# আপনার গর্ভাবস্থার সময় এবং তার পরেও উচ্চ-মানের সহায়তা!

**New Family Home Visits Initiative** গর্ভবতী এবং নতুন পিতা-মাতাদের জন্য প্রশিক্ষিত স্বাস্থ্যকর্মীদের মাধ্যমে বিনামূল্যে বাসায় গিয়ে পরিষেবা প্রদান করে এবং তাদেরকে কম্যুনিটি-ভিত্তিক সহায়তা, পরিষেবা এবং রেফারালগুলির সাথে সংযুক্ত করে।

## সিটিব্যাপী ডুলা উদ্যোগ (Citywide Doula Initiative, CDI)

প্রশিক্ষিত পেশাদারদের মাধ্যমে বিনামূল্যে ডুলা পরিষেবা প্রদান করে যারা গর্ভাবস্থা, প্রসবকালীন সময় এবং জন্মের পর প্রথম কয়েক মাস পর্যন্ত গর্ভবতী ব্যক্তিদের এবং শিশু পরিচর্যাকারী পরিবারগুলিকে শিক্ষিত করে এবং সহায়তা প্রদান করে।

নিউ ইয়র্ক সিটিতে CDI এবং অন্যান্য ডুলা পরিষেবা সম্পর্কে আরো জানতে, **nyc.gov/health/cdi**-এ যান বা 844-653-6852 নম্বরে, সোমবার থেকে শুক্রবার, **সকাল** 9টা থেকে বিকাল 5টার মধ্যে কল করুন।

**NYC Nurse-Family Partnership** প্রথমবার গর্ভবতী হয়েছেন এমন কম আয়ের পরিবারগুলির জন্য বিনামূল্যে বাড়িতে নার্স পরিদর্শনের সুবিধা প্রদান করে।

আরো জানতে বা সাইন আপ করতে, আপনার স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে কথা বলুন, **nycnfp@health.nyc.gov**-এ ইমেইল করুন বা **311** নম্বরে কল করুন এবং **"Nurse-Family Partnership" (নার্স-ফ্যামিলি পার্টনারশিপ)**-এর জন্য জিজ্ঞাসা করুন।

**Newborn Home Visiting Program** 3 মাস পর্যন্ত বয়সের শিশু থাকা পরিবারগুলিকে কম্যুনিটি স্বাস্থ্যকর্মী, নার্স, সমাজকর্মী বা সার্টিফায়েড ল্যাক্টেশন কাউন্সেলরের সাথে সংযুক্ত করে সহায়তা করে। সহায়তার ক্ষেত্রগুলির মধ্যে রয়েছে শিশু বিকাশ, পিতৃত্ব বা মাতৃত্বের সাথে মানিয়ে চলা, স্তন্যপান করানোর সহায়তা, শিশুদের খাট এবং অন্যান্য প্রয়োজনীয় জিনিসপত্র বিতরণ এবং স্বাস্থ্য শিক্ষা এবং স্ক্রীনিং।

আরো জানতে অথবা আপনি যোগ্য কিনা তা দেখতে, **nyc.gov/health**-এ যান এবং **"newborn home visiting program" (নবজাতক শিশুর জন্য হোম ভিজিটিং প্রোগ্রাম)** সার্চ করুন অথবা 718-637-5235 নম্বরে কল করুন। আপনি যদি যেকোনো বরোর Department of Homeless Services (গৃহহীন পরিষেবা বিভাগ)-এর আশ্রয়কেন্দ্রে বসবাস করেন তাহলে 718-466-7013 নম্বরে কল করুন।

সমস্ত প্রোগ্রামগুলি অভিবাসন স্থিতি, বয়স বা লিঙ্গ পরিচিতি নির্বিশেষে উপলব্ধ। যোগ্যতার অন্যান্য মানদণ্ড প্রোগ্রাম অনুযায়ী আলাদা হতে পারে।

New Family Home Visits উদ্যোগ, রেফারেল পাওয়ার উপায় অথবা নিজেকে রেফার করার উপায় সম্পর্কে আরো তথ্যের জন্য **nyc.gov/health/babyhelp**-এ যান বা QR কোডটি স্ক্যান করুন। আপনি কি নিশ্চিত নন যে কোন প্রোগ্রামটি আপনার জন্য উপযুক্ত? সাহায্যের জন্য 347-396-7979 নম্বরে Family Connection Network (ফ্যামিলি কানেকশন নেটওয়ার্ক)-কে কল করুন।

NYC Health

6.25 Bengali