

## নিউ ইয়র্ক সিটি পুনরায় খোলা হচ্ছে: ব্যক্তিগত পরিচর্যা পরিষেবাগুলির যা জানা প্রয়োজন

এখন নিউ ইয়র্ক সিটি (NYC) জনস্বাস্থ্যের মানদণ্ডগুলি পূরণ করেছে যা [তৃতীয় পর্যায়ের](#) রিওপেনিংয়ের অনুমতি দেয়, **ব্যক্তিগত পরিচর্যা পরিষেবাগুলি** আবার খোলা যেতে পারে। যে ব্যক্তিগত পরিচর্যা পরিষেবাগুলি আবার খুলছে তাদের অবশ্যই নতুন আবশ্যিকতাগুলি মেনে চলতে হবে। ব্যক্তিগত পরিচর্যা পরিষেবাগুলি ট্যাটু এবং পিয়ার্সিং ফেসিলিটি, চেহারা উন্নত করার পেশায় নিযুক্ত থাকা ব্যক্তিবর্গ, মেসেজ থেরাপি, কসমেটোলজি, নখ বিশারদ, আলট্রাভায়োলেট (ইউভি) এবং নন-ইউভি ট্যানিং বা ওয়াস্টিং কে অন্তর্ভুক্ত করে।

পুনরায় খোলা সম্পর্কে মূল প্রশ্নের উত্তরের জন্য অনুগ্রহ করে পড়ুন [“Reopening New York City: Frequently Asked Questions”](#) (নিউ ইয়র্ক সিটি পুনরায় খোলা: প্রায়শই জিজ্ঞাসিত প্রশ্ন)। সব প্রশ্নই প্রাসঙ্গিক নয়, কিন্তু আমরা আশা রাখি এটি নতুন আবশ্যিকতাগুলি কার্যকর করতে আপনাকে সহায়তা করবে। নিউ ইয়র্ক সিটি স্বাস্থ্য ও মানসিক স্বাস্থ্যবিধি দপ্তরের [COVID-19 ব্যবসায়িক পেজে](#) পুনরায় খোলার জন্য এবং COVID-19 জনস্বাস্থ্য সঙ্কটের সময় কার্যকলাপ বজায় রাখার জন্য অতিরিক্ত তথ্য এবং সরঞ্জাম আছে।

আপডেটগুলির জন্য [nyc.gov/health/coronavirus](http://nyc.gov/health/coronavirus) দেখুন। COVID-19 সম্পর্কে এবং সংক্রমণ কমানো এবং নিউ ইয়র্ক বাসীদের নিরাপদ রাখা সম্পর্কে আমরা যেমন যেমন জানতে পারব সেই অনুযায়ী সিটি এবং স্টেটের আশু কর্তব্যগুলি পরিবর্তিত হতে পারে।

### **COVID-19 এর সংক্রমণ প্রতিরোধ করতে মুখ্য চারটি পদক্ষেপ মনে রাখুন:**

- **অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকা:** অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন যদি না অপরিহার্য চিকিৎসা পরিচর্যার (COVID-19 টেস্টিং সহ) জন্য বা অন্যান্য অপরিহার্য কাজের জন্য বাইরে যেতে হয়।
- **সামাজিক দূরত্ব:** অন্যদের থেকে অন্তত 6 ফুট দূরত্বে থাকুন।
- **একটি মুখের আবরণ পরা:** আপনার আশেপাশের সকলকে সুরক্ষিত করুন। আপনি উপসর্গগুলি ছাড়াই সংক্রমিত হয়ে থাকতে পারেন এবং কাশি, হাঁচি, বা কথা বলার সময় রোগটি ছড়াতে পারেন। মুখের আবরণ COVID-19 ছড়িয়ে পড়া কমাতে সহায়তা করে।
- **হাতের সুস্থ স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন করুন:** সাবান ও জল দিয়ে ঘনঘন হাত ধুন বা সাবান ও জল উপলব্ধ না থাকলে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন; যে পৃষ্ঠতলগুলি (সারফেস) প্রায়শই স্পর্শ করা হয় সেগুলি বার বার পরিষ্কার করুন; হাত না ধুয়ে আপনার মুখ স্পর্শ করা এড়িয়ে চলুন এবং আপনার কাশি বা হাঁচি হাতের বদলে বাহু দিয়ে ঢাকুন।

যদিও আপনি নিচের পদক্ষেপগুলি অনুসরণ করলে, আপনার কর্মক্ষেত্র আবার খুলতে পারবেন, তবুও COVID-19 এর বিস্তার রোধ এবং কর্মচারীদের সুরক্ষিত রাখার সবথেকে ভালো উপায় হল যতটা সম্ভব বাড়ি থেকে কাজ করা চালিয়ে যাওয়া। একত্রে আমরা NYC-তে COVID-19 এর সংক্রমণ হ্রাস করতে পারি।

## আইনসঙ্গত ভাবে আমার ব্যবসা পুনরায় খুলতে আমাকে কী করতে হবে?

### পুনরায় খোলার আগের আপনার প্রয়োজনীয় পদক্ষেপগুলি

- একটি [নিরাপত্তার পরিকল্পনা](#) তৈরি করুন এবং সেটি আপনার কর্মস্থলে টাঙিয়ে রাখুন।
- [নিউ ইয়র্ক স্টেট \(NYS\) নির্দেশিকা](#) পড়ুন এবং অনুবর্তিতা সুনিশ্চিত করুন। স্টেটের আবশ্যিকতা অনুযায়ী আপনাকে নিশ্চিত করতে হবে যে আপনি স্টেটের-ইস্যু করা শিল্প সম্পর্কিত নির্দেশিকাগুলি পর্যালোচনা করেছেন এবং বুঝেছেন এবং আপনি সেগুলিকে কার্যকর করবেন। আপনি [forms.ny.gov/s3/ny-forward-affirmation](https://forms.ny.gov/s3/ny-forward-affirmation) এ নিশ্চিতকরণ ফর্মটি পূরণ করতে পারেন।

পরিস্থিতি যেমন হবে সেই অনুযায়ী NYC স্বাস্থ্য দপ্তর তার সুপারিশগুলি পরিবর্তন করতে পারে।

8.19.20