

Τι πρέπει να γνωρίζετε για τους τοπικούς περιορισμούς ανά ζώνη στην Πολιτεία της Νέας Υόρκης

Η νόσος COVID-19 συνεχίζει να εξαπλώνεται στην Πόλη της Νέας Υόρκης (NYC), με ανησυχητική αύξηση στις μεταδόσεις εντός κοινοτήτων. Σύμφωνα με την [πρόταση για τις συστάδες κρουσμάτων](#) της Πολιτείας της Νέας Υόρκης (NYS), απαιτούνται περιορισμοί στις ζώνες που καθορίζεται από την Πολιτεία ότι έχουν αυξημένη μετάδοση. Οι Ζώνες χωρίζονται σε κόκκινες, πορτοκαλί ή κίτρινες, και το κάθε χρώμα έχει διαφορετικούς περιορισμούς.



Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την πρόταση για τις συστάδες κρουσμάτων, συμπεριλαμβανομένων πληροφοριών [μετρήσεων](#), και για πληροφορίες για το εάν η επιχείρησή σας κρίνεται ως «απαραίτητη» από την Πολιτεία, επισκεφτείτε τον [ιστότοπο της NYS](#).



Για να βρείτε τη ζώνη σας, επισκεφτείτε τη σελίδα nyc.gov/covidzone. Ελέγχετε τακτικά αυτόν τον ιστότοπο για τις πιο πρόσφατες αποφάσεις.



Για πληροφορίες σχετικά με τις απαιτήσεις που ισχύουν για την επαναλειτουργία των επιχειρήσεων στον τομέα σας, ανατρέξτε στον [ιστότοπο New York Forward](#) της NYS. Για επιπλέον οδηγίες, επισκεφτείτε τους ιστότοπους του [Τμήματος Υγείας της NYC](#) και του [NYC Business](#).



Για επιπλέον οδηγίες σχετικά με τα σχολεία της Πόλης της Νέας Υόρκης, ανατρέξτε στους ιστότοπους του [Τμήματος Εκπαίδευσης](#) και του [Τμήματος Υγείας](#).



Όλοι οι Νεοϋορκέζοι μπορούν να ακολουθήσουν μερικά απλά βήματα για να βοηθήσουν στην αποφυγή της εξάπλωσης της νόσου COVID-19:

- **Μείνετε στο σπίτι:** Μείνετε στο σπίτι εάν δεν αισθάνεστε καλά ή εάν διαγνωστήκατε πρόσφατα με COVID-19, εάν ήρθατε σε στενή επαφή με κάποιον που έχει COVID-19 ή εάν ταξιδέψατε. Μπορείτε να βγείτε από το σπίτι για απαραίτητη ιατρική φροντίδα και άλλες απαραίτητες δουλειές.
- **Σωματική απόσταση:** Κρατάτε απόσταση τουλάχιστον 6 ποδιών (2 μέτρων) από τους άλλους, ακόμα και όταν φοράτε κάλυμμα προσώπου. Μην συμμετέχετε σε μεγάλες συγκεντρώσεις, ειδικά σε εσωτερικούς χώρους.
- **Φοράτε κάλυμμα προσώπου:** Προστατέψτε τα άτομα που είναι γύρω σας. Μπορεί να είστε μεταδοτικοί και χωρίς να έχετε συμπτώματα και να εξαπλώνετε τη νόσο όταν βήχετε, φτερνίζεστε, μιλάτε ή αναπνέετε. Εφόσον φορεθούν σωστά (δηλαδή, εφόσον καλύπτουν και τη μύτη και το στόμα), τα καλύμματα προσώπου βοηθούν στη μείωση της εξάπλωσης της COVID-19.
- **Εφαρμόζετε καλή υγιεινή χεριών:** Πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό, και χρησιμοποιείτε αντισηπτικό χεριών, εάν δεν υπάρχει διαθέσιμο σαπούνι και νερό. Καθαρίζετε τακτικά τις επιφάνειες που αγγίζετε συχνά. Αποφεύγετε να αγγίζετε το πρόσωπό σας με άπλυτα χέρια και καλύπτετε τον βήχα ή το φτάρνισμά σας με το εσωτερικό του αγκώνα σας, και όχι με τα χέρια σας.

- **Κάντε εξετάσεις:** Για να βρείτε κάποιο κέντρο που κάνει εξετάσεις για τη νόσο COVID-19, επισκεφτείτε τη σελίδα nyc.gov/covidtest ή τηλεφωνήστε στο 212-268-4319. Σε πολλά κέντρα οι εξετάσεις παρέχονται δωρεάν, συμπεριλαμβανομένων όλων των κέντρων που λειτουργούν από το NYC Health + Hospitals και το Τμήμα Υγείας της NYC.

Για γενικές πληροφορίες σχετικά με τη νόσο COVID-19, επισκεφτείτε τη σελίδα nyc.gov/coronavirus. Για ενημερώσεις σχετικά με την ανταπόκριση της Πολιτείας απέναντι στη νόσο COVID-19, επισκεφτείτε τη σελίδα coronavirus.health.ny.gov.

Η Πόλη της Νέας Υόρκης ενδέχεται να αλλάξει τις συστάσεις, καθώς εξελίσσεται η κατάσταση.

12.16.20