|  |
| --- |
| **Wearing a face covering** |
| **ماسک اچول** |
| * Anyone travelling by bus, train, ferry or plane in England should now wear a face covering to help reduce the risk of coronavirus transmission. |
| * هرڅوک چې په انګلینډ کې د بس، ریل، بېړۍ یا الوتکې له لارې سفر کوي باید د مخ ماسک واچوي ترڅو د کورونا ویرس د انتقال په خطر کمولو کې مرسته وکړي. |
| * You must also wear a face covering in shops and should do so in other enclosed spaces where it is not possible to stay two metres apart from other people. |
| * تاسو باید په دوکانونو او همداراز په نورو بندو ځایونو کې چیرته چې د نورو خلکو څخه دوه متره لرې پاتي کیدل امکان نلري ماسک واچوئ یا مخ وپوښئ. |
| * Some passengers will be exempt from these rules including: |
| * ځینې مسافر د دغه شرایطو څخه مستثنا دي: |
| * Children under 11 |
| * د 11 کالو څخه کم عمر لرونکي ماشومان |
| * People with disabilities |
| * معیوبین او معلولین |
| * Those with breathing difficulties |
| * هغه کسان چې تنفسي مشکلات لري |
| * Anyone travelling with someone who relies on lip reading |
| * هغه کسان چې د ګنګیانو سره سفر کوي |
| * If it is "reasonably necessary" for you to eat or drink you can remove the face covering to do so. |
| * که خوراک یا څښاک "معقول او اړین وي" تاسو کولی شئ ماسک لري کړئ. |
| * People could be refused travel if they don't follow the rules. They could also be fined, but this will be the last resort. |
| * که له شرایطو سرغړونه وشي، شاید د سفر اجازه ورنکړل شي. هغوې شاید جریمه شي، خو دا به تر ټولو وروستۍ انتخاب وي. |
|  |
| **How to put on a face covering** |
| **ماسک یا مخ پوښ باید څنګه واچوو** |
| * A cloth face covering should cover your mouth and nose while allowing you to breathe comfortably. |
| * داسې ماسک یا ټوکر چې باید ستاسو خوله او پوزه پکې پټه وي، او تاسې په آسانه تنفس واخستلی شئ. |
| * It can be as simple as a scarf or bandana that ties behind the head. |
| * دا یو پوز پیچ یا د غاړې دستمال هم کیدلی شي کوم چې تر سټ تړل کیږي. |
| * Wash your hands or use hand sanitiser before putting it on and after taking it off. |
| * د ماسک د اچولو او لری کولو مخکې او وروسته خپل لاسونه وویځئ یا سنیټایزر وکاروئ. |
| * Avoid touching your eyes, nose, or mouth at all times. |
| * په هر حال کې د خپلې پوزې، خولې او سترګو د لمس کولو څخه ډډه وکړئ. |
| * Store used face coverings in a plastic bag until you have an opportunity to wash or dispose of them. |
| * کارول شوي ماسکونه یا مخ پوښونه په پلاستيکي کڅوړه کې واچوئ ترڅو چې يي د مینځلو یا په کثافت دانۍ کې د غورځولو فرصت په لاس درځې. |
| * You should wash a face covering regularly. |
| * خپل ماسک یا مخ پوښ وخت په وخت ووینځئ. |
| * Do not touch the front of the face covering, or the part of the face covering that has been in contact with your mouth and nose. |
| * د ماسک یا پوز پیچ مخ طرف مه لمس کوئ، یا هغه برخه چې تاسو يي د پوزې او خولې طرف تړۍ مه لمس کوئ. |
| * Once removed, make sure you clean any surfaces the face covering has touched. |
| * کله چې ماسک یا پوز پیچ لري کړئ، باید هغه سطحې یا اړخونه يي پاک کړئ چې شاید ککړ شوي وی. |
| * For more information, please visit [www.gov.uk](http://www.gov.uk) |
| * د زیاتو معلوماتو لپاره ویب سایټ ته ولاړ شئ [www.gov.uk](http://www.gov.uk) |