

সেল্ফ-আইসোলেশন চেকলিস্ট

কোভিড-19 দ্বারা আক্রান্ত হয়ে (বা আক্রান্ত হওয়ার সম্ভাবনা) থাকলে যে কোনো কাউকেই সেল্ফ-আইসোলেট করতে হতে পারে। আপনাকে যদি সেল্ফ-আইসোলেশনে থাকতে হয়, তবে যাবতীয় প্রস্তুতি গ্রহণ করবেন।



খাবার ডেলিভারি



অনলাইনে সাহায্য



প্রেসক্রিপশনের ওষুধ



বিল-বাদাল পরিশোধে সাহায্য



আর্থিক সাহায্য



পোষা প্রাণীর যত্ন নেয়া



চিঠিপত্র পোস্ট করা



সুস্থ ও নিরাপদ থাকায় সাহায্য ব্যবস্থা



বন্ধু/পরিবার/সহকর্মীর
সঙ্গে যোগাযোগ



যদি একা, উদ্বিগ্ন বোধ করেন বা
বিশেষ সহায়তার প্রয়োজন হয়, তবে
সাহায্য ব্যবস্থা



আপনি কেয়ারার হলে আপনার জন্য সাহায্য

সেল্ফ-আইসোলেশনে থাকাকালে সাহায্যের দরকার হলে

01422 392890 নাম্বারে ফোন করুন বা ভিজিট করুন

calderdale.gov.uk/self-isolation