

COVID-19: वाहन ऑपरेटर्स के लिए सामान्य मार्गदर्शन

यह दस्तावेज़ गैर-आपातकालीन वाहनों के ऑपरेटर्स और उनकी यात्रियों का बचाव करने में उनकी मदद करने, और COVID-19 के फैलाव को धीमा करने में मदद करने के लिए सामान्य मार्गदर्शन और सुरक्षा-संबंधी सावधानियाँ प्रदान करता है। रोगियों को सहायता प्रदान करने वाले चिकित्सा परिसर ठेकेदारों को अपनी कंपनी के मार्गदर्शन का पालन करना होगा।

COVID-19 के संचार को रोकने के लिए ये चार प्रमुख कार्य याद रखें:

- **बीमार होने पर घर में ही रहें।**
 - COVID-19 के लक्षणों, जैसे कि खांसी, सांस की कमी या सांस लेने में कठिनाई, बुखार, मांसपेशियों में दर्द, गला खराब होने या स्वाद या गंध की भावना में हुई कोई नई क्षति के लिए अपने स्वास्थ्य पर नज़र रखें। यह सूची एक साथ सारे लक्षणों के लिए समावेशी नहीं है। अन्य कम सामान्य लक्षण बताए गए हैं, जिसमें मतली, उल्टी या दस्त जैसे जठरांत्र संबंधी लक्षण शामिल हैं। वयस्कों में भ्रांति या स्थितिभ्रान्ति के लक्षण देखे गए, और गिरने का अनुभव किया।
 - COVID-19 के लिए मुफ्त परीक्षण करवाएं। कोई परीक्षण स्थल खोजने के लिए, nyc.gov/covidtest पर जाएं।
 - अगर आपको COVID-19 संक्रमण है या हो चुका है, तो तब तक घर पर रहें जब तक **सभी** निम्नलिखित सही न हों:
 - आपके लक्षणों की शुरुआत के बाद कम से कम 14 दिन हो चुके हैं या, अगर कोई लक्षण विकसित नहीं होते, तो आपके पहले पॉज़िटिव परीक्षण के बाद 14 दिन हो चुके हैं
 - आपको बुखार कम करने वाली दवाओं जैसे टायलेनॉल या इब्यूप्रोफेन के उपयोग के बिना पिछले तीन दिनों से बुखार नहीं हुआ
 - आपके स्वास्थ्य में पूर्ण रूप से सुधार हुआ है
 - कुछ आवश्यक सेवाओं के कर्मचारी जिन्हें COVID-19 था या हो सकता है, उन्हें न्यूयॉर्क स्टेट (NYS) की आवश्यकताओं के आधार पर काम पर लौटने से पहले अधिक समय तक इंतजार करना होगा।
- **शारीरिक दूरी बनाए रखें।**
 - जब भी संभव हो अपने और दूसरों के बीच कम से कम 6 फीट की दूरी रखें।
 - शारीरिक दूरी बनाने के लिए यात्रियों से वाहन की पिछली सीट पर बैठने के लिए कहें। अगर वाहन में पार्टीशन (विभाजक) है, तो यात्रियों को बैठाने से पहले पार्टीशन को बंद करें। अगर वाहन में पार्टीशन नहीं है, तो वाहन के अगले और पिछले हिस्से में एक पारदर्शी प्लास्टिक बैरियर लगाने पर विचार करें। बैरियर से रियर व्यू मिरर की विज़िबिलिटी प्रभावित नहीं होनी चाहिए। टैक्सी

और लिमोज़िन कमीशन (Taxi and Limousine Commission, TLC) द्वारा लाइसेंस प्राप्त वाहनों के लिए, ड्राइवरों को पार्टिशन की स्थापना पर TLC के मार्गदर्शन का पालन करना चाहिए।

- केवल उन्हीं यात्रियों को लेकर जाएं जो एक ही समूह के हैं। ग्रुप राइड्स (जिन्हें शेयर्ड या पूल्ड राइड्स भी कहा जाता है) की अनुमति नहीं है (पैराट्रांज़िट वाहनों के सिवाय)।
- ताज़ी हवा के प्रवाह के लिए वाहन के वेंट (निकास) का इस्तेमाल करें और खिड़कियों को खोल दें। पुनः प्रसारित हवा के विकल्प के उपयोग से बचें।

- **फेस मास्क पहनें।**

- फेस मास्क पहनें। NYS के कार्यकारी आदेश 202.18 यात्रियों को लाते-ले जाते समय ड्राइवर के लिए फेस कवरींग पहनने को ज़रूरी बनाता है। दो वर्ष से अधिक आयु के उन सभी यात्रियों को भी फेस कवरींग पहननी होगी जो चिकित्सकीय रूप से इसे पहनना सहन कर सकते हैं। फेस कवरींग के बारे में अधिक जानकारी के लिए, nyc.gov/health/coronavirus पर जाएं और [FAQ About Face Coverings](#) (फेस कवरींग के बारे में अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न) खोजें।

- **स्वस्थ व्यक्तिगत स्वच्छता को अमल में लाएं।**

- कम से कम 20 सेकंड के लिए हाथों को अक्सर साबुन और पानी से धोएं, खास तौर पर पैसों की साज-संभाल के बाद या पैसेंजर के बैग्स को हाथ लगाने के बाद, बाथरूम इस्तेमाल करने के बाद, अपना नाक साफ़ करने, खाँसने या छींकने के बाद। अगर साबुन और पानी उपलब्ध न हो तो एल्कोहॉल-बेस्ड हैंड सेनेटाइज़र का उपयोग करें।
- छींकने या खाँसने पर अपने मुँह और नाक को टिशू या अपनी आस्तीन से ढँक लें; अपने हाथों का उपयोग न करें।
- यात्रियों के लिए अपने वाहन में टिशू या हाथों के लिए कीटाणुनाशक रखें।
- बिना छुए हुए किए गये भुगतान विकल्पों का इस्तेमाल करने के लिए प्रोत्साहित करें। पैसों की साज-संभाल और क्रेडिट कार्ड के उयोग को कम से कम करें।
- अपनी आँखों, नाक या मुँह को गंदे हाथों से न छुएं।
- यात्रियों से हाथ न मिलाएँ, उन्हें च्युइंग गम या अन्य चीज़ों की पेशकश न करें।

- **अपने वाहन को नियमित रूप से साफ़ और कीटाणुरहित करें।**

- उन सतहों और वस्तुओं पर विशेष ध्यान दें जिन्हें यात्री अक्सर छूते हैं, जैसे दरवाज़ों के हैंडल, खिड़कियों के बटन, लॉक्स, भुगतान मशीनें, आर्म रेस्ट्स, सीट कुशन्स, बकल्स और सीटबेल्ट्स। साथ ही उन सतहों को पोंछें जिन्हें आप बार-बार छूते हैं, जैसे कि स्टीयरिंग व्हील, रेडियो के बटन, टर्न इंडिकेटर्स और कप होल्डर्स।
- दिखाई देने वाली धूल-मिट्टी को पोंछें और पहले साफ़ करें। ऐसे नियमित कीटाणुनाशक उत्पादों का उपयोग करें (उदाहरण के लिए, ब्लिच, पेराक्साइड या एल्कोहॉल-युक्त बहुउद्देश्यीय उत्पाद) जो अधिकतर कीटाणुओं को हटाने के लिए सतहों पर इस्तेमाल किए जाने के लिए उपयुक्त हों। साफ सतहों पर कीटाणुनाशक उत्पाद सबसे अच्छे तरीके से काम करते हैं। सफाई वाले और कीटाणुनाशक उत्पादों पर मौजूद लेबल्स को पढ़ें और उनका पालन करें।

- सफाई और कीटाणुरहित करते समय डिस्पोजेबल दस्ताने पहनें और कोई अन्य उचित संरक्षण साधन पहनें। उपयोग के बाद दस्तानों को कूड़ेदान में फेंक दें और साबुन और पानी से हाथ धोएं या अगर साबुन और पानी उपलब्ध न हों तो एल्कोहॉल-बेस्ड हैंड सेनेटाइज़र का उपयोग करें।
- साफ और कीटाणुरहित करते हुए वाहन के दरवाज़े खुले रखें।
- किसी यात्री को बिठाने से पहले सभी सतहों के सूखने का इंतजार करें।
- साफ और कीटाणुरहित करने के बारे में अतिरिक्त जानकारी के लिए, [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) और [Guidance for Businesses \(कारोबारों के लिए मार्गदर्शन\)](#) पेज पर [General Guidance for Cleaning and Disinfection for Non-Health Care Settings \(गैर-स्वास्थ्य देखभाल सेटिंग्स के लिए सफाई और कीटाणुशोधन के लिए सामान्य मार्गदर्शन\)](#) खोजें।

तथ्यों को डर से अलग करें और कलंक से बचाएँ

- यह प्रकोप नस्लवाद और भेदभाव फैलाने का बहाना नहीं है। जाति, मूल देश या अन्य पहचानों के कारण यात्रियों या संभावित यात्रियों के विरुद्ध भेदभाव करना गैर-कानूनी है।
- अगर आपकी जाति, मूल देश या अन्य पहचानों के कारण आपको परेशान या आपसे भेदभाव किया जा रहा है, तो 311 पर कॉल करके और "human rights" (मानव अधिकार) बोलकर, या [nyc.gov/cchr](https://www.nyc.gov/cchr) पर जाकर और "Report Discrimination" (भेदभाव की रिपोर्ट करें) पर क्लिक करके मानव अधिकार से जुड़े NYC आयोग से संपर्क करें।

अपना और अपने परिवार का ख्याल रखें

- [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell) पर ऐप लाइब्रेरी: ऑनलाइन स्वास्थ्य और भावनात्मक कल्याण के साधन।
- NYC Well: मुफ्त मानसिक स्वास्थ्य सहायता, संक्षिप्त परामर्श और रेफरल के लिए 24/7 उपलब्ध है। 888-692-9355 पर कॉल करें या [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell) पर जाकर ऑनलाइन चैट करें।
- NYS COVID-19 भावनात्मक सहायता हेल्पलाइन: प्रशिक्षित पेशेवर जो आपकी बात सुनने, सहायता करने और जरूरत पड़ने पर देखभाल के लिए रेफर करने के लिए मौजूद हैं। सप्ताह के किसी भी दिन, सुबह 8 बजे से रात 10 बजे तक 844-863-9314 पर कॉल करें।
- NYC Health + Hospitals: आप्रवासन स्थिति या भुगतान करने की क्षमता की परवाह किए बिना, न्यू यॉर्क के निवासियों को देखभाल प्रदान करता है। 844-692-4692 या 311 पर कॉल करें।

अवगत रहें

- COVID-19 के बारे में जानकारी के लिए [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) पर जाएं।
- पिछली सीट पर बैठे यात्रियों के लिए जानकारी पोस्ट करें। पोस्टर्स और फ्लायर्स के लिए [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) पर जाएं।
- NYC फिर से खुलने के बारे में अतिरिक्त मार्गदर्शन के लिए, [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) पर जाएं और [Guidance for Businesses \(कारोबारों के लिए मार्गदर्शन\)](#) पेज देखें।

स्थिति में होने वाले बदलावों के साथ-साथ NYC स्वास्थ्य विभाग सिफ़ारिशों को बदल सकता है।

6.29.20