Español | Shqip | العربية | বাংলা
Français | Kreyòl Ayisyen | हिंदी | 한국어
Polski | Русский | 简体中文 | 繁體中文 | اُردُو

[Date]

প্রিয় NYC Care সদস্য,

আপনাকে সুস্থ থাকায় সহায়তা করতে, বিশেষত COVID-19 মহামারী চলাকালীন, এবং আপনার অভিবাসনগত স্ট্যাটাস বা অর্থ প্রদানের সক্ষমতা নির্বিশেষে আপনার বিভিন্ন ধরনের স্বাস্থ্যসেবা পরিষেবায় প্রবেশাধিকার রয়েছে।

এই **My NYC Care** সদস্যদের নিউজলেটারে, আপনি এ সম্পর্কিত গুরুত্বপূর্ণ তথ্য পাবেন:

- **সদস্যপদ সংক্রান্ত পরিষেবাসমূহ**
- **স্বাস্থ্যকর জীবনযাপনের জন্য পরামর্শ**
- **কিভাবে COVID-19 টেস্ট করাতে এবং টিকা নিতে পারবেন**
- **NYC Care -এর অন্যান্য সদস্যদের গল্পসমূহ**

আপনার NYC Health + Hospitals-এর স্বাস্থ্যসেবা দলগুলি আপনার স্বাস্থ্য এবং সুস্থতার জন্য প্রতিশ্রুতিবদ্ধ, এবং রোগীর গোপনীয়তাকে মূল্য দেয়। সমস্ত যোগ্য নিউ ইয়র্কবাসীই অভিবাসনগত স্ট্যাটাস বা অর্থ প্রদানের সক্ষমতা নির্বিশেষে NYC Care-এর জন্য সাইন-আপ করতে পারবেন। আপনি যখনই সাইন-আপ অথবা আপনার সদস্যপদ নবায়ন করবেন তখন আপনার প্রদানকৃত তথ্যসমূহ সর্বদা গোপনীয় রাখা হবে।

আপনার কোনও প্রশ্ন থাকলে, অনুগ্রহ করে আমাদেরকে **646-NYC-CARE (646-692-2273)** নম্বরে কল করুন অথবা আরও জানতে আমাদের ওয়েবসাইট **www.nyccare.nyc** দেখুন।

আপনার সেবার ক্ষেত্রে আমাদের ওপর আস্থা রাখার জন্য আপনাকে ধন্যবাদ।

Marielle Kress

নির্বাহী পরিচালক
NYC Care
NYC Health + Hospitals

Bengali

স্বাস্থ্যসেবায় আপনার অধিকার

COVID-19 এর বিরুদ্ধে লড়াই করার জন্য আপনি কী করতে পারেন

টিকা নিন!

COVID-19 এর টিকা নিরাপদ, বিনামূল্যে পাওয়া যায় এবং নেওয়া সহজ। এটি আপনাকে এই প্রাণঘাতী ভাইরাস থেকে সুরক্ষিত রাখার সেরা উপায়। নিউ ইয়র্কে বসবাসকারী 12 বছর বা তারচেয়ে বেশি বয়সী সব ব্যক্তি এখন এই টিকা পাওয়ার যোগ্য এবং সিটিজুড়ে বিভিন্ন কেন্দ্রে ওয়াক-ইন এর ব্যবস্থা রয়েছে এবং অ্যাপয়েন্টমেন্ট পাওয়া যাচ্ছে। NYC Care-এর সব সদস্যকে আজই তাদের টিকা নেয়ার জন্য আমরা জোরালোভাবে উৎসাহিত করছি!

আপনি সম্পূর্ণভাবে টিকা পাওয়ার দুই সপ্তাহ পর থেকে, আপনাকে অনেক জায়গায় আর মাস্ক পরতে হবে না অথবা অন্যদের থেকে 6 ফুট দূরে থাকতে হবে না। তবে,

+ **আপনি অসুস্থ হলে ঘরে থাকা**
+ **ঘন ঘন আপনার হাত ধোয়া**
+ **চিকিৎসা কেন্দ্র ও গণপরিবহনের মত ইনডোর পাবলিক প্লেসগুলোতে মাস্ক পরুন**

আরও জানতে এবং একটি টিকা কেন্দ্র খুঁজে নিতে **nychealthandhospitals.org/covidvaccine** ওয়েবসাইটে যান।

এবং মনে রাখবেন, আপনি শহরজুড়ে থাকা কেন্দ্রগুলিতে বিনামূল্যে, নিরাপদে এবং গোপনীয়ভাবে COVID-19 পরীক্ষা করাতে পারবেন। আপনার কাছাকাছি একটি কেন্দ্র খুঁজে নিতে **nyc.gov/covidtest** ওয়েবসাইটে যান অথবা 212-COVID19 (212-268-4319) নম্বরে কল করুন।

COVID-19 এর টিকা নিরাপদ এবং কার্যকর

বর্তমানে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রে দেওয়া COVID-19 এর টিকাগুলির প্রত্যেকটিই খাদ্য ও ওষুধ প্রশাসন (Food and Drug Administration, FDA) এর কাছ থেকে ব্যবহারের অনুমতি পাওয়ার আগে হাজার হাজার লোকের অংশগ্রহণে ক্লিনিকাল ট্রায়াল এবং সুরক্ষা পর্যালোচনার মধ্য দিয়ে গিয়েছে। এই টিকাগুলির সবগুলি COVID-19-এর কারণে সৃষ্ট গুরুতর অসুস্থতা এবং মৃত্যুর বিরুদ্ধে খুব ভালোভাবে কাজ করে।

অন্যান্য টিকার মত, COVID-19 এর টিকার কারণে মৃদু পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেখা দিতে পারে। এই পার্শ্বপ্রতিক্রিয়াগুলি আপনার শরীর যে COVID-19–এর বিরুদ্ধে সুরক্ষা তৈরি করছে তার নিদর্শন। আপনি COVID-19 এর টিকা নেওয়ার আগে ও পরে আপনার যা জানা প্রয়োজন সে সম্পর্কে আরও জানতে, **nychealthandhospitals.org/covidvaccine** ওয়েবসাইট দেখুন।

ভার্চুয়াল সেবা – যেকোনো সময়, যেকোনো জায়গায়

আমরা COVID-19 মহামারীর চ্যালেঞ্জের সম্মুখীন হওয়া অব্যাহত থাকায়, আপনার স্বাস্থ্য আমাদের কাছে আগের চেয়েও বেশি গুরুত্বপূর্ণ। স্ব-শরীরে অ্যাপয়েন্টমেন্টের পাশাপাশি, NYC Care সদস্যদের টেলিফোন এবং ভিডিও ভিজিটে প্রবেশাধিকার রয়েছে। ডাক্তারের অফিসে না এসেই আমাদের স্বাস্থ্যসেবা সরবরাহকারীদের সাথে সংযুক্ত হোন! সেবা নিতে দেরি করবেন না! **646-NYC-CARE** নম্বরে কল করুন এবং আজই আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিন!

NYC Care 50,000-এর অধিক সদস্য নিয়ে সমৃদ্ধ!

- **60 ভাগ** COVID-19 দ্বারা সবচেয়ে বেশি ক্ষতিগ্রস্ত হয়েছে এমন অঞ্চলে বাস করেন
- **50 ভাগের** বেশি NYC Health + Hospitals-এর প্রাইমারি কেয়ারে নতুন এসেছেন
- সদস্যরা **35,000** এর অধিক সুপারিশকৃত ক্যান্সার স্ক্রিনিং পেয়েছেন
- **50 ভাগের** বেশি ডায়াবেটিস এবং উচ্চ রক্তচাপে আক্রান্ত সদস্যের এসব দীর্ঘমেয়াদী রোগ আরও ভালোভাবে নিয়ন্ত্রণে রয়েছে

আপনি আরও বেশি নিউ ইয়র্কবাসীকে মর্যাদা এবং সম্মানের সাথে স্বাস্থ্য সেবায় প্রবেশাধিকার পেতে সহায়তা করতে পারেন। কোনও বন্ধু অথবা পরিবারের সদস্যকে আজই তালিকাভুক্তির জন্য **646-692-2273** নম্বরে কল করতে বলুন!

সদস্যপদ সংক্রান্ত হালনাগাদ তথ্য

প্রতি বছর আপনার NYC Care-এর সদস্যপদ নবায়ন করুন।

NYC Care-এর সদস্যপদের মেয়াদ থাকে এক বছর। প্রতি বছর পুনরায় নিবন্ধন করা আবশ্যক। আপনার নিবন্ধনের তারিখ জানতে আপনার মেম্বারশিপ কার্ড চেক করুন। যদি আপনার সদস্যপদ সমাপ্তির তারিখ আসন্ন হয় অথবা চলে যায়, **646-NYC-CARE** নম্বরে কল করুন:

+ অ্যাপয়েন্টমেন্ট নিতে
+ পুনরায় নিবন্ধন করতে
+ আপনার সদস্যপদ সংক্রান্ত সুবিধাসমূহের ব্যাপারে প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করতে।

সদস্য স্পটলাইট

"2019 সালের নভেম্বরে NYC Care-এর সদস্য হওয়ার আগে, আমি আমার অভিবাসনগত স্ট্যাটাসের কারণে স্বাস্থ্য সেবা নিতে ভয় পাচ্ছিলাম। গত বছর যখন আমি COVID-19 এ আক্রান্ত হই, তখন ম্যানহাটানে অবস্থিত NYC Health + Hospitals/Bellevue-তে সাহায্য চাওয়ার জন্য আমি আস্থা পেয়েছিলাম। আমি জানতাম যে NYC Care-এর একজন সদস্য হিসেবে আমার জীবন বাঁচানোর জন্য প্রয়োজনীয় সব চিকিৎসা সেবায় আমি নিরাপদে অ্যাক্সেস পাবো। আমি 21 দিন ইনটিউবেটেড অবস্থায় কাটিয়েছি এবং আমার গল্প বলার জন্য পুরোপুরি সুস্থ হয়ে উঠেছি।"

– Miguel, Queens থেকে 44-বছর-বয়সী সদস্য

NYC Care-এর সাথে আপনার অভিজ্ঞতা সম্পর্কে আপনার অনুপ্রেরণামূলক গল্প শেয়ার করতে চান? আমাদেরকে NYCCare@nychhc.org ঠিকানায় ইমেইল পাঠান। অনুগ্রহ করে বিষয়ের লাইনটিতে "MY STORY" (আমার গল্প) ব্যবহার করুন। আপনার শেয়ার করা গল্পটি অন্যদেরকে তাদের প্রয়োজনীয় এবং প্রাপ্য স্বাস্থ্য সেবা পেতে সহায়তা করবে! চাইলে আপনি বেনামী থাকতে পারেন (আমরা আপনার গল্পে আপনার নাম ব্যবহার করবো না)।

কোনও প্রশ্ন থাকলে, অনুগ্রহ করে আমাদেরকে NYCCare@nychhc.org ঠিকানায় ইমেইল করুন।