كيفية التنقل بأمان أثناء حالة الطوارئ الناتجة عن مرض (COVID-19) في الصحة العامة

نظرًا لأننا أصبحنا نتنقل في جميع أنحاء المدينة بشكل أكبر، فإن من المهم الاستمرار في اتخاذ الخطوات للمساعدة في الوقاية من الإصابة بمرض (COVID-19) ونشره.

الحصول على اللقاح هو أفضل وسيلة لحماية نفسك والآخرين من مرض (COVID-19). إن لقاحات مرض (COVID-19) مجانية وآمنة وفعالة. لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة **nyc.gov/covidvaccine**. للعثور على موقع تلقيح، تفضل بزيارة **vaccinefinder.nyc.gov** أواتصل على الرقم 877-829-4692.

يجب على الجميع ارتداء أغطية الوجه في كافة وسائط النقل العام (بما في ذلك خدمات السيارات) حتى لو كانوا قد حصلوا على اللقاح ضد مرض (COVID-19). أيضًا، يجب على الجميع البقاء في المنزل إذا ظهرت عليهم أعراض مرض (COVID-19) أو ثبتت إصابتهم مؤخرًا بمرض (COVID-19) سواء تم تطعيمهم أم لا.

نصائح لجعل رحلتك أكثر أمناً وأسهل:

- اختر المشي أو ركوب الدراجة الهوائية عندما يكون ممكناً. يقلل المشي وركوب الدراجة الهوائية يقلل من الازدحام، ويفيد البيئة ويساعد على ممارسة الرياضة في يومك.
- إذا ركبت الدراجة الهوائية، دائما ارتد خوذةً وخطط مسارك لاستخدام مسارات الدراجات الهوائية قدر المستطاع. تفضل بتنزيل خريطة للدراجات من هنا. تفضل بزيارة موقع إدارة النقل في NYC للتعرف على قوانين ركوب الدراجات في NYC ونصائح السلامة.
- تفضل بزيارة new.mta.info قبل أن تغادر لمعرفة ما إذا كانت هناك مشكلة في خط النقل الخاص بك. يمكنك أيضًا الاشتراك في التنبيهات بالبريد الإلكتروني والرسائل النصية.
- إذا استخدمت خدمة السيارات، دائماً ضع حزام الأمان.

إذا كنت غير ملقح بالكامل ضد مرض (COVID-19)، فاتخذ هذه الاحتياطات الإضافية.

قواعد عامة للطريق

- **كن مستعدًا.** أحضر معقمًا كحولياً لليدين ومناديل معقمة وغطاءً للوجه.
- **اعمل خطة للتنقل.** فكر بأكثر الطرق مباشرةً والأقل ازدحاماً للوصول إلى وجهتك.
- **حدد الوقت المناسب.** حاول التنقل خارج ساعات الذروة إن أمكن والسماح بوقت إضافي للتغييرات التي تطرأ على خطط التنقل.
- **حافظ على النظافة.** استخدم معقم لليدين بعد لمس الأسطح مثل مقابض الأبواب والدرابزين وحزام الأمان وأجهزة الدفع. اغسل يديك بالماء والصابون عند وصولك إلى وجهتك. استخدم وسائل الدفع بدون لمس عندما الإمكان.

المشي وركوب الدراجة الهوائية

- تجنب الشوارع المزدحمة عند الإمكان.
- ارتدِ غطاءً للوجه على أنفك وفمك عندما يكون من غير الممكن المحافظة على مسافة 6 أقدام على الأقل عن الآخرين.
- استخدم مناديل معقمة لتنظيف أسطح الدراجات الهوائية التي يتم لمسها كثيرًا قبل الاستخدام وبعده مثل المقود وناقل السرعات ومقبض المكابح، والمقعد.

المترو والقطار والحافلات والعبارات

- ارتدِ غطاءً للوجه على أنفك وفمك في جميع الأوقات.
- حافظ على وجود مسافة قدر المستطاع عن الآخرين عند انتظار أو ركوب وسائط النقل.
- استخدم جميع الأبواب المتاحة لتقليل الازدحام.
- إذا كان القطار أو الحافلة أو العبارة في غاية الازدحام، فانتظر التالي.

- امسك مقابض اليدين ومقابض وقضبان المترو ولكن تجنب لمس وجهك.
- إذا سمح الطقس بذلك، ابق بالخارج في الهواء عندما تكون على متن العبارة.

خدمات السيارات (سيارات الأجرة، وخدمات سيارات التطبيقات، وخدمات كسوة السيارة، و Access-A-Ride

- تنقل بمفردك أو مع أفراد أسرتك أو من تتواصل معهم اجتماعياً.
- ارتدِ غطاءً للوجه على أنفك وفمك في جميع الأوقات. إذا كان السائق لا يرتدي غطاءً للوجه أو إذا كان يرتديه بشكل غير صحيح، فاطلب منه أن يرتدي غطاءً بشكل صحيح إذا كنت لا تشعر بالأمان للقيام بذلك أو انتظر سيارة أخرى.
- قم بزيادة التهوية عن طريق مطالبة السائق بفتح النوافذ أو ضبط التهوية على وضع عدم إعادة تدوير الهواء (non-recirculation).
- اجلس في المقعد الخلفي واجلس بعيدًا عن السائق قدر الإمكان (مثل المقعد الخلفي المخصص للراكب أو الصف الخلفي إذا كان ذلك في وسيلة مواصلات متعددة الصفوف).
- إذا كانت السيارة بها حاجز بلاستيكي، فاطلب من السائق أن يبقيه مغلقاً.

قد تقوم إدارة الصحة في NYC بتغيير التوصيات مع تطور الموقف. 6.17.21