

enough
for all

ক্যালগেরীবাসীদের জন্য কোভিড-১৯ তথ্য

কোভিড-১৯এর দ্রুত বিকশিত বিশ্বাসযোগ্য তথ্য সম্পর্কে ক্যালগেরীবাসীকে অবহিত করার জন্য ভাইব্রেন্ট কমিউনিটিস ক্যালগেরী ও অন্যান্য কমিউনিটি সংস্থার সহযোগিতায় এই তথ্যপত্রটি প্রস্তুত করা হয়েছে। ক্যালগেরীবাসীদের নিরাপদ ও ভাল রাখার জন্য এই উদ্যোগ।



শেখার সংস্থান

- ক্যালগেরী পাবলিক লাইব্রেরী ঘোষণা করেছে যে ৩০শে এপ্রিল পর্যন্ত কোনো বিলম্বিত বস্তুর জন্য জরিমানা আদায় করা হবে না।
- আপডেট, পরামর্শ, তথ্যের জন্য ক্যালগেরীবাসীকে ডিজিটাল লাইব্রেরী দেখতে উৎসাহিত করা হচ্ছে।



খাদ্য সংস্থান

- ক্যালগেরী ফুড ব্যাংক গ্রাহক নিচ্ছে, আপনাকে অবশ্যই প্রথমে ফোন করতে হবে এবং তারা আপনার জরুরী খাবার কুড়ি সাজিয়ে রাখবে এবং আপনার পিক আপ করার সময় ঠিক করবে। তাদের ফোন নাম্বারঃ **403-253-2055**
- স্যালভেশন আর্মি খাবার ও নিত্য প্রয়োজনীয় জিনিস কেবল অ্যাপয়েন্টমেন্ট এর মাধ্যমে দিচ্ছে। ফোন: **403-220-0432**
- যদি আলবাটা স্বাস্থ্য বিভাগ আপনাকে কোয়ারেন্টাইন এ থাকতে বলে, তাহলে ক্যালগেরী কো-অপ এর কেয়ার প্যাকেজ পেতে ই-মেইল করুন- memberengagement@calgarycoop.com
- কারবি সেন্টার কমিউনিটিতে সিনিয়রদের জন্য গ্রোসারি সরবরাহ দিচ্ছে এবং সেটার জন্য আয়ের সীমা তুলে দিয়েছে। ফোনঃ **403-234-6571**



গণপরিবহন

- সকল গ্রাহককে বাসের পিছনের দরজা ব্যবহার করে বাস আরোহন করতে ক্যালগেরী ট্রানজিট থেকে বলা হচ্ছে।
- সীমিত আয়ের ট্রানজিট পাস ব্যবহারকারীরা মার্চ মাসের ট্রানজিট পাস এপ্রিল মাসেও ব্যবহার করে যেতে পারবেন।



211 কল করুন

সামাজিক, স্বাস্থ্য, সরকারী সেবা গুলির বিষয়ে জানতে।
ফেয়ার এন্ট্রি আবেদন মেইল, ফ্যাক্স বা অনলাইনে

Calgary.ca তেজমা দিতে পারবেন। আবেদন সম্পর্কিত

আরো তথ্য বা সহায়তার জন্য **311** কল করুন।



শারীরিক ও মানসিক স্বাস্থ্য

উদ্বেগ ও চিন্তিত বোধ করা স্বাভাবিক এবং আমরা সবাইকে তাদের পরিচিতজনের সাথে এ বিষয়ে সহায়তা নিতে উৎসাহিত করি বা মানসিক স্বাস্থ্যসেবা থেকে সহায়তা নিতে:

- আলবাটা স্বাস্থ্য বিভাগ : কঠিন সময়ে সহায়তা।
- ডিসট্রেস সেন্টার: **403-266-4357**
- মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা লাইন: **1-877-303-2642**
- শিশুদের সহায়তা লাইন: **1-800-668-6868**
- বাড়িতে বসে চিকিতসকদের সাক্ষাতের জন্য আলবাটা অতিসম্প্রতি PurposeMed.com, এই অনলাইন ক্লিনিকটি চালু করেছে।



স্কুল বন্ধকালীন সময়ে শিশুর যত্ন

- ক্যালগেরী এডুকেশন বোর্ড একটি ওয়েব পেজ তৈরি করেছে যেখানে ঘরে বসে শেখার ধারণাগুলো প্রদান করা হবে।
- ক্যালগেরী রিডস প্রতিদিন নতুন কার্যক্রম শেয়ার করবে যা আপনাকে আপনার শিশুর সাথে মিশতে ও সুসম্পর্ক গঠনে সহায়তা করবে। এই ওয়েবসাইটটি দেখুন- <https://calgaryreads.com/noodle-do-a-day/>

enough
for all

 **momentum**
Learn › Earn › Save › THRIVE

 **United Way**
Calgary and Area

Calgary 