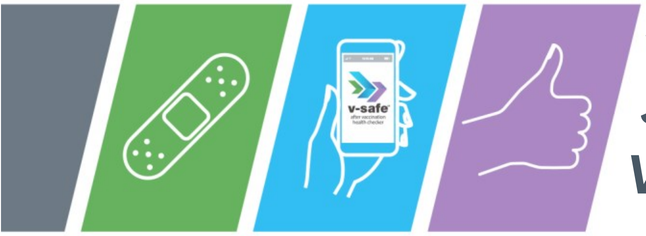

खोप लगाउनुहोस् ।
आफ्नो स्मार्टफोन लिनुहोस् ।
V-safe सेवा प्रयोग गर्न थाल्नुहोस् ।

V-safe भनेको के हो ?

V-safe स्मार्टफोनमा आधारित टुल हो जसले तपाईंले COVID-19 को खोप लगाइसकेपछि व्यक्तिकृत स्वास्थ्य चेक-इनहरू उपलब्ध गराउन टेक्स्ट म्यासेजिङ तथा वेब सर्वेक्षणहरूलाई प्रयोग गर्छ । ***V-safe*** मार्फत, COVID-19 को खोप लगाइसकेपछि तपाईंमा कुनै पनि साइड इफेक्ट (नकारात्मक असर) हरू देखिएमा तपाईंले त्यस बारेमा CDC लाई तुरुन्तै बताउन सक्नुहुन्छ । तपाईंका जवाफहरूका आधारमा तपाईंको हालखबर बुझ्न CDC बाट कसैले तपाईंलाई फोन गर्न सक्नुहुनेछ । र ***v-safe*** ले तपाईंलाई आवश्यक पर्ने भएमा तपाईंलाई COVID-19 खोपको आफ्नो दोस्रो डोज लिनका लागि याद दिलाउनेछ ।

CDC को ***v-safe*** मा तपाईंको सहभागिताले पक्कै पनि उल्लेखनीय प्रभाव पार्छ - यसले COVID-19 का खोपहरूलाई सुरक्षित राख्नमा मद्दत गर्छ ।

म कसरी सहभागी हुन सक्छु ?

तपाईंले COVID-19 को खोप लगाइसकेपछि तपाईंले आफ्नो स्मार्टफोन प्रयोग गरेर ***v-safe*** मा नाम दर्ता गर्न सक्नुहुन्छ । यो सहभागिता स्वेच्छिक हुन्छ र तपाईं कुनै पनि समयमा बाहिरिन सक्नुहुन्छ । तपाईंले स्थानीय समय अनुसार दिउँसो करिब 2 बजेतिर ***v-safe*** बाट रिमाइन्डरहरूको रूपमा टेक्स्ट म्यासेजहरू प्राप्त गर्नुहुनेछ । यस कार्यक्रमबाट बाहिरिनका लागि, ***v-safe*** ले तपाईंलाई टेक्स्ट म्यासेज पठाउँदा त्यसमा "STOP" लेखेर टेक्स्ट म्यासेज पठाइदिनुहोस् । तपाईंले "START" लेखी टेक्स्ट म्यासेज गरेर पुन: ***v-safe*** सुरु गर्न पनि सक्नुहुन्छ ।

V-safe चेक-इनहरू कति समयसम्म रहन्छन् ?

तपाईंले खोप लगाइसकेपछिको पहिलो हप्ताको दौरान तपाईंलाई के-कस्तो भइरहेको छ भनेर सोध्नका लागि ***v-safe*** ले हरेक दिन एउटा टेक्स्ट म्यासेज पठाउनेछ । त्यसपछि, तपाईंले 5 हप्तासम्म हरेक हप्ता एकपटक चेक-इन म्यासेजहरू प्राप्त गर्नुहुनेछ । ***V-safe*** ले सोध्ने प्रश्नहरूको जवाफ दिन 5 मिनेटभन्दा कम समय लाग्नुपर्छ । यदि तपाईंलाई खोपको दोस्रो डोज आवश्यक पर्छ भने ***v-safe*** ले नयाँ 6-हप्ते चेक-इन प्रक्रिया उपलब्ध गराउनेछ जसबाट तपाईंले खोपको दोस्रो डोज लगाउँदा प्राप्त गरेको अनुभव पनि साझा गर्न सक्नुहुन्छ । तपाईंले खोपको अन्तिम डोज लगाएको 3, 6 र 12 महिनामा पनि चेक-इनहरू प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

के मेरो स्वास्थ्य जानकारी सुरक्षित हुन्छ ?

हुन्छ । ***V-safe*** मा तपाईंको व्यक्तिगत जानकारीलाई सुरक्षित राखिएको हुन्छ, त्यसैले यो गोपनीय तथा निजी रहिरहन्छ ।*

* CDC, FDA तथा अन्य सङ्घीय एजेन्सीहरूद्वारा व्यवस्थापन गरिएका मौजुदा जानकारी प्रणालीहरूलाई ***v-safe*** ले प्रयोग गर्ने हदसम्मका लागि प्रणालीहरूले डेटाको संवेदनशीलताको स्तरका लागि उपयुक्त हुने कडा सुरक्षा उपायहरू प्रयोग गर्छन् ।

v-safe℠

खोप लगाइसकेपछि स्वास्थ्य जाँच गर्नका निम्ति स्वास्थ्य जाँचक

COVID-19 को खोप लगाइसकेपछि कुनै साइड इफेक्टहरूका बारेमा CDC लाई बताउन आफ्नो स्मार्टफोन प्रयोग गर्नुहोस् । तपाईंले खोपको दोस्रो डोज लगाउन आवश्यक छ कि छैन भनेर पनि सूचना प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

आफ्नो स्मार्टफोनको ब्राउजरबाट vsafe.cdc.gov मा साइनअप गर्नुहोस्

वा

आफ्नो स्मार्टफोनको क्यामेरालाई यस कोडमा पर्नेगरी राख्नुहोस्

12/11/20

V-safe मा कसरी दर्ता गर्ने र यसलाई कसरी प्रयोग गर्ने

तपाईंलाई आफ्नो स्मार्टफोन र तपाईंले प्राप्त गर्नुभएको COVID-19 विरुद्धको खोपका बारेमा जानकारी आवश्यक पर्नेछ । यो जानकारीलाई तपाईंको खोप रेकर्ड कार्डमा भेटाउन सकिन्छ; यदि तपाईंले आफ्नो कार्ड भेटाउनुभएन भने कृपया आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस् ।

दर्ता गर्ने

1. तलका दुईवटा विकल्पमध्ये एउटालाई प्रयोग गरेर ***v-safe*** को वेबसाइटमा जानुहोस्:

vsafe.cdc.gov मा जानका लागि आफ्नो स्मार्टफोनको ब्राउजर प्रयोग गर्नुहोस्

वा

आफ्नो स्मार्टफोनको क्यामेरालाई

2. निर्देशनहरू पढ्नुहोस् । **Get Started** मा क्लिक गर्नुहोस् ।
3. आफ्नो नाम, मोबाइल नम्बर र अनुरोध गरिएका अन्य जानकारी हाल्नुहोस् । **Register** मा क्लिक गर्नुहोस् ।
4. तपाईंले आफ्नो स्मार्टफोनमा भेरिफिकेसन कोड भएको टेक्स्ट म्यासेज प्राप्त गर्नुहुनेछ । सो कोडलाई ***v-safe*** मा हाल्नुहोस् र **Verify** मा क्लिक गर्नुहोस् ।
5. स्क्रिनको सबैभन्दा माथि रहेको **Enter vaccine information** मा क्लिक गर्नुहोस् ।
6. तपाईंले COVID-19 को कुन खोप लगाउनुभएको थियो भनेर रोज्नुहोस् (यो जानकारी तपाईंको खोप रेकर्ड कार्डमा भेटाउन सकिन्छ; यदि तपाईंले आफ्नो कार्ड भेटाउनुभएन भने कृपया आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्) । त्यसपछि तपाईंले खोप लगाउनुभएको मिति हाल्नुहोस् । **Next** मा क्लिक गर्नुहोस् ।
7. आफ्नो खोपसम्बन्धी जानकारी सही छ कि छैन भनी पुन जाँच गर्नुहोस् । यदि सही छ भने **Submit** मा क्लिक गर्नुहोस् । यदि छैन भने **Go Back** मा क्लिक गर्नुहोस् ।
8. **बधाई छ ! तपाईं तयार हुनुहुन्छ !** यदि तपाईंले आफ्नो दर्ता कार्यलाई स्थानीय समयअनुसार दिउँसो 2 बजेभन्दा अगाडि पूरा गर्नुहुन्छ भने ***v-safe*** ले सोही दिनको दिउँसो करिब 2 बजेतिर तपाईंको प्रारम्भिक स्वास्थ्य चेक-इन सुरु गर्नेछ । यदि तपाईं दिउँसो 2 बजेपछि दर्ता गर्नुभयो भने ***v-safe*** ले तपाईं दर्ता गरेपछि नै तपाईंको प्रारम्भिक स्वास्थ्य चेक-इन सुरु गर्नेछ ।
   अर्को चेक-इनका लागि समय भएपछि तपाईंले v-safe बाट रिमाइन्डर टेक्स्ट म्यासेज प्राप्त गर्नुहुनेछ - स्थानीय समयअनुसार दिउँसो करिब 2 बजेतिर । चेक-इन गर्ने सुविधा सुरु गर्न मात्र टेक्स्ट म्यासेजमा भएको लिङ्कमा क्लिक गर्नुहोस् ।

V-safe स्वास्थ्य चेक-इन कार्यलाई पूरा गर्ने

1. तपाईंले आफ्नो स्मार्टफोनमा ***v-safe*** चेक-इन टेक्स्ट म्यासेज प्राप्त गर्दा तयार भएपछि लिङ्कमा क्लिक गर्नुहोस् ।
2. चेक-इन कार्य पूरा गर्नका लागि निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस् ।

समस्या निवारण

यदि मलाई बाधा परेको खण्डमा पछि म कसरी फिर्ता गएर चेक-इन कार्य पूरा गर्न सक्छु?

- टेक्स्ट म्यासेज रिमाइन्डरमा भएको लिङ्कमा क्लिक गर्नुहोस् र आफ्नो चेक-इन कार्य पूरा गर्नुहोस् ।

COVID-19 खोपको मेरो दोस्रो डोजपछि मैले आफ्नो खोपसम्बन्धी जानकारी कसरी अपडेट गर्नुपर्छ?

- ***V-safe*** ले स्वत: तपाईंलाई आफ्नो दोस्रो डोजसम्बन्धी जानकारी अपडेट गर्न भन्नेछ । मात्र निर्देशनहरू पालना गर्नुहोस् ।

V-safe का बारेमा मद्दत चाहिन्छ?

800-CDC-INFO (800-232-4636) मा फोन गर्नुहोस्
TTY 888-232-6348
हप्ताको 7 दिन, दिनको 24 घण्टा खुला रहन्छ
www.cdc.gov/vsafe मा जानुहोस् ।