



E:bnssg.healthier.together@nhs.net

@HTBNSSG

14 মে, 2020

ব্রিস্টল, নর্থ সোমারসেট এবং সাউথ গ্লোচেস্টারশায়ারের প্রত্যেককে,

করোনাভাইরাস - আপনাকে ধন্যবাদ এবং আপনার অঞ্চলে স্বাস্থ্য এবং যত্নের পরবর্তী পদক্ষেপগুলি

এতে কোনো সন্দেহ নেই যে আমরা খুব বিপদের মধ্যে বাস করছি এবং কাজ করছি এবং আমরা আপনাদের সবাইকে ধন্যবাদ জানাতে চাই এত দিন আপনাদের স্যাস্ ও যত্ন ব্যবস্থা রক্ষা করার জন্য যা করেছেন তার জন্য।

একসাথে কাজ করে আমরা সবাই ভাইরাস ছড়ানো কমাতে সক্ষম হয়েছি। তবে আমাদের সবার জন্য এখন যেটা "নতুন সাধারণ পরিস্থিতি" হতে চলেছে সেই দিকে এগিয়ে যেতে আমাদের আপনার সহায়তা ও সমর্থন প্রয়োজন।

এই প্রস্তুতি নেওয়ার সময় আমাদের স্বরণে আছে আমাদের সম্প্রদায়ের সর্বত্র যাদের হারাতে হয়েছে; ব্রিস্টল, নর্থ সোমারসেট এবং সাউথ গ্লোচেস্টারশায়ার পরিবারগুলি যারা প্রিয়জন, বন্ধুবান্ধব এবং সহকর্মীদের জন্য শোকাচ্ছন।

আপনারা যে মিশ্র সংবেদনগুলি অনুভব করছেন তা আমরা বুঝতে পারি। আমরা জানি আপনার পরিবারের স্বাস্থ্য, মানসিক সুস্থতা, এবং আত্মীয়স্বজন এবং বন্ধুবান্ধবদের সাথে সংযুক্ত থাকাই আপনার কাছে এখন সব থেকে বেশি গুরুত্বপূর্ণ। আমরা সবাই প্রতিশ্রুতিবদ্ধ আপনাকে এবং আপনার পরিবারকে যথা সম্ভব নিরাপত্তা বজায় রেখে প্রয়োজনীয় যত্ন সরবরাহ করে যেতে।

আমরা জানি যে করোনাভাইরাস কোন প্রকারে আমাদের মধ্যে কিছু সময়ের জন্য থাকবে। আমরা একসাথে উপায় খোঁজার চেষ্টা করছি কিভাবে রুটিন পরিষেবাগুলি পূর্বাবস্থায় ফিরিয়ে নিয়ে যাওয়া যায়, যেটি আপনার, আপনার পরিবার এবং যত্ন প্রদানকারী কর্মীদের জন্য নিরাপদ হবে।

তবে, আমাদের পরিষ্কার হওয়া দরকার যে পূর্বে পরিষেবাগুলি যেভাবে চালানো হয়েছিল সেভাবে ফিরে যাওয়া সম্ভব নয়। সুরক্ষা কে সর্বোচ্চ গুরুত্ব দিয়ে আমরা কি



ব্যবস্থা করা হবে তার পরিকল্পনা করছি। আমরা আগামী সপ্তাহগুলিতে কি ব্যবস্থা করা হবে এবং তার অর্থ কি সেই সম্বন্ধে আরও তথ্য জনাব।

ইতিমধ্যে আপনার স্বাস্থ্য এবং সুস্থতার দেখাশোনা চালিয়ে যাওয়া অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ, যা স্থানীয় স্বাস্থ্য ও যত্ন পরিষেবাগুলিকে সহায়তা করবে।

আপনি বুদ্ধিবিবেচনার সাথে পরিষেবাগুলি ব্যবহার করে এটি করতে পারেন, সুতরাং দয়া করে নির্দেশগুলি অনুসরণ করুন।

হেলথীয়ার টুগেদারের সমস্ত অংশীদারের পক্ষ থেকে ধন্যবাদ

জুলিয়া রস এবং রবার্ট উলি হেলথীয়ার টুগেদারের যৌথ লিড এক্সিকিউটিভ

হেলথীয়ার টুগেদার: আমরা কে

হেলথীয়ার টুগেদার আমাদের ব্রিস্টল, নর্থ সোমারসেট এবং সাউথ গ্লোচেস্টারশায়ার (BNSSG) সাস্টেনিবিলিটি এন্ড ট্রান্সফরমেশন পার্টনারশীপ (STP)।

সাস্টেনিবিলিটি এন্ড ট্রান্সফরমেশন পার্টনারশীপ (STP) ক্লিনিকাল কমিশনিং গ্রুপ, স্থানীয় কর্তৃপক্ষ এবং স্বাস্থ্য সরবরাহকারী সহ 10টি স্থানীয় স্বাস্থ্য ও পরিচর্যা সংস্থাগুলিকে একত্রিত করে, আমাদের অঞ্চলে স্বাস্থ্য ও যত্নের ভবিষ্যত গঠনে একসাথে কাজ করছে।

আরও তথ্য আমাদের ওয়েবসাইটে পাওয়া যাবে: www.bnssghealthiertogether.org.uk

এখন পর্যন্ত যা কিছু করেছেন তার জন্য আপনাকে ধন্যবাদ, কিভাবে সাহায্য
চালিয়ে যাবেন তা এখানে দেওয়া আছে

- সরকারী পরামর্শ অনুসরণ করুন:
 - সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখুন (2 মিটার দূরে থাকুন)
 - নিয়মিত আপনার হাত ধুয়ে নিন
 - আপনার মুখ স্পর্শ করবেন না
 - যেসব অঞ্চলে সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখা কঠিন, যেমন গণপরিবহন, সেখানে মুখ ঢেকে রাখুন। GOV.UK ওয়েবসাইটে এই বিষয়ে পরামর্শ দেওয়া রয়েছে
- যদি আপনার ক্রমাগত কাশি এবং জ্বর হয়ে থাকে নিজেকে স্ব-বিচ্ছিন্ন করুন এবং যদি আপনার আরও পরামর্শ বা সহায়তার প্রয়োজন হয় তবে 111 এ কল করুন।
- বসে বসে চিন্তা করবেন না - চিকিৎসা সহায়তার জন্য 111-এ কল করুন বা 0300 303 1320 এ অ্যাভন এবং উইল্টশায়ার মেন্টাল হেলথ পার্টনারশিপ পরিচালিত ওয়েলবাইং সাপোর্ট লাইনের সাথে যোগাযোগ করুন।
- আপনার যদি সাধারণ চিকিৎসা পরামর্শ প্রয়োজন হয় বা আপনি যদি বুঝতে না পারেন আপনার GP সার্জারী যাওয়া উচিত না হাসপাতাল সে ক্ষেত্রে 111 নম্বরে কল করুন।
- যদি আপনার চিকিৎসা সহায়তা প্রয়োজন হয় তবে আপনার নিবন্ধিত GP প্রাকটিসের সাথে যোগাযোগ করুন বা 111-এ কল করুন।
- চিকিৎসা জরুরি জন্য 999 কল করুন।
- সামান্য জখমের জন্য, ইয়াট, ও ক্লিভডনে মাইনর ইনজুরি ইউনিট এবং সাউথ ব্রিস্টলের আর্জেন্ট ট্রিটমেন্ট সেন্টার সকাল ৪টা থেকে রাত ৪টা পর্যন্ত খোলা আছে।
- সামান্য অসুস্থতার জন্য, আপনার GP প্রাকটিসের সাথে যোগাযোগ করুন।
- আপনি যদি বাড়িতে যত্ন পেয়ে থাকেন, জেলা নার্স, থেরাপিস্ট এবং সহায়তা কর্মী সহ, এবং আপনার প্রয়োজনগুলি নিয়ে আলোচনা করার প্রয়োজন হয় তবে 0300 125 6789 নম্বরে কল করুন।
- কোনও মেডিকেল ইমার্জেন্সি ঘটলে বা 111 বা আপনার জিপি আপনাকে পরামর্শ দিলে তবেই A&E তে যান।
- আপনি যদি নিজেকে স্ব-বিচ্ছিন্ন করছেন, বা অতিরিক্ত সহায়তার প্রয়োজন হয়, তবে স্থানীয় গোষ্ঠীগুলির সাথে যোগাযোগের জন্য নিম্নলিখিত নম্বরগুলিতে



যোগাযোগ করুন যারা কেনাকাটা, ওষুধ, এবং অন্যান্য প্রয়োজনীয় সরবরাহের পাশাপাশি অন্যান্য সহায়তা করতে পারেন:

ব্রিস্টল: উই আর ব্রিস্টল: 0800 694 0184

নর্থ সমারসেট: নর্থ সমারসেট টুগেদার: 01934 427 437

সাউথ গ্লোচেস্টারশায়ার: 0800 953 7778