

NYC COVID-19 সতর্কতার স্তর এবং সুপারিশকৃত পদক্ষেপসমূহ

ঝুঁকির স্তর	সাম্প্রদায়িক স্তর	ব্যক্তিবর্গের জন্য সুপারিশকৃত পদক্ষেপসমূহ	সরকারের জন্য সুপারিশকৃত পদক্ষেপসমূহ
<p>অত্যন্ত বেশি</p> <p>COVID-19 এর অত্যন্ত বেশি সাম্প্রদায়িক বিস্তার উপস্থিত। স্বাস্থ্যসেবা পরিষেবাগুলি COVID-19 কেসের ফলে সমাচ্ছন্ন।</p>	<p>CDC হাই COVID-19 কমিউনিটি লেভেল* তার সাথে 90% এর বেশি অ্যাকিউট কেয়ার বেড দখল করা আছে</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● হালনাগাদ থাকুন: টিকা নিন এবং বুস্টার নিন। ● সমস্ত অভ্যন্তরীণ সর্বজনীন পরিবেশে এবং জনবহুল বাইরের জায়গায় একটি ফেস মাস্ক পরুন। ● অপরিহার্য নয় এমন ক্রিয়াকলাপ এবং জনাকীর্ণ স্থানগুলি এড়িয়ে চলুন, যেমন ভিতরে বসে রেস্তোঁরাগুলিতে খাওয়া। ● কর্মস্থল সহ সকল সর্বজনীন পরিবেশে সামাজিক দূরত্ব সর্বাধিক করুন। ● আপনার উপসর্গ থাকলে; সংস্পর্শে এসে থাকলে; ভ্রমণ করে থাকলে; পরিবারের সদস্য নয় এমন এমন কারো সাথে যোগাযোগ করে থাকলে পরীক্ষা করান। ● বাড়িতে থাকুন, বিশেষ করে অসুস্থ হলে বা সংস্পর্শে এসে থাকলে। ● হাতগুলি পরিষ্কার রাখুন। 	<ul style="list-style-type: none"> ● উচ্চ স্তরের পদক্ষেপগুলি অবিরত রাখুন। ● জমায়েতের পরিবেশে ভিড় কম করুন। ● অপরিহার্য নয় এমন ক্রিয়াকলাপের (যেমন অভ্যন্তরীণ আহালাদি) উপর বিধিনিষেধ প্রয়োগ করার কথা বিবেচনা করুন, অত্যাবশ্যিকীয় কাজগুলি (যেমন স্বাস্থ্যসেবা এবং স্কুল) চালু রাখার জন্য টেলিওয়ার্ক এবং শেল্টারিং প্রদান করার কথা বিবেচনা করুন।
<p>বেশি</p> <p>COVID-19 এর সাম্প্রদায়িক বিস্তার বেশি রয়েছে। NYC-তে স্বাস্থ্যসেবা ব্যবস্থার উপর চাপ যথেষ্ট বেশি।</p>	<p>CDC উচ্চ COVID-19 সম্প্রদায় স্তর</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● হালনাগাদ থাকুন: টিকা নিন এবং বুস্টার নিন। ● সমস্ত অভ্যন্তরীণ সর্বজনীন পরিবেশে এবং জনবহুল বাইরের জায়গায় একটি ফেস মাস্ক পরুন। ● উচ্চ-ঝুঁকিপূর্ণ কার্যকলাপ (যেমন জনবহুল, অভ্যন্তরীণ জমায়েত) এড়ানোর কথা বিবেচনা করুন। ● সংখ্যা কমিয়ে জমায়েত সীমিত করুন। ● যদি আপনার উপসর্গ থাকে বা সংস্পর্শে এসে থাকেন, সম্প্রতি ভ্রমণ করে থাকেন বা কোন বড় জমায়েতে উপস্থিত হয়ে থাকেন তাহলে পরীক্ষা করান। ● অসুস্থ হলে বা সম্প্রতি COVID-19 এর সংস্পর্শে এসে থাকলে বাড়িতে থাকুন। ● হাতগুলি পরিষ্কার রাখুন। 	<ul style="list-style-type: none"> ● মধ্যম স্তরের পদক্ষেপগুলি অবিরত রাখুন। ● সম্প্রদায়গুলিতে পরীক্ষা এবং টিকা দেওয়ার ক্ষমতা বাড়ান। ● সমষ্টিগত পরিবেশে পর্যাপ্ত টিকা, পরীক্ষা এবং আইসোলেশনের ক্ষমতা নিশ্চিত করুন। ● সকল সর্বজনীন অভ্যন্তরীণ পরিবেশে একটি ফেস মাস্ক আবশ্যিক করুন।

ঝুঁকির স্তর	সাম্প্রদায়িক স্তর	ব্যক্তিবর্গের জন্য সুপারিশকৃত পদক্ষেপসমূহ	সরকারের জন্য সুপারিশকৃত পদক্ষেপসমূহ
<p>মধ্যম</p> <p>মধ্যম ধরনের COVID-19 এর সাম্প্রদায়িক বিস্তার আছে।</p>	<p>CDC মধ্যম COVID-19 সাম্প্রদায়িক স্তর</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● হালনাগাদ থাকুন: টিকা নিন এবং বুস্টার নিন। ● সর্বজনীন অভ্যন্তরীণ পরিবেশে ফেস মাস্ক পরুন যেখানে টিকার স্থিতি জানা নেই। ● যদি আপনার উপসর্গ থাকে; সংস্পর্শে এসে থাকেন; সম্প্রতি ভ্রমণ করে থাকেন; বড় জমায়েতে উপস্থিত হয়ে থাকেন তাহলে পরীক্ষা করান। ● অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন যদি টিকা নেওয়া না থাকে বা বয়স, অন্তর্নিহিত স্বাস্থ্যের অবস্থার কারণে বা উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ ব্যক্তিদের সাথে যোগাযোগের কারণে উচ্চ ঝুঁকি থাকে। ● অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন। ● হাতগুলি পরিষ্কার রাখুন। 	<ul style="list-style-type: none"> ● নিম্ন স্তরের পদক্ষেপগুলি চালিয়ে যান। <p>বিবেচনা করুন:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● অতিরিক্ত উচ্চ ঝুঁকির পরিবেশে যেখানে ভিড় থাকে এবং দূরত্ব বজায় রাখা যায় না সেখানে ফেস মাস্ক আবশ্যিক করা, যার মধ্যে আছে: <ul style="list-style-type: none"> ● স্কুলসমূহ ● শিশু পরিচর্যার পরিবেশ ● NYC প্রয়োজনীয়তাগুলির চাবিকাঠি, যদি কেসগুলির একটি স্থায়ী (দুই-সপ্তাহ) বৃদ্ধি বা একটি নতুন সম্পর্কিত ভেরিয়েন্ট হয়; বুস্টার ডোজ এবং কম বয়সী গ্রুপ অন্তর্ভুক্ত করুন।
<p>নিম্ন</p> <p>COVID-19 এর সাম্প্রদায়িক বিস্তার কম</p>	<p>CDC কম COVID-19 সাম্প্রদায়িক স্তর</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● হালনাগাদ থাকুন: টিকা নিন এবং বুস্টার নিন। ● সর্বজনীন অভ্যন্তরীণ পরিবেশে ফেস মাস্ক পরুন যেখানে টিকার স্থিতি জানা নেই। ● ফেস মাস্ক পরা সহ সমস্ত বিচ্ছিন্নতা এবং কোয়ারেন্টাইন নির্দেশিকা অনুসরণ করুন। ● উপসর্গ থাকলে; সংস্পর্শে এসে থাকলে; সম্প্রতি ভ্রমণ করে থাকলে বা বড় জমায়েতে উপস্থিত হয়ে থাকলে - বিশেষ করে যদি উচ্চ-ঝুঁকিতে থাকেন (যেমন বয়সের কারণে বা অন্তর্নিহিত সমস্যার কারণে) তাহলে পরীক্ষা করান। ● অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন। ● হাতগুলি পরিষ্কার রাখুন। 	<ul style="list-style-type: none"> ● নিয়োগকর্তার এবং স্কুলের টিকার আবশ্যিকতাগুলি বজায় রাখুন। ● দুর্বল ব্যক্তির রায়েছেন এমন পরিবেশে এবং অযাচাইকৃত টিকার স্ট্যাটাসের পরিবেশে ফেস মাস্ক আবশ্যিক করুন, যেমন: <ul style="list-style-type: none"> ● স্বাস্থ্য পরিচর্যার স্থানগুলিতে ● জনসমবেশের পরিবেশে ● গণ পরিবহন ● পরীক্ষা করানোর, টিকার এবং চিকিৎসার অ্যাকসেস নিশ্চিত করুন। <p>বিবেচনা করুন:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● নির্দিষ্ট কিছু পরিবেশে হালনাগাদ করা টিকাকরণের স্থিতি বাধ্যতামূলক করা যদি একটি ধারাবাহিক (দুইসপ্তাহের) কেসের বৃদ্ধি হয় বা একটি নতুন উদ্বেগজনক ভেরিয়েন্ট দেখা দেয়। ● যেখানে একটি সম্পূর্ণ লাইসেন্স করা পণ্য আছে সেখানে K-12 টিকাকরণ আবশ্যিক করা।

NYC স্বাস্থ্য দপ্তর এই ফ্রেমওয়ার্ক প্রতি তিন মাস অন্তর পুনর্বিবেচনা করবে এবং পরিস্থিতি অনুযায়ী সুপারিশগুলি পরিবর্তন করতে পারে। **3.22.22**

* রোগ প্রতিরোধ এবং নিয়ন্ত্রণ কেন্দ্রের (Centers for Disease Control and Prevention CDC) COVID-19 সম্প্রদায়ের স্তর এবং সূচকগুলির জন্য, [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/community-levels.html](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/community-levels.html) দেখুন।