নিউবর্ন হোম ভিজিটিং প্রোগ্রাম

আপনি এবং আপনার নতুন শিশুর সমর্থনে

নিউবর্ন হোম ভিজিটিং প্রোগ্রাম আপনার এবং আপনার নবজাতকের (0 থেকে 3 মাস বয়সী) জন্মের প্রথম কয়েক সপ্তাহের জন্য সহায়তা প্রদান করে। প্রোগ্রামের মাধ্যমে, একজন স্বাস্থ্যকর্মী ছোট শিশুকে খাওয়ানোর বিষয়ে সাহায্য করতে, স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা টিপস শেয়ার করতে এবং আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে অতিরিক্ত সংস্থানগুলির সাথে সংযুক্ত করতে আপনাকে এবং আপনার শিশুকে দেখতে যান।

কে সাইন আপ করতে পারেন?

- প্রথম বারের অভিভাবক যারা জাতিগত অন্তর্ভুক্তি ও সমতা সম্পর্কিত টাস্কফোর্স অন রেসিয়াল ইনক্লুশন এবং ইক্যুইটি (Taskforce on Racial Inclusion and Equity, TRIE) পাড়ায় বসবাস করেন
- 0 থেকে 3 মাস বয়সী একটি শিশু সহ সমস্ত পরিবার এবং যারা:
  - TRIE পাড়ায় নিউ ইয়র্ক সিটি আবাসন কর্তৃপক্ষ নিউ ইয়র্ক সিটি হাউজিং অথরিটি (New York City Housing Authority, NYCHA) এর বাসিন্দারা
  - শহরব্যাপী শিশুদের পরিষেবার প্রশাসন অ্যাডমিনিস্ট্রেশন চিলড্রেনস সার্ভিসেস (Administration for Children's Services, ACS) এর সাথে জড়িত আছেন যারা
  - শহরব্যাপী গৃহহীন পরিষেবা ডিপার্টমেন্ট অফ হোমলেস সার্ভিসেস (DHS) আশ্রয় কেন্দ্রে বসবাসকারী আছেন যারা

আপনি যোগ্য কিনা তা জানতে **311** নম্বরে কল করুন, অথবা TRIE-এর আশেপাশের জিপ কোডগুলির একটি তালিকা খুঁজে পেতে এই পুস্তিকার পিছনে QR কোডটি স্ক্যান করুন।

এই প্রোগ্রামের খরচ কত?

প্রোগ্রামটি **বিনামূল্যে** এবং স্বেচ্ছামূলক।

কে আপনার এবং আপনার শিশুর সাথে দেখা করবে?

নিউ ইয়র্ক সিটির স্বাস্থ্য ও মানসিক স্বাস্থ্যবিধি দপ্তরের (New York City Department of Health and Mental Hygiene) একজন স্বাস্থ্যকর্মী যেখানে আপনি থাকেন সেখানে গিয়ে আপনার এবং আপনার শিশুর সাথে দেখা করবেন। স্বাস্থ্যকর্মীরা হচ্ছেন প্রশিক্ষিত স্তন্যপান করানোর পরামর্শদাতা যারা আপনার এবং আপনার শিশুর স্বাস্থ্যের প্রয়োজনীয়তা

বোঝেন। অতিরিক্ত সহায়তার জন্য, প্রয়োজন অনুযায়ী নার্স, সমাজকর্মী এবং স্তন্যপান করানো বিশেষজ্ঞরাও উপলব্ধ থাকেন।

এই পরিদর্শনের সময় কী হয়?

স্বাস্থ্যকর্মীরা যা করবেন:

- আপনার শিশু এবং আপনার সাথে বসবাসকারী অন্য কোনো শিশু কীভাবে **বড় হচ্ছে** সে সম্পর্কে আপনার সাথে কথা বলবেন
- **স্তন্যপান** করানো সহ ছোট শিশুকে খাওয়ানোর সহায়তা প্রদান করে, এবং আপনার যেকোন উদ্বেগের সমাধান করে
- কীভাবে আপনার শিশুকে **নিরাপদে ঘুমাতে** দেওয়া যায় তা দেখায়
- আপনার শিশুর সাথে **বন্ডিং** তৈরি করার জন্য টিপস দেবে
- আপনার **মানসিক স্বাস্থ্যের** জন্য সহায়তা প্রদান করে এবং আপনাকে অতিরিক্ত সম্পদের সাথে সংযুক্ত করে
- বিপদগুলি পরীক্ষা করে একটি নিরাপদ বাড়ির পরিবেশ তৈরিতে সাহায্য করে — যেমন অনুপস্থিত স্মোক ডিটেক্টর বা উইন্ডো গার্ড এবং পিলিং পেইন্ট যাতে সীসা থাকতে পারে — এবং আপনাকে সেগুলি রিপোর্ট করতে সাহায্য করে (উদাহরণস্বরূপ, আপনার বাড়িওয়ালার কাছে বা 311 কল করে)
- আপনার সাথে **অন্যান্য পরিষেবার** সংযোগ স্থাপন করে, যেমন স্বাস্থ্য বিমা এবং চিকিৎসা পরিচর্যা

আমি কিভাবে সাইন আপ করব?

আপনি যদি সম্প্রতি জন্ম দেন এবং প্রোগ্রামের কারও কাছ থেকে শুনতে না পান, তাহলে আপনি যোগ্য কিনা তা জানতে **311** বা আপনার আশেপাশের নিউবর্ন হোম ভিজিটিং প্রোগ্রাম অফিসে কল করুন। প্রোগ্রাম অফিসের ফোন নম্বরের তালিকার জন্য, এই পুস্তিকার পিছনে দেখুন।

"স্বাস্থ্যকর্মী ক্রিবের নিরাপত্তা ও আমার শিশুর সাথে একই বিছানায় ঘুমানোর বিপদ সম্পর্কে ব্যাখ্যা করেছেন। "

Donna, 26

"আমি উদ্বিগ্ন ছিলাম যে আমার বড় সন্তানের বিকাশ তেমন নাও হতে পারে যেমনটা হওয়া উচিত। যে [স্বাস্থ্যকর্মী] আমাদের সাথে দেখা করেছেন, তিনি আমার ছেলের কিছু সাহায্যের প্রয়োজন আছে কিনা তা দেখার জন্য প্রাথমিক হস্তক্ষেপ প্রোগ্রাম এর সাথে আমাকে সংযুক্ত করেছেন। "

Angelina, 24

"আমি জানতাম না যে শুধুমাত্র বুকের দুধ খাওয়ানো ঠিক ছিল, তাই আমি আমার শিশুকে ফর্মুলাও দিচ্ছিলাম। [স্বাস্থ্যকর্মী] আমাকে বলেছিলেন যে বুকের দুধই যথেষ্ট। "

Nicole, 21

নিউবর্ন হোম ভিজিটিং প্রোগ্রাম অফিসসমূহ

সমস্ত বরোতে থাকা নিউ ইয়র্কবাসীদের জন্য, **718-637-5235** নম্বরে কল করুন।

যেকোনো বরোতে গৃহহীন পরিষেবা বিভাগ (Department of Homeless Services) আশ্রয়কেন্দ্রে বসবাসকারী নিউ ইয়র্কবাসীদের জন্য, **718-466-7013** নম্বরে কল করুন।

আরো তথ্যের জন্য, **nyc.gov/health**-এ যান এবং **"Newborn Home Visiting Program" (নিউবর্ন হোম ভিজিটিং প্রোগ্রাম)** অনুসন্ধান করুন বা উপরের QR কোডটি স্ক্যান করুন।

পছন্দের ভাষায় নিউ ইয়র্ক সিটি পরিষেবা পাওয়ার অধিকার আপনার রয়েছে। আপনি যখন **311** নম্বরে বা একটি প্রোগ্রাম অফিসে কল করেন, তখন আপনার নিউবর্ন হোম ভিজিটের দোভাষী পরিষেবার জন্য জিজ্ঞাসা করুন।

NYC Health

HPD592145 – 3.24 Bengali