

কোভিড - ১৯, শরৎ এবং শীত কালের জন্য উপদেশ এবং তথ্য ২০২০/২১
সোয়ানসি বে ইউনিভার্সিটি হেলথ বোর্ড, সোয়ানসি কাউন্সিল এবং নীথ পোর্ট
টালবোর্ট কাউন্সিল থেকে।

কোরোনাভাইরাস চলে যায়নি। যে সকল মানুষদের আপনি যত্ন নেন তাদের রক্ষা
করার জন্য আপনাদের ধন্যবাদ, এবং ওয়েলস নিরাপদ রাখার জন্য জাতীয় চেষ্টার
সাথে যোগ দেয়ার জন্য।

দয়াকরে এই লিফলেটটি হাতের কাছে রাখবেন - এত গুরুত্বপূর্ণ তথ্য আছে যা
আপনাকে সাহায্য করবে নিরাপদ থাকার জন্য।

ওয়েলস নিরাপদ রাখুন - আপনাকে, অন্যান্যকে এবং এনএইচএসকে রক্ষা
করুন দ্বিতীয় ওয়েভ থেকে।

রিতীমত হাত ধুবেন বিশেষকরে আপনি যদি শপিং করে থাকেন, একটি প্যাকেজ
তুলেছেন বা খাবারে হাত দিবেন।

সামাজিকভাবে দূরত্ব বজায় রাখুন। মানুষদের কাছ থেকে নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখুন
যারা আপনার ঘরে থাকেন না।

যেখানে দরকার সেখানে মুখ ঘুরবেন বা ছোট জায়গায় যেখানে সামাজিকভাবে দূরত্ব
বজায় রাখা সম্ভব নয়।

টেস্ট (পরীক্ষা), ট্রেস (সনাক্ত), প্রটেক্ট (রক্ষা) করুন যাতে দ্বিতীয় ওয়েভ না হয়

হেলথ বোর্ড এবং কাউন্সিল কোভিড -১৯ পরীক্ষার এবং কন্টাক্ট ট্রেসিং সাভিরেস
(সনাক্তের সেবা) ব্যবস্থা করছে

১. টেস্ট (পরীক্ষা)

আপনার যদি কোভিড - ১৯ উপসর্গ গুলো থাকে (নতুন, একটানা কাশি, স্বাদ বা গন্ধ পাচ্ছেন না, বেশী জ্বর) তাহলে দেখুন www.sbuhb.nhs.wales এবং কোভিড - ১৯ লিন্ক ফলো করুন একটি টেস্ট করার জন্য। অথবা ফোন করুন 01639 862757 (সকাল ৯টা থেকে রাত ৮ টা) একটি টেস্ট বুক করার জন্য, বা ফ্রিফোন 119 নাম্বারে কল করুন হোম টেস্টিং কীটের (ঘরে পরীক্ষার জন্য) জন্য। যেসব মানুষের হেয়ারিং (শুনার) এবং স্পীচ (কথা বলার) সমস্যা রয়েছে তারা কল করতে পারবেন 18001 119 নাম্বারে।

২. ট্রেস (সনাক্ত)

আপনার পরীক্ষা যদি পজিটিভ হয় তাহলে আপনি আমাদের কন্টাক্ট ট্রেসিং টীম থেকে একটি ফোন কল পাবেন।

৩. প্রটেক্ট (রক্ষা)

যদি আমাদের কন্টাক্ট ট্রেসারস আপনার সাথে যোগাযোগ করে তাহলে তাদের উপদেশ ফলো করবেন ওয়েলস নিরাপদ রাখার জন্য।

স্ক্যাম থেকে সতর্ক থাকবেন। একটি কন্টাক্ট ট্রেসার কখনও আপনাকে জিজ্ঞাসা করবে না:

- একটি প্রিমিয়াম নাম্বার ঘুরানোর জন্য
- কোন ধরনের পয়সা দিবার জন্য
- ব্যাংক একাউন্টের বিস্তারিত দিবার জন্য
- পাসওয়ার্ড বা পিন দিবার জন্য
- ব্যক্তিগত / মেডিকেল তথ্য দিবার জন্য
- কোন সফটওয়্যার ডাউনলোড করার জন্য

কোথা থেকে তথ্য ও সাহায্য পাবেন

টেলিফোন: সোয়ানসি কাউন্সিল 01792 636000 বা নীথ পোর্ট টালবোট কাউন্সিল 01639 686868 নাম্বারে

ওয়েবসাইট:

সোয়ানসি বে ইউনিভার্সিটি হেলথ বোর্ডের জন্য দেখুন www.sbuhb.nhs.wales

সোয়ানসি কাউন্সিলের জন্য দেখুন www.swansea.gov.uk

নীথ পোর্ট টালবোট কাউন্সিলের জন্য দেখুন www.npt.gov.uk

ফেইসবুক:

সোয়ানসি বে ইউনিভার্সিটি হেলথ বোর্ডের জন্য যান @SwanseaBay.NHS

সোয়ানসি কাউন্সিলের জন্য যান @swanseacitycouncil

নীথ পোর্ট টালবোট কাউন্সিলের জন্য যান @NeathPortTalbotCBC

টুইটার:

সোয়ানসি বে ইউনিভার্সিটি হেলথ বোর্ডের জন্য যান @SwanseaBayNHS

সোয়ানসি কাউন্সিলের জন্য যান @SwanseaCouncil

নীথ পোর্ট টালবোট কাউন্সিলের জন্য যান @NPTCouncil

দয়াকরে খিয়াল রাখুন এবং আমাদের মেসেজ গুলো শুনুন। যখন আমাদের দরকার হবে গুরুত্বপূর্ণ তথ্য শেয়ার করার জন্য আমরা ব্যবহার করব:

- দ্যা ওয়েভ (96.4FM & DAB)
- গ্রেটেস্ট হিটস রেডিও – সাউথ ওয়েলস (1170MW & DAB)
- সোয়ানসি বে রেডিও (102.1 FM & DAB)
- ন্যাশনাল রেডিও (107.3FM & DAB)
- দ্যা সাউথ ওয়েলস ইভিনিং পোস্ট
- দ্যা ওয়েস্টার্ন মেইল

এই ফ্লয়ারটি অন্য ফরম্যাটে পেতে আপনার স্থানীয় কাউন্সিলকে (উপড়ে) কল করুন অথবা ইমেইল marketing@npt.gov.uk নীথ পোর্ট টালবোট কাউন্সিলের জন্য অথবা ইমেইল accesstoservices@swansea.gov.uk সোয়ানসি কাউন্সিলের জন্য

কোভিড – ১৯ এর তথ্য ৩০ টিরও বেশী ভাষায় আমাদের ওয়েবসাইট গুলোতে (উপড়ে) পাওয়া যাবে।

