

# NEW RULES ON STAYING AT HOME AND AWAY FROM OTHERS

The single most important action we can all take, in fighting coronavirus, is to stay at home in order to protect the NHS and save lives.

When we reduce our day-to-day contact with other people, we will reduce the spread of the infection. That is why the government is now (23 March 2020) introducing three new measures.

1. Requiring people to stay at home, except for very limited purposes
2. Closing non-essential shops and community spaces
3. Stopping all gatherings of more than two people in public

Every citizen must comply with these new measures. The relevant authorities, including the police, will be given the powers to enforce them – including through fines and dispersing gatherings.

These measures are effective immediately. The Government will look again at these measures in three weeks, and relax them if the evidence shows this is possible.

## 1. STAYING AT HOME

You should only leave the house for one of four reasons.

- **Shopping for basic necessities**, for example food and medicine, which must be as infrequent as possible.
- **One form of exercise a day**, for example a run, walk, or cycle - alone or with members of your household.
- **Any medical need**, or to provide care or to help a vulnerable person.
- **Travelling to and from work**, but only where this absolutely cannot be done from home.

These four reasons are exceptions - even when doing these activities, you should be minimising time spent outside of the home and ensuring you are 2 metres apart from anyone outside of your household.

These measures must be followed by everyone. Separate advice is available for individuals or households who are isolating, and for the most vulnerable who need to be shielded.

If you work in a critical sector outlined in this guidance, or your child has been identified as vulnerable, you can continue to take your children to school. Where parents do not live in the same household, children under 18 can be moved between their parents' homes

## 2. CLOSING NON-ESSENTIAL SHOPS AND PUBLIC SPACES

Last week, the Government ordered certain businesses - including pubs, cinemas and theatres - to close.

The Government is now extending this requirement to a further set of businesses and other venues, including:

- **all non-essential retail stores** - this will include clothing and electronics stores; hair, beauty and nail salons; and outdoor and indoor markets, excluding food markets.
- **libraries, community centres, and youth centres.**
- **indoor and outdoor leisure facilities** such as bowling alleys, arcades and soft play facilities.
- **communal places within parks**, such as playgrounds, sports courts and outdoor gyms.
- **places of worship**, except for funerals attended by immediate families.

- **hotels, hostels, bed and breakfasts, campsites, caravan parks, and boarding houses** for commercial/leisure use (excluding permanent residents and key workers).

More detailed information can be found here, including a full list of those businesses and other venues that must close. Businesses and other venues not on this list may remain open.

### **3. STOPPING PUBLIC GATHERINGS**

To make sure people are staying at home and apart from each other, the Government is also **stopping all public gatherings of more than two people.**

There are only two exceptions to this rule:

- **where the gathering is of a group of people who live together** - this means that a parent can, for example, take their children to the shops if there is no option to leave them at home.
- **where the gathering is essential for work purposes** - but workers should be trying to minimise all meetings and other gatherings in the workplace.

In addition, the Government is stopping social events, including weddings, baptisms and other religious ceremonies. This will exclude funerals, which can be attended by immediate family.

### **DELIVERING THESE NEW MEASURES**

These measures will reduce our day to day contact with other people. They are a vital part of our efforts to reduce the rate of transmission of coronavirus.

Every citizen is instructed to comply with these new measures.

The Government will therefore be ensuring the police and other relevant authorities have the powers to enforce them, including through fines and dispersing gatherings where people do not comply.

They will initially last for the three weeks from 23 March, at which point the Government will look at them again and relax them if the evidence shows this is possible.

### **Vietnamese**

## **Những Điều Luật Mới Về ở Trong Nhà và Tránh Xa Người Khác**

Một hành động quan trọng duy nhất chúng ta có thể làm, chống lại coronavirus, là ở trong nhà để bảo vệ Dịch Vụ Y Tế Quốc Gia và cứu mạng sống.

Khi chúng ta giảm sự tiếp xúc hàng ngày với những người khác, chúng ta sẽ giảm sự lây nhiễm. Do đó, tại sao chính phủ bây giờ (23/3/2020) tuyên bố 3 biện pháp.

- 1. Yêu cầu mọi người ở trong nhà, ngoại trừ cho những mục đích hạn chế**
- 2. Đóng cửa tất cả những hàng quán không cần thiết và các trung tâm cộng đồng**
- 3. Ngưng tụ tập từ 2 người trở lên ở các nơi công cộng**

Tất cả mọi công dân phải chấp hành những biện pháp mới này. Các nhà chức trách có liên quan, kể cả cảnh sát, sẽ được quyền thi hành, bao gồm cả phạt và giải tán tụ tập đám đông.

Những biện pháp mới này sẽ có tác dụng tức thời. Chính phủ sẽ tái duyệt lại những biện pháp mới này trong vòng 3 tuần và sẽ thư giãn nó nếu có bằng chứng rằng có thể áp dụng được.

## 1. Ở TRONG NHÀ

Bạn chỉ có thể rời khỏi nhà với một trong những 4 lý do sau đây.

- **Đi mua sắm vật dụng cần thiết cơ bản**, đi mua sắm những vật dụng cần thiết cơ bản, ví dụ như thức ăn, thuốc tây, mà không phải đi thường xuyên.
- **Một cách tập thể dục cho một ngày**, ví dụ như chạy bộ, đi bộ hoặc chạy xe đạp, đi một mình hoặc với những thân trong nhà của mình.
- **Những nhu cầu y tế**, hoặc cung cấp chăm sóc hay giúp đỡ cho những ai trong diện yếu đuối.
- **Đi và về từ chỗ làm việc** nhưng chỉ khi nào rất cần thiết mà không thể làm việc tại nhà được.

Bốn lý do này là nằm trong trường hợp ngoại lệ - ngay cả khi có những hoạt động này, bạn cần phải giảm tối thiểu thời gian ở ngoài nhà và bảo đảm rằng bạn phải cách xa 2 mét với những người khác mà họ không phải là người thân trong nhà của mình.

Những biện pháp này cần phải chấp hành bởi tất cả mọi người. Tư vấn cách ly cho từng cá nhân hoặc từng hộ gia đình có phổ biến rộng rãi và cho những ai trong diện yếu đuối cần phải được che chở.

Nếu bạn làm việc cho những cơ quan chủ yếu nằm trong sự hướng dẫn, hoặc con cái của bạn được nhận diện thuộc yếu đuối, bạn có thể tiếp tục đưa con cái của mình đến trường. Những phụ huynh nào không sống chung trong một hộ, trẻ con dưới 18 tuổi có thể di chuyển giữa hai nhà của cha mẹ.

## 2. ĐÓNG CỬA CÁC CỬA HÀNG BUÔN BÁN KHÔNG CẦN THIẾT VÀ CÁC NƠI CÔNG CỘNG

Tuần vừa qua, chính phủ ban hành lệnh cho một số những doanh nhân, bao gồm cả quán rượu, rạp chiếu phim và hí viện đóng cửa.

Chính phủ bây giờ nói rộng lệnh này thêm cho một số doanh nhân và các nơi khác, bao gồm:

- **Tất cả những cửa hàng bán lẻ không cần thiết** - Điều này sẽ bao gồm các cửa hàng bán quần áo, tiệm điện; hót tóc, thẩm mỹ và làm móng tay; trong và ngoài chợ trời, ngoại trừ chợ bán thực phẩm
- **Thư viện, trung tâm cộng đồng và trung tâm sinh hoạt thanh thiếu niên**
- **Những trung tâm giải trí** như sân chơi bowling, nơi tiêu khiển và chơi trò chơi.
- **Những nơi công cộng trong công viên** như sân chơi, sân chơi thể thao và nơi tập thể dục ngoài trời
- **Những nơi cầu nguyện**, ngoại trừ ma tang mà cần tham dự bởi những người thân thuộc trong gia đình
- **Khách sạn, nhà tạm trú, nhà nghỉ trọ, khu cắm trại, công viên đậu xe caravan và các nhà tạm trú** cho thương mại/ giải trí sử dụng (ngoại trừ những thường trú nhân và nhân viên chủ yếu).

Nhiều chi tiết hơn có thể tìm thấy ở nơi đây, bao gồm một danh sách đầy đủ những doanh nghiệp và các nơi cần phải đóng cửa. Những doanh nghiệp và những nơi mà không nằm trong danh sách liệt kê có thể được tiếp tục mở cửa.

## 3. NGỪNG CÔNG CHÚNG TỤ TẬP

Để bảo đảm người dân ở trong nhà và tránh xa với nhau, chính phủ cũng đã **ngăn cấm công chúng tụ tập từ hai người trở lên**.

Chỉ có hai trường hợp ngoại lệ cho lệnh này:

- **Những nơi tụ tập của nhóm người đang sống chung với nhau** – Có nghĩa rằng phụ huynh có thể ví dụ như đưa đón trẻ con đi mua sắm mà không có sự chọn lựa nào khác để chúng nó ở nhà một mình.
- **Tụ tập cần thiết để làm việc chung với nhau** – nhưng công nhân cần phải giảm tối thiểu tất cả những buổi họp và những cách tụ tập khác.

Thêm vào đó, chính phủ đang ngăn cấm tất cả những sinh hoạt xã hội, bao gồm cả đám cưới, lễ rửa tội, và những lễ hội tôn giáo. Nhưng điều này ngoại lệ cho đám ma, mà thân nhân ruột thịt có thể tụ tập tham gia.

## THỰC THI NHỮNG BIỆN PHÁP MỚI

Những biện pháp mới sẽ làm giảm sự tiếp xúc hàng ngày của chúng ta với người khác. Điều này là một phần quan trọng trong sự nỗ lực của chúng ta để giảm mức lây lan của coronavirus.

Mỗi một người công dân được chỉ thị phải chấp hành với những biện pháp mới này.

Chính vì thế nên chính phủ sẽ bảo đảm lực lượng cảnh sát và các cơ quan khác có thẩm quyền để áp dụng lệnh mới, bao gồm cả phạt và giải tán tụ tập ở nơi công cộng trên 2 người.

Các biện pháp mới sẽ khởi đầu cho 3 tuần lễ, kể từ 23/03/2020, sau đó chính phủ sẽ tái duyệt xét lại và sẽ có thể thư giãn nếu chứng cứ cho phép có thể làm được.

## Chinese

### 待在家裡和遠離他人的新規定

在抗擊冠狀病毒 - Covid-19 方面，我們所有人能採取最重要的行動就是待在家裡以保護國民保健制度 - NHS，並挽救生命。

當我們減少與他人的日常接觸時，我們將減少冠狀病毒感染的傳播。這就是政府（2020年3月23日）推出三項新措施的原因。

1. 要求人們待在家裡，除非出於非常有限的目的
2. 關閉不必要的商店和社區空間
3. 禁止在公共場所舉行超過兩個人的所有聚會

每個公民都必須遵守這些新措施。有關當局包括警察在內將有權執行這些命令，包括罰款和驅散聚會。

這些措施立即生效。政府將在三週內再次評估效果，一旦情況有所改善，也可能放寬這些措施。

#### 1. 待在家裡

您只能於以下四個原因之一離開家。

- **購買基本必需品**，例如食品和藥品，這些必需品必須盡可能少見。
- **每天或與家人一起進行的一種鍛煉形式**，例如奔跑，散步或騎自行車。
- **任何醫療需要**，或提供護理或照顧病弱殘疾者。
- **往返工作場所**，但僅在絕對不能在家完成的情況。

這四個原因是個例外 – 即使在進行這些活動時，您也應盡量減少在家外多花費時間，並確保與家庭外的任何人保持相距2米。

每個人都必須遵循這些措施。對於需要居家隔離的個人或家庭以及需要保護的最弱勢群體，另有可供參閱指南。

如果您在本指南中概述的關鍵部門工作，或者您的孩子被確定為弱勢群體，則可以繼續帶孩子上學。如果父母不住在同一個家庭，則18歲以下的孩子可以在父母的住所之間轉移。

## 2. 關閉不必要的商店和公共場所

上週，政府下令關閉某些業務，包括酒吧，電影院和歌劇院。

政府現將此要求擴展到其他企業和其他場所，包括：

- **所有非必需的零售商店** – 這將包括服裝和電子產品商店、美髮、美容和美甲沙龍和室內外市場，但不包括食品市場。
- **圖書館、社區中心和青少年中心。**
- **室內和室外休閒設施**，例如保齡球館、電子遊樂場和軟式遊樂設施。
- **公園內的公共場所**，例如游樂場、運動場和室外健身房。
- **宗教場所**，直系親屬參加的葬禮除外。
- **酒店、招待所、住宿加早餐旅館、露營地、旅行車停車場和商業和休閒用途供膳宿的私人住宅**（不包括永久居民和主要工人）。

## 3. 停止公共聚會

為了確保人們留在家裡並且彼此保距離，政府還停止了超過兩個人的所有公共聚會。

此規則只有兩個例外：

- **聚集在一起的一群人一起居住的地方** – 這意味著，如果沒有其他選擇，父母可以帶孩子去商店。
- **聚會對於工作目的不可少的地方** – 但是員工應該設法減少工作場所的所有會議和其他聚會。

此外，政府也要求停止各種社交活動，包括婚禮、洗禮和其他宗教儀式。這不包括葬禮，只有直系親屬可以參加。

### 這些新措施的履行

這些措施將減少我們與他人的日常接觸。它們是我們減少冠狀病毒傳播速度重要的組成部分。

### 每個公民都要遵守這些新措施。

政府將確保警察和其他有關當局有權力執行它們，包括通過罰款和驅散不遵守集會的人。

這些新措施將從2020年3月23日起持續三個星期，屆時政府將再次評估效果，一旦情況有所改善，也可能放寬這些措施。

