



ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਸੈਂਟਰ ਫ਼ਾਰ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਕੰਟਰੋਲ ਨੇ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਸੰਬੰਧਿਤ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਖਾਸ [ਨਵੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ](#) ਜਾਰੀ ਕਿੱਤਿਆਂ ਹਨ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗਾ ਗਈ ਹੈ।

CDC ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗੀ ਓਦੋਂ ਮੰਨੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਆਖਰੀ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਲੱਗੀਆਂ ਦੇ ਹਫ਼ਤੇ ਹੋ ਗਏ ਹੋਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਫਾਈਜ਼ਰ ਅਤੇ ਮੋਡਰਨਾ ਦੀ ਦੂਜੀ ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਜਾਨਸਨ ਐਂਡ ਜਾਨਸਨ ਦੀ ਪਹਿਲੀ ਅਤੇ ਇਕੱਲੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਦੋ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ।

CDC ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ, ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗ ਗਈ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਮਰੀਕਾ ਦੇ ਵਿਚ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਲਈ “COVID-19 ਦਾ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਚਿਰ ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਸਾਰੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਸਕ ਪਾਕੇ ਰੱਖਣਾ, ਜ਼ਿਆਦਾ ਇਕੱਠ ਵਾਲਿਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਨਾ ਜਾਣਾ, ਸਮਾਜਿਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਕੇ ਰੱਖਣਾ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਧੋਣਾ ਵਗੈਰਾਹ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕੀਤਾ ਹੈ।”

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਅੰਤਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1. ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ COVID-19 ਦੇ ਟੈਸਟ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹਨਾਂ ਚਿਰ ਜਿਹੜੀ ਥਾਂ ਤੇ ਜਾਣਾ ਹੈ ਉਥੇ ਦੀ ਮੰਗ ਨਾ ਹੋਵੇ।
2. ਅਮਰੀਕਾ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣ ਤੇ ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਚਿਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਲੋਕਲ ਸਰਕਾਰ ਦੀ ਮੰਗ ਨਾ ਹੋਵੇ।
3. ਅਮਰੀਕਾ ਵਲ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਲਈ ਫਲਾਈਟ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ COVID-19 ਦੇ ਟੈਸਟ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਨੈਗੇਟਿਵ ਹੋਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣ ਦੇ 3 ਤੋਂ 5 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ COVID-19 ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ।
4. ਯਾਤਰਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ COVID-19 ਦੀਆਂ ਚੇਤਾਵਨੀਆਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ।

ਧਿਆਨ ਦਵੇ ਕਿ **CDC ਸਲਾਹ ਦੋਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂਹ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਉਹ ਗੈਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਤੋਂ ਗੁਰਹੇਜ਼ ਕਰਨ।** ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਹੋਈਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਿਕ, ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰਾਵਾਂ ਤੋਂ 1 ਤੋਂ 3 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ COVID -19 ਦਾ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਪਵੇਗਾ ਅਤੇ ਯਾਤਰਾ ਤੋਂ ਵਾਪਿਸ ਆਉਣ ਤੋਂ 3 ਤੋਂ 5 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚ ਫਿਰ ਤੋਂ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਪਵੇਗਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 7 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਵਿਚ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਟੈਸਟ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾਇਆ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 10 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਕਰਨਾ ਪੈਣਾ ਹੈ।

ਇੰਡੀਆ ਦੇ ਵਿਚ ਬਣੀਆਂ ਅਮਰੀਕਾ ਦੀਆਂ ਐਮਬੈਸੀਆਂ ਅਤੇ ਕੌਂਸੁਲੇਟ ਨੇ [ਟ੍ਰੇਵਲ ਗਾਈਡੈਂਸ](#) ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੈਕਸੀਨ ਲੱਗ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਲੱਗੀ। 22 ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ, ਇੰਡੀਆ ਵਿਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਯਾਤਰੀਆਂ ਨੂੰ:

1. ਇੰਡੀਆ ਜਾਣ ਲਈ ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 72 ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ RT-PCR ਟੈਸਟ ਦੀ ਨੈਗੇਟਿਵ ਰਿਪੋਰਟ ਨੂੰ [ਏਅਰ ਸੁਵਿਯਾ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ](#) ਤੇ ਅਪਲੋਡ ਕਰੋ।
2. ਯਾਤਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 72 ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਉਸ ਹੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਇਕ [ਸੇਲਫ਼ ਡੈਕਲਾਰੇਸ਼ਨ ਫਾਰਮ](#) ਵੀ ਅੱਪਲੋਡ ਕਰੋ।
3. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੂਰੋਪ, ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲ, ਸਾਊਥ ਅਫਰੀਕਾ, ਅਤੇ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਤੋਂ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੰਡੀਆ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਉਪਰੰਤ COVID-19 ਦੇ ਮੋਲੀਕਯੂਲਰ ਟੈਸਟ ਦੀ ਕੀਮਤ ਚੁਕਾਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।
4. ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਯੂਰੋਪ, ਬ੍ਰਾਜ਼ੀਲ, ਸਾਊਥ ਅਫਰੀਕਾ, ਅਤੇ ਮਿਡਲ ਈਸਟ ਤੋਂ ਯਾਤਰਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੰਡੀਆ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਉਪਰੰਤ 14 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਸੇਲਫ਼ ਮੋਨੀਟਰਿੰਗ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਘਰ ਵਿਚ ਹੀ ਇਕਾਂਤਵਾਸ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹੋ।

ਜਿਹੜੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰਾਂਹ ਵੈਕਸੀਨ ਲਗ ਗਈ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਲਈ CDC ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਿਸ ਵਿਚ ਇਹ ਵੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਦੇ ਮਾਸਕ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਕੇ ਰੱਖਣੀ ਹੈ, [ਇਸ ਲਿੰਕ](#) ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡੇ ਵਲੋਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ [ਵੈਸਾਖੀ ਲਈ ਹਿਦਾਇਤਾਂ](#) ਅਤੇ [ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਉਪਲੱਭਯਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਰੋਤਾਂ](#) ਦੀ ਜਾਂਚ ਜ਼ਰੂਰ ਕਰੋ।

ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਤਰਾਂਹ, ਸਿੱਖ ਕੋਲਿਸ਼ਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਾਕੀਦ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਧਰਮ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਨਿਡਰ ਹੋ ਕੇ ਕਰੋ।