COVID-19 सङ्क्रमणका कारण क्वारेन्टाइन बस्नेसम्बन्धी भर्मोन्टले जारी गरेको दिशानिर्देश

फेब्रुअरी 2021

के म क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्छ?

	सामान्य मार्गदर्शनहरू	मलाई COVID-19 को सङ्क्रमण भएको थियो	मैले खोप लगाएको छु
म COVID-19 सङ्क्रमित व्यक्तिसँग नजिकको सम्पर्कमा आएको व्यक्ति हुँ।	अँ। तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्छ।	अहँ। निम्न अवस्थामा तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्दैन: • तपाईंले आइसोलेसनबाट बाहिर निस्कन मापदण्डहरू पूरा गर्नुभएको छ, **र** • पहिलो पटक लक्षण देखिन सुरु भएको वा परीक्षण गराउँदा तपाईंको नतिजा पोजिटिभ आएको 3 महिना भइसकेको छ र तपाईंमा कुनै लक्षण देखिएको थिएन भने। • नयाँ सङ्क्रमित व्यक्तिसँग सम्पर्कमा आएपछि तपाईंमा COVID-19 का कुनै लक्षणहरू देखिएका छैनन् भने।	अहँ। निम्न अवस्थामा तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्दैन: • तपाईंले खोपका दुवै डोज लगाइसक्नुभएको छ **र** • तपाईंले दोस्रो डोज लगाएको 14 दिन र 3 महिनाको बिच भएको छ। नोट: स्वास्थ्य सेवा क्षेत्रमा काम गर्ने कर्मचारी, आवासीय चिकित्सक र अन्तरङ्ग बिरामीले अझै पनि CDC का दिशानिर्देशअनुसार क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्ने हुनसक्छ।

healthvermont.gov/covid-19 मा गई यसबारे थप जान्नुहोस्

Nepali

VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

COVID-19 सङ्क्रमणका कारण क्वारेन्टाइन बस्नेसम्बन्धी भर्मोन्टले जारी गरेको दिशानिर्देश

फेब्रुअरी 2021

अत्यावश्यक बाहेकका प्रयोजनका लागि म राज्यभन्दा बाहिर जाँदैछु वा बाहिरबाट भर्मोन्ट फर्किरहेको छु	अँ । तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्छ ।	हो । तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्छ ।	अहँ । निम्न अवस्थाहरूमा तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्दैनः • तपाईंले खोपका दुवै डोज लगाइसक्नुभएको छ **र** • तपाईंले दोस्रो डोज लगाएको कम्तीमा 14 दिन भएको छ ।

- क्वारेन्टाइनको अर्थ 14 दिनसम्म घरभित्र र अन्य मानिसहरूबाट टाढा रहने हो ।
- यदि तपाईंमा कुनै लक्षण देखिएको छैन भने तपाईं 7 दिन वा त्यसपछि PCR परीक्षण गरेर नेगेटिभ नतिजा आएपछि छिटै क्वारेन्टाइनबाट बाहिर निस्कन सक्नुहुन्छ । पूरै 14 दिनसम्म तपाईंमा लक्षणहरू देखिन्छन् कि भनेर आफ्नो निगरानी गर्न जारी राख्नुहोस् । केही मानिसहरूले यो विकल्प छनोट गर्न मिल्दैन, जस्तै केही सामूहिक बसोबासको सेटिङमा कार्यरत कर्मचारी र त्यहाँका बासिन्दाहरू ।
- अत्यावश्यक प्रयोजन का लागि गरिने यात्राका उदाहरणहरू: व्यक्तिगत सुरक्षा, स्वास्थ्य सेवा, औषधि वा कामको लागि ।
- यो मार्गदर्शनमा परिवर्तन आउन सक्छ ।
- क्वारेन्टाइनको बारेमा थप जानकारी प्राप्त गर्नुहोस् ।

VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

Vermont COVID-19 Quarantine Guidelines

February 2021

Do I need to quarantine?

	General Guidance	I had COVID-19	I am vaccinated
I am a close contact and was exposed to someone with COVID-19	**Yes.** You will need to quarantine.	**No.** You will not need to quarantine if: • You have met the criteria to end isolation, **and** • It's been within 3 months since symptoms first started or since your first positive test, if you didn't have symptoms, **and** • You have not had any COVID-19 symptoms since the new exposure.	**No.** You will not need to quarantine if: • You had both doses **and** • It's been between 14 days and 3 months since you got the second dose. Note: Staff, residents, and inpatients in health care settings will likely still need to quarantine per CDC guidance.
I am traveling or returning to Vermont from out-of-state for a non-essential purpose	**Yes.** You will need to quarantine.	**Yes.** You will need to quarantine.	**No.** You will not need to quarantine if: • You had both doses **and** • It's been at least 14 days since you got the second dose.

- Quarantine means staying home and away from other people for 14 days.
- You may end quarantine early with a negative PCR test on or after day 7, if you don't have any symptoms. Continue to monitor yourself for symptoms for the full 14 days. Staff and residents in certain group living settings must complete the full 14-day quarantine period.
- Examples of travel for an essential purpose: for personal safety, health care, medicine, or work.
- This guidance is subject to change.
- Get more information about quarantine.

Learn more at healthvermont.gov/covid-19

English