English	Urdu
Coronavirus (COVID-19) Most people no longer need to take a coronavirus test. You should stay at home if unwell. Testing is still available to specific groups. Coronavirus, and other respiratory infections such as flu, can spread easily and cause serious illness in some people. Vaccinations are very effective at preventing serious illness from coronavirus. But there's still a chance you might catch coronavirus, or another respiratory infection, and pass it on to other people.	**کورونا وائرس (کووڈ-19)** زیادہ تر لوگوں کو اب کورونا وائرس کا ٹیسٹ کرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ اگر آپ بیمار ہیں تو آپ کو گھر میں رہنا چاہیے۔ مخصوص گروپس کے لیے ٹیسٹنگ ابھی بھی دستیاب ہے۔ کورونا وائرس، اور سانس کے دیگر انفیکشن جیسے فلو، آسانی سے پھیل سکتے ہیں اور کچھ لوگوں میں سنگین بیماری کا سبب بن سکتے ہیں۔ کورونا وائرس سے سنگین بیماری کو روکنے کے لیے ویکسینیشنز بہت مؤثر ہیں۔ لیکن ابھی بھی اس بات کا امکان ہے کہ آپ کو کورونا وائرس، یا سانس کا کوئی اور انفیکشن ہو سکتا ہے، اور اسے دوسرے لوگوں تک منتقل کر سکتے ہیں۔
Symptoms Stay at home and avoid contact with other people if you have symptoms of a respiratory infection such as coronavirus and you: • have a high temperature or	**علامات** گھر پر رہیں اور دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے سے گریز کریں اگر آپ کو سانس کے انفیکشن کی علامات ہیں جیسے کہ کورونا وائرس اور: • آپ کو تیز درجہ حرارت ہے یا

- do not feel well enough to go to work or carry out normal activities

Do this until you no longer have a high temperature (if you had one) or until you feel better.

Symptoms of coronavirus include:

- continuous cough
- high temperature, fever or chills
- loss of, or change in, your normal sense of taste or smell
- shortness of breath
- unexplained tiredness, lack of energy
- muscle aches or pains that are not due to exercise
- not wanting to eat or not feeling hungry
- headache that's unusual or longer lasting than usual
- sore throat, stuffy or runny nose
- diarrhoea
- feeling sick or being sick

- آپ کام پر جانے یا معمول کی سرگرمیاں انجام دینے کے لیے کافی اچھا محسوس نہیں کرتے

ایسا اس وقت تک کریں تاوقتیکہ آپ کا درجہ حرارت زیادہ نہ ہو (اگر آپ کو پہلے تھا) یا جب تک آپ بہتر محسوس نہ کریں۔

کورونا وائرس کی علامات میں شامل ہیں:

- مسلسل کھانسی
- تیز درجہ حرارت، بخار یا سردی لگنا
- آپ کے سونگھنے یا چکھنے کی عام حس کا ختم ہونا، یا اس میں تبدیلی
- سانس کی تنگی
- ناقابل وضاحت تھکاوٹ، توانائی کی کمی
- پٹھوں میں درد یا ورزش کی وجہ سے نہ ہونے والے درد
- کھانے کی خواہش نہ ہونا یا بھوک نہ لگنا
- غیر معمولی یا معمول سے زیادہ دیر تک رہنے والا سر درد
- گلے میں خراش، بند یا بہتی ہوئی ناک
- اسہال
- قے کرنا یا جی متلانا

How to help your symptoms

Do:

اپنی علامات پر کس طرح قابو پائیں

یہ کریں:

• drink fluids like water to keep yourself hydrated • get plenty of rest • wear loose, comfortable clothing – don’t try to make yourself too cold • take over-the-counter medications like paracetamol – always follow the manufacturer’s instructions Antibiotics will not relieve your symptoms or speed up your recovery. You might continue to have a cough or feel tired after your other symptoms have improved. This does not mean that you're still infectious.	• خود کو آبیدہ رکھنے کے لیے پانی جیسے سیال پئیں • کافی آرام کریں • ڈھیلے ڈھالے، آرام دہ کپڑے پہنیں - خود کو زیادہ ٹھنڈا رکھنے کی کوشش نہ کریں • بغیر نسخے والی دوائیں جیسے پیراسیٹامول لیں - ہمیشہ صنعت کار کی ہدایات پر عمل کریں اینٹی بایوٹکس آپ کی علامات کو ٹھیک نہیں کریں گی اور نہ ہی آپ کی بحالی کے عمل کو تیز کریں گی۔ آپ کی دیگر علامات میں بہتری کے باوجود آپ کی کھانسی جاری رہ سکتی ہے یا آپ کو تھکاوٹ محسوس ہو سکتی ہے۔ اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ آپ ابھی بھی متاثر کرنے والے ہیں۔
Speak to your GP if: • your symptoms worsen • you're concerned about your symptoms • you have symptoms that you can no longer manage at home • you're worried about your child, especially if they're under 2 years If your GP is closed, phone 111. In an emergency phone 999.	**اپنی GP سے بات کریں اگر:** • آپ کی علامات بدتر ہو جاتی ہیں • آپ اپنی علامات کے بارے میں فکر مند ہیں • آپ میں ایسی علامات ہیں جنھیں آپ گھر پر مزید منظم نہیں کر سکتے • آپ اپنے بچے کے بارے میں فکرمند ہیں، خاص طور پر اگر اس کی عمر 2 سال سے کم ہے اگر آپ کی GP بند ہے، تو 111 پر فون کریں۔ ایمرجنسی میں 999 پر فون کریں۔

People at higher risk of becoming seriously unwell from a respiratory infection, including coronavirus

People who are at higher risk from coronavirus and other respiratory infections include:

- older people
- those who are pregnant
- those who are unvaccinated
- people of any age whose immune system means they're at higher risk of serious illness
- people of any age with certain long-term conditions

The risk of becoming seriously unwell from coronavirus and other respiratory infections is very low for most children and young people.

Some children aged under 2 years, especially those with a heart condition or born prematurely, are at increased risk of hospitalisation from respiratory syncytial virus (RSV).

کورونا وائرس سمیت، سانس کے انفیکشن سے سنگین طور پر بیمار ہونے کے زیادہ خطرے والے لوگ

جن لوگوں کو کورونا وائرس اور سانس کے دیگر انفیکشن ہونے کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے ان میں شامل ہیں:

- بزرگ افراد
- حاملہ خواتین
- وہ لوگ جنھوں نے ویکسین نہیں لی ہے
- کسی بھی عمر کے لوگ جن کے مدافعتی نظام کا مطلب ہے کہ انھیں سنگین بیماری کا زیادہ خطرہ ہے
- بعض طویل مدتی حالتوں میں مبتلا کسی بھی عمر کے افراد

زیادہ تر بچوں اور نوجوانوں کے لیے کورونا وائرس اور دیگر سانس کے انفیکشن سے شدید بیمار ہونے کا خطرہ بہت کم ہے۔

2 سال سے کم عمر کے کچھ بچے، خاص طور پر جو دل کی بیماری میں مبتلا ہیں یا قبل از وقت پیدا ہوئے ہیں، تنفسی سنسیشیئل وائرس (RSV) کی وجہ سے ہسپتال میں داخل ہونے کے زیادہ خطرے میں ہیں۔

Testing

Most people in Scotland no longer need to test for coronavirus.

ٹیسٹنگ (جانچ)

سکاٹ لینڈ میں اکثر لوگوں کو کورونا وائرس کا ٹیسٹ کرانے کی مزید ضرورت نہیں ہے۔

You can still access testing if:

- you work in NHS health or social care settings
- you have a health condition which means you're eligible for new coronavirus treatments
- you're going into hospital for surgery or a procedure
- you're visiting a hospital or care home
- you're an unpaid carer
- you're applying for the self-isolation support grant

An unpaid carer is someone providing face-to-face care to someone due to a disability, long-term health condition or old age.

If you're a health and social care worker, you should access testing through your organisation.

If you're going into hospital, you should access testing through that service.

Anyone else who is eligible for testing can order tests online or by phoning 119.

If you have received a positive test result and have been self-isolating, you do not need to continue with any further testing unless you have been advised to do so by a health professional.

آپ ابھی بھی ٹیسٹنگ تک رسائی کر سکتے ہیں اگر:

- آپ NHS ہیلتھ صحت یا سماجی دیکھ بھال کی سیٹنگ میں کام کرتے ہیں
- آپ کو کوئی صحت کی بیماری ہے جس کا مطلب ہے آپ نئے کورونا وائرس کے علاج کے لیے اہل ہیں
- آپ سرجری یا کسی طریقہ کار کے لیے ہسپتال جا رہے ہیں
- آپ کسی ہسپتال یاکیئر ہوم میں ملاقات کے لیے جا رہے ہیں
- آپ ایک بلا معاوضہ دیکھ بھال کرنے والے ہیں
- آپ خود علیحدگی سپورٹ گرانٹ (self-isolation support grant) کے لیے درخواست کر رہے ہیں

ایک بلا معاوضہ دیکھ بھال کرنے والا وہ ہوتا ہے جو کسی معذوری، طویل مدتی صحت کی حالت یا بڑھاپے کی وجہ سے کسی کو رو برو دیکھ بھال فراہم کرتا ہے۔

اگر آپ صحت اور سماجی دیکھ بھال کے کارکن ہیں، تو آپ کو اپنی تنظیم کے ذریعے ٹیسٹنگ تک رسائی حاصل کرنی چاہیے۔

اگر آپ ہسپتال جا رہے ہیں، تو آپ کو اس سروس کے ذریعے ٹیسٹنگ تک رسائی حاصل کرنی چاہیے۔

ٹیسٹنگ کے لیے اہل کوئی دوسرا شخص آن لائن یا 119 پر فون کرکے ٹیسٹ کا آرڈر کر سکتا ہے۔

اگر آپ کو ٹیسٹ کا مثبت نتیجہ موصول ہوا ہے اور آپ خود علیحدگی اختیار کرتے رہے ہیں، تو آپ کو مزید جانچ جاری رکھنے کی ضرورت نہیں ہے جب تک کہ آپ کو صحت کے کسی پیشہ ور ماہر کے ذریعہ ایسا کرنے کا مشورہ نہ دیا جائے۔

You do not need to have a negative test result to end self-isolation, follow the stay at home advice. Order tests online if you're eligible	خود علیحدگی ختم کرنے کے لیے آپ کو ٹیسٹ کے منفی نتیجے کی ضرورت نہیں ہے، گھر میں رہنے کے مشورے پر عمل کریں۔ اگر آپ اہل ہیں تو آن لائن ٹیسٹس آرڈر کریں
Stay at home advice There are things you can do to reduce the spread of infection if you have symptoms, have tested positive, or are a close contact. If you aren't eligible for testing and you have symptoms of a respiratory infection such as coronavirus and have a high temperature or do not feel well enough to go to work or carry out normal activities, stay at home and avoid contact with other people. Do this until you no longer have a high temperature (if you had one) or until you feel better. If you have a positive coronavirus test result, stay at home and avoid contact with other people for 5 days after the day you took your test, or from the day your symptoms started (whichever was earlier). You should count the day after you took the test as day 1. If a child or young person aged 18 or under has a positive coronavirus test result, they should stay at home and avoid contact with other people for 3 days after the day they took the test or from the day their symptoms started (whichever was earliest), if they	**گھر پر رہنے کا مشورہ** اگر آپ میں علامات موجود ہیں، ٹیسٹ مثبت آیا ہے، یا ایک قریبی رابطہ ہیں تو کچھ ایسی چیزیں ہیں جو آپ انفیکشن کے پھیلاؤ کو کم کرنے کے لیے کر سکتے ہیں۔ اگر آپ ٹیسٹنگ کے اہل نہیں ہیں اور آپ میں سانس کے انفیکشن جیسے کورونا وائرس کی علامات ہیں اور آپ کا درجہ حرارت زیادہ ہے یا آپ کام پر جانے یا معمول کی سرگرمیاں انجام دینے کے لیے کافی بہتر محسوس نہیں کرتے ہیں، تو گھر پر رہیں اور دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے سے گریز کریں۔ ایسا اس وقت تک کریں تاوقتیکہ آپ کا درجہ حرارت زیادہ نہ ہو (اگر آپ کو پہلے تھا) یا جب تک آپ بہتر محسوس نہ کریں۔ اگر آپ کے کورونا وائرس ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آتا ہے، تو گھر پر رہیں اور اپنا ٹیسٹ کرانے، یا اپنی علامات شروع ہونے کے بعد سے 5 دنوں تک دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے سے گریز کریں (جو بھی پہلے تھا)۔ آپ کو ٹیسٹ کرنے کے بعد کے دن کو دن 1 کے طور پر شمار کرنا چاہیے۔ اگر کسی بچے یا 18 سال کے نوجوان کا کورونا وائرس ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آتا ہے، تو انھیں گھر پر ہی رہنا چاہیے اور ٹیسٹ کرانے کے دن یا ان کی علامات شروع ہونے والے دن (جو بھی پہلے ہو) کے بعد سے 3 دنوں تک اگر ممکن ہو، تو دوسرے لوگوں کے ساتھ رابطے سے گریز کرنا چاہیے۔ بالغوں کے مقابلے میں بچےاور نوجوان کم وقت کےلیے متاثر کرنے والے ہوتے ہیں۔

can. Children and young people tend to be infectious for less time than adults.	
If you've had a positive test result, and have completed 5 days of self-isolation Although many people will no longer be infectious to others after 5 days, some people may be infectious to other people for up to 10 days from the start of their infection. If you have a high temperature or still feel unwell after the 5 days, you should follow this advice until you feel well enough to resume normal activities and you no longer have a high temperature (if you had one). You should avoid meeting people at higher risk of becoming seriously unwell from coronavirus, especially those whose immune system means that they are at higher risk of serious illness from coronavirus for 10 days after the day you took your test.	**اگر آپ کے ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آیا ہے، اور آپ نے خود علیحدگی کے 5 دن مکمل کر لیے ہیں** اگرچہ بہت سے لوگ 5 دنوں کے بعد دوسروں کے لیے متعدی نہیں رہیں گے، لیکن کچھ لوگ اپنے انفیکشن کے آغاز سے 10 دنوں تک دوسرے لوگوں کے لیے متعدی ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ کا درجہ حرارت زیادہ ہے یا 5 دنوں کے بعد بھی بیمار محسوس کرتے ہیں، تو آپ کو اس وقت تک اس مشورے پر عمل کرنا چاہیے جب تک کہ آپ معمول کی سرگرمیاں دوبارہ شروع کرنے کے لیے کافی بہتر محسوس نہ کریں اور آپ کا درجہ حرارت زیادہ نہ ہو (اگر پہلے تھا)۔ آپ کو اپنا ٹیسٹ کرنے کے بعد کے دن سے 10 دنوں تک ایسے لوگوں سے ملنے سے گریز کرنا چاہیے جنھیں کورونا وائرس سے شدید بیمار ہونے کا زیادہ خطرہ ہے، خاص طور پر ایسے افراد جن کے مدافعتی نظام کا مطلب ہے کہ انھیں کورونا وائرس سے سنگین بیماری کا زیادہ خطرہ لاحق ہے۔
How to reduce the spread of infection Do: • work from home if you can – if you can't, talk to your employer about your options	**انفیکشن کے پھیلاؤ کو کم کرنے کا طریقہ** یہ کریں: • اگر آپ کر سکتے ہیں تو گھر سے کام کریں – اگر نہیں کر سکتے، تو اپنے اختیارات کے بارے میں اپنے آجر سے بات کریں • اگر آپ کو ذاتی طور پر کسی طبی یا دانتوں کے اپائنٹیمنٹ میں شرکت کرنے کے لیے کہا گیا ہے، تو انھیں اپنی علامات یا مثبت ٹیسٹ کے بارے میں بتائیں

- if you've been asked to attend a medical or dental appointment in person, tell them about your symptoms or positive test
- ask friends, family or neighbours to get food and other essentials for you, if you wish
- keep your distance from the people you live with if you can
- ventilate rooms you have been in by opening windows and leaving them open for at least 10 minutes after you have left the room
- wear a well-fitting face covering made with multiple layers or a surgical face mask if you do leave home or in shared areas in your home, especially if you live with someone with a weakened immune system
- regularly clean frequently touched surfaces, such as door handles and remote controls, and shared areas such as kitchens and bathrooms
- if you do leave home, exercise outdoors in places where you will not have close contact with other people
- cover your mouth and nose when you cough or sneeze
- wash your hands regularly with soap and water for 20 seconds or use hand sanitiser after coughing, sneezing, blowing your nose, and before you eat or handle food

- اگر آپ چاہیں، تو دوستوں، اہل خانہ یا پڑوسیوں سے اپنے لیے کھانا اور دیگر ضروری اشیا لانے کے لیے کہیں
- اگر ممکن ہو تو اپنے ساتھ رہنے والے لوگوں سے اپنا فاصلہ بنا کر رکھیں
- جن کمروں میں آپ گئے ہیں ان کی کھڑکیاں کھول کر اور کمرے سے نکلنے کے بعد کم سے کم 10 منٹ تک انھیں کھلا چھوڑ کر کمروں کو ہوا دار بنائیں
- اگر آپ گھر سے باہر نکلتے ہیں یا اپنے گھر کے مشترکہ علاقوں میں، ایک سے زیادہ تہوں سے بنا ہوا اچھی طرح فٹ ہونے والا فیس کورنگ یا سرجیکل ماسک پہنیں، خاص طور پر اگر آپ کمزور مدافعتی نظام والے کسی فرد کے ساتھ رہتے ہیں
- کثرت سے چھوئی جانے والی سطحوں، جیسے دروازے کے ہینڈل اور ریموٹ کنٹرول، اور مشترکہ جگہوں جیسے کچن (باورچی خانہ) اور باتھ روم (غسل خانہ)کو باقاعدگی سے صاف کریں
- اگر آپ گھر سے باہر نکلتے ہیں، تو گھر سے باہر ایسی جگہوں پر ورزش کریں جہاں دوسرے لوگوں کے ساتھ آپ کا رابطہ نہ ہو
- کھانستے یا چھینکتے وقت اپنے منہ اور ناک کو ڈھانپیں
- کھانسنے، چھینکنے، اپنی ناک صاف کرنے کے بعد اور کھانا کھانے یا سنبھالنے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو باقاعدگی سے صابن اور پانی کے ساتھ 20 سیکنڈ تک دھوئیں یا ہینڈ سینیٹائزر کا استعمال کریں
- جن لوگوں کے ساتھ آپ حال ہی میں رابطے میں رہے ہیں انھیں بتائیں کہ آپ بیمار محسوس کر رہے ہیں یا آپ کا ٹیسٹ مثبت آیا ہے تاکہ وہ علامات سے آگاہ ہو سکیں

- tell people you have recently been in contact with that you're feeling unwell or have tested positive so they can be aware of symptoms
- tell anyone who needs to come into your home that you have symptoms or have tested positive so they can protect themselves

Dont:

- do not have close contact with anyone who is at higher risk, especially individuals with a weakened immune system, if you can avoid it
- do not go to crowded places or anywhere that is enclosed or poorly ventilated if you do leave home
- do not touch your face with unwashed hands, if you can avoid it

- ایسے لوگ جنھیں آپ کے گھر میں آنے کی ضرورت ہوتی ہے انھیں بتائیں کہ آپ میں علامات ہیں یا آپ کا ٹیسٹ مثبت آیا ہے تاکہ وہ اپنی حفاظت کر سکیں

یہ نہ کریں:

- اگر آپ اس سے بچ سکتے ہیں، تو کسی بھی ایسے شخص سے قریبی رابطہ نہ رکھیں جسے زیادہ خطرہ لاحق ہو، خاص طور پر کمزور مدافعتی نظام والے افراد
- اگر آپ گھر سے باہر نکلتے ہیں تو ہجوم والی جگہوں یا بند یا ناقص ہوا داری والی جگہوں پر نہ جائیں
- اگر آپ گریز کر سکتے ہیں، تو بغیر دھلے ہاتھوں سے اپنے چہرے کو نہ چھوئیں

Children and young people aged 18 and under

Respiratory infections are common in children and young people, particularly during the winter months. Symptoms can be caused by several respiratory infections including the common cold, coronavirus and RSV.

18 سال اور اس سے کم عمر کے بچے اور نوجوان

بچوں اور نوجوانوں میں سانس کے انفیکشن عام ہیں، خاص طور پر سردیوں کے مہینوں میں۔ علامات سانس کے متعدد انفیکشن کی وجہ سے ہو سکتی ہیں جن میں عام نزلہ، کورونا وائرس اور RSV شامل ہیں۔

زیادہ تر بچوں اور نوجوانوں کے لیے یہ بیماریاں سنگین نہیں ہوں گی۔ آرام کرنے اور کافی مقدار میں سیال پینے کے بعد وہ جلد صحت یاب ہو جائیں گے۔

For most children and young people, these illnesses will not be serious. They'll soon recover following rest and plenty of fluids. Very few children and young people with respiratory infections become seriously unwell.	سانس کے انفیکشنز والے بہت کم بچے اور نوجوان سنگین طور پر بیمار ہوتے ہیں۔
When to stay at home Children and young people with mild symptoms who are otherwise well, can continue to attend their education setting. Mild symptoms include a runny nose, sore throat, or slight cough. Children and young people who are unwell and have a high temperature should stay at home and avoid contact with other people, where they can. They can go back to school, college or childcare, and resume normal activities when they no longer have a high temperature and they're well enough to attend. It's not recommended that children and young people are tested for coronavirus unless advised to by a healthcare professional. Children and young people who usually go to school, college or childcare and who live with someone who has a positive coronavirus test result should continue to attend as normal.	**گھر پر کب ٹھہریں** ہلکی علامات والے بچے اور نوجوان جو ویسے ٹھیک ہیں، وہ اپنی تعلیمی ترتیب میں شرکت جاری رکھ سکتے ہیں۔ ہلکی علامات میں ناک بہنا، گلے میں خراش، یا ہلکی کھانسی شامل ہیں۔ وہ بچے اور نوجوان جو بیمار ہیں اور ان کا درجہ حرارت زیادہ ہے انھیں گھر پر ہی رہنا چاہیے اور جہاں تک ہو سکے، دوسرے لوگوں سے رابطہ کرنے سے گریز کرنا چاہیے۔ جب ان کا درجہ حرارت زیادہ نہ ہو اور وہ شرکت کرنے کے لیے کافی ٹھیک ہوں، تو وہ اسکول، کالج یا چائلڈ کیئر میں واپس جا سکتے ہیں، اور معمول کی سرگرمیاں دوبارہ شروع کر سکتے ہیں۔ جب تک کسی صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور ماہر کی طرف سے مشورہ نہ دیا گیا ہو بچوں اور نوجوانوں کا کورونا وائرس ٹیسٹ کرانے کی سفارش نہیں کی جاتی ہے۔ ایسے بچے اور نوجوان جو عام طور پر اسکول، کالج یا چائلڈ کیئر میں جاتے ہیں اور جو کسی ایسے شخص کے ساتھ رہتے ہیں جس کا کورونا وائرس ٹیسٹ کا نتیجہ مثبت آیا ہو، تو انھیں معمول کے مطابق شرکت جاری رکھنی چاہیے۔
Further support **Testing helpline**	**مزید سپورٹ**

If you're eligible for free NHS tests and you cannot place an order online, phone 119. The helpline is free from mobiles and landlines. It's open every day from 7am to 11pm. They have a translation service. SignVideo (a free online British Sign Language interpreter service) is also available. **Self-isolation grant** Support is available if you're a low-income worker and need financial support to isolate or stay at home as advised. Read about the self-isolation support grant	**ٹیسٹنگ ہیلپ لائن** اگر آپ مفت NHS ٹیسٹ کے اہل ہیں اور آپ آن لائن آرڈر نہیں کر سکتے، تو 119 پر فون کریں۔ ہیلپ لائن موبائل اور لینڈ لائن سے مفت ہے۔ یہ روزانہ صبح 7 بجے سے رات 11 بجے تک کھلی ہے۔ ان کے پاس ترجمہ کی سروس موجود ہے۔ SignVideo (ایک مفت آن لائن برٹش اشاراتی زبان ترجمان سروس) بھی دستیاب ہے۔ **خود علیحدگی گرانٹ (Self-isolation grant)** اگر آپ کم آمدنی والے کارکن ہیں اور مشورے کے مطابق الگ تھلگ رہنے یا گھر پر رہنے کے لیے مالی مدد کی ضرورت ہے تو مدد دستیاب ہے۔ خود علیحدگی سپورٹ گرانٹ (self-isolation support grant) کے بارے میں پڑھیں
For more information about coronavirus (COVID-19) in Urdu go to www.nhsinform.scot/translations/languages/urdu/	کورونا وائرس (کووڈ-19) سے متعلق اردو میں مزید معلومات حاصل کرنے کے لیے درج ذیل پر جائیں www.nhsinform.scot/translations/languages/urdu/
15 July 2022	15 جولائی 2022