

COVID-19: گاڑیاں چلانے کا کام کرنے والوں کے لیے عمومی رہنمائی

یہ دستاویز غیر ہنگامی طور پر گاڑیاں چلانے والوں کو COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کرنے میں عمومی رہنمائی فراہم کرتی ہے۔ مریضوں کے لیے نقل و حمل فراہم کرنے والے طبی سہولت کے ٹھیکیداروں کو اپنی کمپنی کے رہنما خطوط پر عمل کرنا چاہیے۔

گاڑیاں چلانے کا کام کرنے والوں کے لیے اپنے اور اپنے مسافروں کے تحفظ کے لیے احتیاطی تدابیر

- اپنی صحت کی COVID-19 کی علامات کے حوالے سے زیادہ قریب سے نگرانی کریں، جیسے کھانسی، سانس لینے میں تکلیف یا سانس لینے میں دشواری، بخار، سردی لگنا، پٹھوں میں درد، گلے میں سوزش یا ذائقہ یا بو کی حس میں نئی کمی۔
- اپنا COVID-19 کا ٹیسٹ کروائیں؛ ٹیسٹ کروانے کا مقام تلاش کرنے کے لیے nyc.gov/covidtest ملاحظہ کریں۔
- اگر آپ کو COVID-19 تھا یا شاید ہوا ہو گا تو گھر پر ہی رہیں جب تک کہ مندرجہ ذیل تمام چیزیں واقع نہ ہو جائیں:
 - آپ کی علامات شروع ہوئے کم از کم 10 دن ہو چکے ہیں۔
 - بخار کو کم کرنے والی ادویات استعمال کیے بغیر آپ کو پچھلے تین دن سے بخار نہیں ہوا ہے۔
 - آپ کی بیماری میں مجموعی طور پر بہتری آئی ہے۔
- کچھ کارکنان جن کو COVID-19 تھا یا ہو سکتا ہے کہ انہیں یہ رہا ہو، انہیں نیویارک اسٹیٹ کے تقاضوں کے مطابق کام پر واپس جانے کے لیے زیادہ انتظار کرنا ہو گا۔
- صحت مند ذاتی حفظان صحت پر عمل کریں۔
- کم از کم 20 سیکنڈ تک صابن اور پانی سے اکثر ہاتھ دھوئیں، خاص طور پر اس وقت جب آپ نے رقم یا مسافر کے بیگ کو ہاتھ لگایا ہو۔ اگر صابن اور پانی دستیاب نہ ہوں تو الکحل پر مبنی ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں۔
- کھانستے یا چھینکتے وقت اپنے منہ اور ناک کو ٹشو یا بازو سے ڈھانپیں۔
- اپنی گاڑی میں مسافروں کے لیے ٹشو اور ہینڈ سینیٹائزر دستیاب رکھیں۔
- رابطے کے بغیر ادائیگی کے اختیارات کی حوصلہ افزائی کریں۔ نقد رقم اور کریڈٹ کارڈوں کے ساتھ رابطے کو کم سے کم کریں۔
- مندرجہ ذیل چیزیں مت کریں:
 - ان ڈھلے ہاتھوں سے اپنی آنکھوں، ناک یا منہ کو چھونا۔
 - مصافحہ کرنا یا مسافروں کو بوتل بند پانی، گم یا دیگر اشیاء پیش کرنا۔
- اپنی گاڑی کو صاف کرنا اور اس کی جراثیم کشی کرنا معمول بنائیں۔
- ایسی سطحوں اور اشیاء پر خصوصی توجہ دیں جن کو مسافر اکثر چھوتے ہیں، جیسے دروازے کے دستے، ونڈو کے بٹن، لاک، ادائیگی کی مشینیں، آرام کے لیے بازو رکھنے کی جگہ، سیٹ گھن، بکلز اور سیٹ بیلٹ۔ ان سطحوں کو بھی صاف کریں جنہیں آپ اکثر چھوتے ہیں، جیسے اسٹیرنگ ویبل، ریڈیو بٹن، موڑتے وقت کے اشارے اور کپ ہولڈرز۔
- پہلے نظر آنے والی گندگی اور میل کو ہٹائیں۔ اس کے بعد عام جراثیم کش مصنوعات (مثال کے طور پر Clorox، پیرو آکسائیڈ یا الکحل پر مبنی کثیر مقصدی مصنوعات) استعمال کریں جو اس سطح کے لیے زیادہ تر جراثیم ہٹانے کے لیے موزوں ہوں۔ صاف ستھری سطحوں پر جراثیم کش دوائیں زیادہ موثر ہیں۔ صفائی کرنے والی اور جراثیم کش مصنوعات کے لیبلوں کو پڑھیں اور ان پر عمل کریں۔
- صفائی اور جراثیم کشی کرتے وقت ڈسپوز ایبل دستانے اور کوئی دوسرا مناسب حفاظتی لباس پہنیں۔ استعمال کے بعد دستانے کوڑے دان میں پھینک دیں اور صابن اور پانی سے ہاتھ دھوئیں یا الکحل پر مبنی ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں۔
- صفائی اور جراثیم کشی کرتے وقت گاڑی کے دروازوں کو کھلا رکھیں۔
- کسی مسافر کو سواری دینے سے پہلے تمام سطحوں کے خشک ہونے کا انتظار کریں۔
- صفائی اور جراثیم کشی سے متعلق اضافی معلومات کے لیے nyc.gov/health/coronavirus

ملاحظہ کریں اور "Guidance for Businesses" (کاروباروں کے لیے رہنمائی) کے صفحے پر
 "General Cleaning/Disinfection Guidance for Non-Health Care Settings"
 (نگہداشت صحت کے علاوہ دیگر ترتیبات کے لیے صفائی / جراثیم کشی کے لیے عمومی رہنمائی)
 دیکھیں۔

• جسمای فاصلہ برقرار رکھیں۔

- جب بھی ممکن ہو اپنے اور دوسروں کے درمیان کم از کم 6 فٹ کا فاصلہ رکھیں۔
- نیویارک اسٹیٹ کے ایگزیکٹو حکم نامے 202.18 کے تحت مسافروں کو لے جاتے وقت ڈرائیوروں کو چہرے پر نقاب پہننا چاہیے، اور دو سال سے زیادہ عمر کے تمام مسافر جو طبی طور پر اس کو برداشت کرسکتے ہیں ان کو بھی چہرے پر نقاب پہننا چاہیے۔ چہرے کے نقاب کے بارے میں مزید معلومات کے لیے [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) ملاحظہ کریں اور "FAQ About Face Coverings" (چہرے کے نقابوں سے متعلق عمومی سوالات) تلاش کریں۔
- جسمانی فاصلہ قائم کرنے کے لیے مسافروں کو پیچھے بیٹھنے کو کہیں۔ اگر گاڑی میں پارٹیشن ہو تو مسافروں کو لینے سے قبل اس پارٹیشن کو بند کر دیں۔ اگر گاڑی میں پارٹیشن نہیں ہے تو گاڑی کے اگلے اور پچھلے حصے کے درمیان پلاسٹک کی ایک واضح رکاوٹ لگانے پر غور کریں (نوٹ: رکاوٹ پیچھے والے شیشے سے دیکھنے پر اثر انداز نہیں ہونی چاہیے)۔ Taxi and Limousine Commission (ٹیکسی اینڈ لیموزین کمیشن، TLC) کے تحت لائسنس یافتہ گاڑیوں کے لیے ڈرائیوروں کو پارٹیشن کی تنصیب کے سلسلے میں TLC کی ہدایت پر عمل کرنا چاہیے۔
- صرف وہی مسافر لے کر جائیں کریں جو ایک ہی پارٹی میں ہوں۔ گروپ کی صورت میں سواریوں (جن کو "مشترکہ" پُلٹ" سواریاں بھی کہا جاتا ہے) کی اجازت نہیں ہے (سوائے پیرا ٹرانزیٹ گاڑیوں کے)۔
- باہر کی تازہ ہوا اند لانے کے لیے گاڑی کے وینٹ استعمال کریں اور / یا کھڑکیوں کے شیشوں کو نیچے کریں۔ دوبارہ وہی ہوا گردش میں لانے کی آپشن استعمال کرنے سے گریز کریں۔

حقائق کو خوف سے الگ رکھیں اور کلنک کے ٹیکے سے محفوظ رہیں

- یہ وباء نسل پرستی اور امتیازی سلوک پھیلانے کا کوئی بہانہ نہیں ہے۔ نسل، قوم یا دیگر شناختوں کی وجہ سے مسافروں یا متوقع مسافروں سے امتیازی سلوک غیر قانونی ہے۔
- اگر آپ کو اپنی نسل، قومیت یا دیگر شناختوں کی وجہ سے ہراساں کیا جا رہا ہے یا آپ کے ساتھ امتیازی سلوک برتا جا رہا ہے تو 311 پر کال کر کے اور "human rights" (انسانی حقوق) کہہ کر، یا [nyc.gov/cchr](https://www.nyc.gov/cchr) ملاحظہ کر کے اور "Report Discrimination" (امتیازی سلوک کی اطلاع دیں) پر کلک کر کے NYC New York City (NYC) Commission on Human Rights (NYC) کمیشن برائے انسانی حقوق سے رابطہ کریں۔

اپنا اور اپنے خاندان کا خیال رکھیں

- [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell) پر App Library (ایپ لائبریری): صحت اور جذباتی تندرستی کے آن لائن ٹولز
- NYC Well (NYC ویل): دماغی صحت سے متعلق مفت معاونت، مختصر مشورے اور حوالہ جات کے لیے 24/7 دستیاب ہے۔ 888-692-9355 پر کال کریں یا [nyc.gov/nycwell](https://www.nyc.gov/nycwell) پر آن لائن چیٹ کریں۔
- NYS کی COVID-19 کے حوالے سے Emotional Support Helpline (جذباتی مدد کی ہیلپ لائن): تربیت یافتہ پیشہ ور افراد جو آپ کی بات سننے، مدد کرنے اور ضرورت پڑنے پر حوالہ دینے کے لیے موجود ہیں۔ ہفتے میں 7 دن، صبح 8 سے 10 رات بجے تک، 844-863-9314 پر کال کریں۔
- NYC ہیلتھ اینڈ ہاسپیٹلز: نیویارک کے باشندوں کو ترک وطن کی حیثیت یا ادائیگی کرنے کی صلاحیت سے قطع نظر نگہداشت فراہم کرتے ہیں۔ 844-692-4692 یا 311 پر کال کریں۔

باخبر رہیں

- COVID-19 کے بارے میں معلومات کے لیے NYC محکمہ صحت کی ویب سائٹ کو [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) پر ملاحظہ کریں۔
- فوری تازہ معلومات کے لیے [nyc.gov/coronavirus](https://www.nyc.gov/coronavirus) ملاحظہ کریں۔
- اپنی پچھلی سیٹ پر مسافروں کے لیے معلومات پوسٹ کریں۔ پوسٹرز اور پمفلٹوں کے لیے [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus) ملاحظہ کریں۔