1B

অন্য ভাষা বা ফরম্যাটে স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্যাবলী

মোটর নিউরোন ডিজিজ বা কেনেডি ডিজিজে আক্রান্ত বা এর দ্বারা প্রভাবিত ব্যক্তিদের জন্য তথ্যাবলী

ইংরেজী যদি আপনার মাতৃভাষা না হয় বা আপনার দৃষ্টিগত প্রতিবন্ধকতা থাকে, সেক্ষেত্রে মোটর নিউরোন ডিজিজ বা কেনেডি ডিজিজ সংক্রান্ত তথ্যাবলী বা লভ্য সহায়তাগুলি গ্রহণে অসুবিধা হতে পারে।

এই তথ্যপত্রটি ব্যাখ্যা করে যে, অন্য ভাষাগুলিতে বা বিকল্প ফরম্যাটগুলিতে যেমন ব্রেইল, বড় হরফের মুদ্রন বা অডিওরূপে কিভাবে সঠিক তথ্য পেতে পারেন। এই তথ্যপত্রটি বর্তমানে বিভিন্ন ভাষাতে লভ্য।

এই বিষয়াবলীতে নীচের বিভাগগুলি অর্ন্তভুক্ত রয়েছে:

1: **আমি কিভাবে অন্য একটি ভাষাতে তথ্যাবলী পেতে পারি?**

2: **আমি কি ব্রেইল, বড় হরফের মুদ্রন বা অন্যান্য ফরম্যাটগুলিতে তথ্যাবলী পেতে পারি?**

3: **আর কি কি আমার সহায়তা করতে পারে?**

4: **MND অ্যাসোসিয়েশন ভবিষ্যতে কিভাবে আমাকে সহায়তা করতে পারে?**

5: **আমি কিভাবে আরো জানতে পারি?**

এই চিহ্নটি **আমাদের অন্যান্য প্রকাশনাগুলি**–র উপর আলোকপাত করতে ব্যবহার করা হয়েছে। এগুলি কিভাবে ব্যবহার করবেন, তা জানার জন্য এই তথ্যপত্রের শেষে *আরো তথ্যাবলী* দেখুন।

এই চিহ্নটি MND আক্রান্ত বা এর দ্বারা প্রভাবিত অন্যান্য ব্যক্তিদের **উদ্ধৃতিগুলির** উপর আলোকপাত করার জন্য ব্যবহৃত হয়েছে।

Health & care information you can trust
The Information Standard Certified Member

MND অ্যাসোসিয়েশন বিশ্বাসযোগ্য স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) সংক্রান্ত তথ্যাবলী প্রস্তুতকারী হিসেবে শংসাকৃত হয়েছে।
www.england.nhs.uk/tis

চিকিৎসা বা পরিচর্যা সংক্রান্ত সিদ্ধান্তগুলি নেওয়ার সময় সবসময় আপনার স্বাস্থ্য সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) দলের পরামর্শ নিন। তারা অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে সহায়তা করার জন্য একজন অনুবাদকারীর ব্যবস্থা করতে পারে।

অনুগ্রহ করে, মনে রাখবেন এটি উৎস তথ্যের একটি অনুবাদকৃত সংস্করণ। MND অ্যাসোসিয়েশন নামকরা অনুবাদ পরিষেবাগুলি ব্যবহার করে থাকে, তবে তারা অনুবাদের কোন ত্রুটির দায়ভার নেবে না। আরো তথ্যাবলীর অনুবাদ করা সম্ভব হতে পারে, তবে এটি একটি সীমিত পরিষেবা। বিস্তারিত বিবরণের জন্য আমাদের হেল্পলাইন MND কানেক্ট-এর সাথে যোগাযোগ করুন:

টেলিফোন: **0808 802 6262**
ই-মেইল: **mndconnect@mndassociation.org**

1: আমি কিভাবে অন্য একটি ভাষাতে তথ্যাবলী পেতে পারি?

MND অ্যাসোসিয়েশনের কাছ থেকে

আপনার যদি পছন্দের একটি ভাষাতে আমাদের সহায়তার প্রয়োজন হয়, আমাদের MND কানেক্ট হেল্পলাইন-এর সাথে যোগাযোগ করুন। আপনার প্রথমে সাহায্যের জন্য, ইংরেজীতে কথা বলতে পারেন এরকম কারো সহায়তার প্রয়োজন হতে পারে, যাতে হেল্পলাইন টীম আপনার প্রয়োজনগুলি বুঝতে পারে। এরপর, তারা একজন অনুবাদকারীর সাথে একটি টেলিফোন কলের ব্যবস্থা করে দিতে পারে, যিনি আপনার জন্য অনুবাদ করে দেবেন।

MND কানেক্ট
টেলিফোন: 0808 802 6262
ই-মেইল: mndconnect@mndassociation.org

আমরা বিভিন্ন ভাষাতে আমাদের তথ্যসম্পদ *মোটর নিউরোন ডিজিজ-এর সাথে একটি পরিচয়* - প্রদান করে থাকি। রোগটির একটি সর্বাঙ্গীন বিবরণে ইংল্যান্ড, ওয়েল্‌স ও নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড জুড়ে লভ্য যে যে প্রাকরের সহায়তা সংক্রান্ত তথ্যাবলীও অর্ন্তভুক্ত রয়েছে।

আপনার যদি কেনেডি'জ ডিজিজ থাকে এবং অন্য একটি ভাষাতে তথ্যপত্র 2B – *কেনেডি'জ ডিজিজ* - পেতে চান, তাহলে সহায়তার জন্য MND কানেক্ট-এর সাথে যোগাযোগ করুন।

এই তথ্যপত্রটি ছাড়াও আমরা বিভিন্ন ভাষাতে নীচের তথ্যপত্রগুলি প্রদান করে থাকি:

- 7A – *গলাধঃকরণের সমস্যাগুলি*
- 7B – *টিউব দিয়ে খাওয়ানো*
- 8A – *শ্বাসের সমস্যায় সহায়তা*
- 8B–*মোটর নিউরোন ডিজিজ (MND)-এর জন্য ভেন্টিলেশন*

আমাদের অনুবাদকৃত প্রকাশনাগুলি ডাউনলোড করুন এখান থেকে: **www.mndassociation.org/languages** বা MND কানেক্ট থেকে সেগুলিকে প্রিন্ট করার অর্ডার দিন। অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন, আমরা নামকরা অনুবাদ পরিষেবাগুলি ব্যবহার করে থাকি, তবে অনুবাদে যদি কোন ত্রুটি থাকে, আমরা তার দায়ভার নেব না।

আমাদের ইতোমধ্যে প্রদানকৃত ভাষাগুলি ছাড়া অন্য কোন ভাষাতে উপরের তালিকায় থাকা কোন তথ্যপত্রের আপনার যদি প্রয়োজন হয়, সেক্ষেত্রে MND কানেক্ট-কে তা জানান। আমরা এছাড়াও আরেকটি তথ্যপত্রের

বা একটি বড় নির্দেশনার একটি বিভাগকে অনুবাদ করতে পারি, যাতে চিকিৎসা বা পরিচর্যা সংক্রান্ত একটি গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত নেওয়ার ক্ষেত্রে আপনার সহায়তা হয়।

> *"আপনাদের প্রদানকৃত তথ্যাবলী, চিকিৎসা সংক্রান্ত আলোচনাগুলিতে আমাকে যুক্ত হতে এমনকি ডাক্তার ও নার্সদের চ্যালেঞ্জ করতে সহায়তা করেছে।"*

স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) সংক্রান্ত অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে

চিকিৎসা ও পরিচর্যা সংক্রান্ত সিদ্ধান্তগুলি নেওয়ার সময়, আপনাকে সহায়তাকারী স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) পেশাদারদের সাথে বিকল্পগুলি নিয়ে আলোচনা করা গুরুত্বপূর্ণ। তাঁরা যদি আপনার ভাষাতে কথা না বলেন, সেক্ষেত্রে তা খুব কঠিন হয়ে উঠতে পারে। তবে, এই আলোচনাগুলি বুঝতে লোকেদের সহায়তার জন্য স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীরা অবশ্যই যুক্তিসঙ্গত পরিবর্তনগুলি করবেন।

তারা অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে, বিশেষ করে মেডিক্যাল অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে সহায়তার জন্য একজন অনুবাদকারীর ব্যবস্থা করতে পারে। অনেক GP সার্জারী ও হাসপাতাল আদর্শরূপে অনুবাদকারীর পরিষেবা প্রদান করে থাকে, তবে বাকীগুলি শুধুমাত্র অনুরোধক্রমেই তা প্রদান করবে।

আপনার যদি মনে হয় যে, অনুবাদকারী না থাকার জন্য আপনার ডাক্তার সবসময় আপনার সমস্যাগুলি বুঝতে পারছেন না, সেক্ষেত্রে আপনার GP সার্জারীকে আপনার অ্যাপয়েন্টমেন্টের সময় একজন অনুবাদকারী উপস্থিত রাখার ব্যবস্থা করতে বলুন। আপনাকে আগে থেকে তা করতে হবে, যাতে সে ব্যবস্থা করা যায়। তাদেরকে জানান যে, আপনার ক্ষেত্রে একজন পুরুষ অথবা মহিলা অনুবাদকারী থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

যদিও প্রশিক্ষিত অনুবাদকারী প্রদান করা স্বাস্থ্য পরিষেবার আইনী দায়িত্বের মধ্যে পড়ে, তবে আপনি আপনার জন্য অনুবাদকারী হিসাবে আপনার পরিবারের সদস্যকেও চাইতে পারেন। আপনার ইচ্ছার মর্যাদা দেওয়া হবে। যদি আপনার GP বা হাসপাতাল লিখিত তথ্য প্রদান করে থাকে, সেক্ষেত্রে সেটিও আপনার মাতৃভাষাতে অনুরোধ করা যেতে পারে।

আপনি যদি ইংল্যান্ড বা ওয়েল্সে একটি সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) মূল্যায়ন করিয়ে থাকেন, সেক্ষেত্রে অনুবাদকারীর ব্যাপারে আপনার স্থানীয় কর্তৃপক্ষ (লোকাল অথোরিটি)কে বলুন। নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডে, আপনার স্থানীয় স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা (লোকাল হেলথ অ্যান্ড সোশ্যাল কেয়ার) ট্রাস্টকে বলুন। যাতে আপনার মূল্যায়নটি ন্যায্য হয় এবং তা আপনার প্রয়োজনগুলিকে পূরণ করে সেবিষয়টি নিশ্চিত করার জন্য, অধিকাংশ ক্ষেত্রে, তারা আপনার জন্য এর ব্যবস্থা করার চেষ্টা করবে।

আপনি যদি স্কটল্যান্ডে বসবাস করেন, আপনি আরো নির্দেশনা পাওয়ার জন্য MND স্কটল্যান্ড-এর সাথে যোগাযোগ করতে পারেন। যোগাযোগের বিবরণের জন্য এই তথ্যপত্রের শেষে আরো তথ্যাবলী দেখুন।

অন্যান্য সংস্থাগুলি ও ওয়েবসাইটগুলি থেকে

কখনও কখনও ওয়েবসাইটগুলিতে থাকা স্বয়ংক্রিয় অনুবাদ কাজে আসতে পারে, তবে তা একদম সঠিক নাও হতে পারে এবং বিভ্রান্তিকর হতে পারে। তবে, কিছু সংস্থা বিভিন্ন ভাষাতে তথ্যাবলী প্রদান করে থাকে, তাদের ওয়েবসাইট দেখুন বা আপনার হয়ে কাউকে একটি সংস্থার সাথে যোগাযোগ করিয়ে দিতে বলুন।

2: আমি কি ব্রেইল, বড় হরফের মুদ্রন বা অন্যান্য ফরম্যাটগুলিতে তথ্যাবলী পেতে পারি?

MND অ্যাসোসিয়েশনের কাছ থেকে।

আমাদের তথ্যাবলী সংক্রান্ত নির্দেশনা ও লভ্য ফরম্যাটগুলির জন্য আমাদের হেল্পলাইন, MND কানেক্ট-এর সাথে যোগাযোগ করুন।

টেলিফোন: 0808 802 6262
ই-মেইল: mndconnect@mndassociation.org

তারা আপনাকে নীচেরগুলি গ্রহণ করতে সহায়তা করতে পারে:

ব্রেইল:
আমাদের অনুবাদকৃত বিষয়বস্তুগুলির পাশাপাশি, আপনি আমাদের তথ্যপত্রগুলি বা নির্দেশনার অংশগুলির ব্রেইল কপির জন্য অনুরোধ জানাতে পারেন। অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন, আমরা নামকরা ব্রেইল পরিষেবাগুলি ব্যবহার করে থাকি, তবে তা তৈরীতে হওয়া কোন ত্রুটির জন্য আমরা দায়ভার গ্রহণ করি না।

বড় হরফের মুদ্রন:
আমাদের ছোট কার্ডগুলি ও ক্ষুদ্র-পুস্তিকাগুলি ছাড়া, আমাদের সমস্ত তথ্যাবলীতে 12pt ফন্ট ব্যবহার করা হয় এবং তা আপনি অনলাইনে দেখতে পারেন, যেখানে আপনি দেখার জন্য আকার বাড়াতে পারেন।

নীচের এই দুটি বিষয় বড় হরফের মুদ্রনে (16pt বা তার বেশী) প্রকাশ করা হয়:

- *মোটর নিউরোন ডিজিজ(MND)-এর একটি পরিচয়*
- *মোটর নিউরোন ডিজিজ(MND)-এর একটি সহজ পাঠযোগ্য নির্দেশনা*

অডিও:
মোটর নিউরোন ডিজিজ (MND)-এর একটি পরিচয় – তথ্যপত্রটি ইংরেজীতে একটি অডিও রেকর্ডিং হিসেবে লভ্য। আপনি সাউন্ডক্লাউডে এই লিঙ্কে তা পেতে পারেন।

https://soundcloud.com/mndassoc/mnd-audiobook

2019 সালে আমাদের বিষয়বস্তুগুলির আরো রেকর্ডিংগুলি পাওয়া যাবে।

ই-রীড:
আমরা আমাদের তথ্যপত্রগুলি ও অন্যান্য বিভিন্ন সংস্থানগুলির জন্য 2019 সালে একটি ই-রীডেব্‌ল (ইন্টারনেটে পাঠযোগ্য) ফরম্যাট চালু করব। এই ফরম্যাটটি স্মার্ট ফোন, ট্যাবলেট বা ল্যাপটপে সহজে পড়া যাবে, যেখানে আপনি লেখার আকারে বাড়াতে পারবেন, পাঠ্যাংশ আপনা-আপনি পৃষ্ঠার সাথে সাযুজ্য রেখে পরিবর্তিত হয়ে যাবে।

স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে

GP সার্জারীগুলি, স্বাস্থ্য পরিষেবাগুলি দ্বারা বা সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) মূল্যায়নগুলি দ্বারা প্রস্তুতকৃত তথ্যাবলীও ব্রেইল, বড় হরফের মুদ্রন বা অন্যান্য ফরম্যাটগুলিতে পাওয়া যেতে পারে।

আপনার যদি এরকম কোন প্রতিবন্ধকতা থাকে, যার জন্য আপনার পক্ষে তথ্যাবলী পড়া এবং কাজে

লাগানো কঠিন হয়ে দাঁড়াচ্ছে, সেক্ষেত্রে আপনার প্রয়োজনগুলি বুঝিয়ে বলুন। এই পরিস্থিতিতে, স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা পরিষেবাগুলির সাধারণত: একটি পরিচর্যার কর্তব্য থাকে, যাতে এটি নিশ্চিত করা যায় যে, আপনি যাতে তাদের প্রদত্ত সিদ্ধান্ত গ্রহণকারী তথ্যাবলী পেতেতে পারেন ও বুঝতে পারেন।

নীচের বিষয়গুলিতে এই ব্যাপারে ইংরেজীতে বিবরণ দেওয়া রয়েছে যে, কিভাবে এই পরিচর্যার বিষয়টি পরিচালনা করা হয়:

ইংল্যান্ডের জন্য

গ্রহণযোগ্য তথ্য স্ট্যান্ডার্ড দেখুন এখানে:
www.england.nhs.uk/ourwork/accessibleinfo

ওয়েলস-এর জন্য

ইন্দ্রিয়ের ক্ষমতাজনিত ঘাটতি আছে যাদের, তাঁরা যোগাযোগ ও তথ্যাবলীর জন্য অল ওয়েল্‌সব্যাপী স্ট্যান্ডার্ড দেখুন। এটি ইংরেজী ও ওয়েল্‌স উভয় ভাষাতেই লভ্য:
gov.wales/topics/health/publications/health/guidance/standards/?lang=en

নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডের জন্য

যোগাযোগকে সবার জন্য ব্যবহারযোগ্য করে তোলা – হেল্‌থ অ্যান্ড সোশ্যাল কেয়ার (HSC) কর্মীদের জন্য একটি নির্দেশনা দেখুন এখানে:
www.belfasttrust.hscni.net/pdf/making_communication_accessible_to_all.pdf

3: আর কি কি আমার সহায়তা করতে পারে?

কথা ও যোগাযোগ সংক্রান্ত মূল্যায়ন

MND কথা বলা ও যোগাযোগ করার ক্ষমতার উপর প্রভাব ফেলতে পারে, কথা বলা বা ভঙ্গী ও মুখভাব প্রকাশ করাকে আরো কঠিন করে তুলতে পারে। কেনেডি’জ ডিজিজও আপনি যেভাবে কথা বলেন তার উপর প্রভাব ফেলতে পারে।

আপনার যদি সমস্যা হতে শুরু হয়, আপনার ডাক্তারকে একজন স্পীচ ও ল্যাঙ্গুয়েজ থেরাপিস্টের কাছে পরীক্ষার জন্য আপনাকে পাঠাতে (রেফারাল করতে) বলুন। তাঁরা থেরাপি ও যোগাযোগের সহায়কগুলির ব্যাপারে পরামর্শ দিতে পারবেন, যার মধ্যে একদম সহজ জিনিসগুলি যেমন ছবি ও লেখার বোর্ডগুলি থেকে শুরু করে, কম্পিউটার সফ্‌টওয়্যারের মত আরো বিশদ সহায়তা অর্ন্তভুক্ত থাকতে পারে।

আপনি এছাড়াও ভয়েস ব্যাঙ্কিং বা মেসেজ ব্যাঙ্কিং-এর উপরে গাইডেন্স চাইতে পারেন, যাতে আপনি কম্পিউটার ডিভাইসগুলির মাধ্যমে বাক্য বলার জন্য আপনার রেকর্ড করা কন্ঠস্বর ব্যবহার করতে পারেন।

MND-র ক্ষেত্রে কথা বলা ও যোগাযোগ সংক্রান্ত আরো বিবরণের জন্য দেখুন:

- বিভাগ 8: *কথা বলা ও যোগাযোগ*, আমাদের *মোটর নিউরোন ডিজিজ নিয়ে বেঁচে থাকা* নির্দেশনা থেকে
- তথ্যপত্র *7C – কথা বলা ও যোগাযোগ সংক্রান্ত সহায়তা*
- তথ্যপত্র *7D – ভয়েস ব্যাঙ্কিং*

লিখিত নোট দেওয়া

আপনার কথা বলতে যদি অসুবিধা হয় বা আপনি ইংরেজী বলতে না পারেন, সেক্ষেত্রে আপনার প্রয়োজনগুলি লোকেদের বোঝানোর জন্য আগে থেকে লেখা নোটগুলি কাজে আসতে পারে। আপনি আপনার পরিচর্যার সাথে সংশ্লিষ্ট সবার সহায়তার জন্য আপনার পছন্দের ভাষা ও ইংরেজী উভয় ভাষাতে এই নোটগুলি রাখতে পারেন।

আপনাকে এই ব্যাপারে সহায়তার জন্য একজন আত্মীয়, বন্ধু বা একজন অনুবাদকারীকে বলতে হতে পারে।

এই ধরণের নোটগুলি এই সময়গুলিতে কাজে আসতে পারে:

- অ্যাপয়েন্টমেন্টগুলিতে যোগ দেওয়া
- কোথাও যাওয়া-আসার সময় বা আপনার স্বাভাবিক রুটিন মেনে চলার সময়
- সামাজিক অনুষ্ঠানগুলিতে।

নীচের দুটি লেখা কাজে আসতে পারে:

আমার পক্ষে কথা বলা কঠিন কারণ আমার মোটর নিউরোন ডিজিজ/কেনেডি'জ ডিজিজ রয়েছে। আমি এছাড়াও এই ভাষাতে কথা বলি (এখানে আপনার পছন্দের ভাষার নামটি লিখুন)

আপনি যদি আমার ভাষাতে কথা না বলেন এবং আপনার আমার সাথে কথা বলার প্রয়োজন হয়, আমার পরিচর্যাকারী/আত্মীয়/ডাক্তার সহায়তা করতে পারেন। অনুগ্রহ করে, যোগাযোগ করুন:. (এখানে যোগাযোগের বিবরণ লিখুন)

এখানে ইংরেজীতে দুটি এইদুটি লেখার একটি সংস্করণ দেওয়া হল, যাতে ইংরেজী পাঠকদের আপনার প্রয়োজনগুলি বুঝতে সহায়তা হয়। একটি MND-র জন্য ও একটি কেনেডি'জ ডিজিজ-এর জন্য, প্রযোজ্যতা অনুযায়ী। শুধু খালি জায়গাতে আপনার ভাষা ও যোগাযোগের বিবরণ লিখুন। এই কাগজটি ব্যবহার করুন বা একটি নোটপ্যাডে কপিকরে নিন:

মোটর নিউরোন ডিজিজ-এর জন্য:

I find it difficult to communicate because I have motor neurone disease. I also speak Bengali.

If you cannot speak my language and need to communicate with me, my carer/relative/doctor can help. Please contact:

বেছে নেওয়া যোগাযোগের বিবরণটি এখানে প্রবেশ করান:

কেনেডি'জ ডিজিজ-এর জন্য:

I find it difficult to communicate because I have Kennedy's disease. I also speak Bengali.

If you cannot speak my language and need to communicate with me, my carer/relative/doctor can help. Please contact:

বেছে নেওয়া যোগাযোগের বিবরণটি এখানে লিখুন:

ইজি রীড বা সহজ পাঠ

আমাদের *মোটর নিউরোন ডিজিজ সংক্রান্ত একটি সহজ পাঠ নির্দেশনা* – প্রকাশনাটি আপনার কাজে আসতে পারে, যদি আপনি

- ইংরেজীতে সহজ লেখা পড়তে চান
- বড় হরফের মুদ্রন ও ছোট ছোট বাক্য চান
- শেখার সমস্যা থাকে বা পরিচিত কারো তা থাকে।

ইজি রীড গাইড বা সহজ পাঠ নির্দেশনাগুলি ডাউনলোড করতে **www.mndassociation.org/careinfo**–এ *গাইড়স* নির্বাচন করুন বা আমাদের MND কানেক্ট হেল্পলাইন থেকে তা প্রিন্ট করার অর্ডার করুন (যোগাযোগের বিবরণের জন্য তথ্যপত্রের শেষে দেখুন)।

4: MND অ্যাসোসিয়েশন ভবিষ্যতে কিভাবে আমাকে সহায়তা করতে পারে?

আমরা একটি দাতব্য সংস্থা যারা ইংল্যান্ড, ওয়েল্স ও নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড জুড়ে MND আক্রান্ত বা এর দ্বারা প্রভাবিত প্রত্যেকের জীবনের মানোন্নয়নে নিয়োজিত আছি। আমরা এছাড়াও কেনেডি'জ ডিজিজে আক্রান্ত বা এর দ্বারা প্রভাবিত ব্যক্তিদেরও সহায়তা করে থাকি, যাদের ক্ষেত্রে একই রকমের উপসর্গগুলি থাকে।

আমরা বুঝি যে, লোকেদের বিভিন্ন ধরণের পছন্দ, পরিস্থিতি ও বিশ্বাস থাকে, যা আপনার পরিচর্যা ও সহায়তা কিভাবে দেওয়া হবে আপনি চাইছেন তাকে প্রভাবিত করে। আপনার যদি নির্দিষ্ট কোন সাহায্যের প্রয়োজন থাকে, আমাদের পরিষেবা দলগুলি (সার্ভিস টিম)কে তা জানান। আমরা হয়তো আপনার ভাষাতে কথা নাও বলতে পারি, সেক্ষেত্রে আপনার কাউকে প্রয়োজন হবে যিনি আপনার হয়ে আমাদের সাথে যোগাযোগ করবেন।

আমাদের MND কানেক্ট হেল্পলাইন (যোগাযোগের বিবরণের জন্য তথ্যপত্রের শেষের অংশটি দেখুন), লভ্যতা অনুযায়ী, আপনার সাথে আমাদের পরিষেবাগুলির পরিচয় করিয়ে দিতে পারবে, যেগুলির মধ্যে আছে:

- স্বেচ্ছাসেবী অ্যাসোসিয়েশন থেকে আগত ব্যক্তিরা, যারা লভ্যতা অনুযায়ী, টেলিফোনে, ই-মেইলে বা বাড়িতে এসে তথ্যাবলী ও সহায়তা প্রদান করতে পারেন।
- স্থানীয় শাখা ও গ্রুপগুলি, যেখানে আপনি MND-র দ্বারা প্রভাবিত অন্যান্য ব্যক্তিদের সাথে সাক্ষাৎ করতে পারেন।
- আঞ্চলিক পরিচর্যা বিকাশ পরামর্শদাতারা, যারা স্থানীয় স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরচির্যা পরিষেবাগুলিকে (লোকাল হেলথ অ্যান্ড সোশ্যাল কেয়ার সার্ভিস) প্রভাবিত করতে সহায়তা করেন
- আমাদের সহায়তা পরিষেবা টীম, যারা ধারে আপনাকে নির্দিষ্ট কিছু সরঞ্জাম বা একটি সহায়তামূলক অনুদান প্রদান করতে পারে, যেখানে স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা পরিষেবাগুলি তা সরবরাহ করতে পারছে না (অধিকাংশ ক্ষেত্রে, আপনার প্রয়োজনগুলির মূল্যায়নের পর, অবশ্যই একজন স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা পেশাদারের পক্ষ থেকে এই অনুরোধগুলি আসতে হবে)
- আংশিক-অর্থসহায়তাকৃত MND কেয়ার সেন্টার ও নেটওয়ার্কগুলি, যারা বিশেষজ্ঞ সহায়তা ও সমন্বিত পরিচর্যা প্রদান করে থাকে (এছাড়াও আঞ্চলিক নিউরোলজিক্যাল পরিষেবাগুলির মাধ্যমে প্রদান করা হয়)
- আমাদের ওয়েবসাইট ও তথ্যমূলক বিষয়বস্তু:**www.mndassociation.org**
- আমাদের অনলাইন ফোরাম: **http://forum.mndassociation.org** যা MND দ্বারা প্রভাবিত অন্যান্য ব্যক্তিদের অভিজ্ঞতা ও সহায়তা ভাগ করে নেওয়ার একটি নিরাপদ স্থান প্রদান করে (এটি ইংরেজীতে করা হয়, তাই আপনার কাউকে প্রয়োজন হতে পারে যিনি ফোরামের পোস্টগুলি পড়তে বা সেখানে লিখতে সহায়তা করতে পারেন)
- মেম্বারশিপ বা সদস্যতা, যা MND বা কেনেডি'জ ডিজিজ-এ আক্রান্ত ব্যক্তিদের বা তাদের স্বামী/স্ত্রী, জীবনসঙ্গী বা পরিচর্যা প্রদানকারীদের বিনামূল্যে দেওয়া হয় (এর মধ্যে অর্ন্তভুক্ত রয়েছে আমাদের বার্ষিক সাধারণ সভায় ভোটাধিকার)।

5: আমি কিভাবে আরো জানতে পারি?

কার্যকরী সংস্থাগুলি

আমরা যে নীচের সংস্থাগুলিকে অত্যাবশ্যকরূপে সমর্থন করি তা নয়, তবে আমরা সেগুলিকে অর্ন্তভুক্ত করেছি, যাতে আপনি আরো তথ্য পাওয়ার জন্য আপনার সন্ধান শুরু করতে পারেন। তারা যদি আপনার ভাষায় কথা না বলেন, আপনাকে কাউকে বলতে হতে পারে, যিনি আপনার হয়ে তাদের সাথে যোগাযোগ করবেন।

প্রিন্টের সময় পর্যন্ত এই যোগাযোগের বিবরণগুলি সঠিক রয়েছে, তবে পরবর্তী সংস্করণগুলির ভেতরে সেগুলি পরিবর্তিত হতে পারে। আপনার যদি সংস্থা খোঁজার ক্ষেত্রে সহায়তার প্রয়োজন হয়, আমাদের MND কানেক্ট হেল্পলাইন-এর সাথে যোগাযোগ করুন। (বিবরণের জন্য এই তথ্যপত্রের শেষ অংশটি দেখুন)।

অ্যাডভাইসনাও (Advicenow)

অধিকার ও আইনী বিষয়গুলির উপর অনলাইন তথ্যাবলী।

ওয়েবসাইট: **www.advicenow.org.uk**

সিটিজেন্স অ্যাডভাইস (Citizens Advice)

আইনী, অর্থ সংক্রান্ত ও অন্যান্য সমস্যাগুলি সমাধানে সহায়তার জন্য বিনামূল্যে, গোপনীয় পরামর্শ। ওয়েবসাইটে স্থানীয় শাখাগুলি সন্ধান করুন।

টেলিফোন: 03444 111 444 (ইংল্যান্ড, বা আপনার স্থানীয় সিটিজেন্স অ্যাডভাইস ব্যুরোর সাথে যোগাযোগ করুন)
0344 477 2020 (ওয়েল্স)
ওয়েবসাইট: **www.citizensadvice.org.uk (England)**
www.citizensadvice.org.uk/wales (Wales)
www.citizensadvice.org.uk/nireland (Northern Ireland)

ডিজ্যাবিলিটি অ্যাকশন (Disability Action)

নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডের একটি দাতব্য সংস্থা, যারা প্রতিবন্ধী ব্যক্তিদের অধিকারগুলি নিয়ে কাজ করে।

টেলিফোন: 028 9029 7880
ই-মেইল: hq@disabilityaction.org
ওয়েবসাইট: **www.disabilityaction.org**

ডিজ্যাবিলিটি ল সার্ভিস (Disability Law Service)

প্রতিবন্ধী আইন সংক্রান্ত সহায়তা।

টেলিফোন: 020 7791 9800
ই-মেইল: advice@dls.org.uk
ওয়েবসাইট: **www.dls.org.uk**

GOV.UK

ইংল্যান্ড ও ওয়েল্সে বেনেফিটগুলি ও সহায়তা সংক্রান্ত অনলাইন সরকারী তথ্যাবলী।

ওয়েবসাইট: **www.gov.uk**

NHS চয়েসেস (NHS Choices)

স্বাস্থ্য, পরামর্শ ও সহায়তা, দিনের 24 ঘন্টা, বছরের 365 দিন।

টেলিফোন: ইংল্যান্ড ও ওয়েল্সের কিছু অংশে জরুরী, কিন্তু তত-জরুরী-নয় মেডিক্যাল পরামর্শের জন্য 111
ওয়েবসাইট: **www.nhs.uk**

NHS ডিরেক্ট ওয়েল্স (NHS Direct Wales)

NHS 111-এর মতই, তবে ওয়েল্সের জন্য/

টেলিফোন: 0845 4647, বা 111 যদি আপনার এলাকায় পাওয়া যায়।

ওয়েবসাইট: **www.nhsdirect.wales.nhs.uk**

হেল্থ অ্যান্ড সোশ্যাল কেয়ার নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড (Health and Social Care Northern Ireland)

(NHS নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড)

নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডে স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা পরিষেবাগুলি সংক্রান্ত অনলাইন তথ্যাবলী।

ই-মেইল: ওয়েবসাইটের যোগাযোগ পেজের মাধ্যমে

ওয়েবসাইট: **www.hscni.net**

NI ডিরেক্ট (NI Direct)

নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডে স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা (সোশ্যাল কেয়ার) সংক্রান্ত সরকারী তথ্যাবলী
ই-মেইল: ওয়েবসাইটের যোগাযোগ পেজের মাধ্যমে
ওয়েবসাইট: **www.nidirect.gov.uk**

অনুবাদ পরিষেবাগুলি

অনুবাদ পরিষেবাগুলি খরচ সাপেক্ষ হতে পারে। আপনি যদি অনুবাদ কেনার বিষয়ে বিবেচনা করেন, আপনার ডাক্তারের সার্জারী, স্থানীয় কর্তৃপক্ষ বা নর্দার্ন আয়ারল্যান্ডের জন্য আপনার স্বাস্থ্য ও সামাজিক পরিচর্যা (হেলথ অ্যান্ড সোশ্যাল কেয়ার) ট্রাস্টকে তা বলুন। তারা কাজ করেছে এমন পছন্দসই সরবরাহকারী থাকতে পারে।

রেফারেন্সগুলি

এই তথ্যাবলীকে সহায়তার জন্য ব্যবহৃত রেফারেন্সগুলি অনুরোধক্রমে পেতে পারেন এখান থেকে:
ই-মেইল: infofeedback@mndassociation.org

বা চিঠি লিখুন এই ঠিকানায়:
Information feedback, MND Association, PO Box 246, Northampton NN1 2PR

কৃতজ্ঞতা স্বীকার

এই তথ্যাবলীর ক্ষেত্রে মূল্যবান নির্দেশনা প্রদানের জন্য নীচের ব্যক্তিদের আন্তরিক ধন্যবাদ জানাচ্ছি:

রুথ গ্লিউ, নেটওয়ার্ক লীড কো-অর্ডিনেটর ফর MND, মরিসন হসপিটাল, সোয়ানসী, ওয়েল্স

লেসলি জনসন, অ্যাডভাইস অ্যান্ড ইনফরমেশন অফিসার, কেয়ারার্স নর্দার্ন আয়ারল্যান্ড

আরো তথ্যাবলী

আমরা বিভিন্ন বিষয়ে তথ্যপত্র ও প্রকাশনাগুলি প্রদান করে থাকি।

আপনি আমাদের এই ওয়েবসাইট থেকে আমাদের অধিকাংশ প্রকাশনাগুলি ডাউনলোড করতে পারেন: **www.mndassociation.org/publications** বা MND কানেক্ট হেল্পলাইনে প্রিন্ট করার অর্ডার প্রদান করতে পারেন। হেল্পলাইন টীম আমাদের তথ্য সংক্রান্ত প্রশ্নের উত্তর দিতে, আপনার ভাষাগত প্রয়োজনগুলি নিয়ে আলোচনা করতে এবং আপনাকে আমাদের পরিষেবাগুলি ও অন্যান্য সহায়তাগুলিতে নির্দেশিত করতে পারে। তারা যদি আপনার ভাষাতে কথা না বলেন, আপনি কাউকে আপনার হয়ে তাদের সাথে যোগাযোগ করতে বলতে পারেন:

MND কানেক্ট
টেলিফোন: 0808 802 6262
ই-মেইল: mndconnect@mndassociation.org
MND Association, PO Box 246, Northampton NN1 2PR

MND অ্যাসোসিয়েশন ওয়েবসাইট ও অনলাইন ফোরাম
ওয়েবসাইট: **www.mndassociation.org**
অনলাইন ফোরাম: **http://forum.mndassociation.org** বা ওয়েবসাইটের মাধ্যমে

শেষ সংশোধন: 11/18
পরবর্তী সংশোধন: 11/21
সংস্করণ: 1

রেজিস্টার্ড চ্যারিটি নং. 294354
কোম্পানী লিমিটেড, এই গ্যারান্টি নং.-এর মাধ্যমে 2007023
© MND অ্যাসোসিয়েশন 2015