینہ ہوٹل سے استثنا حاصل کرنے کی صورت میں آپ کو کسی قرنطینہ کے ہوٹل یا کسی دوسرے مناسب مقام پر اپنے داخلے کا قرنطینہ مکمل کرنا ہوگا.
- آپ جہاں قیام کررہے ہیں، آپ کو صرف اسی صورت میں وہ جگہ چھوڑنی چاہیے اگر آپ اپنے ساتھ رہنے والے افراد کے علاوہ دوسرے افراد سے دور رہ سکتے ہیں۔
- آپ کو کسی بھی ایسے جائے کار میں داخل نہیں ہونا چاہئے جہاں دوسرے لوگ موجود ہوں، اسکولوں یا کنڈرگارٹن۔
- آپ کو عوامی نقل و حمل کے ذریعہ سفر نہیں کرنی چاہئے، *سوائے* ناروے میں آمد/ سے روانگی کے سلسلے میں ایر پورٹ، بندرگاہ یا مساوی مقامات سے آنے جانے کے سفر کے۔ ایسی صورتحال میں، اگر آپ کی عمر 12 سال سے زیادہ ہے تو آپ کو لازمی طور پر فیس ماسک پہننا چاہئے۔

آپ کو یہاں دوسری زبانوں میں کورونا وائرس کے بارے میں مزید معلومات مل سکتی ہے (regjeringen.no)

کی جانب سے فراہم کردہ مواد