

CONNECT

with ACE

অভিবাসী কর্মীদের জন্য মাসিক
ই-নিউজলেটার



জানুয়ারী
২০২২



এই প্রকাশনায় আছে:

জানুয়ারী ২০২২-এর মূল ঘোষণা

কোভিড-১৯ থেকে নিজেকে রক্ষা
করার জন্য স্বাস্থ্য সংক্রান্ত পরামর্শ

পোঙ্গলে যে উদযাপন হয়েছিল তার
প্রধান লক্ষণীয় বিষয়গুলি
(হাইলাইটস)



মূল ঘোষণা



MRT স্টেশনে স্ট্যান্ডার্ড টিকিট বিক্রি বন্ধ

জানুয়ারী ২২ থেকে MRT স্টেশনে ট্রেনে যাতায়াত করার জন্য স্ট্যান্ডার্ড টিকিট আর বিক্রি করা হবে না। আপনি কীভাবে ট্রেনে যাতায়াতের ভাড়া দেওয়ার জন্য যোগাযোগহীন (কনটাক্টলেস) ব্যাঙ্ক কার্ড, EZ-Link বা NETS FlashPay কার্ড ব্যবহার করতে পারবেন তা জানতে দয়া করে নীচের ভিডিওটি দেখুন:

▶ [তামিল ভিডিও](#)

▶ [বাংলা ভিডিও](#)

ওমিক্রন ভেরিয়েন্ট থেকে নিজেকে রক্ষা করুন!

অত্যন্ত সংক্রামক ওমিক্রন ভেরিয়েন্ট থেকে নিজেকে আরো ভালভাবে রক্ষা করতে, যখন আপনাকে আপনার ভ্যাকসিন বা বুস্টার শট নেওয়ার জন্য বলা হবে, অনুগ্রহ করে তখন সেটি নেওয়ার জন্য জন্য যান।

নিরাপদ ব্যবস্থাপনার নিয়মগুলি পালন করার কথা মনে রাখবেন:

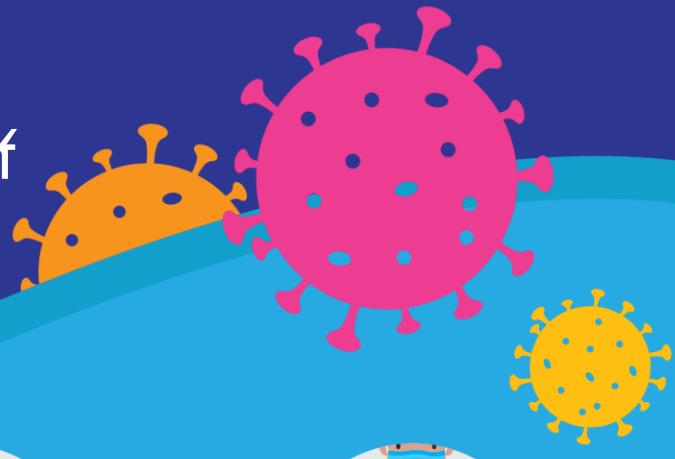
- সব সময় মাস্ক পরবেন
- প্রতি গ্রুপে সর্বোচ্চ ৫ জন থাকবেন
- প্রতি ব্যক্তির মধ্যে ১মি নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখবেন
- আপনার TraceTogether টোকেনটি আপনার সাথে সব সময় রাখবেন এবং সকল স্থানে নিয়ে যাবেন

আপনি যদি অসুস্থ বোধ করেন তবে দয়া করে একজন ডাক্তার দেখান।

আরো তথ্যের জন্য, এখানে আপডেট করা স্বাস্থ্যসেবার নিয়মকানুনগুলি [দেখুন](#)।



কোভিড-১৯ থেকে নিজেকে রক্ষা করার জন্য স্বাস্থ্য সম্পর্কিত পরামর্শ



1
ভালো ব্যক্তিগত স্বাস্থ্যবিধি অনুশীলন করুন যেমন নিয়মিত সাবান দিয়ে আপনার হাত ধোয়া



2
আপনার মাস্ক সঠিকভাবে পরুন



3
বেশি স্পর্শ বা ছোঁয়া লাগতে পারে এমন এলাকার সংস্পর্শে আসার পর হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন



4
আপনি যখন অসুস্থ বোধ করেন তখন চিকিৎসা সহায়তা নিন



5
ভ্যাকসিন নিন, সুরক্ষিত হন।



আরো স্বাস্থ্য-সম্পর্কিত পরামর্শের জন্য, আপনাদের জন্য প্রস্তুত করা ভিডিও এবং পোস্টার দেখতে এখানে ক্লিক করুন



আমাদের অভিবাসী কর্মী থেকে একটি বার্তা

বাংলাদেশের একজন অভিবাসী কর্মী, বাদলের সাথে পরিচিত হন, আমাদের সবার সাথে তিনি যা শেয়ার করবেন তা এখানে রয়েছে:

আমার নাম বাদল এবং আমি প্রায় ১০ বছর সিঙ্গাপুরে কাজ করেছি। হ্যাঁ, আমি আমার বুস্টার জ্যাব নিয়েছি। বুস্টার জ্যাব নেওয়া গুরুত্বপূর্ণ কারণ এটি আপনার সুরক্ষা অব্যাহত রাখতে এবং কোভিড-১৯ এর সাথে আরো ভালভাবে লড়াই করতে সহায়ক করে। আপনার বুস্টার জ্যাব নেওয়া উচিত কারণ এটি আপনাকে সংক্রমণ এবং গুরুতর রোগের বিরুদ্ধে আরো সুরক্ষা দিবে।

ইভেন্টের প্রধান লক্ষণীয় বিষয়গুলি (হাইলাইটস)



পোঙ্গল

১৪-১৬ই জানুয়ারী সপ্তাহান্ত ধরে, কোচরান রিক্রিয়েশন সেন্টার, ক্রানজি রিক্রিয়েশন সেন্টার এবং পেঞ্জুরু রিক্রিয়েশন সেন্টারে আমাদের অভিবাসী কর্মীদের সাথে পোঙ্গল উদযাপনকে কেন্দ্র করে বিভিন্ন কার্যক্রম অনুষ্ঠিত হয়েছিল।

এই বছরের পোঙ্গল উদযাপন উপলক্ষে RC গুলিতে বিভিন্ন কার্যক্রম অনুষ্ঠানের আয়োজন করে আমাদের অভিবাসী কর্মীদের আনন্দ দেওয়ার জন্য আমরা আমাদের অংশীদারদের ধন্যবাদ জানাই।



অভিবাসী কর্মীদের মধ্যে আর্থ বিতরণ করা। আপনি কি জানেন যে, আর্থ ঋতুর একটি গুরুত্বপূর্ণ ফসল, এবং সমৃদ্ধি এবং কল্যাণ বোঝায়?

টেরারিয়াম তৈরি কর্মশালা

১৬ই জানুয়ারী, গার্ডেনস বাই দ্যা বে এবং জেটিসি কর্পোরেশন অভিবাসী কর্মীদের জন্য বিনামূল্যের টেরারিয়াম কর্মশালার আয়োজন করে বিনোদনের ব্যবস্থা করেছিল, যেখানে কর্মীরা তাদের নিজস্ব টেরারিয়াম তৈরি করতে সক্ষম হয়েছিল!



কর্মশালাটি কার্যত বিভিন্ন JTC-র RC জুড়ে পরিচালিত হয়েছিল, যেখান গার্ডেনস বাই দ্যা বে-এর কর্মীরা কীভাবে টেরারিয়াম তৈরি করতে হয় সে সম্পর্কে ধাপে ধাপে নির্দেশাবলী দেন।

চিড়িয়াখানা পরিদর্শন

২৩শে এবং ৩০শে জানুয়ারী, উইলো ডরমিটরির অভিবাসী কর্মীরা চিড়িয়াখানা পরিদর্শন করে, যেখানে তারা চিড়িয়াখানার বিভিন্ন প্রাণী দেখতে সক্ষম হয়েছিল। আমাদের কিছু অভিবাসী কর্মীদের জন্য আসলে এটি ছিল প্রথমবার সিঙ্গাপুরের চিড়িয়াখানা পরিদর্শন করা।

আমাদের অভিবাসী কর্মীদের জন্য চিড়িয়াখানা পরিদর্শনের আয়োজন করার জন্য আলফা টেক ভেস্টাসিয়াকে ধন্যবাদ।



সর্বশেষ খবর এবং আপডেট পেতে আমাদের অফিসিয়াল চ্যানেলে আমাদের অনুসরণ করুন!

[MOM এর ফেসবুক পেজ](#)

[MOM এর ইউটিউব চ্যানেল](#)

[MOM এর ওয়েবসাইট](#)

বিভিন্ন শারীরিক এবং অনলাইন কার্যক্রমে আপনার অংশগ্রহণ করা সম্পর্কে আরো জানতে এখানে QR কোডটি স্ক্যান করুন!

