



**ZASOBY I INFORMACJE,
KTÓRE POMOŻĄ CI
PRZETRWAĆ COVID-19**



TESTUJ

ŚLEDŹ

**ZADBAJ
O SIEBIE
I INNYCH**



**W WITRYNIE [TESTANDTRACE.NYC](https://www.testandtrace.nyc.gov)
DOSTĘPNE SĄ DODATKOWE
INFORMACJE NA TEMAT**

- Testów w kierunku COVID-19
- Czasu oczekiwania w ośrodkach wykonujących testy
- Śledzenia kontaktów
- Programu Take Care prowadzonego przez Test & Trace Corps

**ZADZWOŃ POD NUMER
212-COVID19 (212-268-4319)**

Infolinia NYC Test & Trace Corps oferuje informacje o ośrodkach wykonujących testy, kwarantannie, wsparcie w zakresie zdrowia psychicznego itd.

ZASZCZEP SIĘ!

**ABY SIĘ UMÓWIĆ, ODWIEDŹ
WITRYNĘ [VACCINEFINDER.NYC.GOV](https://www.vaccinefinder.nyc.gov)
ALBO ZADZWOŃ POD NUMER
877-VAX-4NYC (877-829-4692).**

Do szczepienia są obecnie uprawnione wszystkie osoby w wieku co najmniej 16 lat, które mieszkają, pracują, uczą się lub studiują w Nowym Jorku.

Szczepionki są **bezpieczne, darmowe i proste.**



**POMÓŻ
POWSTRZYMAĆ
ROZPRZESTRZENIANIE
SIĘ COVID-19**

- ⊕ CZĘSTO POKŁADAJ SIĘ TESTOM, JEŚLI NIE JESTEŚ ZASZCZEPIONY/ZASZCZEPIONA
- ⊕ ODIZOLUJ SIĘ, JEŚLI CZUJESZ SIĘ ŹLE
- ⊕ ZAKRYWAJ TWARZ
- ⊕ ZACHOWUJ ODLEGŁOŚĆ 6 STÓP OD INNYCH
- ⊕ CZĘSTO MYJ RĘCE
- ⊕ UNIKAJ DUŻYCH ZGROMADZEŃ I SPOTKAŃ W ZAMKNIĘTYCH POMIESZCZENIACH
- ⊕ ZASZCZEP SIĘ
- ⊕ ODBIERZ TELEFON OD OSOBY ŚLEDZĄCEJ KONTAKTY

NYC



NYC



DLACZEGO NALEŻY PODDAWAĆ SIĘ TESTOM?

To jedyny sposób, aby uzyskać pewność. **KAŻDA OSOBA, KTÓRA NIE OTRZYMAŁA PEŁNEGO CYKLU SZCZEPIEŃ PRZECIWIW COVID-19**, powinna często poddawać się testom w kierunku COVID-19, nawet jeśli czuje się doskonale. Nie trzeba mieć objawów choroby COVID-19, aby przenosić ją na innych.

PAMIĘTAJ, JEŚLI ODCZUWASZ OBJAWY PRZEZIĘBIENIA LUB GRYPY, NATYCHMIAST PODDAJ SIĘ TESTOWI, NAWET JEŚLI ZOSTAŁEŚ ZASZCZEPIONY/ZASZCZEPIONA!

Testy są bezpieczne, poufne i dostępne bez ponoszenia jakichkolwiek kosztów. Wyniki są zazwyczaj dostępne w ciągu 48 godzin. Aby znaleźć ośrodek wykonujący testy w pobliżu, odwiedź stronę testandtrace.nyc.gov lub zadzwoń pod numer 212-COVID19 (212-268-4319) w celu uzyskania dodatkowych informacji.

JAKIE DOKUMENTY MUSZĘ PRZYNIEŚĆ NA TEST?

Testy są dostępne **bez ponoszenia jakichkolwiek kosztów** we wszystkich placówkach NYC Health + Hospitals oraz Wydziału Zdrowia miasta Nowy Jork, bez względu na status imigracyjny. Chociaż nie jest to wymagane, przynieś w dniu testu następujące dokumenty, jeśli je posiadasz:

- Dowód tożsamości.
- Kartę ubezpieczeniową (abyśmy mogli obciążyć Twoje ubezpieczenie kosztami testu). **Wykonanie testu nie wiąże się z ponoszeniem jakichkolwiek kosztów.**

CO MAM ZROBIĆ W RAZIE UJEMNEGO WYNIKU TESTU?

- Postępuj zgodnie z najlepszymi praktykami dotyczącymi COVID-19: często myj ręce, zasłaniaj twarz, unikaj dużych zgromadzeń i spotkań w zamkniętych pomieszczeniach, zachowuj odległość 6 stóp od innych osób, a jeśli zaczniesz się źle czuć, **NIE CZEKAJ. ODIZOLUJ SIĘ!**
- Nadal często poddawaj się testom, chyba że otrzymałeś/otrzymałaś pełen cykl szczepień przeciw COVID-19.

CO MAM ZROBIĆ W RAZIE DODATNIEGO WYNIKU TESTU?

ODBIERZ TELEFON!

Jeśli wynik testu będzie dodatni, otrzymasz telefon od pracownika contact tracer (osoba śledząca kontakty). Osoba ta będzie z Tobą współpracować, aby zidentyfikować osoby, które mogły zostać przez Ciebie narażone na kontakt z wirusem. Osoba ta skieruje Cię również do bezpłatnych zasobów.

CO MAM ZROBIĆ, JEŚLI KTOŚ W MOIM OTOCZENIU ZACHORUJE NA COVID-19?

Jeśli byłeś/byłaś narażony/narażona na COVID-19, natychmiast poddaj się **TESTOWI** i **ODIZOLUJ SIĘ**. Nawet jeśli wynik testu jest ujemny, musisz izolować się przez 10 dni od ostatniego narażenia na kontakt z osobą zarażoną COVID-19.

ODBIERZ TELEFON, JEŚLI ZADZWONI KTOŚ Z:

- NYC Test & Trace Corps
- NYC COVID Test
- Numeru telefonu zaczynającego się od 212-540-XXXX lub 212-242-XXXX

NIE CZEKAJ. ODIZOLUJ SIĘ! PROGRAM TAKE CARE:

Jeśli zaczniesz czuć się źle, natychmiast się odizoluj. Aby pomóc Ci w tym, **program Take Care** prowadzony przez NYC Test & Trace Corps zadba, aby wszystkie osoby z dodatnim wynikiem testu w kierunku COVID-19 i osoby, które miały z nimi bliski kontakt, dysponowały zasobami niezbędnymi do bezpiecznego odizolowania się w domu lub w bezpłatnym pokoju hotelowym, w celu zapobieżenia rozprzestrzenianiu się wirusa.

CO ROBIĄ OSOBY ŚLEDZĄCE KONTAKTY?

SĄ NA PIERWSZEJ LINII FRONTU W WALCE Z COVID-19

Osoby śledzące kontakty to wyszkoleni specjaliści w dziedzinie zdrowia publicznego, zapewniający wsparcie mieszkańcom Nowego Jorku, u których stwierdzono dodatni wynik testu w kierunku COVID-19 lub które w ostatnim czasie były narażone na kontakt z osobą zarażoną COVID-19. Wiele z osób śledzących kontakty mieszka w dzielnicach miasta Nowy Jork, które zostały najbardziej dotknięte przez wirusa. Oni wszyscy są zaangażowani we wspieranie nowojorczyków oraz powstrzymanie rozprzestrzeniania się COVID-19.

OSOBY ŚLEDZĄCE KONTAKTY:

- Docierają do osób, u których stwierdzono dodatni wynik lub które były narażone na kontakt z COVID-19
- Zadają pytania, aby dowiedzieć się, w jaki sposób mogło dojść u Ciebie do zarażenia i kontaktują się z osobami, które mogły zostać przez Ciebie narażone
- Pytają o Twoje samopoczucie
- Kierują do zasobów takich, jak płatne zwolnienia lekarskie, bezpłatny, prywatny pokój hotelowy i wiele innych

OSOBY ŚLEDZĄCE KONTAKTY:

- Nie żądają podania numeru ubezpieczenia społecznego
- Nie pytają o status imigracyjny
- Nie żądają żadnych prywatnych informacji finansowych

FUNKCJA SPRAWDZANIA OSOBY ŚLEDZĄCEJ KONTAKTY:

Jako dodatkowy środek bezpieczeństwa, NYC Test & Trace Corps oferuje funkcję Validate My Contact Tracer (Sprawdź moją osobę śledzącą kontakty), umożliwiającą sprawdzenie, czy rozmawiasz z osobą z Test & Trace Corps oficjalnie śledzącą kontakty w mieście Nowy Jork. Po prostu odwiedź witrynę testandtrace.nyc.gov i postępuj zgodnie z instrukcjami, aby sprawdzić osobę śledzącą kontakty.

JEŚLI CZUJESZ SIĘ ŹLE LUB SĄDZISZ, ŻE MOGŁEŚ MIEĆ KONTAKT Z WIRUSEM: NIE CZEKAJ. ODIZOLUJ SIĘ!

PROGRAM TAKE CARE ZAPEWNIĄ:

- Bezpieczny pokój hotelowy za darmo
- Żywność (3 posiłki dziennie) za darmo
- Darmowe WiFi, telewizję kablową i miejscowe rozmowy telefoniczne bez ograniczeń
- Dostawę leków
- Personel medyczny na miejscu

Jeśli hotel nie jest dla Ciebie odpowiedni, możemy skierować Cię do zasobów umożliwiających bezpieczne odizolowanie się w domu. Uprawniony jest do tego każdy mieszkaniec Nowego Jorku, bez względu na status imigracyjny. **Program Take Care** może również pomóc Ci uzyskać płatne zwolnienie lekarskie, jeśli się do niego kwalifikujesz, więc nie musisz się martwić o nieobecność w pracy.

Aby uzyskać więcej informacji o **Programie Take Care** prowadzonym przez NYC Test & Trace Corps, zadzwoń pod numer 212-COVID19 (212-268-4319) lub odwiedź naszą witrynę internetową pod adresem testandtrace.nyc.gov.

