

# COVID-19 महामारीको अवधिमा आप्रवासी समुदायहरूको लागि न्यूयोर्क सिटी संसाधनहरू

न्यूयोर्क सिटी विशेष रूपमा कोरोनाभाइरस 2019 (COVID-19) महामारीद्वारा प्रभावित भएका न्यूयोर्क वासीहरूलाई मद्दत गर्नको लागि सम्बद्ध छ। धेरै सिटी सेवाहरू तपाईंको आप्रवासी स्थिति जे भएतापनि र अन्य योग्यता आवश्यकताहरू लागू भएतापनि तपाईंको भुक्तानी गर्ने क्षमतालाई ध्यान नदिई सबै न्यूयोर्क वासीहरूको लागि उपलब्ध छन्।

उपलब्ध सेवा तथा संसाधनहरू बारे जानकारी **बारम्बार परिवर्तन भइरहेको छ।** अद्यावधिकहरूको लागि, [nyc.gov/immigrants/coronavirus](https://nyc.gov/immigrants/coronavirus) र [nyc.gov/coronavirus](https://nyc.gov/coronavirus) मा जानुहोस् र Twitter मा [@NYCImmigrants](https://twitter.com/NYCImmigrants) फलो गर्नुहोस्।



## COVID-19 सम्बन्धी मार्गदर्शन र उपचार

- न्यूयोर्क सिटीमा जति सक्दो धेरै घरमा बस्नाले COVID-19 को फैलावलाई सुस्त बनाउन सक्छ। लक्षणहरू नदेखिएका मानिसबाट पनि भाइरस सर्न सक्छ।
- न्यूयोर्क वासीहरूले सार्वजनिक स्थानमा अनिवार्य रूपमा फेस कभरिडहरू लगाउनुपर्छ, विशेषगरी अन्य व्यक्तिहरूबाट कम्तीमा छ फिट टाढा बस्न सकिने ठाउँमा। फेस कभरिड भनेको तपाईंको नाक र मुख छोप्ने राम्रो सुरक्षित कागज वा कपडा हो र तपाईं घरबाट निस्कने समयमा लगाउनुपर्छ। कस्तो प्रकारको फेस कभरिड प्रयोग गर्नुपर्छ र कसरी गर्नुपर्छ भन्ने बारे थप जानकारीको लागि, [NYC.gov/Coronavirus](https://nyc.gov/Coronavirus) मा जानुहोस्।
- न्यूयोर्क सिटीका सबै महत्त्वपूर्ण कर्मचारीहरूले ड्युटिमा अन्य व्यक्तिसँग कुरा गर्दा अनिवार्य रूपमा फेस कभरिडहरू लगाउनुपर्छ। सिटीले सिटीका महत्त्वपूर्ण कर्मचारीहरूलाई फेस कभरिडहरू वितरण गर्दैछ।
- किराना पसलहरूमा कर्मचारी र ग्राहकहरूको सुरक्षाको लागि ग्राहकहरूलाई फेस कभरिडहरू लगाउन भन्नुपर्छ। व्यवसायको मालिकहरूलाई यो मार्गदर्शन लागू गर्नमा मद्दत गर्नको लागि चिन्हहरू पोस्ट गर्न सुझाव गरिन्छ।
- तपाईं बिरामी हुनुहुन्छ भने, घरमै बस्नुहोस्। तपाईंलाई खोकी लागेको, श्वास फेर्नमा समस्या भएको, ज्वरो आएको, घाँटी दुखेको छ र 3-4 दिन पछि पनि निको भएको महसुस गर्नुभएको छैन भने, आफ्नो चिकित्सकसँग परामर्श लिनुहोस्।
- व्यक्तिगत रूपमा आफ्नो चिकित्सकलाई भेट्न जानुभन्दा टेलिफोन, टेक्स्ट, टेलिमेडिसिन (भिडियो सम्मेलन) वा बिरामी पोर्टल प्रयोग गरेर आफ्नो चिकित्सकसँग कुरा गर्नुहोस्। तपाईंले आफ्नो घरबाट बाहिर चिकित्सा स्याहार खोज्नुपर्छ वा पर्देन भन्ने कुराको निर्णय तपाईं र तपाईंको चिकित्सकले लिनुहुनेछ।
- तपाईंलाई चिकित्सक खोज्न वा चिकित्सा स्याहार प्राप्त गर्नमा मद्दत आवश्यक परेमा, **311** मा फोन गर्नुहोस्। तपाईंको आप्रवासी स्थिति जे भएपनि र तपाईंले यो भुक्तान गर्न सक्नुभएतापनि वा नभएतापनि सिटीले चिकित्सा स्याहार उपलब्ध गराउनेछ।
- न्यूयोर्क सिटीले बिरामीहरूसँग सिधै COVID-19 का परीक्षणहरू सेट अप गरिरहेको छैन। तपाईंले त्यस्तो कल प्राप्त गर्नुहुन्छ भने, त्यो स्वयाम हो। कुनै पनि आवश्यक परीक्षणहरू सहित आफ्नो स्वास्थ्य सम्बन्धी जानकारी बारे आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग मात्र छलफल गर्नुहोस्।
- तपाईंले COVID-19 महामारीमा के गर्नुपर्छ भन्ने बारेमा सिटीको मार्गदर्शन बारम्बार रूपमा अद्यावधिक गरिएको छ। नवीनतम जानकारी थाहा पाउनका लागि, [NYC.gov/Coronavirus](https://nyc.gov/Coronavirus) मा जानुहोस्। जानकारी 20 भाषाहरूमा उपलब्ध छ।
  - अङ्ग्रेजीमा COVID-19 बारे वास्तविक-समय पाठ अद्यावधिकहरू प्राप्त गर्नको लागि, **692-692** मा **COVID** लेखेर पठाउनुहोस्।
  - स्पेनी भाषामा वास्तविक-समय अद्यावधिकहरू प्राप्त गर्नको लागि, **692-692** मा **COVIDESP** लेखेर पठाउनुहोस्।
  - Twitter मा वास्तविक-समय अद्यावधिकहरू अङ्ग्रेजी, स्पेनी र चिनियाँ भाषामा पनि फेला पार्न सकिन्छ। [@NotifyNYC](https://twitter.com/NotifyNYC), [@NNYCSpanish](https://twitter.com/NNYCSpanish) र [@NNYCCChinese](https://twitter.com/NNYCCChinese) लाई फलो गर्नुहोस्।
- लक्षणहरू देखिएका वा COVID-19 को लागि पोजेटिभ देखिएका न्यूयोर्क वासीहरू COVID-19 भएको कोही व्यक्तिसँग नजिकको सम्पर्कमा आएका छन् र हाल क्वारेन्टाइनमा रहेका व्यक्तिहरूले आफ्नो स्टार्टसमा सिटी अद्यावधिक गर्न सक्छन्। थप जानकारीको लागि [NYC COVID-19 संलग्नता पोर्टल](https://nyc.gov/COVID-19) मा जानुहोस्।



## COVID-19 र आप्रवासन सरोकार

- COVID-19 को लागि स्याहार, उपचार वा परीक्षण प्राप्त गर्नले, तपाईंलाई "सार्वजनिक शुल्क" लाग्नेछैन वा ग्रीन कार्डको लागि आवेदन दिने तपाईंको क्षमतालाई नोक्सान पुर्याउनेछैन। परोपकार वा घटाइएको चिकित्सा स्याहार प्राप्त गर्नले ग्रीन कार्डको लागि आवेदन दिने तपाईंको क्षमतालाई नोक्सान पुर्याउनेछैन। ग्रीन कार्ड वाहकहरूले नागरिकताको लागि आवेदन दिँदा कुनै "सार्वजनिक शुल्क" को परीक्षण हुँदैन। डर बिना स्याहार खोज्नुहोस्।
- धेरैजसो आप्रवासीहरू "सार्वजनिक शुल्क" को परीक्षणद्वारा प्रभावित हुँदैनन्।
- र सबै सार्वजनिक, सेवा, कार्यक्रम वा लाभहरूलाई "सार्वजनिक शुल्क" को परीक्षणमा "सार्वजनिक लाभहरू" मानिँदैन। उदाहरणको लागि, "सार्वजनिक शुल्क" को परीक्षणको विषय भएका आप्रवासीहरूको लागि पनि, निम्न सेवा तथा कार्यक्रमहरूलाई "सार्वजनिक लाभहरू" मानिँदैन।
  - गैर-आकस्मिक चिकित्सा सहायता बाहेकका स्वास्थ्य स्याहार सेवाहरू र धेरैजसो स्वास्थ्य बीमा
  - Medicaid समावेश हुँदा, चिकित्सा स्याहारका निम्न लाभहरूलाई निकालिन्छः
    - आकस्मिक Medicaid
    - Medicaid द्वारा वित्त व्यवस्था गरिएको तर असक्षमता भएका व्यक्तिहरूको शिक्षा ऐन (IDEA) अन्तर्गत उपलब्ध गराइएका सेवाहरू
    - विद्यालय-आधारित सेवाहरू वा Medicaid द्वारा वित्त व्यवस्था गरिएका लाभहरू
    - 21 वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकाले प्राप्त गरेका Medicaid लाभहरू
    - + 60 दिनको गर्भावस्थाको अवधिमा महिलाले प्राप्त गरेको Medicaid लाभहरू
  - धेरै प्रकारका खाद्य सहायता, जस्तै महिला, शिशु र बालबालिका (WIC) को लागि विशेष पूरक पोषण कार्यक्रम, खाद्य भण्डार, विद्यालयमा ग्राब एण्ड गो खानाहरू र थप (SNAP बाहेक; तल दिइएको "खाद्य" खण्ड हेर्नुहोस्)
  - बेरोजगारी लाभहरू
- आप्रवासी स्थिति बाहेक सबै स्वास्थ्य स्याहार बिरामीहरूको लागि ठाउँमा कडा गोपनीयता संरक्षणहरू छन्। संघीय कानून अन्तर्गत, अस्पताल र क्लिनिकहरूले कानूनद्वारा बिरामीको जानकारी साझा गर्न आवश्यक नभएसम्म, तिनीहरूले उक्त जानकारी बिरामीको स्वीकृति बिना साझा गर्दैनन्।
- तपाईंसँग आप्रवासन र सार्वजनिक लाभहरू बारे प्रश्नहरू छन् भने, निःशुल्क, गोपनीयता ActionNYC लाई सोमबार देखि शुक्रबारसम्म बिहानको 9 बजेदेखि साँझको 6 बजेसम्म **1-800-354-0365** हटलाइनमा वा **311** मा फोन गर्नुहोस् र कानूनी मद्दतको लागि विश्वासनीय जानकारी तथा सम्बन्धहरू सामयिक रूपमा "सार्वजनिक लाभहरू" पहुँच गर्न भन्नुहोस्।



## स्वास्थ्य सेवा तथा कल्याण

- NYC स्वास्थ्य + अस्पतालहरूले तपाईंको आप्रवासी स्थिति जस्तोसुकै भएपनि सबै न्यूयोर्क वासीहरूलाई स्याहार उपलब्ध गराउँछन्। तपाईंसँग बीमा नभएतापनि र स्वास्थ्य स्याहारको लागि भुक्तान गर्न नसकेतापनि NYC स्वास्थ्य + अस्पतालहरूले तपाईंलाई मद्दत गर्नेछन्। यो आकस्मिक स्याहार, चिकित्सकसँगको भेट, औषधिहरू, दीर्घकालीन स्याहार र अस्पतालमा बस्ने सहित सबै प्रकारका स्वास्थ्य स्याहार सेवाहरूको लागि लागू हुन्छ। [NYCHealthandHospitals.org/immigrant](http://NYCHealthandHospitals.org/immigrant) मा जानुहोस् वा 844-NYC-4NYC (844-692-4692) वा 311 मा फोन गर्नुहोस्।
- NYC स्याहार भनेको एउटा कार्यक्रम हो जसले स्वास्थ्य बीमाको लागि योग्य नभएका वा बीमा गर्न नसकेका न्यूयोर्क वासीहरूलाई NYC स्वास्थ्य + अस्पतालहरूद्वारा प्रस्ताव गरिएका न्यून-शुल्क र कुनै पनि शुल्क नलाग्ने सेवाहरूको ग्यारेण्टी दिन्छ। सामाजिक दूरी अनुपालन गर्नको लागि (तपाईंको घरमा नबस्ने व्यक्तिबाट कम्तीमा छ फिट टाढा बस्ने), NYC स्याहारका कर्मचारी सदस्यहरूले तपाईंको सम्पर्क जानकारी लिएर व्यक्तिगत बैठकहरू अनुमोदित हुँदा नामांकनको लागि तपाईंलाई फोन गर्नेछन्। [NYCCare.nyc](http://NYCCare.nyc) मा जानुहोस् वा **1-646-NYC-Care (1-646-692-2273)** वा **311** मा फोन गर्नुहोस्।
- न्यूयोर्क सिटी तपाईंको आयमा आधारित रहेर स्लाइडिङ शुल्कको आधारमा चिकित्सा स्याहार उपलब्ध गराउने धेरै समुदाय स्वास्थ्य केन्द्रहरूको लागि घर हो। यो स्याहार आप्रवासी स्थितिलाई ध्यान नदिई, सबैजनाको लागि उपलब्ध छ। आफ्नो नजिकको स्थान फेला पार्नको लागि [FindaHealthCenter.HRSA.gov](http://FindaHealthCenter.HRSA.gov) वा [NYC न्यून-निःशुल्क स्याहार विकल्प सूची](http://NYC न्यून-निःशुल्क स्याहार विकल्प सूची) मा जानुहोस्।

- तपाईंलाई थकान, तनाव वा अस्तव्यस्त महसूस भइरहेको छ भने, NYC Well मा, सिटीको 200+ भाषाहरूमा उपलब्ध भएको निःशुल्क, गोपनीय हेल्पलाइनमा प्रशिक्षित परामर्शहरूलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। **888-NYC-WELL (888-692-9355)** मा फोन गर्नुहोस्, **65173** मा **WELL** लेखेर पठाउनुहोस् वा [NYC.gov/NYCVWell](https://www.nyc.gov/NYCVWell) मा अनलाइन च्याट गर्नुहोस्।
- विशेष रूपमा प्रशिक्षित स्वयंसेवी व्यवसायीहरूसँग कुरा गर्नको लागि न्यूयोर्क राज्यको COVID-19 भावनात्मक सहायता हेल्पलाइनलाई 844-863-9314 मा फोन गर्नुहोस्। उनीहरू हप्ताको 7 दिन बिहानको 8 बजेदेखि रातिको 10 बजेसम्म सन्दर्भहरू सुन्न, समर्थन गर्न र प्रस्ताव गर्न उपलब्ध हुन्छन्।

## स्वास्थ्य बीमा

- धेरै कमदेखि शून्य शुल्कका स्वास्थ्य बीमा योजनाहरू कागजातीकरण नगरिएका बालबालिका र गर्भवती महिला सहित आप्रवासीहरूको लागि उपलब्ध छन्। Medicaid, Child Health Plus र Essential Plan वर्षभरी उपलब्ध हुन्छन्। [New York State of Health](https://www.health.ny.gov/) मा जानुहोस् वा **311** मा फोन गर्नुहोस्।
- COVID-19 महामारीको कारणले, व्यक्तिगत स्वास्थ्य बीमाको नामांकन सेवाहरूलाई थप सूचना नदिँदासम्म निलम्बन गरिनेछ। तपाईंले जानकारी वा टेलिफोन नामांकन अपोइन्टमेन्ट निर्धारण गर्नको लागि फोन गर्न सक्नुहुन्छ। आप्रवासी स्थितिलाई ध्यान नदिई र धेरै भाषाहरूमा मद्दत उपलब्ध छ। अपोइन्टमेन्ट निर्धारण गर्नको लागि [NYC को स्वास्थ्य बीमा सेवा कार्यालय मा जानुहोस् वा 311 मा फोन गर्नुहोस्। तपाईंले 877-877](https://www.nyc.gov/health/) मा **CoveredNYC** लेखेर पठाउन पनि सक्नुहुन्छ। स्पेनी भाषाको लागि **877-877** मा **SeguroNYC** लेखेर पठाउनुहोस्।
- सामुदायिक स्वास्थ्य अधिवक्ता (CHA) ले न्यूयोर्क वासीहरूलाई न्यूयोर्क राज्यभरीका समुदायहरूमा व्यक्तिगत सहायता र शिक्षा उपलब्ध गराएर जटिल स्वास्थ्य स्याहार प्रणालीलाई नेभिगेट गर्न मद्दत गर्छ। CHA ले स्वास्थ्य बीमा कसरी प्रयोग गर्ने चिकित्सा बिलिङ र ऋण सम्बन्धी समस्याहरू र विवाद कभरेज अस्वीकृति र योग्यता निर्धारणहरू कसरी समाधान गर्ने भन्ने बारेमा सहायता उपलब्ध गराउँछ। 170 भन्दा धेरै भाषाहरूमा मद्दत उपलब्ध छ। सोमबारदेखि शुक्रबार बिहानको 9 बजेदेखि दिउँसोको 4 बजेसम्म **(888) 614-5400** हटलाइनमा फोन गर्नुहोस्।

## खाद्यान्नFood

- पूरक पोषण सहायता कार्यक्रम (SNAP) वा फुड स्ट्याम्पहरूले सीमित आय भएका मानिसहरूलाई खाना खरिद गर्नमा मद्दत गर्छ। केही आप्रवासन प्रतिबन्धहरू लागू हुन्छ। अनलाइन आवेदन र नवीकरण तपाईंलाई आफ्नो लाभ केसको लागि आवेदन दिन र व्यवस्थित गर्नको लागि अनुमति दिने सिटीको अनलाइन पोर्टल [ACCESS HRA](https://www.accesshra.org/) मार्फत पूरा गर्न सकिन्छ। थप जानकारीका लागि HRA को इन्फोलाइन **718-557-1399** मा फोन गर्नुहोस्।
  - NYC मा भएका SNAP प्राप्तकर्ताहरूले [Amazon](https://www.amazon.com/), [Shoprite](https://www.shoprite.com/) वा [Walmart](https://www.walmart.com/) मा [ग्रोसरीहरूको लागि अनलाइन किनमेल गर्न सक्छन्](https://www.nyc.gov/food/)। अनलाइन स्टोरले तपाईंको घरको ठेगानामा डेलिभर गर्छ भन्ने कुरा पुष्टि गर्न निश्चित हुनुहोस्।
  - तपाईंसँग SNAP जस्ता आप्रवासी र सार्वजनिक लाभहरू बारे प्रश्नहरू छन् भने, निःशुल्क, गोपनीयता ActionNYC लाई सोमबार देखि शुक्रबारसम्म बिहानको 9 बजेदेखि साँझको 6 बजेसम्म **1-800-354-0365**, हटलाइनमा वा **311** मा फोन गर्नुहोस् र कानूनी मद्दतको लागि जानकारी तथा सम्बन्धहरू "सार्वजनिक लाभहरू" पहुँच गर्न भन्नुहोस्।
- तल सूचीबद्ध गरिएका सेवाहरू तपाईंको आप्रवासी स्थिति जे भएपनि सबै न्यूयोर्क वासीहरूलाई निःशुल्क उपलब्ध गराइन्छ। कागजातिकरण नभएका आप्रवासीहरूले पनि यी सेवाहरू प्राप्त गर्न सक्छन् र त्यसो गर्नाले तपाईंलाई "सार्वजनिक शुल्क" लाग्नेछैन वा ग्रीन कार्डको लागि आवेदन दिने तपाईंको क्षमतालाई नोक्सान पुर्याउनेछैन।
  - न्यूयोर्क सिटीको खाद्य भण्डारणहरूले ग्रोसरीहरू र समुदायिक किचनहरूले तातो खानाहरू उपलब्ध गराउँछन्। कुनै आय सीमा छैन। [FoodHelpNYC](https://www.foodhelpnyc.org/) प्रयोग गरेर वा 311 मा फोन गरेर तपाईं र घर नजिकैका स्थानहरू खोज्नुहोस्।
  - सिटी व्यापक खाना हबहरूमा सबै न्यूयोर्क वासीहरूको लागि दिनको तीन पटक खानाहरू उपलब्ध हुन्छ। खाना हबहरू बालबालिका तथा परिवारहरूको लागि सोमबार देखि शुक्रबारसम्म बिहानको 7:30 बजेदेखि 11:30 बजेसम्म खुल्छ र वयस्कहरूको लागि बिहानको 11:30 बजेदेखि दिउँसोको 1:30 बजेसम्म खुल्छ। यी खानाहरू लिनको लागि कुनै दर्ता, पहिचान वा कागजात आवश्यक हुँदैन। सबै वयस्क तथा बालबालिकाहरूले एक पटकमा तीनवटा खानाहरू लिन सक्छन्। आमाबुवा वा अभिभावकहरूले आफ्ना बालबालिकाको लागि खानाहरू लिन सक्छन्। कुनै डाइनिङ ठाउँ उपलब्ध छैन, त्यसैले खानाहरू मिल हबको बाहिर खानुपर्छ। सबै साइटहरूमा शाकाहारी, कोशर र हलाल विकल्पहरू

उपलब्ध छन्। शिक्षा विभागको [निःशुल्क खाना स्थान खोज्ने वेबसाइट](#) मा जानुहोस् वा **311** मा फोन गर्नुहोस्। तपाईंले **877-877** मा **FOOD** लेखेर पठाउन पनि सक्नुहुन्छ। स्पेनी भाषाको लागि **877-877** मा **COMIDA** लेखेर पठाउनुहोस्।

- सम्भावित होम डेलीभरि सहित खाना कहाँ र कसरी प्राप्त गर्ने भन्ने बारे विकल्पहरू खोजिरहेका 60 र सोभन्दा बढी उमेरका कुनै पनि वृद्ध व्यक्तिहरू [www.nyc.gov/getfood](http://www.nyc.gov/getfood) मा गएर वा 311 मा सम्पर्क गरेर "खाना प्राप्त गर्ने" भन्नुपर्छ।
- यस सेवालार्इ रद्द, परिवर्तन गर्न वा यस बारे उजुरी पेश गर्नको लागि तपाईंले 311 मा फोन गरेर "खाना प्राप्त गर्ने" भन्न वा निम्न ठेगानामा अनलाइन पृष्ठपोषण पेश गर्न सक्नुहुन्छ: [on.nyc.gov/seniorfoodhelp](http://on.nyc.gov/seniorfoodhelp)
- तपाईं आफ्नो घर छोडेर जान सक्नुहुन्न, तपाईंलाई खाना ल्याइदिने कोही पनि छैन र निजी डेलिभरी विकल्पहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुन्न भने, तपाईं आफ्नो घरमा खाना डेलीभरि प्राप्त गर्न योग्य हुन सक्नुहुन्छ। [NYC COVID-19 खाद्य सहायता संसाधान वेबसाइट](#) मा गएर वा 311 मा फोन गरेर "खाना प्राप्त गर्ने" भन्नुहोस्।
- महिला, शिशु र बालबालिका (WIC) को लागि विशेष पूरक पोषण कार्यक्रमले कम-आय भएका महिला र बालबालिकालार्इ निःशुल्क स्वस्थ खाना र अन्य सेवाहरू उपलब्ध गराउँछ। [ACCESS NYC](#) (स्पेनी भाषाको लागि, [ACCESS NYC Español](#) मा जानुहोस्) मा जानुहोस् वा HRA को इन्फोलाइनलाई **718-557-1399** मा फोन गर्नुहोस्।



## हाउजिङ तथा उपयोगिता

- तपाईंको आप्रवासी स्थिति जे भएपनि, न्यूयोर्कमा यो समय सबैजनाको लागि सम्पूर्ण निष्कासन कार्यवाही र विचाराधीन निष्कासनका आदेशहरूलाई निलम्बन गरिएको छ। यसको अर्थ यो हो कि यस समयावधिमा तपाईंको घर मालिकले तपाईंलाई घर-भाडा तिर्न नसकेकोमा घरबाट निकल्न सक्नुहुन्न भन्न खोजेको हो। थप जानकारीका लागि, [Mayor's Office to Protect Tenants वेबसाइट](#) वा NYS अधिवक्ता जनरलको [COVID-19](#) र आवास अधिकार पृष्ठ हेर्नुहोस्।
- प्रश्रहरू भएका वा आफ्नो भाडा बारे कानूनी सुझाव खोजेका आसामीहरूलाई आफ्ना घर-मालिकद्वारा दुर्व्यवहार गरिएमा वा उनीहरूलाई निष्कासनको धम्की दिइएमा, उनीहरूले हटलाइन 311 मा फोन गरेर सिटीको आवासीय भाडादारलाई सम्पर्क गर्न सक्छन्। हटलाइनले सिटी लाभहरू कसरी पहुँच गर्ने र COVID-19 संकटको अवधिमा भाडामा बस्नेसँग सम्बन्धित समस्याहरू सम्बोधन गर्न-जिप कोड, आय वा आप्रवासी स्थितिलाई ध्यान नदिई-सबै न्यूयोर्क वासीहरूलाई मद्दत गर्नको लागि उपलब्ध सहायता, निःशुल्क कानूनी सुझाव र अन्य संसाधानहरूको लागि कसरी आवेदन दिने भन्ने बारेमा मार्गदर्शन उपलब्ध गराउँछ।
- कोरोनाभाइरसको नतिजा स्वरूप तपाईंको कार्य तालिका घटेर तपाईंले आफ्नो भाडा तिर्न नसकेमा, तपाईंले आकस्मिक नगद सहायताको लागि आवेदन दिन सक्नुहुन्छ। केही आप्रवासन प्रतिबन्धहरू लागू हुन्छ। [ACCESS NYC](#) (स्पेनी भाषाको लागि, [Access NYC Español](#) मा जानुहोस्) मा जानुहोस् वा HRA को इन्फोलाइनलाई 718-557-1399 मा फोन गर्नुहोस्।
- घरमा आधारित कार्यक्रमले आफ्नो घर गुमाउने निकटस्थ जोखिममा भएका र आश्रय प्रणालीमा प्रवेश गरिरहेका NYC आवासीहरूलाई मद्दत गर्न सक्छ। घरमा आधारित HRA को वेबपृष्ठमा जानुहोस् वा 311 मा फोन गर्नुहोस्।
- तपाईंले NYC हाउजिङ संरक्षण तथा विकास (HPD) को खण्ड 8 भौचर प्रयोग गरेमा र कम आयको कारणले भाडा तिर्नमा समस्या भएमा, सहायता प्राप्त गर्नको लागि [DTRAI@hpd.nyc.gov](mailto:DTRAI@hpd.nyc.gov) मा इमेल गर्नुहोस्।
- कम आय प्राप्त गरिरहेका NYCHA आवासीहरू [NYCHA को भाडा विपत्ति कार्यक्रम](#) को लागि योग्य हुन सक्छन्। थप जान्नको लागि, NYCHA ग्राहक सम्पर्क केन्द्रलाई **718-707-7771** मा फोन गर्नुहोस्।
- सिटीले NYCHA आवासीहरूलाई सबै NYCHA आवासीहरूका साथै सिनियरहरूको लागि पनि खाना तथा कल्याण जाँचहरूको व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण र COVID-19 परीक्षण सहित विभिन्न संसाधानहरू उपलब्ध गराउँदै छ। थप जानकारीका लागि, [NYCHA को वेबसाइट हेर्नुहोस्](#)।
- न्यूयोर्क सिटीले निम्न व्यक्तिका समूहहरूलाई अस्थायी होटल आवासहरू उपलब्ध गराउँदै छ। घरवारविहीन भएका न्यूयोर्क वासीहरू; लक्षणहरू नदेखिएका स्वास्थ्यस्याहार कर्मचारी; NYC स्वास्थ्य + डिस्चार्ज भएका र स्वयं-आइसोलेसनको आवश्यकता भएको अस्पतालका बिरामीहरू; र COVID-19 को लागि पोजेटिभ प्रमाणित भएका वा COVID-19 का लक्षणहरू देखिएका र स्वयं-आइसोलेसनको आवश्यकता भएको व्यक्तिहरू। थप जानकारीका लागि, [nyc.gov/covid19hotel](http://nyc.gov/covid19hotel) मा हेर्नुहोस्।
- ConEdison ले उपयोगिता बिलहरू तिर्न नसकेको र ढिलो जरिवाना शुल्क अस्वीकार गरेकोमा विद्युतीय सेवाहरू बन्द नगर्ने कुरा स्वीकार गरेको छ। National Grid ले पनि कम्तीमा अप्रिल महिनाको अन्त्यसम्म बिलहरू भुक्तान गर्न नसकेकोमा ग्याँस सेवा जडान विच्छेद गर्नेछैन भनेको छ। थप जानकारीका लागि [ConEdison वेबसाइट](#) र [National Grid वेबसाइट](#) मा हेर्नुहोस्।
- [Comcast](#), [AT&T](#), र [Verizon](#) ले तपाईंले COVID-19 द्वारा भएको अवरोधहरूको कारणले उनीहरूको बिलहरू भुक्तान गर्न नसकेमा 60 दिनको लागि इन्टरनेट सेवाहरू निलम्बन नगर्ने कुरा स्वीकार गरेका छन्।
- Comcast ले नयाँ कम आय भएका ग्राहकहरूलाई 25 Mbps) सम्मको दुई महिनाको निःशुल्क इन्टरनेट दिँदैछ। थप कुरा फेला

पार्न [Comcast Internal Essentials वेबसाइट](#) मा हेर्नुहोस्।

- [Metro PCS](#), [T-Mobile](#), [Sprint](#), [AT&T](#) र [Comcast Xfinity](#) सबैले कम्तीमा 60 दिनको लागि मोबाइल सदस्यताहरूको लागि उनीहरूको डाटा क्याप्स उठाइरहेका छन्। [Verizon](#) ले स्वचालित रूपमा उपभोक्ता र डाटा योजनाहरू साझा गरेको सानो व्यवसाय, हटस्पट र जेटप्याकहरूको लागि 4G LTE डाटाको थप 15GB थपिरहेको छ। थप जानकारीका लागि आफ्नो मोबाइल प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- थप सूचना नआउँदासम्म, सबै Xfinity WiFi का सार्वजनिक हटस्पटहरू अब “xfinitywifi” SSID मा सबैजनाको लागि खुला छन्। सार्वजनिक हटस्पटहरू साना/मध्य व्यवसायहरू र व्यावसायिक क्षेत्रहरूमा भएका बाहिरी कार्यहरूमा फेला पार्न सकिन्छ। WiFi सार्वजनिक हटस्पट फेला पार्न र [Xfinity WiFi वेबसाइट](#) मा हेर्नुहोस् र थप जान्नुहोस्।



## शिक्षा र बाल स्याहार

- विद्यालयहरू बन्द रहने भएका कारण 2019-2020 विद्यालय वर्षको बाँकी दिनका लागि रिमोट अध्ययन जारी रहनेछ। यसको अर्थ विद्यार्थीहरूले इन्टरनेट प्रयोग गरी घरबाट आफ्ना कक्षाहरू लिनेछन्। शिक्षा विभाग (DOE) ले आवश्यक विद्यार्थीहरूलाई इन्टरनेटद्वारा सक्षम हुने iPadहरू भाँडामा दिँदै छ। सेलुलर डाटा योजना समावेश गरिएको छ। [Schools.NYC.gov/Coronavirus](#) मा थप फेला पार्नुहोस् वा 311 मा फोन गर्नुहोस्।
- K-12 विद्यार्थी र विश्वविद्यालयका विद्यार्थीहरूका लागि धेरै निःशुल्क इन्टरनेट विकल्पहरू छन्।
  - [Charter Spectrum](#) ले नयाँ ग्राहकहरूलाई पहिलो दुई महिना निःशुल्क 100 Mbps गतिको इन्टरनेट उपलब्ध गराउँछ। स्थापना शुल्कहरू छूट गर्न सकिन्छ। 1-844-488-8395 मा फोन गर्नुहोस्।
  - Altice USA द्वारा स्वामित्व अधिकार प्राप्त [Suddenlink](#) र [Optimum](#) दुबैले नयाँ ग्राहकहरूलाई 60 दिनको लागि निःशुल्क 30 Mbps गतिको इन्टरनेट प्रदान गरिरहेका छन्। Optimum को लागि 1-866-200-9522 मा फोन गर्नुहोस् र Suddenlink इन्टरनेट सेवाको लागि 1-888-633-0030 मा फोन गर्नुहोस्।
  - Cox ले मे 12, 2020 सम्म बालबालिका (K-12 वा सो भन्दा कम उमेरका) भएका कम आय हुने ग्राहकहरूलाई आफ्नो इन्टरनेट कार्यक्रम, [Connect2Compete](#)बाट पहिलो दुई महिनाको लागि निःशुल्क इन्टरनेट प्रदान गरिरहेको छ।
- DOE सँग प्रि-किन्डरगार्टनदेखि 12 ग्रेडका विद्यार्थीहरूका लागि अङ्ग्रेजीमा [घरमा अध्ययन गर्ने संसाधनहरू](#) छ।
- NYC Administration for Children's Services (ACS) सँग आमाबुवा र बालबालिकाको लागि पालन-पोषण सुझाव, क्वारेन्टाइनको अवधिमा सुझावित क्रियाकलाप र आधारभूत आवश्यकताहरूको लागि संसाधनहरू सहित [भर्चुअल COVID-19 संसाधन निर्देशिका](#) छ।
- ACS ले समुदायको लागि र मा प्रस्ताव गर्ने दायरा उपलब्ध गराउने पारिवारिक संवर्धन केन्द्रहरू (FECs) उपलब्ध गराउनको लागि तीनवटा छिमेकीसँग समुदायमा आधारित संस्थाहरूसँग साझेदारी गर्दछ। FECs ले अहिले रिमोट सन्दर्भ र सहायता साथसाथै सीमित व्यक्तिगत आपतकालीन संसाधनहरू उपलब्ध गराउँदछ। थप जानकारीका लागि तपाईं [ACS वेबसाइट](#) मा जान सक्नुहुन्छ।
- New York Public Library (NYPL) ले [विद्यार्थीहरूका लागि निःशुल्क अनलाइन शिक्षण](#) प्रदान गर्छ। विद्यार्थीहरूले अपराह्न 2 बजेदेखि राति 11 बजेसम्म दैनिक रूपमा निजी शिक्षकहरूबाट अनलाइन सहयोग मद्दत प्राप्त गर्न सक्छन्। निजी शिक्षकहरू मुख्य विषय क्षेत्रहरूमा, उच्च विद्यालयका ग्रेडहरू मार्फत प्रारम्भिक इलिमेन्टरीबाट अङ्ग्रेजी र स्पेनिशमा उपलब्ध छन्। भिडियो सामग्री र अन्य संसाधनहरू पनि दिनको 24 घण्टा उपलब्ध छन्। परिवारहरूलाई यो सेवामा पहुँच गर्न न्यूयार्क पब्लिक लाइब्रेरी आवश्यक पर्नेछ र [न्यूयार्क पब्लिक लाइब्रेरी](#) मा कार्डका लागि आवेदन दिन सक्छन्।
- हामी NYC मा कुरा गर्छौं जसले निःशुल्क अनलाइन शैक्षिक अङ्ग्रेजी भाषा स्रोतहरू उपलब्ध गराउँछ र निःशुल्क साप्ताहिक अनलाइन कक्षाहरू उपलब्ध गर्दछ। नयाँ मानिसलाई भेट्न, आप्रवासी स्थिति र अङ्ग्रेजी बोल्ने अभ्यासमा ध्यान नदिई सबै न्यूयार्क शहरका निवासीहरूलाई उपलब्ध हुने न्यूयार्क सिटीका सेवा बारे जान्न [आजको कक्षामा साइन अप गर्नुहोस्](#)। तपाईं कक्षा छोड्न चाहनुहुन्छ भने, कृपया [यहाँ कक्षाहरूको समयतालिका](#) मा जानुहोस्। खाता सिर्जना नगरीकन नै जोकोहीले पनि [We Speak NYC वेबसाइट](#) मा निःशुल्क स्रोतहरूमा पहुँच गर्न सक्नुहुन्छ। पाठ योजना र हातेपुस्तकहरू सहित शिक्षकहरूका लागि सामग्रीहरू पनि उपलब्ध छन्।
- सिटीले पहिलो प्रतिक्रिया जनाउने स्वास्थ्यकर्मी, स्वास्थ्य स्याहार कर्मचारी, ट्राजिट कर्मचारी र सहरका अन्य कर्मचारीका साथै आवश्यक कर्मचारीहरूका लागि Regional Enrichment Centers (RECs) मा निःशुल्क बाल स्याहार प्रदान उपलब्ध गराउँछ। RECs प्रि-किन्डरगार्टनदेखि ग्रेड 12 सम्मका बालबालिकाका लागि सोमबारदेखि शुक्रबार बिहान 7:30 बजेदेखि साँझ 6:30 बजेसम्म खुला रहन्छन्। खानाहरू उपलब्ध गराइनेछ। सेवाहरू र निःशुल्क बाल स्याहारका लागि योग्य कर्मचारीहरूको पूरा सूची बारे थप जान्न DOE को [Regional Enrichment Center वेबसाइट](#) मा हेर्नुहोस् वा 311 मा फोन गर्नुहोस्।



## Worker Support and Financial Assistance

- तपाईं व्यवसाय मालिक वा जागिर खोजिरहेको व्यक्ति जो भएपनि, NYC Department of Small Business Services ले न्यूयोर्क वासीहरूका लागि सहायता प्रदान गर्छ। कोभिड-19 बारे नवीनतम स्रोतहरू र जानकारी प्राप्त गर्न [nyc.gov/sbs](http://nyc.gov/sbs) मा हेर्नुहोस्।
- Coronavirus Aid, Relief, and Economic Security Act (CARES Act) को भागको रूपमा, सरकारले निश्चित रकमभन्दा कम आर्जन गर्ने व्यक्तिहरूका लागि संयुक्त राज्यमा धेरै मानिसहरूलाई आर्थिक प्रभाव भुक्तानीहरू पठाइरहेको छ।
  - तपाईं आर्थिक प्रभाव भुक्तानीका लागि योग्य हुन सक्नुहुन्छ यदि
    - तपाईं U.S. नागरिक वा U.S. विदेशी निवासी नागरिक हुनुहुन्छ;
    - अरु कसैले फिर्तामा विभागको रूपमा दाबी गर्न सकिँदैन;
    - सामाजिक सुरक्षा नम्बर (SSN) छ जुन रोजगार (मान्य SSN) का लागि मान्य छ; र
    - व्यक्तिगत रूपमा \$99,000 वा संयुक्त रूपमा \$198,000 सम्म कूल आम्दानी हुन्छ।
  - परिवारको अवस्थामा, दुबै आमाबुवासँग मान्य सामाजिक सुरक्षा नम्बर हुनुपर्छ र आश्रितको रूपमा बालबालिकाले गरेका दाबीहरू मान्य सामाजिक सुरक्षा नम्बर पनि हुनुपर्छ। (अपवाद: यदि दुबै जीवनसाथी करयोग्य वर्षको अवधिमा कुनै पनि समयमा संयुक्त राज्य अमेरिकी सशस्त्र बलको सदस्य हुनुहुन्छ भने, एक जीवनसाथी मात्र मान्य SSN हुन आवश्यक हुन्छ।)
  - थप जानकारीका लागि, [ACCESS NYC](http://ACCESS NYC) मा हेर्नुहोस्।
- कर्मचारीको रूपमा आफ्ना अधिकार थाहा पाउनुहोस् र यी अधिकारमा न्यूयोर्क सिटी कानून अन्तर्गतका भुक्तान सुरक्षा र बिरामी बिदा सहित तपाईंको आप्रवासी स्थिति के हो भन्ने बारे कुनै समस्या हुँदैन। [NYC कामदार बिल अधिकार](http://NYC कामदार बिल अधिकार) कागजात नभएका आप्रवासीहरू सहित सबैमा लागू हुन्छ।
- तपाईं न्यूयोर्क राज्यको कानून अन्तर्गत COVID-19 का लागि आपतकालिन भुक्तान बिरामी बिदामा हकदार हुन सक्नुहुन्छ। कागजात नभएका आप्रवासीहरू पनि योग्य हुन सक्छन्। थप जान्ने, [न्यूयोर्क राज्यको गर्भनरको वेबसाइट](http://न्यूयोर्क राज्यको गर्भनरको वेबसाइट) मा हेर्नुहोस् वा राज्यको COVID-19 हटलाइन 1-888-364-3065 मा फोन गर्नुहोस्।
- कार्य अधिकार प्रदानका साथ आप्रवासी न्यूयोर्क वासीहरू बेरोजगारी बिमा लाभहरूका लागि योग्य हुन सक्छन्। न्यूयोर्क राज्यले 7 दिने प्रतीक्षालाई छुट दिइरहेको छ। [न्यूयोर्क राज्य श्रम विभागको वेबसाइट](http://न्यूयोर्क राज्य श्रम विभागको वेबसाइट) मा हेर्नुहोस् वा 1-888-209-8124 मा फोन गर्नुहोस्। योग्यता र आवेदन प्रक्रिया बारे थप जानकारीका लागि, [Access NYC Unemployment Benefits FAQ](http://Access NYC Unemployment Benefits FAQ) हेर्नुहोस्।
- आप्रवासी न्यूयोर्क वासीहरू र/वा उनीहरूका बालबालिका न्यूयोर्कमा नगद सहायताको लागि योग्य हुन सक्छन्। [ACCESS NYC](http://ACCESS NYC) (स्पेनी भाषाको लागि, [Access NYC Español](http://Access NYC Español) मा जानुहोस्) मा जानुहोस् वा HRA को इन्फोलाइनलाई 718-557-1399 मा फोन गर्नुहोस्।
- तपाईंलाई गृह धितोहरू भुक्तान गर्नमा कठिनाई भइरहेको छ भने, तपाईंको बैङ्कले तपाईंलाई न्यूयोर्क राज्य वित्तिय सेवा विभागको [धितो छुट निर्देशिका](http://धितो छुट निर्देशिका) अन्तर्गत 90 दिनसम्ममा तपाईंको धितो भुक्तान छुट दिन सक्छ। थप कुराहरू फेला पार्न आफ्नो धितो लगानी गर्ने बैङ्कमा फोन गर्नुहोस्।
- संघीय विद्यार्थी ऋण भुक्तानीहरू ब्याज वा शुल्क बिना स्वचालित रूपमा निलम्बन गरिन्छ। संयुक्त राज्य शिक्षा विभागद्वारा स्वामित्व अधिकार प्राप्त वृद्ध संघीय पारिवारिक शिक्षा ऋण, विद्यालयहरूद्वारा स्वामित्व प्राप्त पर्सिन्स ऋण र निजी विद्यार्थी ऋणहरू जस्ता केही विद्यार्थीका ऋणहरू निलम्बन गरिएका छैनन्। NYC उपभोक्ता तथा कार्यकर्ता संरक्षण विभागको [COVID-19 को अवधिमा विद्यार्थी ऋण उधार सम्बन्धी सुझावहरू](http://COVID-19 को अवधिमा विद्यार्थी ऋण उधार सम्बन्धी सुझावहरू) बारे थप फेला पार्नुहोस् र [studentaid.gov](http://studentaid.gov) मा हेर्नुहोस्।
- तपाईंसँग न्यूयोर्क राज्यमा भुक्तानी गर्नका लागि विद्यार्थी वा चिकित्सा ऋण अतिदेय छ भने, तपाईं ऋण सङ्कलनबाट अस्थायी रूपमा सुरक्षित हुन सक्नुहुन्छ। [न्यूयोर्क अधिवक्ता जनरलको वेबसाइट](http://न्यूयोर्क अधिवक्ता जनरलको वेबसाइट)मा थप फेला पार्नुहोस्।
- स्वास्थ्य स्याहार प्रदायक, ट्राजिट कर्मचारीहरू र पहिला प्रतिक्रिया जनाउने व्यक्तिहरूले उनीहरूको कर्मचारी मार्फत हस्ताक्षर गरेर निःशुल्क 30-दिने सिटी बाइक सदस्यता हासिल गर्न सक्छन्। थप फेला पार्न [Citi Bike Critical Workforce कार्यक्रमको वेबपृष्ठमा हेर्नुहोस्](http://Citi Bike Critical Workforce कार्यक्रमको वेबपृष्ठमा हेर्नुहोस्)।



## दुर्व्यवहार वा विभेद विरुद्ध सार्वजनिक सुरक्षा तथा संरक्षण

- न्यूयॉर्क सिटीमा जाति, राष्ट्रिय मूल वा अन्य स्थितिको आधारमा कसैलाई घृणा गर्ने र भेदभाव गर्ने कार्य सहन गरिंदैन। [NYC मानव अधिकार आयोग](#), घृणाबाट उत्पन्न भएको अपराधको लागि मेयरको कार्यालय र NYPD ले COVID-19 सँग सम्बन्धित डर र चिन्हाट निम्तिएका रिपोर्ट गरिएको घृणा र पक्षपातका घटनाहरूलाई निगरानी गर्दैछन् र यसमा प्रतिक्रिया जनाउँदै छन्।
  - दुर्व्यवहार वा विभेद बारे रिपोर्ट गर्न **311** मा फोन गर्नुहोस्।
  - तपाईं घृणित अपराधको शिकार हुनुभएको छ वा तपाईं घृणित अपराध हो भन्ने कुराको साक्षी हुनुहुन्छ भने **911** मा फोन गर्नुहोस्। NYPD अधिकारीहरूले मद्दत खोजिरहेका कुनै पनि व्यक्तिको आप्रवासी स्थितिको बारेमा सोध्नुहुन्छ।
  - COVID-19 सँग सम्बन्धी घृणा र पक्षपात घटनाहरूको बारेमा कसरी रिपोर्ट गर्ने र पीडित र मानसिक स्वास्थ्य सहायतामा कसरी पहुँच गर्ने बारे जानकारीका लागि [nyc.gov/StopCOVIDHate](https://nyc.gov/StopCOVIDHate) मा हेर्नुहोस्।
- आकस्मिक सुरक्षा योजना, आवास सहायता, कानूनी सहायता, मानसिक स्वास्थ्य तथा परामर्श सेवाहरू र अन्य महत्वपूर्ण स्रोतहरू सहित घरेलु हिंसाबाट बचेका व्यक्तिको लागि सहायता प्रदान गर्न फोनद्वारा [NYC Family Justice Centers](#) उपलब्ध छन्। तपाईंलाई सन्देश छोड्न अनुरोध गरिनेछ र सम्भव भएसम्म छिटोभन्दा छिटो तपाईंलाई कुनै एक व्यक्तिको सम्पर्क गरिनेछ।
  - तपाईंले सोमबारदेखि शुक्रबार बिहान 9 बजेदेखि साँझ 5 बजेसम्म आफ्नो नजिकको स्थानमा रहेको केन्द्रमा फोन गर्न सक्नुहुन्छ।
    - NYC Family Justice Center, **Bronx** का लागि **718-508-1220** मा फोन गर्नुहोस्
    - NYC Family Justice Center, **Brooklyn** का लागि **718-250-5113** मा फोन गर्नुहोस्
    - NYC Family Justice Center, **Manhattan** का लागि **212-602-2800** मा फोन गर्नुहोस्
    - NYC Family Justice Center, **Queens** का लागि **718-575-4545** मा फोन गर्नुहोस्
    - NYC Family Justice Center, **Staten Island** का लागि **718-697-4300** मा फोन गर्नुहोस्
  - साँझ वा सप्ताहन्तमा NYC को 24-घण्टे घरेलु हिंसा हटलाइन **800-621-HOPE (4673)** मा फोन गर्नुहोस्।



## आप्रवासन प्रक्रिया र प्रवर्तन स्थिति

- ActionNYC सहरको पहल हो जसले न्यूयॉर्क वासीहरूका लागि निःशुल्क, सुरक्षित र गोपनीय कानूनी आप्रवासन मद्दत प्रदान गर्छ। यो कार्यक्रमले हाल सामाजिक दूरी (तपाईंको घरमा नबस्ने व्यक्तिसँग कम्तीमा छ फिटको दूरीमा रहने) को अनुपालन गर्न फोनद्वारा आप्रवासन जाँचलाई अनुमति दिने गरी यस समयलाई समायोजन गरिरहेको छ। आप्रवासन स्थिति सम्बन्धी तपाईंसँग भएका कुनै पनि प्रश्नहरू वा सरोकारहरूका लागि, सोमबारदेखि शुक्रबार बिहान 9 बजेदेखि साँझ 6 बजेसम्म 1-800-354-0365 मा फोन गर्नुहोस् वा 311 मा फोन गरेर "ActionNYC" भन्नुहोस्।
- NYC Office of Civil Justice ले बहालवाला, आप्रवासी, न्यून-ज्याला कर्मचारीहरू र नागरिक कानूनी चुनौतीहरूको सामना गरिरहेका अन्य न्यूयॉर्क वासीहरू सहित आवश्यकतामा रहेका न्यूयॉर्क वासीहरूका लागि निःशुल्क कानूनी सेवाहरू उपलब्ध गराउँछ। यस बारे थप फेला पार्न [NYC Office of Civil Justice को वेबसाइट](#)मा हेर्नुहोस्।
- नजरबन्द नभएका मानिसहरूका लागि कम्तीमा मे 15, 2020 सम्म आप्रवासन सम्बन्धी सबै अदालती सुनुवाईहरू स्थगित गरिएका छन्। नजरबन्द भएका मानिसहरूका लागि सुनुवाईहरू अहिले जारी गरिँदैछ। [Justice.gov/EOIR](https://Justice.gov/EOIR) मा हेरेर, Executive Office for Immigration Review (EOIR) हटलाइन **1-800-898-7180** मा फोन गरेर र [EOIR को Facebook पृष्ठ जाँच गरेर अद्यावधिक बारे सूचित रहनुहोस्](#)।
- संयुक्त राज्य नागरिकता र अध्यागमन सेवा (USCIS) ले थप सूचना नआउँदासम्म अन्तर्वार्ता र प्राकृतिकरण समारोह सहित सबै आमने-सामने सेवाहरू रद्द गरेको छ। [USCIS.gov/Coronavirus](https://USCIS.gov/Coronavirus) (स्पेनी भाषाका लागि, [Respuesta de USCIS al Coronavirus 2019 वेबपृष्ठ](#)मा जानुहोस्) मा जानुहोस् वा USCIS हटलाइन **1-800-375-5283** मा फोन गर्नुहोस्।
- आप्रवासन र भन्सार प्रवर्तन (ICE) ले COVID-19 महामारीको प्रतिक्रियामा आफ्ना नीतिहरू परिमार्जन गरेको छ। थप जानकारीका लागि, [ICE.gov/COVID19](https://ICE.gov/COVID19) मा हेर्नुहोस्।

- ICE नजरबन्दका मानिसहरूलाई भेट्ने अनुमति हाल परिवार र साथीहरूलाई दिइएको छैन। वकीलहरूको लागि, केही कानूनी भेट जारी छ। यद्यपि, ICE ले सम्भव हुँदा वकीलहरूका लागि भिडियो भेट प्रोत्साहन गरिरहेको छ र तिनीहरूको आफ्नो व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण उपलब्ध गराउनको लागि व्यक्तिगत रूपमा भेटन आवश्यक गराइरहेको छ र तिनीहरू सुविधास्थल परीक्षणका अधीनमा हुन सक्छन्। वकीलहरूले व्यक्तिहरूलाई विवरण र अद्यावधिकहरूका लागि सम्पर्क गर्नुपर्छ।
- ICE ले नजरबन्द नभएका मानिसहरूका लागि सबै व्यक्तिगत चेक-इनहरू रद्द गर्‍यो। टेलिफोनिक चेक-इनहरू अझै पनि भइरहेका छन्।
  - ICE द्वारा गिरफ्तार जारी छ। ICE ले पक्राउ गर्ने व्यक्तिहरूमा केही सीमितता कार्यान्वयन गर्ने र असाधारण परिस्थितिहरूमा बाहेक स्वास्थ्य स्याहार सुविधाहरूमा वा नजिकै गिरफ्तार नगर्ने बताएको छ।



## अतिरिक्त स्रोतहरू

- आप्रवासन वा सहरी सेवाहरूमा कसरी पहुँच गर्नेबारे प्रश्नहरू छन्? सोमबारदेखि शुक्रबारको बिहान 9 बजेदेखि साँझको 5 बजेसम्म MOIA हटलाइन 212-788-7654 मा फोन गर्नुहोस्, [AskMOIA@cityhall.nyc.gov](mailto:AskMOIA@cityhall.nyc.gov) मा इमेल पठाउनुहोस् वा MOIA छिमेक आयोजकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्।
- अपाङ्गता भएका न्यूयोर्क निवासीहरू खाद्य/आपूर्ति डेलीभरि, सामाजिक सुरक्षा/Medicaid लाभ, गृह स्वास्थ्य सेवाका सेवा र थप संसाधनहरू सम्बन्धी जानकारीका लागि [अपाङ्गता मानिसहरूका लागि मेयरको कार्यालयको COVID-19 वेबपृष्ठ](#) मा हेर्न सक्नुहुन्छ।
- [जनगणना फारामहरू अनलाइन](#) वा **844-330-2020** मा फोन गरेर पूरा गर्न सकिन्छ। भाषा सहायताका लागि, [2020 जनगणना भाषा सहायता वेबपृष्ठ](#)मा हेर्नुहोस्। जनगणना सुरक्षित छ, प्रतिक्रियाहरू पूर्ण रूपमा गोपनीय छन् र नागरिकता वा आप्रवासीको बारेमा कुनै प्रश्न छैन।