ਅਧਿਐਨ ਸੰਪਰਕ (ਇੰਗਲੈਂਡ): IQVIA **0800 085 6807**
ਅਧਿਐਨ ਸੰਪਰਕ (ਵੇਲਜ਼): IQVIA **0800 917 9323**
ਅਧਿਐਨ ਸੰਪਰਕ (ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ): IQVIA **0800 917 5825**
ਅਧਿਐਨ ਸੰਪਰਕ (ਸਕਾਟਲੈਂਡ): IQVIA **0800 917 5824**

ਕੋਵਿਡ-19 ਲਾਗ ਦਾ ਸਰਵੇਖਣ

ਪਿੱਛਲੇ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਦੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਸੰਕਰਮਣ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੇ ਦੇਸ਼ ਵਿਆਪੀ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਓ। **ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਦੀ ਅਗਵਾਈ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ, ਤਾਂ ਜੋ ਅਸੀ ਸਾਰੇ ਸਧਾਰਣ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕੀਏ।**

ਸਰਵੇਖਣ ਕਿਸ ਬਾਰੇ ਹੈ?

- ਸਰਵੇਖਣ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੈ, ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ।
- ਅਪ੍ਰੈਲ 2020 ਤੋਂ, ਔਫਿਸ ਫੌਰ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੈਟਿਸਟਿਕਸ ਅਤੇ ਯੂਨੀਵਰਸਿਟੀ ਔਫ ਔਕਸਫੋਰਡ ਯੂਕੇ ਦੀ ਸਰਕਾਰ ਤਰਫੋਂ ਇਹ ਸਰਵੇਖਣ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਕਿਉਂ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ?

- ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਵਿਰੁੱਧ ਚੱਲ ਰਹੀ ਲੜਾਈ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਰਗੇ ਘਰਾਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲ COVID-19 ਲਾਗ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਸਕੋ।
- ਅਸੀ ਸਿਰਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਨਹੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਹੋਣ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਖੰਘ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਈ ਵਾਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਵੀ ਵਾਇਰਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਇਸ ਅਧਿਐਨ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਚੋਣ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜੋ ਤੁਸੀ ਸਾਨੂੰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਅਧਿਐਨ ਸੰਖੇਪ
ਕੋਵਿਡ -19 ਲਾਗ ਸਰਵੇਖਣ | **ਸੰਸਕਰਣ 6.0 ਮਿਤੀ:** 20 ਨਵੰਬਰ 2020.
ਨੈਤਕਿਤਾ ਹਵਾਲਾ 20/SC/0195 | **ਆਈਆਰਏਐਸ (IRAS) ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਆਈਡੀ:** 283248
ਮੁੱਖ ਪੜਤਾਲ ਅਧਿਕਾਰੀ: ਪ੍ਰੋਫੈਸਰ ਐਨ ਸੈਰਾਹ ਵੌਕਰ

ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ?

- **ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭਾਗ ਲੈਣ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ (ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਾਗਜ਼ ਦੇ ਦੂਜੇ ਪਾਸੇ ਵੇਖੋ)**, ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

- ਇਸ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੇ, ਸਰਵੇਖਣ ਟੀਮ ਦਾ ਇੱਕ ਸਦੱਸ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਵੇਗਾ। ਉਹ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਰੇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਪੁੱਛਣਗੇ ਜੋ ਇਸ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ।

- ਜੋ ਲੋਕ 12 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਹਨ ਉਹ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲੇ ਅਤੇ ਨੱਕ ਦਾ ਸਵੌਬ ਲੈਣਾ ਦਖਾਉਣਗੇ ਤਾਂ ਜੋ ਵਾਇਰਸ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕੇ। ਸਵੌਬ ਇੱਕ ਤੀਲੇ ਤੇ ਨਰਮ ਜਹਿਾ ਸਪੰਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਦ ਨਹੀ ਕਰਦਾ। ਮਾਪੇ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

- ਸਰਵੇਖਣ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਨਹੀ ਹੋਵੇਗੀ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਢੁਕਵੀ ਪੀਪੀਈ (PPE) ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹ ਸਮਾਜਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖੇਣਗੇ।

- ਅਸੀ ਚਾਹਾਂਗੇ ਕ ਿਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਇਸ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਜਾਂ ਤਾਂ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਜਾਂ 12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਨੂੰ ਦੁਹਰਾਵੇ।

ਤੁਸੀ ਸਹਮਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ

ੳ) ਸਰਿਫ ਪਹਲਿੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ

ਅ) ਪਹਲਿੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਅਤੇ ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਲਈ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਇਕ ਮੁਲਾਕਾਤ ਵਾਸਤੇ (ਕੁੱਲ ਮਲਿਾ ਕੇ 5 ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ)

ੲ) ਪਹਲਿੀ ਮੁਲਾਕਾਤ, ਇਕ ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਹਰ ਹਫ਼ਤੇ ਇਕ ਮੁਲਾਕਾਤ, ਅਤੇ ਫਰਿ 11 ਮਾਸਕਿ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ (ਕੁੱਲ 1 ਸਾਲ ਵਿਚ 16 ਵਾਰ)

ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਹਲਿੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋਰ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਲਈ ਸਹਮਿਤ ਹੋਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਕਉਿਂ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

- ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਆਿਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਰਹਿਾ ਹੈ। ਸਧਾਰਣ ਜ਼ੰਿਦਗੀ ਵਿਚ ਵਾਪਸੀ ਲਆਿਉਣ ਵਾਸਤੇ, ਅਸੀ ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਹੁੰਗਾਰੇ ਦੇ ਮਾਰਗ ਦਰਸ਼ਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

- ਤੁਹਾਡੇ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਲਾਗਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਤੇਜ਼ ਅਤੇ ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਤਸਵੀਰ ਇਹ ਸੁਨਸ਼ਿਚਤਿ ਕਰਨ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ ਕ ਿਸਥਾਨਕ ਪ੍ਰਤੀਕ੍ਰਆਿਵਾਂ ਢੁਕਵੀਆਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹਨ।

- ਅਗਲੇ ਸਾਲ ਦੌਰਾਨ, ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਪਰਵਿਾਰ ਸਰਵੇਖਣ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣਗੇ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕ ਿਅਸੀ ਦੇਖ ਸਕੀਏ ਕ ਿਇਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅੰਤਰਗਤ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

- ਨਤੀਜੇ ਪਹਲਿਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕ ਿਹਰ ਕੋਈ ਵੇਖ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕ ਿਸਾਨੂੰ ਕੀ ਲੱਭ ਰਹਿਾ ਹੈ **(www.ndm.ox.ac.uk/covid-19/covid-19-infection-survey/results).** । ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਿਾਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਨਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ।

ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਵਿੇਂ ਹੋਣਾ ਹੈ:

ਹਸਿੱਾ ਲੈਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਲਦੀ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਰਜਸਿਟਰ ਹੋਣਾ ਪਵੇਗਾ:

1. ਰਜਸਿਟਰੀਕਰਣ ਟੀਮ ਨੂੰ **0800 085 6807 (ਇੰਗਲੈਂਡ)**, **0800 917 9323 (ਵੇਲਜ਼)**, **0800 917 5825 (ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ)**, **0800 917 5824 (ਸਕਾਟਲੈਂਡ)** ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਸੀ ਟੈਲੀਫੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀ ਹੋ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਸੁਣਵਾਈ ਜਾਂ ਬੋਲਣ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਕਾਰਨ, ਤੁਸੀ **iqvia.covid19survey@nhs.net** ਤੇ ਈਮੇਲ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

2. ਇੱਕ ਵਾਰ ਰਜਸਿਟਰ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ, ਅਗਲੀ ਵਾਰ ਸਾਡੇ ਵੱਲੋਂ ਤੁਸੀ ਸਰਿਫ ਉਦੋਂ ਹੀ ਸੁਣੋਗੇ ਜਦੋਂ ਸਾਡੀ ਸਰਵੇਖਣ ਟੀਮ ਦਾ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ ਜਹਿੜਾ ਕ ਿਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾਬੱਧ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ ਪਹਲਿਾਂ ਹੋਵੇਗਾ। ਜੇ ਇਹ ਸਮਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸੁਵਧਿਾਜਨਕ ਨਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀ ਇਸ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਰਜਸਿਟਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਸੀ ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ ਵਚਿ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਸ਼ਿ ਕਰਾਂਗੇ।

3. ਅਪੌਇੰਟਮੰਟ ਵਾਲੇ ਦਨਿ, ਮੁਲਾਕਾਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਸਰਵੇਖਣ ਟੀਮ ਦਾ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਆਵੇਗਾ। ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਸਰਵੇਖਣ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾ ਬੁਲਾਵੋ।

4. ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਵਜੋਂ, **ਹਰੇਕ ਵਅਿਕਤੀ ਜੋ ਸਰਵੇਖਣ ਪੂਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ £50 ਦਾ ਵਾਊਚਰ ਦੱਤਿਾ ਜਾਵੇਗਾ।**

ਹਸਿੱਾ ਲੈਣ ਲਈ ਮੈਨੂੰ ਕੀ ਮਲਿੇਗਾ?

- ਹਰੇਕ ਵਅਿਕਤੀ ਜੋ ਸਰਵੇਖਣ ਵਚਿ ਹਸਿੱਾ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਪਹਲਿੀ ਘਰੇਲੂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲਈ £50 ਦਾ ਵਾਊਚਰ ਦੱਤਿਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਹਰੇਕ ਅਗਲੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਜੋ ਉਹ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ £25 ਦਾ ਵਾਊਚਰ ਮਲਿੇਗਾ।

ਇਹ ਸਰਿਫ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਹੋਵੇਗਾ ਜੋ ਪੂਰੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ; ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਜੇ ਸਰਵੇਖਣ ਬੰਦ ਕਰ ਦੱਤਿਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਦਾ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਨਹੀ ਮਲਿੇਗਾ ਜੋ ਪੂਰੀਆਂ ਨਹੀ ਹੁੰਦੀਆਂ।

ਮੇਰੇ ਡੇਟੇ ਨਾਲ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

- ਜੋ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਸੀ ਸਾਨੂੰ ਦੰਿਦੇ ਹੋ ਉਹ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਸੁਰੱਖਅਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਰੱਖਆਿ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਸਾਰੇ ਨਮੂਨੇ ਔਫਸਿ ਫੌਰ ਨੈਸ਼ਨਲ ਸਟੈਟਸਿਟਕਿਸ ਅਤੇ ਔਕਸਫੋਰਡ ਯੂਨੀਵਰਸਟਿੀ ਦੀ ਤਰਫੋਂ ਇਕੱਠੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।
- ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਮੂਨਆਿਂ ਦੀ ਸਾਰੀ ਜਾਂਚ ਔਕਸਫੋਰਡ ਯੂਨੀਵਰਸਟਿੀ ਅਤੇ ਨੈਸ਼ਨਲ ਲਾਈਟਹਾਊਸ ਲੈਬਾਰਟਰੀਜ਼ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪੂਰੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਾਰੇ ਟੈਸਟਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸੇ ਜਾਣਗੇ।
- ਸਰਵੇਖਣ ਵੱਚਿ ਸ਼ਾਮਲ ਕੰਪਨੀਆਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਸਰਿਫ ਇਸ ਸਰਵੇਖਣ ਦੇ ਉਦੇਸ਼ ਲਈ ਵਰਤਣਗੀਆਂ - **ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਵਾਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ੀਟ ਵੇਖੋ।**

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਲਾਭਦਾਇਕ ਵੈਬਸਾਈਟਸ:

ਇਸ ਸੰਖੇਪ ਦੇ ਕੁਝ ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਰਵੇਖਣ ਜਾਣਕਾਰੀ **https://www.ons.gov.uk/surveys/informationforhouseholdsandindividuals/householdandindividualsurveys/covid19infectionsurveycis#study-materials-in-other-languages** ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇਸ ਕਤਿਾਬਚੇ ਨਾਲ ਭੇਜੀ ਗਈ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੀ ਵਸਿਤ੍ਰਤਿ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਖੋ, ਜਾਂ **www.ons.gov.uk/cis** ਜਾਂ **www.gov.wales/covidinfectionsurvey** ਤੇ ਜਾਓ

ਜੇ ਤੁਸੀ ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਚਿ ਉਠਾਏ ਗਏ ਕਸਿ ਵੀ ਮੁੱਦਆਿਂ ਤੋ ਪ੍ਰਭਾਵਤਿ ਹੋ ਜਾਂ COVID-19 ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਵੇਖੋ:

- ਕੋਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੀ ਵਆਿਖਆਿ: **coronavirusexplained.ukri.org/en/**
- ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਧ: **www.gov.uk/coronavirus (ਇੰਗਲੈਂਡ), www.gov.wales/coronavirus (ਵੇਲਜ਼), https://www.nidirect.gov.uk/campaigns/coronavirus-covid-19 (ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ), https://www.gov.scot/collections/coronavirus-covid-19-guidance/ (ਸਕਾਟਲੈਂਡ)**
- NHS ਦੀ ਸਲਾਹ: **https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/ (ਇੰਗਲੈਂਡ), www.gov.wales/coronavirus (ਵੇਲਜ), https://www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice (ਉੱਤਰੀ ਆਇਰਲੈਂਡ), https://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19 (ਸਕਾਟਲੈਂਡ)**
- Samaritans - ਹਰੇਕ ਵਾਸਤੇ ਭਾਵਾਤਮਕ ਸਹਾਇਤਾ: **www.samaritans.org**
- Mind - ਮਾਨਸਕਿ ਸਹਿਤ ਸਮੱਸਆਿ ਵਾਲੇ ਕਸਿ ਵੀ ਵਅਿਕਤੀ ਲਈ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ **www.mind.org.uk**