

## COVID-19: Γενικές οδηγίες για οδηγούς οχημάτων

Το παρόν έγγραφο παρέχει γενικές οδηγίες και συστάσεις προφύλαξης για να βοηθήσει τους οδηγούς και χειριστές οχημάτων μη έκτακτης ανάγκης να προστατέψουν τους εαυτούς τους και τους επιβάτες τους, και για να βοηθήσει την επιβράδυνση της μετάδοσης της νόσου του κορωνοϊού, COVID-19. Οι εξωτερικοί συνεργάτες ιατρικών εγκαταστάσεων που παρέχουν υπηρεσίες μεταφοράς ασθενών θα πρέπει να ακολουθούν τις οδηγίες της εταιρείας τους.

**Κρατήστε κατά νου αυτές τις τέσσερις βασικές ενέργειες για την πρόληψη της μετάδοσης της νόσου COVID-19:**

- **Μείνετε στο σπίτι εάν είστε άρρωστοι.**
  - Παρακολουθείτε στενά την υγεία σας, για συμπτώματα της νόσου COVID-19, όπως βήχα, δύσπνοια ή δυσκολία στην αναπνοή, πυρετό, ρίγη, πόνο στους μύες, πονόλαιμο ή νεοεμφανιζόμενη απώλεια της γεύσης ή της όσφρησης. Αυτή η λίστα είναι ενδεικτική. Έχουν αναφερθεί και άλλα, λιγότερο συχνά συμπτώματα, τα οποία περιλαμβάνουν γαστρεντερικά συμπτώματα όπως η ναυτία, ο εμετός ή η διάρροια. Οι μεγαλύτεροι ενήλικες μπορεί να εμφανίζουν σύγχυση ή απώλεια του προσανατολισμού, και μπορεί να χάνουν την ισορροπία τους και να πέφτουν.
  - Κάντε εξετάσεις για COVID-19 χωρίς κόστος. Επισκεφτείτε τη σελίδα [nyc.gov/covidtest](https://nyc.gov/covidtest) για να βρείτε ένα κέντρο εξέτασης.
  - Εάν είχατε ή ενδέχεται να είχατε τη νόσο COVID-19, μείνετε στο σπίτι έως ότου ισχύουν **όλα** τα παρακάτω:
    - Έχουν περάσει τουλάχιστον 14 ημέρες από τότε που ξεκίνησαν τα συμπτώματά σας ή, εάν δεν αναπτυχθούν συμπτώματα, 14 ημέρες μετά την πρώτη θετική εξέτασή σας.
    - Δεν είχατε καθόλου πυρετό τις προηγούμενες τρεις ημέρες, χωρίς τη χρήση αντιπυρετικών φαρμάκων, όπως το Tylenol και η ιβουπροφαίνη.
    - Η γενική υγεία σας έχει βελτιωθεί.
  - Ορισμένοι εργαζόμενοι που είχαν ή μπορεί να έχουν τη νόσο COVID-19 πρέπει να περιμένουν μεγαλύτερο διάστημα προτού επιστρέψουν στην εργασία τους, βάσει των απαιτήσεων της Πολιτείας της Νέας Υόρκης (New York State, NYS).
- **Διατηρείτε τη σωματική απόσταση.**
  - Διατηρείτε απόσταση τουλάχιστον 6 ποδών (2 μέτρων) μεταξύ του εαυτού σας και των άλλων, όποτε είναι δυνατόν.
  - Ζητάτε από τους επιβάτες να κάθονται στα πίσω καθίσματα του οχήματος, για να δημιουργείτε σωματική απόσταση. Εάν το όχημα διαθέτει διαχωριστικό, κλείστε το διαχωριστικό πριν από την επιβίβαση των επιβατών. Εάν το όχημα δεν διαθέτει διαχωριστικό, σκεφτείτε να τοποθετήσετε ένα διαφανές πλαστικό διαχωριστικό μεταξύ των μπροστινών και των πίσω καθισμάτων του οχήματος. **το διαχωριστικό δεν θα πρέπει να επηρεάζει την ορατότητα του πίσω μέρους του οχήματος μέσω των καθρεπτών.** Για τα οχήματα που διαθέτουν άδεια από την Επιτροπή Ταξί και

Λιμουζινών (Taxi and Limousine Commission, TLC), οι οδηγοί πρέπει να ακολουθούν τις οδηγίες της TLC για την εγκατάσταση διαχωριστικού.

- Μεταφέρετε μόνο επιβάτες που ανήκουν στην ίδια παρέα. Δεν επιτρέπονται ομαδικές μετακινήσεις (γνωστές και ως «μοίρασμα κούρσας» ή «rooled») (εκτός από τα οχήματα μεταφοράς ατόμων με ειδικές ανάγκες).
- Χρησιμοποιείτε τους αεραγωγούς του οχήματος για να φέρετε φρέσκο αέρα από το εξωτερικό στο εσωτερικό του οχήματος και χαμηλώστε τα παράθυρα. Αποφύγετε να χρησιμοποιείτε την επιλογή ανακύκλωσης του αέρα από το εσωτερικό του οχήματος.

- **Φοράτε κάλυμμα προσώπου.**

- Φοράτε κάλυμμα προσώπου. Σύμφωνα με την Εκτελεστική εντολή 202.18 της NYS οι οδηγοί υποχρεούνται να φορούν κάλυμμα προσώπου όταν μεταφέρουν επιβάτες. Όλοι οι επιβάτες άνω των δύο ετών, οι οποίοι μπορούν, ιατρικά, να ανεχτούν το κάλυμμα προσώπου, πρέπει να το φορούν. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα καλύμματα προσώπου, επισκεφτείτε τη διεύθυνση [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus) και αναζητήστε τη φράση «FAQ About Face Coverings» ([Συχνές ερωτήσεις σχετικά με τα καλύμματα προσώπου](#)).

- **Εφαρμόζετε καλή προσωπική υγιεινή.**

- Πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ειδικά αφότου πιάσετε χρήματα ή αποσκευές επιβατών, χρησιμοποιήστε την τουαλέτα, φυσήξετε τη μύτη σας, βήξετε ή φτερνιστείτε. Εάν δεν υπάρχει διαθέσιμο σαπούνι και νερό, χρησιμοποιείτε αντισηπτικό χεριών με βάση την αλκοόλη (οινόπνευμα).
- Καλύπτετε το στόμα και τη μύτη σας με ένα χαρτομάντιλο ή με το εσωτερικό του αγκώνα σας όταν φτερνίζετε ή βήχετε. Μη χρησιμοποιείτε τα χέρια σας.
- Έχετε χαρτομάντιλα και αντισηπτικό χεριών διαθέσιμα στο όχημά σας, για τους επιβάτες.
- Ενθαρρύνετε τους ανέπαφους τρόπους πληρωμής. Αποφύγετε όσο γίνεται περισσότερο να πιάνετε μετρητά ή κάρτες.
- **Μην** αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη και το στόμα σας με άπλυτα χέρια.
- **Μην** κάνετε χειραψίες και μην προσφέρετε εμφιαλωμένο νερό, τσίχλες ή άλλα αντικείμενα στους επιβάτες.

- **Καθαρίζετε και απολυμαίνετε συστηματικά το όχημά σας.**

- Δίνετε ιδιαίτερη προσοχή σε επιφάνειες και αντικείμενα που αγγίζουν συχνά οι επιβάτες, π.χ. χερούλια, κουμπιά παραθύρων, κλειδαριές, μηχανήματα πληρωμής, μπράτσα και μαξιλάρια καθισμάτων, αγκράφες και ζώνες ασφαλείας. Καθαρίζετε τις επιφάνειες που αγγίζετε τακτικά, όπως το τιμόνι, τα κουμπιά του ραδιοφώνου, τα φλας στροφής και τις θήκες για ποτήρια.
- Πρώτα καθαρίστε καλά τους εμφανείς ρύπους και τις βρωμιές. Κατόπιν, χρησιμοποιήστε ένα συνηθισμένο προϊόν απολύμανσης (για παράδειγμα, χλωρίνη, προϊόντα πολλαπλών χρήσεων με βάση το υπεροξείδιο ή την αλκοόλη) που να ενδείκνυται για την επιφάνεια, ώστε να απομακρύνετε τα βακτηρίδια. Τα απολυμαντικά είναι πιο αποτελεσματικά επάνω σε καθαρές επιφάνειες. Διαβάστε και

ακολουθήστε τις οδηγίες που αναγράφονται στις ετικέτες των προϊόντων καθαρισμού και απολύμανσης.

- Να φοράτε γάντια μίας χρήσης και κάθε άλλο κατάλληλο προστατευτικό εξοπλισμό που χρειάζεται, όταν καθαρίζετε και απολυμαίνετε. Μετά τη χρήση πετάτε τα γάντια στα σκουπίδια και πλένετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό ή χρησιμοποιείτε αντισηπτικό με βάση την αλκοόλη (οινόπνευμα), εάν δεν υπάρχει διαθέσιμο σαπούνι και νερό.
- Διατηρείτε τις πόρτες του οχήματος ανοιχτές, κατά τη διάρκεια του καθαρισμού και της απολύμανσης.
- Περιμένετε μέχρι να στεγνώσουν όλες οι επιφάνειες, προτού βάλετε επιβάτες στο όχημα.
- Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον καθαρισμό και την απολύμανση, επισκεφτείτε τη σελίδα [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) και αναζητήστε τη φράση «[General Guidance for Cleaning and Disinfection for Non-Health Care Settings](#)» (Γενικές οδηγίες καθαρισμού και απολύμανσης για μη υγειονομικές εγκαταστάσεις) στη σελίδα «[Guidance for Businesses](#)» (Οδηγίες για επιχειρήσεις).

### **Ξεχωρίζετε τα γεγονότα από τον φόβο και προστατευτείτε από τον στιγματισμό**

- Η έξαρση του κορωνοϊού δεν αποτελεί δικαιολογία για την εξάπλωση του ρατσισμού και των διακρίσεων. Είναι παράνομο να γίνονται διακρίσεις σε επιβάτες ή δυνητικούς επιβάτες λόγω φυλής, εθνικότητας ή άλλων χαρακτηριστικών.
- Εάν υφίστασθε παρενόχληση ή διάκριση λόγω της φυλής σας, της εθνικότητάς σας ή άλλων χαρακτηριστικών σας, επικοινωνήστε με την Επιτροπή Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων της Πόλης της Νέας Υόρκης (NYC Commission on Human Rights) καλώντας στο **311** και λέγοντας τη φράση «human rights» (ανθρώπινα δικαιώματα) ή μπαίνοντας στη διεύθυνση [nyc.gov/cchr](https://www.nyc.gov/cchr) και κάνοντας κλικ στο «Report Discrimination» (Αναφορά Διακρίσεων).

### **Φροντίζετε τον εαυτό σας και την οικογένειά σας**

- **Βιβλιοθήκη εφαρμογών στη διεύθυνση [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell):** Online εργαλεία για την υγεία και τη συναισθηματική ευημερία.
- **NYC Well:** Δωρεάν υποστήριξη ψυχικής υγείας, διαθέσιμη 24/7 για σύντομες συμβουλές και παραπομπές για περίθαλψη. Καλέστε στο 888-692-9355 ή συνομιλήστε online στη διεύθυνση [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell).
- **NYS COVID-19 Emotional Support Helpline (γραμμή ψυχολογικής στήριξης της Πολιτείας της Νέας Υόρκης για τη νόσο COVID-19):** Εκπαιδευμένοι επαγγελματίες, οι οποίοι είναι εκεί για να σας ακούσουν, να σας στηρίξουν και να σας παραπέμψουν στην κατάλληλη φροντίδα, εάν χρειαστεί. Τηλεφωνήστε στο 844-863-9314 μεταξύ 8 π.μ. και 10 μ.μ. οποιαδήποτε ημέρα της εβδομάδας.
- **NYC Health + Hospitals:** Παρέχει φροντίδα στους κατοίκους της Νέας Υόρκης, ανεξαρτήτως κατάστασης μετανάστευσης ή δυνατότητας για πληρωμή. Τηλεφωνήστε στο 844-692-4692 ή στο **311**.

### **Μείνετε ενημερωμένοι**

- Επισκεφτείτε τη διεύθυνση [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) για πληροφορίες για τη νόσο COVID-19.

- Αναρτήστε πληροφορίες για τους επιβάτες στο πίσω μέρος των καθισμάτων. Επισκεφτείτε τη διεύθυνση [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus) για αφίσες και φυλλάδια.
- Για επιπλέον οδηγίες σχετικά με το Reopening NYC (Ξανάνοιγμα της Πόλης της Νέας Υόρκης), επισκεφτείτε τη σελίδα [nyc.gov/health/coronavirus](https://nyc.gov/health/coronavirus) και μεταβείτε στη σελίδα [Guidance for Businesses \(Οδηγίες για επιχειρήσεις\)](#).

**Το Τμήμα Υγείας της Πόλης της ΝΥ ενδέχεται να αλλάξει τις συστάσεις, καθώς εξελίσσεται η κατάσταση.**

6.29.20