



# COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکنے میں مدد کریں

- ⊕ اگر آپ نے ویکسین نہیں لگوا یا ہے تو اکثر جانچ کروائیں
- ⊕ اگر آپ خود کو بیمار محسوس کریں تو دیگر افراد سے علیحدہ رہیں
- ⊕ اپنا چہرہ ڈھانپتے رہیں
- ⊕ دیگر افراد سے 6 فٹ کی دوری پر رہیں
- ⊕ اپنے ہاتھ اکثر دھوئیں
- ⊕ عمارات کے اندر دیگر افراد سے ملنے اور بڑی بھیڑ میں شامل ہونے سے پرہیز کریں
- ⊕ ویکسین لگوائیں
- ⊕ رابطے کا سراغ لگانے والوں کی کال کا جواب دیں۔



مندرجہ ذیل امور پر مزید معلومات کے لیے  
**TESTANDTRACE.NYC** پر جائیں۔

- COVID-19 کی جانچ
- جانچ کے ٹھہور ٹھکانوں پر انتظار کے اوقات
- رابطے کے سراغ لگانا
- Test & Trace Corps کا Take Care پروگرام۔

**212-COVID19**  
(212-268-4319) پر کال کریں۔

یہ NYC Test & Trace Corps کی فوری لائن ہے، جو جانچ کرانے کے ٹھہور ٹھکانوں، قرنطینہ (شدید علیحدگی اختیار کرنے) کے لیے معلومات، ذہنی صحت کے لیے معاونت اور دیگر کئی امور پر معلومات فراہم کرتی ہے۔

## ویکسین لگوائیں!

ویکسین لگوانے کا وقت متعین کرنے کے لیے  
**VACCINEFINDER.NYC.GOV**  
پر جائیں یا **877-VAX-4NYC**  
(877-829-4692) پر کال کریں۔

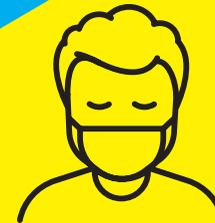
نیویارک میں رہنے والے، کام کرنے والے یا تعلیم حاصل کرنے والے 16 برس یا اس سے زائد عمر کے سبھی افراد ویکسین لگوانے کے اہل ہیں۔ ویکسین محفوظ، آپ کے لیے بلا خرچ اور لگوانے میں آسان ہیں۔



# جانچ کروائیں سراغ لگائیں دیکھ بہال فراہم کریں



COVID-19 کی اس  
مشکل گھڑی میں آپ کی  
مدد کے لیے وسائل اور  
معلومات کی فراہمی



## آپ کو جانچ کیوں کروانی چاہیے؟

مکمل یقین دہانی کا صرف یہی ایک طریقہ ہے۔ اگر COVID-19 کے خلاف آپ کی مکمل ٹیکہ کاری نہیں ہوئی ہے، تو آپ کو COVID-19 کے لیے اپنی جانچ اکثر کروانی چاہیے، چاہے آپ خود کو بھلا چنگا ہی محسوس کریں۔ دیگر افراد میں COVID-19 پھیلانے کے لیے یہ ضروری نہیں ہے کہ آپ میں علامات بھی موجود ہوں۔

**یاد رکھیں، اگر آپ کو فلو (شدید نزلے) یا عام نزلے کی علامات محسوس ہوں، تو ویکسین لگوانے کے باوجود، فوری طور پر اپنی جانچ کروائیں!**

جانچیں محفوظ ہیں، رازداری سے کی جاتیں ہیں اور آپ کے لیے ذاتی طور پر بلا خرچ دستیاب ہیں۔ نتائج عموماً 48 گھنٹوں میں آ جاتے ہیں۔ آپ کے نزدیک جانچ کروانے کا ٹھور ٹھکانا تلاش کرنے کے لیے [testandtrace.nyc](https://testandtrace.nyc.gov) پر جائیں یا مزید معلومات کے لیے (212-268-4319) COVID-19-212 پر کال کریں۔

**اپنی جانچ کروانے کے لیے مجھے کون سے دستاویزات لانے ہوں گے؟**

تمام NYC Health + Hospitals ٹھور ٹھکانوں اور نیویارک شہر کے محکمہ صحت کے تمام ٹھور ٹھکانوں پر، جانچ آپ کے لیے ذاتی طور پر بلا خرچ دستیاب ہے، چاہے آپ کی اس ملک میں موجودگی کی کیفیت جو بھی ہو۔ گرچہ یہ لازم نہیں ہے، تاہم، اگر آپ کے پاس مندرجہ ذیل دستاویزات موجود ہیں، تو براہ مہربانی اپنی جانچ کرانے کے دن انہیں اپنے ساتھ لائیں:

- شناختی کارڈ
- بیمے کا کارڈ (تاکہ جانچ کی لاگت کا بل ہم آپ کا بیمہ کرنے والوں کو بھیج سکیں)۔ جانچ آپ کے لیے ذاتی طور پر بلا خرچ ہے۔

**اگر میری جانچ کا نتیجہ منفی آتا ہے تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟**

• COVID-19 سے بچاؤ کے ان بہترین طریقہ ہائے کار پر عمل جاری رکھیں: ہاتھ اکثر دھوئیں، چہرہ ڈھانپتے رہیں، عمارات کے اندر دیگر افراد سے ملنے اور بڑی بھیڑ میں شامل ہونے سے پرہیز کریں، دیگر افراد سے 6 فٹ کی دوری پر رہیں، اگر آپ خود کو بیمار محسوس کریں، تو انتظار نہ کریں؛ علیحدہ ہو جائیں!

• اگر COVID-19 کے خلاف آپ کی مکمل ٹیکہ کاری نہیں ہوئی ہے، تو اکثر اپنی جانچ کروانے کے عمل کو جاری رکھیں۔

**اگر میری جانچ کا نتیجہ مثبت آتا ہے تو ایسی صورت میں مجھے کیا کرنا چاہیے؟**

**کال کا جواب دیں!**

اگر آپ کی جانچ کا نتیجہ مثبت آئے، تو آپ کو رابطے کا سراغ لگانے والے ایک شخص سے ایک کال موصول ہو گا۔ آپ کے ساتھ قریبی رابطے کی وجہ سے جن افراد میں اس وائرس کے پھیلنے کا امکان رونما ہوا ہو، ان افراد کی شناخت کرنے کے لیے بھی وہ آپ کے ساتھ مل کر کام کریں گے۔ وہ آپ کو، آپ کے لیے بلا خرچ، وسائل سے بھی جوڑیں گے۔

**اگر میرے قریب کسی فرد کو COVID-19 ہو جائے، تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟**

COVID-19 سے آپ کا سامنا ہوا ہے، تو اپنی جانچ کروائیں اور فوری طور پر دیگر اشخاص سے علیحدگی اختیار کریں۔ چاہے آپ کی جانچ کا نتیجہ منفی ہی کیوں نہ آئے، COVID-19 سے متاثرہ کسی فرد سے آخری مرتبہ آمنے سامنے ہونے کے وقت سے لے کر 10 دنوں تک علیحدگی اختیار کرنا آپ کے لیے ضروری ہے۔

**یاد رکھیں، اگر آپ کو مندرجہ ذیل میں سے کسی کا فون کال آئے، تو اس کا جواب دیں:**

- NYC Test & Trace Corps
- NYC COVID Test
- 212-242-XXXX یا 212-540-XXXX سے شروع ہو رہا فون نمبر۔

**انتظار نہ کریں۔ علیحدہ ہو جائیں!**

**TAKE CARE پروگرام**

اگر آپ بیمار ہونا محسوس کریں تو فوری طور پر علیحدہ ہو جائیں۔ وائرس کے پھیلاؤ کو روکنے میں مدد کرنے کی خاطر NYC Test & Trace Corps کا **Take Care پروگرام** اس بات کی یقین دہانی کرے گا کہ جن لوگوں میں COVID-19 کی جانچ کے نتائج مثبت آئے ہیں اور جن کا ایسے افراد کے ساتھ قریبی رابطہ رہا ہے، ایسے تمام افراد کے پاس گھر پر ہی، یا ہوٹل کے مفت کمرے میں، محفوظ انداز میں علیحدہ رہنے کے لیے تمام مطلوبہ وسائل ہوں یا ہم پہنچیں۔

**رابطے کا سراغ لگانے والے کیا کرتے ہیں؟**

**یہ COVID-19 کے خلاف جنگ میں اولین صفوں میں ہیں**

رابطے کا سراغ لگانے والے صحت عامہ میں تربیت یافتہ پیشہ ورانہ افراد ہیں، جو COVID-19 کی جانچ کا نتیجہ مثبت آنے والے یا COVID-19 میں مبتلا کسی شخص سے حال ہی میں آمنے سامنا ہوئے نیویارک کے مکینوں کو امداد فراہم کرتے ہیں۔ رابطے کا سراغ لگانے والوں میں سے بیشتر کا تعلق NYC یعنی نیویارک شہر کی ایسی نواحی بستیوں سے ہے، جو وائرس سے بہت زیادہ متاثر ہوئیں ہیں؛ اور ان سب لوگوں نے نیویارک کے مکینوں کی مدد کرنے اور COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکنے کا عزم کر رکھا ہے۔

**رابطے کا سراغ لگانے والے:**

- ایسے افراد تک پہنچیں گے، جن میں جانچ کا نتیجہ مثبت آیا ہے یا جن کا COVID-19 سے سامنا ہوا ہے۔
- یہ سمجھنے کے لیے کہ آپ وائرس سے کس طرح متاثر ہوئے ہیں، وہ سوالات پوچھیں گے اور ان افراد سے بھی رابطہ کریں گے، جن کا آپ کے ساتھ قریبی رابطہ رہا ہے
- وہ آپ سے آپ کی صحت کے بارے میں بھی پوچھیں گے
- وہ مطلوبہ وسائل تک رسائی حاصل کرنے میں بھی آپ کی مدد کریں گے، جیسے کہ تنخواہ کی ادائیگی کے ساتھ بیماری کی چھٹی، ہوٹل میں ایک نجی اور آپ کے لیے بلا خرچ کمرہ اور مزید بہت کچھ

**رابطے کا سراغ لگانے والے کبھی بھی:**

- آپ کا سوشل سکیورٹی نمبر نہیں پوچھیں گے
- آپ کی اس ملک میں موجودگی کی کیفیت (امگریشن سٹیٹس) نہیں پوچھیں گے
- آپ کی نجی مالی معلومات نہیں پوچھیں گے۔

**میرے رابطے کا سراغ لگانے والے کی توثیق کریں:**

تحفظ کی ایک اضافی ترکیب کے طور پر NYC Test & Trace Corps نے Validate My Contact Tracer (میرے رابطے کا سراغ لگانے والے کی توثیق کریں) نامی ایک طریقہ فراہم کیا ہے تاکہ آپ اس بات کی توثیق کر پائیں کہ آپ Test & Trace Corps سے آئے ہوئے NYC کے باضابطہ رابطے کا سراغ لگانے والے والی سے ہی بات کر رہے ہیں۔ رابطے کا سراغ لگانے والے والی کی توثیق کرنے کے لیے آپ کو بس [testandtrace.nyc](https://testandtrace.nyc.gov) پر جا کر وہاں پر پیش ہونے والی تجاویز کے مطابق عمل کرنا ہو گا۔

**اگر آپ خود کو بیمار محسوس کریں یا آپ کے خیال میں آپ کا کسی متاثرہ فرد سے سامنا ہوا ہے: انتظار نہ کریں۔ علیحدہ ہو جائیں!**

**TAKE CARE پروگرام میں شامل ہیں:**

- آپ کے لیے ذاتی طور پر بلا خرچ، ہوٹل کا محفوظ کمرہ
- آپ کے لیے ذاتی طور پر بلا خرچ، کھانا (دن میں 3 مرتبہ)
- بلا خرچ وانی فانی، کیبل ٹی وی، اور لامحدود مقامی فون کالیں
- ادویات کی سپردگی (ڈاک وغیرہ سے ملنے والی)
- موقع پر موجود طبی عملہ

اگر ہوٹل آپ کے لیے موزوں نہ ہو، تو گھر پر ہی محفوظ انداز میں علیحدہ رہنے کے لیے ہم آپ کا رابطہ وسائل سے کروائیں گے۔ نیویارک کا ہر ایک مکین اہل ہے، چاہے اس کی اس ملک میں موجودگی کی کیفیت (امیگریشن سٹیٹس) جو بھی ہو۔ اگر آپ اہل ہیں، تو **Take Care پروگرام** آپ کو تنخواہ کی ادائیگی کے ساتھ بیماری کی چھٹی حاصل کرنے میں بھی مدد کر سکتا ہے، تاکہ آپ کو کام کے چھوٹنے کے بارے میں کوئی تشویش نہ ہو۔

NYC Test & Trace Corps کے **Take Care پروگرام** کے بارے میں مزید معلومات کے لیے (212-268-4319) COVID-19-212 پر کال کریں یا ہماری ویب سائٹ [testandtrace.nyc](https://testandtrace.nyc.gov) پر جائیں۔

