

টিকার কাহিনী এবং প্রশংসাপত্র ভাগ করে টিকা সম্পর্কে আত্মবিশ্বাস তৈরি করুন

টিকা নেওয়ার অভিজ্ঞতা সম্পর্কে কাহিনী এবং প্রশংসাপত্র ভাগ করা বোঝার ক্ষমতা এবং সচেতনতাকে গভীর করে টিকা সম্পর্কে আত্মবিশ্বাস তৈরি করতে পারে। COVID-19 টিকা নিয়ে কাহিনী সব জায়গায় পাওয়া যায়। আপনার একটি কাহিনী থাকতে পারে এবং একইরকমভাবে আপনার পরিবার, বন্ধুবান্ধব, সতীর্থ সম্প্রদায়ের সদস্য, সহকর্মী, এবং প্রোগ্রামের অংশীদার এবং সদস্যদেরও তা থাকতে পারে। কাহিনীগুলি যৌথ নিরাময় এবং পুনরুদ্ধার, সংরক্ষণ এবং বেঁচে থাকার বিষয়টি তুলে ধরতে সহায়তা করতে পারে। মানুষকে অনুপ্রাণিত করার, শক্তি প্রদান করার এবং পদক্ষেপ নিতে উৎসাহিত করার শক্তি সেগুলির আছে।

কাহিনী শেয়ার করা:

- টিকাগুলির এবং টিকা নেওয়ার গুরুত্বের সাথে মানুষকে সম্পর্কিত করতে এবং সাড়া দিতে সাহায্য করে
- সংযোগ এবং বিশ্বাস তৈরি করে
- সাধারণ মূল্যবোধ এবং ভাগ করা লক্ষ্যগুলি তুলে ধরে
- আপনার সম্প্রদায়ের মানুষদের স্বীকৃতি দেয় এবং উদযাপন করে যারা পরিবর্তন করছেন
- ভবিষ্যতের জন্য আশা এবং ভিশন উৎসাহিত করে

টিকা নেওয়া সম্পর্কে আপনার কাহিনী শেয়ার করার সময়:

- আপনার মূল্যবোধ এবং আপনার জন্য কি গুরুত্বপূর্ণ তা বর্ণনা করুন
- আপনার গল্পটি যাদের সাথে আপনি শেয়ার করছেন তাদের অভিজ্ঞতা এবং আগ্রহের সাথে সংযুক্ত করুন
- আপনার সিদ্ধান্ত নিতে আপনাকে কী সাহায্য করেছে, আপনি এটি সম্পর্কে কেমন অনুভব করেন এবং এর প্রভাব কি হয়েছে তা শেয়ার করুন

টিকা নেওয়া সম্পর্কে অন্যদের থেকে কাহিনী সংগ্রহ করার সময়:

- সম্প্রদায়ের সদস্যদের সাথে ঘনিষ্ঠ সহযোগিতায় কাজ করুন
- কাহিনী শেয়ার করার জন্য একটি উন্মুক্ত, নিরাপদ এবং গ্রহণ করতে সক্ষম পরিবেশ তৈরি করুন
- সব সময় নোট নেওয়ার, একটি রেকর্ডিং ডিভাইস ব্যবহার করার বা অন্যদের সাথে তাদের কাহিনী শেয়ার করার জন্য মানুষের অনুমতি নিন। এটিকে অবহিত সম্মতি বলা হয়, এবং এর অর্থ হল ব্যক্তিটি বোঝেন কাহিনীটি কিসের জন্য ব্যবহার করা হবে এবং কিভাবে এবং কোথায় এটি শেয়ার করা হবে। আপনি যদি নোট নেন বা কাহিনীগুলি রেকর্ড করেন তাহলে সাহায্য করার জন্য কাউকে আপনার সাথে আনুন।
- হ্যাঁ-না ধরনের উত্তর এড়াতে বহু-ব্যখ্যামূলক প্রশ্ন ব্যবহার করুন
- কৌতূহলী এবং খোলা মনে থাকুন – একটি স্থির করা কাহিনী বা একটি শেষ মনে ভেবে নিয়ে আসবেন না
- সক্রিয়ভাবে শুনুন এবং দয়ালুভাবে নেতৃত্ব দিন

NYC VACCINE FOR ALL:
SAFE, FREE, EASY

NYC
Health



- যে ব্যক্তি তার কাহিনী শেয়ার করছেন তিনি যদি বর্তমান বা অতীতের ট্রমা নিয়ে আলোচনা করেন, তাহলে তাদের NYC Well এর মতো সংস্থানে রেফার করুন, যা হল একটি বিনামূল্যের এবং গোপনীয় মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা পরিষেবা যা 24/7 এবং 200-টিরও বেশি ভাষায় উপলব্ধ। 888-692-9355 এ কল করুন অথবা অনলাইনে চ্যাট করুন nyc.gov/nycwell এ।

টিকা দেওয়ার কাহিনীগুলি ভাগ করা এবং সংগ্রহ করায় সহায়তা করার জন্য নমুনা প্রশ্ন:

- আপনি কি টিকা নিয়েছেন? আপনি কেন একটি COVID-19 টিকা নেওয়ার সিদ্ধান্ত নিয়েছেন?
- আপনার কাছে টিকা নেওয়ার অর্থ কি? আপনার পরিবারের কাছে?
- কেন টিকা নেওয়া জরুরি বলে আপনি মনে করেন?
- কিভাবে টিকা নেওয়া বা অন্যদের টিকা নিতে সাহায্য করা আপনার সম্প্রদায়ের পুনরুদ্ধারে সহায়তা করেছিল?
- টিকা নেবেন কিনা সে সম্পর্কে আপনার সিদ্ধান্ত পরিবর্তন করার পিছনে কি আছে?
- টিকা নেওয়ার পর এখন আপনার কেমন বোধ হচ্ছে?
- আপনার টিকা নেওয়ার পর আপনার জন্য কি কি জিনিষে পরিবর্তন হয়েছে?

কাহিনীগুলি ছড়িয়ে দিন

বিভিন্ন উপায়ে আপনি কাহিনীগুলি শেয়ার এবং ব্যবহার করতে পারেন। আপনার সম্প্রদায়ের একটি বিশ্বস্ত কণ্ঠস্বর হিসাবে, আপনি বা আপনার সংস্থা এগুলি করতে পারেন:

- আপনি যখন টিকা সম্পর্কে অন্যদের সাথে কথা বলছেন তখন নিজের কাহিনী বলুন
- আপনার ওয়েবসাইট এবং সোশ্যাল মিডিয়ার সাথে আপনার নিউজলেটার এবং ইমেলগুলিতে কাহিনীগুলি শেয়ার করুন
- আপনার উপস্থাপনাগুলিতে কাহিনীগুলি অন্তর্ভুক্ত করুন এবং অংশীদার এবং সম্প্রদায়ের সভা এবং ইভেন্টগুলিতে কাহিনীগুলি শেয়ার করুন
- স্থানীয় মিডিয়া এবং সংবাদ মাধ্যমের সাথে কাহিনীগুলি শেয়ার করুন
- শেয়ার এবং প্রদর্শনের জন্য কাহিনীগুলি নিয়ে শিল্পকর্ম তৈরি করুন

টিকার গল্পের উদাহরণ

নীচে তালিকাভুক্ত ভিডিওগুলি দেখায় যে Brooklyn এর নিউ ইয়র্কবাসীরা এবং NYC স্বাস্থ্য ও মানসিক স্বাস্থ্যবিধি দপ্তরের কর্মীরা টিকা এবং টিকা নেওয়া সম্পর্কে তাদের কাহিনী বলছেন।

- সাম্প্রদায়িক টিকার কাহিনীগুলি | Brooklyn: youtu.be/H5-YFeLxe14
- সাম্প্রদায়িক টিকার কাহিনীগুলি | Brooklyn (সংস্করণ 2): youtu.be/gI_eHzjL_-E
- কেন আমি টিকা নিয়েছি | কর্মীদের কাহিনীগুলি (সংস্করণ 1): youtu.be/OBOIECveAY0
- কেন আমি টিকা নিয়েছি | কর্মীদের কাহিনীগুলি (সংস্করণ 2): youtu.be/UNaIYF4Xpt0
- কেন আমি টিকা নিয়েছি | কর্মীদের কাহিনীগুলি (সংস্করণ 3): youtu.be/I4A1FvbERI8