ਨਿਊ ਯਾਰਕਰ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID-19) ਵਸੀਲਾ ਗਾਈਡ

COVID-19

ਜੇਕਰ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਹੀ ਰਹੋ। ਸਿਰਫ਼ ਜ਼ਰੂਰੀ ਡਾਕਟਰੀ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲੋ।

ਭੌਤਿਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾ ਕੇ ਰੱਖੋ। ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 6 ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਰਹੋ।

ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਸਾਫ਼ ਰੱਖੋ। ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਧੋਵੋ। ਜੇਕਰ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਉਪਲਬਧ ਨਾ ਹੋਣ ਤਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨੋ। ਤੁਸੀਂ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਲਾਗ ਸੰਚਾਰਿਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਮੌਜੂਦ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ। ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, nyc.gov/facecoverings 'ਤੇ ਜਾਓ।

COVID-19 ਟੈਸਟਿੰਗ: ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਇੱਕ COVID-19 ਟੈਸਟਿੰਗ ਸਾਈਟ ਲੱਭਣ ਲਈ nyc.gov/covidtest 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 844-692-4692 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। ਕਈ ਸਾਈਟਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਟੈਸਟਿੰਗ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

COVID-19 ਹੋਟਲ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ COVID-19 ਹੈ ਜਾਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਵੱਖ ਹੋਣਾ ਮੁਮਕਿਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਹੋਟਲ ਵਿੱਚ ਮੁਫ਼ਤ ਰਹਿਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਸੇ ਪਰਦਾਤਾ ਦੁਆਰਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ nyc.gov/covid19hotels 'ਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ 844-692-4692 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਲਈ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਅਤੇ ਪਾਰਿਵਾਰਿਕ ਛੁੱਟੀ: NYC ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਅਦਾਇਗੀ ਸਮੇਤ ਅਤੇ ਅਦਾਇਗੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਕਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨਵੇਂ ਅਧਿਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਾਲਾਤ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਮਾਲਕ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਇਸ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ, ਤੁਸੀਂ ਅਦਾਇਗੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਅਤੇ ਅਦਾਇਗੀ ਸਮੇਤ ਛੁੱਟੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਜਾਂ COVID-19 ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਸਕੋ। access.nyc.gov 'ਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣੋ; ਜਾਂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ 855-491-2667 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਵਧੇਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ: nyc.gov/health/coronavirus 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ

ACCESS NYC ਯੋਗ ਫ਼ਾਇਦਿਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਿੱਚ ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਦੇ ਵਸਨੀਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ 30 ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਹਨ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਭਾਵੇਂ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਜੋ ਵੀ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਓਦੋਂ ਵੀ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਫ਼ਾਇਦੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨੌਕਰੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। 718-557-1399 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ access.nyc.gov 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਸਟੇਟ (NYS) ਅਸਥਾਈ ਅਤੇ ਅਯੋਗਤਾ ਸਹਾਇਤਾ ਹੌਟਲਾਈਨ: 800-342-3009 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
ਬੇਰੁਜ਼ਗਾਰੀ ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦਿਓ: 888-209-8124 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ny.gov/services/get-unemployment-assistance 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਦਫ਼ਨਾਉਣ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ: ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ, ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ 718-473-8310 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ nyc.gov/site/hra/help/burial-assistance.page 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਇੱਕ ਰਿਮੋਟ ਸਿਖਲਾਈ ਡਿਵਾਈਸ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰੋ: schools.nyc.gov/learn-at-home/ipad-distribution 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਮੁਫ਼ਤ ਰੂ-ਬ-ਰੂ ਵਿੱਤੀ ਸਲਾਹ: nyc.gov/talkmoney 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਬੇਦਖਲੀ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ: ਅਜਿਹੇ ਕੁਝ ਘੱਟ-ਆਮਦਨੀ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਕਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਜਿਨ੍ਹਾਂਨੂੰ ਮਦਦ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। 212-577-3300 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ nyc.gov/site/hpd/services-and-information/eviction-prevention.page 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਕੂਲਿੰਗ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ: ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ bit.ly/CoolingAssistance 'ਤੇ ਜਾਓ ਕਿ ਆਪਣੇ ਘਰ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਏਅਰ ਕੰਡੀਸ਼ਨਰ ਜਾਂ ਪੱਖਾ ਖਰੀਦਣ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ, 911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

COVID-19 ਜਾਂ ਸਿਹਤ-ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਰ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਲਈ, ਕਾਲ ਕਰੋ:

- ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ
- ਤੁਹਾਡੇ ਜ਼ਿੱਪ ਕੋਡ ਲਈ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਕੇਅਰ ਸਾਈਟ
- 844-692-4692

ਟੈਲੀਹੈਲਥ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤਕ ਦੇਖਭਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਟੈਲੀ-ਅਰਜੈਂਟ ਦੇਖਭਾਲ 24/7:
"CityMD" ਟੈਲੀਹੈਲਥ 24/7 ਰਾਹੀਂ ਤੁਰੰਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਬੀਮਾ ਕਵਰੇਜ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ, citymd.com/virtualcare 'ਤੇ ਜਾਓ।

COVID-19 ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਸਾਈਟਾਂ:
ਆਪਣੇ ਨੇੜੇ ਹੋਰ ਸਾਈਟਾਂ ਲੱਭਣ ਲਈ hitesite.org 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ: ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਸਟੇਟ ਆਫ਼ ਹੈਲਥ ਮਾਰਕਿਟਪਲੇਸ ਦੇ ਜ਼ਰੀਏ ਕਈ ਘੱਟ ਕੀਮਤ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਸਿਹਤ ਬੀਮਾ ਪਲਾਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। 311 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ, ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਲਈ 877-877 'ਤੇ "CoveredNYC" ਲਿੱਖ ਕੇ ਭੇਜ ਕੇ, ਸਪੈਨਿਸ਼ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾ ਲਈ 877-877 'ਤੇ "SeguroNYC" ਲਿੱਖ ਕੇ ਭੇਜ ਕੇ, ਜਾਂ nyc.gov/site/doh/health/health-topics/health-insurance.page 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਅਰਜ਼ੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਇੱਕ ਅਪੌਇੰਟਮੈਂਟ ਲਵੋ।

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ: NYC Well ਰੋਜ਼ਾਨਾ 24 ਘੰਟੇ, ਹਫ਼ਤੇ ਦੇ 7 ਦਿਨ (24/7) ਮੁਫ਼ਤ, ਗੁਪਤ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਸਲਾਹਕਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ:

- 888-692-9355 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ
- Nyc.gov/nycwell 'ਤੇ ਜਾ ਕੇ ਚੈਟ ਕਰੋ।

nycwell.cityofnewyork.us/en/find-services 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿੱਚ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸੰਬੰਧੀ ਵਸੀਲੇ ਲੱਭੋ।

ਦਵਾਈ ਲਈ ਅਦਾਇਗੀ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ:

- ਨਿਊ ਯਾਰਕ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ (Rx) ਕਾਰਡ: 877-321-6755 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ newyorkrxcard.com 'ਤੇ ਜਾਓ।
- NeedyMeds: 800-503-6897 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ needymeds.org 'ਤੇ ਜਾਓ। ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਅਤੇ ਸਪੈਨਿਸ਼ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।
- RxAssist: Rxassist.org 'ਤੇ ਜਾਓ।
- ਅਮੇਰਿਕਨ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਐਸੋਸਿਏਸ਼ਨ: Insulinhelp.org 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਭੋਜਨ ਦੇ ਵਸੀਲੇ

ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੀ ਭੋਜਨ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ, 311 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ "GetFood" (ਗੇਟਫੂਡ) ਕਹੋ। ਆਪਣੇ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਲੈਣ ਲਈ ਨਜ਼ਦੀਕੀ NYC ਪਬਲਿਕ ਸਕੂਲ ਲੱਭਣ ਲਈ 877-877 'ਤੇ "FOOD" (ਫੂਡ) ਲਿੱਖ ਕੇ ਭੇਜੋ, ਜਾਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਫੂਡ ਪੈਂਟਰੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਭੋਜਨ ਡਿਲਿਵਰੀ ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ nyc.gov/getfood 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਭੋਜਨ ਸਹਾਇਤਾ: 866-888-8777 ਜਾਂ 311 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।

ਹੰਗਰ ਹੌਟਲਾਈਨ: 866-348-6479 (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ) ਜਾਂ 877-842-6273 (ਸਪੈਨਿਸ਼) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ

SNAP/ਫੂਡ ਸਟੈਂਪਸ: ਤੁਸੀਂ ਯੋਗ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਜਾਣਨ ਲਈ ਅਤੇ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਲਈ 718-557-1399 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ access.nyc.gov 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਨਾਗਰਿਕ ਸ਼ਮੂਲੀਅਤ

ਆਪਣੇ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਲ ਮੈਂਬਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: ਆਪਣੇ ਸਿਟੀ ਕੌਂਸਲ ਮੈਂਬਰ ਦੇ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਦਫ਼ਤਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਕੇ ਤੁਸੀਂ ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਆਪਣਾ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਦਫ਼ਤਰ ਲੱਭਣ ਲਈ, council.nyc.gov/districts 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਆਪਣਾ ਸੈਨਸਸ ਭਰੋ: ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸੈਨਸਸ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ My2020census.gov 'ਤੇ ਜਾਓ, ਜਾਂ 844-330-2020 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਕਾਗਜ਼ੀ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਡਾਕ ਰਾਹੀਂ ਭੇਜੋ। ਆਪਣਾ ਜਾਇਜ਼ ਹਿੱਸਾ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਲਈ ਹਰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗਿਣੋ ਜਿਸ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਅਤੇ ਅਸਥਾਈ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਹਿਮਾਨ, ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ, ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਯੂ.ਐੱਸ. ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਹਨ, ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਮੈਂਬਰ, ਦੋਸਤ, ਰੂਮ ਮੇਟਸ ਜਾਂ ਲੀਜ਼ 'ਤੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਸਾਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਹੋਰ ਵਸੀਲੇ

ਪਰਵਾਸੀ ਸਮੁਦਾਇਆਂ ਲਈ ਵਸੀਲੇ

Nyc.gov/immigrants/coronavirus 'ਤੇ ਪਰਵਾਸੀਆਂ ਲਈ COVID-19 ਵਸੀਲਾ ਗਾਈਡ 'ਤੇ ਜਾਓ। ਜੇਕਰ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਸਿਟੀ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ, ਤਾਂ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਸਵੇਰੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ 212-788-7654 'ਤੇ ਮੇਅਰਸ ਆਫਿਸ ਆਫ ਇਮੀਗ੍ਰੈਂਟ ਅਫੇਅਰਸ (MOIA) ਦੀ ਹੌਟਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ, ਜਾਂ askMOIA@cityhall.nyc.gov 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

LGBTQ+ ਕਮਿਊਨਿਟੀਜ਼ ਲਈ ਵਸੀਲੇ: ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ LGBTQ+ ਲਈ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲੱਭਣ ਲਈ NYC ਯੂਨਿਟੀ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ COVID-19 ਗਾਈਡ nyc.gov/lgbtqcovid 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਹੌਟਲਾਈਨ: ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਯੋਜਨਾਬੰਦੀ, ਕਨੂੰਨੀ ਸਹਾਇਤਾ ਜਾਂ ਕਨੂੰਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ, 800-621-4673 'ਤੇ ਸਾਡੀ 24-ਘੰਟੇ ਦੀ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਹੌਟਲਾਈਨ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ nyc.gov/site/ocdv/get-help/covid-19-update.page 'ਤੇ ਜਾਓ।

COVID-19 ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਪੱਖਪਾਤ ਅਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦੇ ਜੁਰਮਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ: NYC ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਨਸਲ, ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਮੂਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਥਿਤੀ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਉਸ ਨਾਲ ਨਫ਼ਰਤ ਅਤੇ ਵਿਤਕਰਾ, ਅਤੇ COVID-19 ਹੋਣ ਦੇ ਖ਼ਿਲਾਫ਼ ਬਦਨਾਮੀ ਦੇ ਦਾਗ ਨੂੰ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦੇ ਜੁਰਮ ਦੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਜਾਂ ਗਵਾਹ ਹੋ ਤਾਂ 911 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ। NYPD ਦੇ ਅਫ਼ਸਰ ਮਦਦ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛਣਗੇ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਿੱਚ, ਕੰਮ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਜਨਤੱਕ ਅਸਥਾਨ 'ਤੇ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਸਾਮ੍ਹਣਾ ਕੀਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ 212-416-0197 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰ ਕੇ ਜਾਂ nyc.gov/StopCOVIDHate 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਫ਼ਾਰਮ ਭਰ ਕੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਆਨ ਹਯੂਮਨ ਰਾਈਟਸ (Commission on Human Rights) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਸਥਿਤੀ ਬਦਲਣ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ NYC ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਸਿਫਾਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। 7.21.20