

back to Early Years

September 2020

ISLINGTON

নার্সারী ও চাইল্ডমাইন্ডারের কাছে ফিরে আসার জন্য সকলকে স্বাগত জানাচ্ছি।

২০শে জুলাই তারিখের থেকে, নার্সারী ও চাইল্ডমাইন্ডাররা নিরাপদে সব বাচ্চাদের স্বাগত জানাতে পারছেন। এটা বাচ্চাদের সর্বমোট বিকাশের ক্ষেত্রে গুরুত্বপূর্ণ এবং এর মানে হচ্ছে যে বাবা ও মা আবার কাজে ফিরে যেতে পারবেন।

বাচ্চাদের নিরাপদ রাখার জন্য, জনসাধারণের স্বাস্থ্য সংক্রান্ত স্থানীয় ও জাতীয় নির্দেশাবলী অনুসরণ করছে।

প্রাপ্তবয়স্কদের তুলনায় ছোট বাচ্চারা অপেক্ষাকৃত বেশী পরিমাণ করোনাভাইরাস ছড়ায় না। বেশীর ভাগ লোকের ক্ষেত্রে - এবং বিশেষ করে বাচ্চাদের ক্ষেত্রে - যদি এই ভাইরাসের সংক্রমণ হয়, তাহলে তাদের উপসর্গ কম থাকবে।

নিরাপদ থাকবেন

আমাদের সকলেরই একসাথে কাজ করা দরকার, যাতে আমরা যেন আমাদের নার্সারীগুলিকে নিরাপদ রাখা নিশ্চিত করতে পারি, সেইজন্য দয়া করে মনে রাখবেন:



সমানে আপনার হাত ধোবেন



যেখানে সম্ভব সেখানে সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখবেন, বিশেষ করে আপনার বাচ্চার স্কুল, নার্সারী বা চাইল্ডমাইন্ডারের বাড়িতে ঢোকার দরজায়।



আপনার বা আপনার বাচ্চার (অথবা আপনার সাথে বাস করে এরকম কারুর) যদি কোন উপসর্গ থাকে তাহলে স্কুলে যাবেন না।

স্বাস্থ্য ভাল রাখবেন



ভ্যাকসিনেশন আপনাকে ও আপনার পরিবারকে অন্য অনেক সংক্রামক অসুখের থেকে রক্ষা করতে পারে। আপনার বাচ্চা ও আপনার পরিবারের সকলের সব ভ্যাকসিনেশনগুলি যাতে সাম্প্রতিক থাকে তা নিশ্চিত করার জন্য আপনার জিপির সাথে কথা বলবেন।



বাৎসরিক বিনা খরচের ফ্লু ভ্যাকসিনেশনের দিকে খেয়াল রাখবেন - এই বছর এটা আরও বেশী গুরুত্বপূর্ণ। দুই ও তিন বছরের বাচ্চা এবং কিছু প্রাপ্তবয়স্ক লোকদের জন্য এটা তাদের জিপিরা দিতে চাইবেন।



জনসাধারণের ব্যবহার্য পরিবহণ ব্যবস্থা ব্যবহার করার বদলে, আপনি যদি পারেন, তাহলে হেঁটে, সাইকেল বা স্কুটি চালিয়ে নার্সারী বা চাইল্ডকেয়ারে যাবেন।

আপনার বা আপনার বাচ্চার যদি কোন উপসর্গ থাকে, তাহলে পরীক্ষা করাবেন।

- www.nhs.uk/ask-for-a-coronavirus-test ঠিকানায়, পরীক্ষার জন্য অনলাইনে বুক করা যাবে।
- পরীক্ষার জন্য সাহায্য পাওয়ার উদ্দেশ্যে, www.nhs.uk/contact-us/get-help-with-asking-for-a-coronavirus-test/ ঠিকানায় গিয়ে দেখবেন।

সাধারণতঃ, নার্সারীতে অথবা চাইল্ডমাইন্ডারের বাড়িতে বাচ্চাদের বা কর্মচারীদের মুখ ঢেকে রাখার সরঞ্জাম পরার দরকার হবে না।

আরও তথ্য জেনে নেবেন।

কোন প্রশ্ন থাকলে আপনার নার্সারী বা চাইল্ডমাইন্ডারের সাথে যোগাযোগ করতে পারেন। তাছাড়াও, আপনার সব উদ্বেগের বিষয়ে আপনার হেল্থ ডিজিটার আপনার সাথে খুশী মনে কথা বলবেন, যেমন আপনি যদি কোন কৃষ্ণাঙ্গ, এশিয়ান বা সংখ্যালঘু এথনিক গোষ্ঠীর লোক হন অথবা আপনার বাড়িতে যদি কোন পিতামহ / পিতামহী বা মাতামহ / মাতামহী অথবা পরিবারের কোন দুর্বল সদস্য বাস করেন।

ব্রাইট স্টার্ট ইজলিংটন হেল্থ ডিজিটিং: www.whittington.nhs.uk/brightstartwhittington ঠিকানায় গিয়ে দেখবেন অথবা টেলিফোন করবেন

- বিংফীল্ড হেল্থ সেন্টার (Bingfield Health Centre): 020 7527 1610 (০২০ ৭৫২৭ ১৬১০)
- রিভার প্লেস (River Place): 020 3316 8461 (০২০ ৩৩১৬ ৮৪৬১)
- হাইবেরী গ্রেন্ড হেল্থ সেন্টার (Highbury Grange Health Centre): 020 3316 8012 (০২০ ৩৩১৬ ৮০১২)