

নিউ ইয়র্ক সিটিতে COVID-19 এর ছড়িয়ে পরা বন্ধ করুন!

এই পদক্ষেপগুলি নিন:



অসুস্থ হলে বাড়িতে থাকুন

শুধু অপরিহার্য চিকিৎসা, পরীক্ষা করানো বা অন্যান্য অপরিহার্য কাজে বাইরে যান।



শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখুন

অন্য মানুষদের থেকে অন্তত 6 ফুট দূরত্বে থাকুন।



একটি মুখের আবরণ পরুন

উপসর্গ ছাড়াই আপনি হয়ত ছোঁয়াচে হতে পারেন।
আপনার চারপাশে যারা আছেন তাদের সুরক্ষিত রাখুন
একটি মুখের আবরণ পরে।



আপনার হাতগুলি পরিষ্কার রাখুন

সাবান ও পানি দিয়ে ঘন ঘন আপনার হাত ধোন অথবা
সাবান ও পানি না থাকলে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার
করুন।

আপনি যদি COVID-19 এর কারণে গুরুতর অসুস্থতার উচ্চতর ঝুঁকিতে থাকেন, তাহলে আপনাকে যথা সম্ভব বাড়িতে থাকতে হবে। 50 বছর বা তার বেশি বয়সীরা (65 বছর বা তার বেশি বয়সীরা সবচেয়ে বেশি ঝুঁকি সম্পন্ন) এবং যাদের অন্যান্য স্বাস্থ্য সমস্যা রয়েছে তারা উচ্চ ঝুঁকি সম্পন্ন।

পরীক্ষা করান: পাঁচটি বোরোর সব কটিতে COVID-19 পরীক্ষার করার সাইট আছে। একটি সাইট খুঁজে বার করতে nyc.gov/covidtest এ যান অথবা 311 নম্বরে কল করুন।

সর্বশেষ তথ্যের জন্য nyc.gov/coronavirus দেখুন।