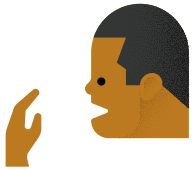
Llywodraeth Cymru
Welsh Government

পরীক্ষা করুন। চিহ্নিত করুন। বাঁচান।

ওয়েলস নিরাপদ রাখতে।

আপনার কি কিরা প্রয়োজন?

1 আপনার শরীরে করোনা ভাইরাসের অন্তত (1) একটি লক্ষণ দেখা গিয়েছে: একটি নতুন একটানা কাশি; উচ্চ তাপমাত্রা; বা গন্ধ বা স্বাদ হারানো।





2 আপনি এবং আপনার পরিবারের সদস্যরা সেল্ফ-আইসোলেশন বা স্ব-বিচ্ছিন্নতা নির্দেশিকা অনুসরণ করেন।

3 লক্ষণগুলির বিকাশের প্রথম 5 দিনের মধ্যে একটি পরীক্ষা করান, কারণ সেই সময়ের পরীক্ষাটি সবচেয়ে কার্যকর। এখানে একটি পরীক্ষার জন্য আবেদন করুন।





4 পরীক্ষাটি নেগেটিভ হলে, আপনার বা পরিবারের অন্যদের দ্বারা আর কোনও পদক্ষেপের প্রয়োজন নেই। আপনার আর সেল্ফ-আইসোলেশন বা স্ব-বিচ্ছিন্ন হওয়ার দরকার নেই। যদি পরীক্ষা পজিটিভ হয়, তবেই **NHS** ওয়েলস টেস্ট, ট্রেস, প্রটেক্ট পরিষেবা আপনার সাথে যোগাযোগ করবে। আপনার পরীক্ষা পজিটিভ হলে পরেই আপনাকে যোগাযোগ করা হবে।

5 আপনাকে আমাদের তথ্য সরবরাহ করতে বলা হবে। আপনি রোগের লক্ষণগুলি শুরুর দু'দিন আগে থেকে এখন পর্যন্ত কাদের সাথে সংস্পর্শে এসেছেন এবং আপনি কোথায় ছিলেন সে সম্পর্কে আমাদের জানতে হবে।



যদি আপনি 1 মিনিটের জন্য বা তার বেশী সময়ের জন্য কোনও ব্যক্তির সাথে 1 মিটারের মধ্যে বা 2 মিটারের মধ্যে কার ও সাথে 15 মিনিট বা তার বেশী সময়ের জন্য ছিলেন, তবে আপনাকে সেগুলির সম্পর্কে আমাদের জানাতে হবে। আপনার যে কোনও ব্যক্তির সাথে গাড়িতে যাতায়াত করেছেন এমন কোনও ব্যক্তি, বা পাবলিক ট্রান্সপোর্টে আপনার পাশে বসে থাকা লোকদের সম্পর্কেও আমাদের জানানো দরকার।

দয়া করে জালিয়াতি কল হইতে সজাগ থাকুন। আমরা আপনাকে কোনও আর্থিক তথ্য, ব্যাঙ্কের বিবরণ,বা পাসওয়ার্ড জিজ্ঞাসা করব না। কোনও সন্দেহ থাকলে তথ্য সরবরাহ করবেন না। টেক্সট এখান থেকে পাঠানো হবে +447775106684, ইমেইল এখান থেকে পাঠানো হবে ***tracing@wales.nhs.uk / olrhain@wales.nhs.uk***, এবং ফোন এখান থেকে করা হবে 02921 961133। অন্য কোনও চ্যানেল **NHS** ট্রেস, টেস্ট, প্রটেক্ট দল ব্যবহার করবে না।

6 একটি কন্টাক্ট ট্রেসার আপনার কন্টাক্টগুলির সাথে যোগাযোগ করবে। তারা ওনাদের জানাবেন যে ওনারা এমন কোনও ব্যক্তির সংস্পর্শে এসেছেন যার করোনা ভাইরাস টেস্ট পজিটিভ হয়েছে আপনি অনুমতি না দিলে আপনার পরিচয় অন্যকে জানানো হবে না। ওনাদের সমর্থন সরবরাহ করা হবে এবং আপনার সংস্পর্শে আসার থেকে 14 দিনের জন্য স্ব-বিচ্ছিন্ন বা সেল্ফ আইসোলেশন হওয়ার পরামর্শ দেওয়া হচ্ছে। তাদের পরিবারের সদস্যদের সেল্ফ-আইসোলেশন বা স্ব-বিচ্ছিন্ন হওয়ার জন্য বলা হবে না,তবে তাদের অনুসরণ করা উচিত সোশ্যাল ডিস্টেন্সিংগাইডেন্স এবং বাড়ীতে সেল্ফ-আইসোলেশন বা স্ব-বিচ্ছিন্ন হওয়া ব্যক্তিটির সাথে সংস্পর্শ এড়ানো।



7 আপনার কন্টাক্টগুলি কে কেবল মাত্র পরীক্ষা করার পরামর্শ দেওয়া হবে তখনই যদি ওনারা লক্ষণ গুলি প্রদর্শন করেন। অ্যাসিম্পটোমেটিক লোকদের পরীক্ষা করার পরামর্শ দেওয়া হয় না কারণ এটি ফল্স নেগেটিভ উত্পন্ন করতে পারে। যদি তাদের পরীক্ষা পজিটিভ হয় তবে এই ব্যক্তি, তার পরিবারের সদস্য এবং কন্টাক্টগুলির জন্য প্রক্রিয়াগুলি পুনরাবৃত্তি করা হবে।

আপনার চলাফেরা চিহ্নিত করুন। ভাইরাস বিস্তার থামান।
আমরা সবাই মিলে ওয়েলসকে নিরাপদে রাখব।

দেখুন gov.wales/coronavirus

GIG CYMRU NHS WALES
Iechyd Cyhoeddus Cymru
Public Health Wales

DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE