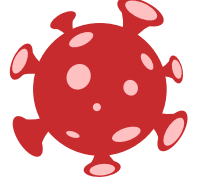


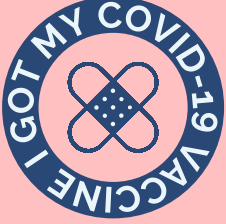
# জননিরাপত্তা ব্যবস্থা



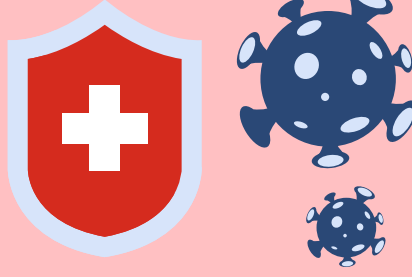
## COVID-19 এবং শ্বাসযন্ত্রের ভাইরাস (1)

### বিস্তার প্রতিরোধ করার টিপস

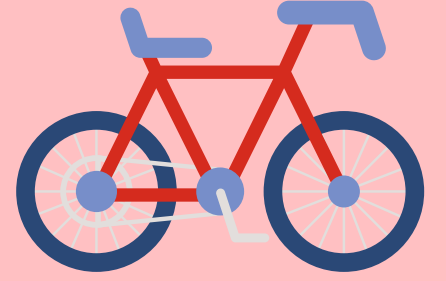
COVID-19 এবং ইনফ্লুয়েঞ্জা থেকে গুরুতর অসুস্থ হওয়ার বিরুদ্ধে সর্বোত্তম সুরক্ষা পাওয়ার জন্য একটি ফল COVID-19 [বুস্টার](#) এবং [ফ্লু ভ্যাকসিন](#) সহ আপনার টিকাগুলির সাথে [আপ-টু-ডেট](#) থাকুন।



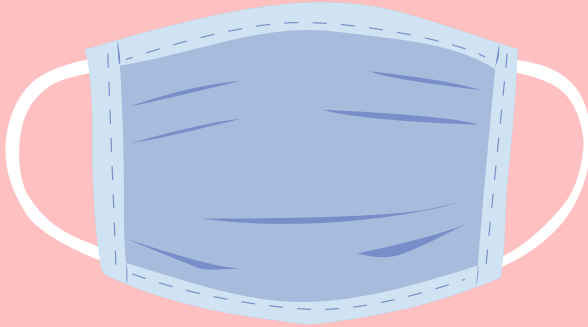
এমনকি আপনার সাম্প্রতিক COVID-19 সংক্রমণ হলেও, আপনার টিকা নিয়ে আপ-টু-ডেট থাকা আপনাকে [শক্তিশালী হাইব্রিড প্রতিরোধ ক্ষমতা](#) দেয়।



সম্ভব হলে বাইরে সামাজিকীকরণ করুন – বাড়ির ভিতরের তুলনায় বাইরের ঝুঁকি কম।



একটি উচ্চ মানের, ভাল-ফিটিং [মাস্ক](#) পরুন, বিশেষ করে বাড়ির ভিতরে, এবং সেটিং এবং পরিস্থিতির উপর ভিত্তি করে। ইনডোর পাবলিক সেটিংসে মাস্ক পড়ার দৃঢ়ভাবে নির্দেশ দেয়া হয়েছে, এবং বিশেষ করে যদি আপনি এমন লোকদের আশেপাশে থাকেন যাদের উচ্চ ঝুঁকি রয়েছে বা স্বাস্থ্যগত সমস্যার অবস্থা রয়েছে।



বাড়িতে থাকুন যদি আপনি [অসুস্থ হন বা উপসর্গ দেখা যায়](#)। এমনকি হালকা হলেও।



সূত্র: [Toronto Public Health](#)



COUNCIL OF  
AGENCIES SERVING  
SOUTH ASIANS



SOUTH ASIAN  
VACCINE  
ENGAGEMENT  
COLLABORATIVE