

NYC-তে COVID-19-এর বিস্তার প্রতিরোধ করুন!

এই পদক্ষেপগুলি নিন:



বাড়িতে থাকুন।

আপনি যদি অসুস্থ থাকেন অথবা COVID-19 এর জন্য পজিটিভ পরীক্ষিত হন তাহলে বাড়িতে থাকুন।



মুখে একটি মাস্ক পরুন।

আপনি যে কোন জায়গায় গেলে সেখানে মুখের মাস্ক পরার নির্দেশিকা অনুসরণ করুন। মুখের মাস্ক ব্যবহার, COVID-19-এর বিস্তার প্রতিরোধ করতে সহায়তা করে।



পরীক্ষা করিয়ে নিন।

আপনার যদি উপসর্গ থাকে, বয়স বা অন্তর্নিহিত সমস্যার কারণে উচ্চ ঝুঁকি থাকে বা সম্প্রতি কারো সংস্পর্শে এসে থাকেন তাহলে পরীক্ষা করিয়ে নিন।



টিকা সম্পর্কে আপ টু ডেট থাকুন।

COVID-19 প্রতিরোধে টিকাকরণ করুন এবং বুস্টার নিন।



আপনার হাতগুলি পরিষ্কার রাখুন।

সাবান এবং পানি দিয়ে প্রায়ই আপনার হাত ধুয়ে নিন। সাবান বা পানি না থাকলে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।



চিকিৎসা নিন।

আপনি যদি পজিটিভ পরীক্ষিত হন, তাহলে আপনার ডাক্তারকে অথবা 212-268-4319 নম্বরে ফোন করুন।

একটি COVID-19 পরীক্ষার সাইট খুঁজে পেতে, nyc.gov/covidtest-এ যান।

একটি COVID-19 টিকার সাইট খুঁজে নিতে nyc.gov/vaccinefinder-এ যান অথবা **877-829-4692** নম্বরে ফোন করুন।

