

## न्यू यॉर्क स्टेट स्थानीयकृत क्षेत्र प्रतिबंधों के बारे में आपको क्या जानने की ज़रूरत है

कम्युनिटी ट्रांसमिशन में चिंताजनक वृद्धि के साथ न्यूयॉर्क सिटी (NYC) में COVID-19 का फैलना जारी है। न्यू यॉर्क स्टेट (NYS) [क्लस्टर एक्शन इनिशिएटिव](#) के लिए राज्य द्वारा पहचाने गए उन ज़ोन्स में प्रतिबंध ज़रूरी हैं जहाँ ट्रांसमिशन बढ़ गया है। ये ज़ोन रेड, ऑरेंज या येलो हो सकते हैं, जहाँ हर रंग का मतलब अलग-अलग प्रतिबंध होता है।



क्लस्टर एक्शन इनिशिएटिव, जिसमें [मेट्रिक्स](#) की जानकारी शामिल है, और इस बारे में अधिक जानकारी के लिए कि क्या राज्य द्वारा आपके कारोबार को "आवश्यक" के रूप में निर्धारित किया गया है, [NYS वेबसाइट](#) पर जाएं।



अपना ज़ोन ढूँढने के लिए, [nyc.gov/covidzone](https://nyc.gov/covidzone) पर जाएं। कृपया आधुनिक निर्धारणों के लिए नियमित रूप से यह वेबसाइट देखें।



अपने सेक्टर के लिए कारोबार को दोबारा खोलने की शर्तों के बारे में जानकारी के लिए, NYS [New York Forward वेबसाइट](#) देखें। अतिरिक्त मार्गदर्शन के लिए, [NYC स्वास्थ्य विभाग](#) और [NYC बिज़नेस](#) वेबसाइट्स देखें।



न्यूयॉर्क सिटी के स्कूलों के बारे में अतिरिक्त मार्गदर्शन के लिए, [शिक्षा विभाग](#) और [स्वास्थ्य विभाग](#) की वेबसाइट्स देखें।



### COVID-19 को फैलने से रोकने में मदद करने के लिए सभी न्यूयॉर्क वासी कुछ आसान कदम उठा सकते हैं:

- **घर पर ही रहें:** यदि आपकी तबियत ठीक नहीं है या यदि हाल ही में आपका COVID-19 का परीक्षण पॉज़िटिव पाया गया है, ऐसे किसी व्यक्ति के नज़दीकी संपर्क में थे जिसे COVID-19 है, या यात्रा कर रहे थे तो घर पर ही रहें। आप आवश्यक चिकित्सा देखभाल या अन्य ज़रूरी कामों के लिए बाहर जा सकते हैं।
- **शारीरिक दूरी:** दूसरों से कम से कम 6 फीट दूर रहें, यहाँ तक कि तब भी जब आपने फेस कवरींग पहनी हुई हो। बड़ी सभाओं में भाग न लें, विशेष रूप से किसी भवन के अंदर।
- **फेस कवरींग पहनें:** अपने आसपास के व्यक्तियों की रक्षा करें आप लक्षणों के बिना भी संक्रामक हो सकते हैं और खाँसने, छींकने, बात करने या साँस लेने पर भी इस बीमारी को फैला सकते हैं। सही तरीके से पहनने पर (आपकी नाक और मुँह, दोनों को कवर करते हुए), फेस कवरींग्स COVID-19 के फैलाव को कम करती हैं।
- **हाथों की साफ़-सफ़ाई को अमल में लाएं:** बार-बार साबुन और पानी से अपने हाथ धोएं और यदि साबुन और पानी उपलब्ध नहीं हैं तो हैंड सैनिटाइज़र इस्तेमाल करें; अक्सर छूई जाने वाली सतहों को नियमित रूप से साफ़ करें; हाथ धोए बिना अपने चेहरे को छूने से बचें, और अपनी खाँसी और छींक को अपनी बाँह से कवर करें, अपने हाथों से नहीं।
- **जांच करवाएं:** अपने नज़दीक COVID-19 टेस्टिंग साइट खोजने के लिए, [nyc.gov/covidtest](https://nyc.gov/covidtest) पर जाएं या 212-268-4319 पर कॉल करें। कई साइट्स पर मुफ्त जांच की जाती है, जिनमें NYC Health + Hospitals और NYC स्वास्थ्य विभाग द्वारा संचालित सभी साइट्स शामिल हैं।

COVID-19 की सामान्य जानकारी के लिए, [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus) पर जाएं। राज्य की COVID-19 प्रतिक्रिया के बारे में अपडेट्स के लिए, [coronavirus.health.ny.gov](https://coronavirus.health.ny.gov) पर जाएं।

स्थिति में होने वाले बदलावों के साथ-साथ न्यूयॉर्क सिटी सिफ़ारिशों को बदल सकती है।

12.16.20