







English	Translation
1. Living with Covid – Wearing a mask helps to stop the spread of Covid-19	১। কভিডের সাথে বসবাস- মাস্ক পরার মাধ্যমে কভিড-১৯ এর সংক্রমণ থামানোর ক্ষেত্রে সাহায্য করা যায়।
Covid-19 hasn't gone way, so please be kind to your fellow Mancunians by choosing to wear a mask in crowded spaces or when it feels right to do so.	কভিড-১৯ চলে যায়নি, কাজেই জনাকীর্ণ এলাকায় অথবা যখন সঠিক মনে হয় তখন একটি মাস্ক পরার মাধ্যমে অন্যান্য ম্যানচেস্টারবাসীর প্রতি দয়া প্রদর্শন করুন।
STAY KIND	সদয় থাকুন
Still wear a mask in crowded spaces or when it feels right	এখনো জনাকীর্ণ এলাকায় অথবা যখন সঠিক মনে হয় তখন একটি মাস্ক পরুন।

English	Translation
2. Living with Covid –Stay at home for 5 days if you have Covid-19	২। কভিডের সাথে বসবাস- কভিড-১৯ হলে পাঁচদিন ঘরে থাকুন।
If you have Covid-19, please be kind to your fellow Mancunians by staying at home for 5 days and avoid contact with other people.	যদি আপনার কভিড হয়ে থাকে তাহলে পাঁচ দিন ঘরে থাকার এবং অন্যান্য মানুষের সংসর্গ এড়িয়ে চলার মাধ্যমে অন্যান্য ম্যানচেস্টারবাসীর প্রতি দয়া প্রদর্শন করুন।
STAY KIND	সদয় থাকুন।
Please stay at home for 5 days if you have Covid-19	কভিড-১৯ হলে দয়া করে পাঁচদিন ঘরে থাকুন।


English	Translation
3. Living with Covid – Keep windows open if you meet others inside	৩। কভিডের সাথে বসবাস- অন্যান্যদের সাথে ঘরের ভেতরে দেখা করলে জানালাগুলো খোলা রাখুন।
Let in fresh air when you meet other people indoors 🏠, especially if they're at a high risk from Covid-19.	অন্যান্য মানুষদের সাথে ঘরের ভেতরে সাক্ষাত করলে ঘরে খোলা বাতাস ঢোকান, বিশেষ করে যদি তাদের জন্য কভিড-১৯ হওয়া বেশি ঝুঁকিপূর্ণ হয়ে থাকে।
STAY KIND	সদয় থাকুন
Keep windows open if you meet others inside	অন্যান্যদের সাথে ঘরের ভেতরে দেখা করলে জানালাগুলো খোলা রাখুন।

English	Translation
4. Living with Covid - It's never too late to book your Covid-19 vaccination	৪। কভিডের সাথে বসবাস- এখনো আপনার কভিড-১৯ ভ্যাকসিন বুক করার জন্য যথেষ্ট সময় আছে।
It's never too late to come forward for your Covid-19 vaccination.	আপনার কভিড-১৯ ভ্যাকসিন নিতে এগিয়ে আসার জন্য এখনো খুব বেশি দেরি হয়ে যায়নি।
Book an appointment online or go to a walk-in clinics for your first, second or booster dose 📅📅📅	অনলাইনে এপয়েন্টমেন্ট বুক করতে পারেন অথবা কোনো ওয়াক-ইন-ক্লিনিকে গিয়ে আপনার প্রথম, দ্বিতীয় অথবা বুস্টার ডোজ নিতে পারেন।
More info 🖱️ manchester.gov.uk/getmyjab	আরো তথ্যের জন্য manchester.gov.uk/getmyjab
STAY KIND	
Please take up the vaccination offer – it's never too late	দয়া করে ভ্যাকসিনের অফার গ্রহণ করুন- এখনো সময় আছে।

English	Translation
5. Living with Covid – Manchester Covid helpline	৫। ঠান্ডার সাথে বসবাস- ম্যানচেস্টার কভিড হেল্পলাইন
  Do you have Covid-19 worries or concerns? Need help with booking your Covid vaccinations or booster jabs?	আপনার কি কভিড-১৯ সম্পর্কে দুশ্চিন্তা বা উদ্বেগ রয়েছে? আপনার ভ্যাকসিন বা বুস্টার ডোজের এপয়েন্টমেন্ট বুক করতে সাহায্য প্রয়োজন?
Then call the Manchester COVID-19 Helpline for support. Translation services available. Call free: 0800 840 3858 or text: 07890 036 892	তাহলে সহযোগিতার জন্য কভিড-১৯ হেল্পলাইনে কল করুন। অনুবাদের ব্যবস্থা রয়েছে। বিনামূল্যে কল করুন : 0800 840 3858 অথবা টেক্সট পাঠান: 07890 036 892
STAY KIND	সদয় থাকুন
Covid Concerns? Ring Manchester’s COVID-19 helpline on 0800 840 3858 or text 07890 036892	কভিড নিয়ে চিন্তিত? এই নম্বরে ম্যানচেস্টার কভিড-১৯ হেল্পলাইনে কল করুন 0800 840 3858 অথবা এই নম্বরে টেক্সট পাঠান 07890 036892

English	Translation
6. Living with Covid – Follow the Manchester Message on Covid-19 and Health.	কভিডের সাথে বসবাস- কভিড-১৯ এবং স্বাস্থ্য বিষয়ে ম্যানচেস্টার বার্তাটি অনুসরণ করুন।
Please help to keep our city safe from Covid-19 and be kind to each other by: • Wearing a face mask in enclosed spaces • Washing your hands regularly Getting your Covid vaccinations    • Staying home  for 5 days if you have Covid-19	দয়া করে আমাদের শহরকে কভিড-১৯ থেকে মুক্ত রাখতে সাহায্য করুন এবং নিম্নোক্ত কাজগুলো করার মাধ্যমে পরস্পরের প্রতি দয়া প্রদর্শন করুন: • আবদ্ধ জায়গায় মাস্ক পরার মাধ্যমে • নিয়মিত হাত পরিষ্কার করার এবং কভিড ভ্যাকসিন নেবার মাধ্যমে • কভিড-১৯ এ আক্রান্ত হলে পাঁচদিন ঘরে থাকার মাধ্যমে
STAY KIND	সদয় থাকুন
Please follow the Manchester Message on Covid-19 and Health	দয়া করে কভিড-১৯ এবং স্বাস্থ্য বিষয়ে ম্যানচেস্টার বার্তাটি অনুসরণ করুন।

English	Translation
7. Living with Covid – Please stay home	৭। কভিডের সাথে বসবাস- দয়া করে ঘরে থাকুন

if you are ill যদি আপনি অসুস্থ হন	
Please stay at home  if you are feeling unwell, this reduces the risk of spreading illnesses to friends, colleagues, and others in our communities.	যদি আপনি অসুস্থ বোধ করেন তাহলে দয়া করে ঘরে থাকুন, এর মাধ্যমে বন্ধু, সহকর্মী এবং কমিউনিটির অন্যান্যদের মধ্যে অসুস্থতা ছড়িয়ে পড়ার ঝুঁকি কমে আসে।
It also helps our health services.	এটা আমাদের স্বাস্থ্য বিভাগকেও সাহায্য করে।
STAY KIND	সদয় থাকুন
Please stay at home if you are ill	অসুস্থ হলে দয়া করে ঘরে থাকুন।

English	Translation
8. Living with Covid – Keep washing your hands regularly	৮। কভিডের সাথে বসবাস- নিয়মিত হাত পরিষ্কার করতে থাকুন।
Please keep washing your hands regularly for 20 seconds or more to limit the spread of COVID-19 or use hand sanitizer if you are out and about.	কভিড-১৯ সংক্রমণ সীমিত রাখতে দয়া করে আপনার হাত বিশ সেকেন্ড অথবা এর বেশি সময় ধরে নিয়মিত পরিষ্কার করতে থাকুন অথবা বাইরে ঘোরাঘুরি করার সময় হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন।
STAY KIND	সদয় থাকুন
Keep washing your hands regularly - it really helps	আপনার হাত নিয়মিত পরিষ্কার করতে থাকুন- এতে আসলেই উপকার হয়।

English	Translation
9. Living with Covid- where to get Covid tests after 1 April 2022	৯। কভিডের সাথে বসবাস- ১ এপ্রিল ২০২২ এর পর কোথায় কভিড টেস্ট পাওয়া যাবে?
Free Covid testing ended for most people in England on 1 April 2022.	বেশিরভাগ মানুষের জন্য ১ এপ্রিল ২০২২ থেকে বিনামূল্যের কভিড টেস্ট বন্ধ হয়ে গেছে।
If you need a test you can buy them from chemists and supermarkets.	আপনার টেস্ট প্রয়োজন হলে কেমিস্ট অথবা সুপারমার্কেট থেকে কিনতে পারবেন।
STAY KIND	সদয় থাকুন
If you need a Covid test, and aren't able to have a free one, they can be bought at chemists and other shops.	যদি আপনার কভিড টেস্ট প্রয়োজন হয়, এবং বিনামূল্যের টেস্ট পেতে না পারেন তাহলে কেমিস্ট অথবা অন্যান্য দোকান থেকে কিনে নিতে পারবেন।