



Department of Health
& Mental Hygiene

Department of
Education

16 মে, 2022

প্রিয় পরিবারবর্গ,

নিউ ইয়র্ক সিটিতে সম্প্রতি কোভিড-19 (COVID-19) সংক্রমণের সংখ্যা এবং হাসপাতালে ভর্তির সংখ্যা বৃদ্ধি পাওয়ায়, **সিটি বর্তমানে কোভিড-19 (COVID-19) হাই (অরেঞ্জ) অ্যালার্ট লেভেলে রয়েছে।** এর অর্থ হচ্ছে সিটিতে কোভিড-19 (COVID-19) উল্লেখযোগ্য পরিমাণে ছড়িয়ে পড়েছে।

আপনার পরিবার ও কমিউনিটিকে নিরাপদ রাখতে নিম্নলিখিত প্রমাণিত সাবধানতাসমূহ গ্রহণের জন্য আমরা অনুরোধ করছি:

- **একটি মাস্ক পরিধান করুন।** আমাদের সুপারিশ হচ্ছে যে জনগণের জন্য উন্মুক্ত সকল অভ্যন্তরীণ পরিবেশে 2 বছর বয়সী থেকে সকলের একটি যথাযথ ফিট হয় এমন একটি মাস্ক পরিধান করা উচিত, এতে অন্তর্ভুক্ত স্কুলে এবং আর্লি চাইল্ডহুড এডুকেশন (ECE) প্রোগ্রামগুলোতে, এমনকি যদি আবশ্যিক নাও হয়। স্কুলে অথবা ECE প্রোগ্রামে এবং যখন বন্ধুদের সাথে মিলিত হচ্ছে তখন একটি মাস্ক পরিধান করার জন্য আপনার সন্তানকে উৎসাহিত করুন। আপনার সন্তানের স্কুলে মাস্ক পাওয়া যাবে।
- **টিকা বা ভ্যাকসিন এবং বুস্টার দিন।** 5 বছর এবং এরচেয়ে বয়সী সকলের কোভিড-19 (COVID-19)-এর বিরুদ্ধে টিকা বা ভ্যাকসিন দেয়া উচিত, এতে অন্তর্ভুক্ত যখন যোগ্য নির্ণিত হবে তখন একটি বুস্টার শট গ্রহণ করা। টিকা বা ভ্যাকসিন বহু জীবন বাঁচিয়েছে এবং ভাইরাসের বিরুদ্ধে আমাদের সর্বশ্রেষ্ঠ প্রতিরোধ। একটি টিকাকেন্দ্র বা ভ্যাকসিন সাইট খুঁজতে nyc.gov/vaccinefinder দেখুন অথবা 877-VAX-4NYC (877-829-4692) নম্বরে ফোন করুন। ইমিগ্রেশন অথবা ইনস্যুরেন্সের অবস্থা যাই হোক না কেন, আপনি বিনামূল্যে টিকা বা ভ্যাকসিন পেতে পারেন।
- **অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন।** যারা অসুস্থ অথবা কোভিড -19 (COVID-19) পরীক্ষা পজিটিভ এসেছে তাদের সকলের বাড়ি থাকা এবং সকল নির্দেশনা অনুসরণ করা উচিত, এতে অন্তর্ভুক্ত 10 দিনের জন্য একটি যথাযথ ফিট হয় এমন মাস্ক পরিধান।
- **পরীক্ষা করিয়ে নিন।** যাদের কোভিড -19 (COVID-19) উপসর্গ আছে, কোভিড -19 (COVID-19) হয়েছে এমন কারও কাছাকাছি গিয়েছে, অথবা বৃহৎ গণ সমাবেশে উপস্থিত ছিল, তাদের সকলের পরীক্ষা বা টেস্ট করিয়ে নেয়া উচিত। স্কুলগুলো প্রত্যেক শিক্ষার্থীকে প্রতি সপ্তাহে চারটি বাড়িতে গৃহীত পরীক্ষা (অ্যাট-হোম টেস্ট) প্রদান করছে এবং সিটিব্যাপী সর্বত্র টেস্ট লভ্য রয়েছে। একটি টেস্টিং সাইট খুঁজে নিতে nyc.gov/covidtest দেখুন। বহু সাইটে টেস্টিং বিনামূল্যে দেয়া হয়।
- **অন্যান্য পূর্ব-সাবধানতা বিবেচনা করুন, যেমন সমাগম এড়িয়ে চলা, স্বল্প সংখ্যা মানুষের সাথে একত্রিত হওয়া, ভেন্টিলেশন বৃদ্ধি করা, এবং একটি উচ্চ-মানসম্পন্ন মাস্ক পরিধান করা।** এটা বিশেষভাবে তাদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ যারা বার্ষিকাজনিত কারণে, স্বাস্থ্যগত পূর্ব-অন্তর্নিহিত জটিলতার কারণে, অথবা অটিকাপ্রাপ্ত হবার কারণে অধিকতর ঝুঁকিয়ুক্ত।

যদি আপনি অথবা আপনার সন্তানের COVID-19 পরীক্ষার ফলাফল পজিটিভ আসে, তবে 12 অথবা এরচেয়ে বেশি বয়সীদের চিকিৎসা সংক্রান্ত বিকল্পসমূহ সম্পর্কে জানার জন্য আপনার স্বাস্থ্য সেবা প্রদানকারীকে অথবা 212-COVID19 (212-268-4319) নম্বরে ফোন করুন। যে যোগ্য, তা সহ আরো তথ্যের জন্য nyc.gov/health/covidtreatments দেখুন। যদি আপনার সন্তানের টেস্টের ফলাফল পজিটিভ আসে, তবে অনুগ্রহ করে তার স্কুল অথবা ECE প্রোগ্রামকে অবহিত করুন। যেসব ছেলেমেয়ের পরীক্ষা বা টেস্টের ফলাফল পজিটিভ এসেছে অথবা উপসর্গ সহ বাড়িতে রয়েছে তারা অসুস্থ থাকাকালীন সময় বিনা খরচে অনলাইনে শিক্ষা-নির্দেশনা এবং অফিস আওয়ারে যোগাযোগের সুযোগ পাবে।

আমরা সকলে যদি আমাদের অংশটুকু করি, তবে আমরা কোভিড-19 (COVID-19)-এর এই উর্ধ্ব সংক্রমণের হার রোধ করতে পারবো এবং সুস্থ ও নিরাপদ বসন্ত এবং গ্রীষ্ম উপভোগ করতে পারবো।

বিনীত,

অ্যাশউইন ভাশান (Ashwin Vasan), MD, PhD
কমিশনার
NYC ডিপার্টমেন্ট অভ হেলথ অ্যান্ড মেন্টাল হাইজিন

ডেভিড সি. ব্যাংকস (David C. Banks)
চ্যান্সেলর
NYC ডিপার্টমেন্ট অভ এডুকেশন