



**সুস্থ থাকুন:
এই গ্রীষ্মে নিরাপদ
যৌন মিলন করুন**

এই গ্রীষ্মে আপনাকে এবং আপনার সঙ্গীদের সুরক্ষিত রাখতে সতর্কতামূলক ব্যবস্থা নিন:

- গর্ভাবস্থা প্রতিরোধ করতে কন্ডোম বা অন্যান্য গর্ভনিরোধক পদ্ধতি ব্যবহার করুন।
- STI-সমূহ ছড়ানো প্রতিরোধ করতে কন্ডোম ব্যবহার করুন এবং নিয়মিত পরীক্ষা করিয়ে নিন।
- এইচআইভি প্রতিরোধ করতে PrEP (এক্সপোজার-পূর্ব প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা) গ্রহণ করুন।
- যৌন মিলনের পর 72 ঘণ্টার মধ্যে এইচআইভি প্রতিরোধ করতে আপৎকালীন PEP (এক্সপোজার-পরবর্তী প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা) গ্রহণ করুন।
- সিফিলিস, ক্ল্যামিডিয়া এবং গনোরিয়া প্রতিরোধে সাহায্য করার জন্য যৌন মিলনের পর ডব্লিউ PEP (ডব্লিসাইক্লিন এক্সপোজার-পরবর্তী প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা) গ্রহণ করুন।



যৌন স্বাস্থ্য পরিষেবা এবং নিরাপদ যৌন মিলনের সামগ্রী খুঁজতে, nyc.gov/healthmap-এ যান অথবা 311 নম্বরে কল করুন। আপৎকালীন PEP শুরু করতে, স্বল্প খরচে বা বিনামূল্যের বিকল্পের জন্য 844-373-7692 নম্বরে কল করুন, অথবা কোনো জরুরি পরিচর্যা কেন্দ্র বা আপৎকালীন কক্ষে যান।

অভিবাসন স্থিতি বা অর্থ প্রদান করার ক্ষমতা নির্বিশেষে পরিষেবাগুলি পাওয়া যায়।

আরও তথ্যের জন্য, nyc.gov/sexualhealth-এ যান।



নিউ ইয়র্ক সিটিতে নিরাপদ এবং সুস্থ থাকার বিষয়ে আরও তথ্যের জন্য, nyc.gov/healthysummer-এ যান অথবা QR কোডটি স্ক্যান করুন।