खोप लगाउनुहोस् ।
आफ्नो स्मार्टफोन लिनुहोस् ।
v-safe प्रयोग गर्न थाल्नुहोस् ।

v-safe के हो ?

V-safe भनेको स्मार्टफोनमा आधारित टुल जसले COVID-19 खोप लगाइसकेपछि व्यक्तिकृत स्वास्थ्य चेक-इन (सोधपुछ) हरू उपलब्ध गराउन टेक्स्ट म्यासेज र वेब सर्वेक्षणहरूलाई प्रयोग गर्छ । COVID-19 खोप लगाइसकेपछि तपाईंमा कुनै पनि साइड इफेक्टहरू देखियो भने ***v-safe*** मार्फत तपाईंले त्यस बारेमा CDC लाई तुरुन्तै बताउन सक्नुहुन्छ । तपाईंका जवाफहरूका आधारमा तपाईंको हालखबर बुझ्न CDC बाट कसैले तपाईंलाई फोन गर्न सक्नुहुनेछ । र तपाईंलाई आवश्यक पर्ने भएमा ***v-safe*** ले तपाईंलाई COVID-19 खोपको आफ्नो दोस्रो डोज लगाउनका लागि स्मरण गराउनेछ ।

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 खोप लगाएपछि तपाईंले आफ्नो स्मार्टफोन प्रयोग गरेर ***v-safe*** मा नाम दर्ता गर्न सक्नुहुन्छ । सहभागिता स्वेच्छिक हुन्छ र तपाई कुनै पनि समयआ बाहिरिन सक्नुहुन्छ । तपाईंले स्थानीय समय अनुसार दिउँसो करिब 2 बजेतिर ***v-safe*** बाट 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 ***v-safe*** लाई पुन: सुरु गर्न सक्नुहुन्छ ।

v-safe को चेक-इनहरू कति समयसम्म चल्छन् ?

तपाईंले आफ्नो खोप लगाइसकेपछिको पहिलो हप्ताको दौरान, तपाईंलाई के-कस्तो भइरहेको छ भनेर सोध्नका लागि ***v-safe*** ले हरेक दिन एउटा टेक्स्ट म्यासेज पठाउनेछ । त्यसपछिका 5 हप्तासम्म तपाईंले 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 आफ्नो दोस्रो डोजको अनुभव पनि साझा गर्न सक्नुहुन्छ । आफ्नो खोपको अन्तिम डोजपछि लगाइसकेपछि तपाईंले 3, 6 र 12 महिनामा पनि चेक-इनहरू प्राप्त गर्नुहुनेछ ।

के मेरो स्वास्थ्य जानकारी सुरक्षित रहन्छ ?

रहन्छ । ***v-safe*** मा तपाईंको व्यक्तिगत जानकारीलाई सुरक्षित राखिएको हुन्छ, त्यसैले यो गोपनीय र निजी रहिरहन्छ ।*

v-safe[SM]
after vaccination health checker

COVID-19 खोप लगाइसकेपछि कुनै पनि 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 वाआफ्नो स्मार्टफोनको क्यामेरालाई यस कोडमा पर्नेगरी राख्नुहोस्

*CDC, FDA तथा अन्य सङ्घीय एजेन्सीहरूद्वारा व्यवस्थापन गरिएका मौजुदा जानकारी प्रणालीहरूलाई***v-safe*** ले प्रयोग गर्ने हद सम्मका लागि प्रणालीहरूले जानकारीको संवेदनशीलताको आधारमा उपयुक्त कठोर सुरक्षा उपायहरू प्रयोग गर्छन् । यी विधिले लागू हुने हदसम्म सन् 1974 को गोपनीयता ऐन लगायतका निम्न सङ्घीय कानुनहरूको पालना गर्छन्; सन् 1996 को स्वास्थ्य बिमा वहनशीलता र जवाफदेहिता ऐन (HIPAA) अनुरूप हुने गरी जारी गरिएका मापदण्डहरू; सङ्घीय सूचना सुरक्षा व्यवस्थापन ऐन, र सूचनाको स्वतन्त्रतासम्बन्धी ऐन ।

12/01/20

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

तपाईंलाई आफ्नो स्मार्टफोन र तपाईंले लगाएको COVID-19 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 विकल्प मध्ये एउटालाई प्रयोग गरेर ***v-safe*** को वेबसाइटमा जानुहोस्:

vsafe.cdc.gov मा जान आफ्नो स्मार्टफोनको ब्राउजर प्रयोग गर्नुहोस्

वा

आफ्नो स्मार्टफोनको क्यामेरालाई यस कोडमा पर्नेगरी राख्नुहोस्।

2. निर्देशनहरूलाई पढ्नुहोस्। **Get Started** मा क्लिक गर्नुहोस्.
3. आफ्नो नाम, मोबाइल नम्बर र मागिएका अन्य जानकारी हाल्नुहोस्। **Register** मा क्लिक गर्नुहोस्.
4. तपाई आफ्नो स्मार्टफोनमा भेरिफिकेसन (पुष्टि) कोड भएको टेक्स्ट म्यासेज प्राप्त गर्नुहुनेछ। उक्त कोडलाई ***v-safe*** मा हाल्नुहोस् र **Verify** मा क्लिक गर्नुहोस्.
5. स्क्रिनको सबैभन्दा माथि रहेको **Enter your COVID-19 vaccine information** मा क्लिक गर्नुहोस्.
6. तपाईंले COVID-19 को कुन खोप लगाउनुभएको थियो भनेर छान्नुहोस् (यो जानकारी तपाईंको खोप रेकर्ड कार्डमा हुन्छ; यदि तपाईंले आफ्नो कार्ड भेटाउनुभएन भने कृपया आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्)। त्यसपछि तपाईंले खोप लगाउनुभएको मिति हाल्नुहोस्। त्यसपछि **Next** मा क्लिक गर्नुहोस्.
7. आफ्नो खोपसम्बन्धी जानकारीलाई पुन: जाँच गर्नुहोस्। यदि सबै जानकारी सही छ भने **Submit** मा क्लिक गर्नुहोस्। यदि सही छैन भने **Go Back** मा क्लिक गर्नुहोस्।.
8. ***बधाइ छ! तपाईं तयार हुनुहुन्छ।*** यदि तपाईंले स्थानीय समय अनुसार दिउँसो 2 बजेभन्दा अगाडि आफ्नो दर्ता प्रक्रियालाई पूरा गर्नुहुन्छ भने ***v-safe*** ले सोही दिनको दिउँसो करिब 2 बजेतिर तपाईंको प्रारम्भिक स्वास्थ्य चेक-इन सुरु गर्नेछ। यदि तपाईंले दिउँसो 2 बजेपछि दर्ता गर्नुभयो भने ***v-safe*** ले तपाईंले दर्ता गर्ने बित्तिकै तपाईंको प्रारम्भिक स्वास्थ्य चेक-इन सुरु गर्नेछ — दिइएका निर्देशनहरूलाई पालना गर्नुहोस्।

   अर्को चेक-इनका लागि समय भएपछि तपाईंले ***v-safe*** बाट रिमाइन्डर टेक्स्ट म्यासेज प्राप्त गर्नुहुनेछ — स्थानीय समय अनुसार दिउँसो करिब 2 बजेतिर। चेक-इनलाई सरु गर्न सो टेक्स्ट म्यासेजमा पठाइएको लिंकमा गर्नुहोस्।

v-safe को स्वास्थ्य चेक-इन कार्यलाई पूरा गर्ने

1. तपाईंले आफ्नो स्मार्टफोनमा ***v-safe*** बाट चेक-इन म्यासेज प्राप्त गर्दा तयार भएपछि त्यहाँ दिइएको लिंकमा क्लिक गर्नुहोस्।
2. चेक-इन कार्यलाई पूरा गर्न दिइएका निर्देशनहरूलाई पालना गर्नुहोस्।

समस्या निवारण

यदि मैले चेक-इन प्रक्रिया पूरा गर्दा गर्दै समस्या आयो भने म कसरी फिर्ता गएर चेक-इन कार्यलाई पूरा गर्न सक्छु?

- टेक्स्ट म्यासेजमा रिमाइन्डरमा भएको लिंकमा क्लिक गर्नुहोस् र आफ्नो चेक-इन कार्यलाई पूरा गर्नुहोस्।

COVID-19 खोपको दोस्रो डोजपछि मैले खोपसम्बन्धी आफ्नो जानकारीलाई कसरी अद्यावधिक गर्नुपर्छ?

- ***V-safe*** ले स्वत: तपाईंलाई आफ्नो दोस्रो डोजसम्बन्धी जानकारी अद्यावधिक गर्न भन्नेछ। दिइएका निर्देशनहरूलाई पालना गर्नुहोस्।

***v-safe* सम्बन्धी सहायता चाहिन्छ??**

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