ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਤੱਕ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ਇਨ੍ਹਾਂ ਯਾਤਰਾ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਤੱਕ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ? ਇਨ੍ਹਾਂ ਯਾਤਰਾ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਕੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ।

CDC ਯਾਤਰਾ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ

ਦੂਜੇ ਰਾਜਾਂ ਜਾਂ ਦੇਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਜਾਂ ਵਾਪਸ ਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ CDC ਯਾਤਰਾ ਸੰਬੰਧੀ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਆਏ ਹਨ? ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਰਹੋ ਅਤੇ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਵਰਤੋ

ਸਾਰੇ ਯਾਤਰੀ ਜਿੰਨਾਂ ਦਾ ਟੈਸਟ ਪਾਜ਼ਿਟਿਵ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਰਹੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਹੋ ਕੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਏ ਹਨ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਅਮਰੀਕਾ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾ ਲਈ CDC ਟੈਸਟਿੰਗ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਸਾਰੇ CDC ਅਤੇ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਮਾਸਕਿੰਗ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਵੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਮੰਜ਼ਿਲ ਦੁਆਰਾ CDC ਯਾਤਰਾ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ਾਂ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਰਹੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਉੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਮਿਸ਼ਨ ਬਾਰੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਣਗੀਆਂ।

'ਤੇ ਅੱਪ ਟੂ ਡੇਟ ਰਹਿਣਾ ਪੱਕਾ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਅੰਦਰ ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਟੈਸਟ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਘਰੇਲੂ ਤੌਰ 'ਤੇ (ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਯਾਤਰਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਰਵਾਨਗੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ (3 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ) ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਟੈਸਟ ਕਰੋ ਅਤੇ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੈਸਟ ਕਰੋ।

ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਾਉ (ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਟੀਕਾਕਰਨ ਸਥਿਤੀ ਕੋਈ ਵੀ ਕਿਉਂ ਨਾ ਹੋਵੇ)

ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ (ਹਵਾਈ ਅੱਡਿਆਂ, ਹਵਾਈ ਜਹਾਜ਼ਾਂ, ਰੇਲਗੱਡੀਆਂ, ਬੱਸਾਂ, ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਆਦਿ ਸਮੇਤ) ਸਭ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ, ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਬਾਹਰ, ਮਾਸਕ ਪਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ, ਜੋ ਰਾਜ ਵਿਆਪੀ ਨਿਯਮਾਂ ਨਾਲੋਂ ਸਖ਼ਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਾਡੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਬਾਰੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹੋ।

ਇਸ ਫਲਾਇਰ 'ਤੇ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਲਿੰਕ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ QR ਕੋਡ ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰੋ

CDPH California Department of Public Health

 © 2022, California Department of Public Health