

# করোনা ভাইরাস

## প্রতিরোধ ও প্রতিকার নির্দেশিকা



শাহজালাল ইসলামী ব্যাংক

লি মি টি ড

আন্তরিক সেবায় প্রতিশ্রুতিবদ্ধ

করোনা ভাইরাস, যা কোভিড-১৯ নামেও পরিচিত, বর্তমানে বিশ্বের সর্বাধিক আলোচিত বিষয়। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) কোভিড-১৯ এর বিশ্বব্যাপী ব্যাপক প্রাদুর্ভাবের কারণে সর্বপ্রথম এই রোগে আক্রান্ত ব্যক্তি সনাক্ত হওয়ার মাত্র ৪ মাসের মাথায় এটিকে একটি বৈশ্বিক মহামারী হিসেবে স্বীকৃতি প্রদান করে। জন হপকিন্স ইউনিভার্সিটির হালনাগাদ তথ্যানুসারে, বিশ্বের ২১৬টি দেশের ২.৫ কোটির অধিক ব্যক্তি ইতোমধ্যে এই ভাইরাসে আক্রান্ত হয়েছেন। বৈশ্বিক এই মহামারীর সুত্রপাত হয়েছে চীনের হুপেই প্রদেশের উহান নগরী থেকে। উহান মিউনিসিপ্যাল হেলথ কমিশন ২০১৯ সালের ৩১ ডিসেম্বর সর্বপ্রথম এই ভাইরাসের মানবদেহে প্রবেশের তথ্য প্রকাশ করে। এই ভাইরাসের বৈশ্বিক প্রাদুর্ভাবের প্রাথমিক পর্যায়ে এর সংক্রমণ রোধকল্পে বাংলাদেশ সরকার, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, WHO ও কেন্দ্রীয় ব্যাংকের নির্দেশনা মোতাবেক শাহজালাল ইসলামী ব্যাংক প্রয়োজনীয় প্রস্তুতি গ্রহণ করতে থাকে। প্রস্তুতির অংশ হিসেবে প্রথম গত ৪ মার্চ, ২০২০ এ ব্যাংকের নিবহি, কর্মকর্তা, কর্মচারী ও গ্রাহকবৃন্দের মাঝে সচেতনতা বৃদ্ধি ও প্রতিরোধমূলক ব্যবস্থা গ্রহণের জন্য ইন্সট্রাকশন সার্কুলার জারী করা হয়। এরই ধারাবাহিকতায় পরবর্তীতে আরও ইন্সট্রাকশন সার্কুলার জারী করা হয়। শাহজালাল ইসলামী ব্যাংক লিমিটেড কর্মকর্তা-কর্মচারীদের করোনা ভাইরাস হতে সুরক্ষার জন্য শাখাসমূহে ও প্রধান কার্যালয়ে পর্যাপ্ত থার্মাল স্ক্র্যানার, PPE, ফেস মাস্ক, ফেস শীল্ডসহ হ্যান্ড স্যানিটাইজারের ব্যবস্থা করেছে। এই ভাইরাসের Community Transmission প্রতিরোধকল্পে যাবতীয় কার্যক্রমের সার্বক্ষণিক তদারকীর জন্য কেন্দ্রীয় ব্যাংকের নির্দেশনা মোতাবেক জনাব এম. আখতার হোসেন, ডিএমডি-এর নেতৃত্বে সাত সদস্য বিশিষ্ট কুইক রেসপন্স টিম (QRT) গঠন করা হয়।



যেহেতু আজ অবধি করোনা ভাইরাসের কোন ভ্যাকসিন আবিষ্কৃত হয়নি, সেহেতু এ রোগের প্রতিরোধে সবচেয়ে বেশি প্রয়োজন সকলের সচেতনতা ও স্বাস্থ্যবিধি অনুসরণ করা। এ লক্ষ্যে QRT, ব্যাংকের কর্মকর্তা, কর্মচারী ও সন্মানিত গ্রাহকবৃন্দের জন্য করোনা ভাইরাস এর প্রতিকার এবং প্রয়োজনীয় স্বাস্থ্যবিধি প্রতিপালন সংক্রান্ত সহজবোধ্য ভাষায় লিখিত ও সচিত্র এই পুস্তিকা (Handbook) প্রণয়নের উদ্যোগ গ্রহণ করেছে। এই পুস্তিকা প্রণয়নকালে বিভিন্ন সময়ে বাংলাদেশ সরকার, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর, WHO ও বাংলাদেশ ব্যাংক কর্তৃক প্রকাশিত গাইডলাইনস-এর সহায়তা নেওয়া হয়েছে। এই পুস্তিকা প্রণয়নে যারা তথ্য-উপাত্ত ও পরামর্শ দিয়ে নানাভাবে সহায়তা করেছেন, তাদের প্রতি রইল আমাদের অশেষ কৃতজ্ঞতা। এই পুস্তিকায় অনিমিত্তকৃত ডুল থেকে থাকলে পাঠকগণ আশা করি ক্ষমাসুন্দর দৃষ্টিতে দেখবেন। এই সম্পর্কে আমরা সকলের মতামত ও পরামর্শকে স্বাগত জানাচ্ছি।

আমি আশা করছি যে, আমার সহকর্মীবৃন্দ ও গ্রাহকবৃন্দ এই পুস্তিকায় উল্লিখিত নির্দেশনাসমূহ যথাযথ প্রতিপালনের মাধ্যমে করোনা বিষয়ক Infodemic এর মধ্যে নিজেকে, পরিবারকে, সহকর্মীদেরকে তথা ব্যাংক, সমাজ ও দেশকে করোনা ভাইরাসের ভয়াল থাবা হতে সুরক্ষিত রাখতে সক্ষম হবেন।

মহান আল্লাহ আমাদের সবাইকে করোনা ভাইরাসের সংক্রমণ থেকে সুরক্ষিত রাখুন। আমিন।

এম. শহীদুল ইসলাম

ব্যবস্থাপনা পরিচালক ও সিইও

## সূচীপত্র

১. ভূমিকা	১-২
২. কোভিড-১৯ কী, এর লক্ষণসমূহ ও প্রাসঙ্গিক জিজ্ঞাসা	২-৩
৩. কোভিড-১৯ প্রতিরোধের পর্যায়সমূহ	৩-১৩
৩.১. ব্যক্তিগত সুরক্ষা সামগ্রী ব্যবহারের ধাপসমূহ	৩-৫
৩.২. ব্যক্তিগতভাবে করণীয়	৫-৯
৩.২.১. বাসস্থলে করণীয়	৫-৮
৩.২.২. কর্মস্থলে করণীয়	৮-৯
৩.৩. প্রাতিষ্ঠানিকভাবে করণীয়	৯-১৩
৩.৩.১. সাধারণভাবে করণীয়	৯-১০
৩.৩.২. প্রধান কার্যালয়ে করণীয়	১০-১১
৩.৩.৩. শাখা পর্যায়ে করণীয়	১২
৩.৩.৪. এটিএমবুথ সংশ্লিষ্ট বিষয়ে করণীয়	১২-১৩
৪. উপসংহার	১৩

## ১. ভূমিকা

বিশ্বজুড়ে এখন সবচেয়ে বড় আতংকের নাম করোনা ভাইরাস যা কোভিড-১৯ নামেও পরিচিত। জন হপকিন্স ইউনিভার্সিটির সর্বশেষ তথ্যানুযায়ী, বিশ্বের ২৯৬টিরও বেশি দেশে ২.৫ কোটির অধিক ব্যক্তি করোনা ভাইরাসে আক্রান্ত হয়েছেন। এই রোগে আক্রান্ত হয়ে প্রায় ৮ লক্ষ মানুষ ইতোমধ্যেই মৃত্যু বরণ করেছেন। মৃত্যুর সারি দিনকে দিন দীর্ঘ থেকে দীর্ঘতর হচ্ছে। ফলশ্রুতিতে এই শতাব্দীতে ঘটে যাওয়া ঘটনাবলির মধ্যে এটাই সর্বাধিক প্রভাব বিস্তারকরী ঘটনা যা সমগ্র মানবজাতির জীবন ও জীবিকাকে এক কঠিন বাস্তবতার সম্মুখীন করেছে। এই বৈশ্বিক মহামারীর কারণে সারা বিশ্বের আর্থ-সামাজিক কর্মকাণ্ড ব্যাপক হারে ব্যাহত হচ্ছে। জীবন-জীবিকা অচল হওয়ায় দেশে দেশে অর্থনৈতিক মন্দা দেখা দিয়েছে, যার ব্যাপকতা ১৯৩০ সালের মহামন্দাকেও ছাড়িয়ে যেতে পারে বলে আশংকা করা হচ্ছে।

এই অতি-সংক্রামক ভাইরাসটির বিস্তার প্রতিরোধের প্রচেষ্টাস্বরূপ সামাজিক দূরত্ব (সোশ্যাল ডিসটেনসিং), সঙ্গনিরোধ (কোয়ারেন্টাইন), অন্তরণ (আইসোলেশন), সাস্ক-আইন (কারফিউ), অবরুদ্ধকরণ (লকডাউন), ভ্রমণের উপর নিষেধাজ্ঞা, আন্তর্জাতিক সীমান্ত বন্ধ, আন্তর্জাতিক পর্যায়ের খেলাধুলাসহ অন্যান্য অনুষ্ঠান পিছিয়ে দেয়া বা বাতিল করা, শিক্ষা প্রতিষ্ঠানসহ বিভিন্ন প্রতিষ্ঠান বন্ধ রাখার মতো ঘটনা ঘটেছে। বিশ্বজুড়ে এইরূপ সম্মিলিত ও সর্বব্যাপী নিষেধাজ্ঞা জারির দৃষ্টান্ত নিতান্তই বিরল।

এই মহামারীর পূর্বে ১৯৯৮ সালে স্প্যানিশ ফ্লু-তে বিশ্বব্যাপী অর্ধ-বিলিয়নের মতো ব্যক্তি আক্রান্ত হয়েছিল এবং মৃত ব্যক্তির সংখ্যা ছিল মতান্তরে ২০ হতে ১০০ মিলিয়নের মতো। গুরুতর তীব্র শ্বাসযন্ত্রীয় রোগ সৃষ্টিকারী করোনা ভাইরাস (SARS COV-2) রোগটির প্রাদুর্ভাব সর্বপ্রথম ২০১৯ সালে ডিসেম্বর মাসে চীনের হুপেই প্রদেশের উহান নগরীতে সনাক্ত হয়। ২০২০ সালের ১১ই মার্চ তারিখে বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থা (WHO) রোগটিকে একটি বৈশ্বিক মহামারী হিসেবে স্বীকৃতি দেয়।

করোনা ভাইরাসের কার্যকরী কোন টিকা আজ অবধি জনসাধারণের ব্যবহারের জন্য উন্মুক্ত করা যায়নি। বিশ্ব স্বাস্থ্য সংস্থার তথ্য মতে, সারা বিশ্বে এখন ১৬৫টি প্রতিষ্ঠান করোনার টিকা উদ্ভাবনে কাজ করছে। এর মধ্যে ৬টি টিকার ক্লিনিকাল ট্রায়াল তৃতীয় বা শেষ ধাপে রয়েছে। সব মিলিয়ে পরিস্থিতি এমন যে, খুব শীঘ্রই তথা দুই-এক মাসের মধ্যে এক বা একাধিক করোনা-টিকা বাজারে আসার সম্ভাবনা দেখা যাচ্ছে। তবে প্রাথমিক পর্যায়ে এই সকল টিকা সর্বশ্রেণীর জনসাধারণের কাছে সহজলভ্য ও সশ্রয়ী হবে কিনা, তা এখন পর্যন্ত নিশ্চিত করে বলা যাচ্ছে না।

এই উদ্বেগজনক পরিস্থিতিতে বেশির ভাগ দেশই মাস্ক ব্যবহার, সামাজিক দূরত্ব ও স্বাস্থ্য সুরক্ষা মেনে করোনা প্রতিরোধে উল্লেখযোগ্যভাবে সফল হয়েছে। বিশেষ করে ফ্রান্স, বেলজিয়াম, নেদারল্যান্ডস, রোমানিয়াসহ বেশ কয়েকটি দেশ মাস্ক ব্যবহারে কঠোর আইন করেছে। আমাদের দেশেও বাইরে অবস্থানরত ব্যক্তিকে মাস্ক পরিধান ও অন্যান্য স্বাস্থ্য বিধি অমান্য করলে সংক্রামন আইন-২০১৮ অনুযায়ী সর্বোচ্চ ৬ মাসের কারাদণ্ড বা ১ লাখ টাকা জরিমানার বিধান রাখা হয়েছে।

বিভিন্ন দেশের এই ক্ষেত্রে অর্জিত সাফল্যের অভিজ্ঞতা হতে এটাই প্রতীয়মান হয় যে, এই সংক্রামক ভাইরাস হতে বর্তমানে বাঁচার একমাত্র উপায় হচ্ছে আক্রান্ত ব্যক্তির সংস্পর্শ এড়িয়ে চলা, স্বাস্থ্যবিধি মেনে চলাসহ অতীব গুরুত্বপূর্ণ একাধিক বিষয়ের অত্যাবশ্যকীয় প্রতিপালন। এই পরিস্থিতিতে সকলের অবগতির জন্য করোনা ভাইরাস সম্পর্কে গুরুত্বপূর্ণ তথ্য, এর প্রাদুর্ভাব

এবং কমিউনিটি ট্রান্সমিশন প্রতিরোধ কল্পে নিশ্চিত অনুচ্ছেদসমূহে সম্যক আলোচনা করা হয়েছে। আশা করা যায়, প্রাজ্ঞল ভাষায় লিখিত ও Technical Terms বিবর্জিত সচিত্র এই পুস্তিকা (Handbook) আপনার এবং আপনার পরিবারের সকলকে চলমান এই মহামারীতে সচেতন হতে ও সুরক্ষিত রাখতে সহায়তা করবে।

## ২. কোভিড-১৯ কী, এর লক্ষণ সমূহ ও প্রাসঙ্গিক জিজ্ঞাসা

### ২.১. SARS COV-2 ও করোনা ভাইরাস/কোভিড-১৯ কী?

SARS-COV-2 = Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2

COVID-19 = Corona Virus Disease-2019

করোনা ভাইরাস অনেকগুলি ভাইরাসের একটি বড় পরিবার যা মানুষের বা জীব-জন্তুর অসুখের কারণ হতে পারে। বেশ কয়েকটি করোনা ভাইরাস মিলে মানুষের মধ্যে সাধারণ ঠাণ্ডা লাগা থেকে শুরু করে মিদল ইফ্ট রেসপিরেটরি সিণ্ড্রোম (এমইআরএস) এবং সিডিয়ার একিউট রেসপিরেটরি সিণ্ড্রোম (এসএআরএস) এর মতো মারাত্মক রোগ সৃষ্টি করতে পারে বলে জানা যায়।

কোভিড-১৯ হলো নতুন খুঁজে পাওয়া করোনা ভাইরাস গোত্র থেকে ছড়ানো একটি সংক্রামক রোগ। এই নতুন অতি-সংক্রামক ভাইরাসটি ২০১৯ সালের ডিসেম্বরে চীনের উহান শহরে মহামারি আকারে ছড়িয়ে পড়ার পূর্বে বিশ্বের কাছে অজানা ছিল।

### ২.২. কোভিড-১৯ এর লক্ষণসমূহ কী কী?

- ভাইরাস শরীরে ঢোকানোর পর সংক্রমণের লক্ষণ দেখা দিতে সাধারণত ২-১৪ দিন লাগে।
- বেশিরভাগ ক্ষেত্রে প্রথম লক্ষণ জ্বর (১০০ ডিগ্রি ফারেনহাইট বা ৩৮ ডিগ্রি সেলসিয়াসের বেশি)।
- শারীরিক দুর্বলতা দেখা দিতে পারে।
- এছাড়া শুকনো কাশি/গলা ব্যথা হতে পারে।
- নাকে গন্ধ না পাওয়া/স্বাদ না পাওয়া/সর্দি হতে পারে।
- বুকে ব্যথা/শ্বাসকষ্ট/নিউমোনিয়া দেখা দিতে পারে।
- পাতলা পায়খানা/ডায়রিয়া হতে পারে।
- বয়স্ক ব্যক্তি এবং যাদের উচ্চ রক্ত চাপ, হার্টের সমস্যা বা ডায়াবেটিসের মতো অসুস্থতা রয়েছে, তাদের জন্য ঝুঁকির মাত্রাটা বেশি এবং তাদের মারাত্মক অসুস্থ বা অরগান ফেইলিওর হওয়ার সম্ভাবনা বেশি থাকে।
- আক্রান্ত অনেকের মধ্যে এই রোগের কোনও লক্ষণ দেখা যায় না এবং তারা অসুস্থও বোধ করেন না।
- এই লক্ষণগুলি শুরুতে কম থাকে এবং ধীরে ধীরে বাড়তে থাকে। বেশির ভাগ লোক (প্রায় ৮০%) বিশেষ চিকিৎসার প্রয়োজন ছাড়াই সুস্থ হয়ে উঠেন। বৈশ্বিক পরিসংখ্যানে দেখা যায়, কোভিড-১৯ হওয়া প্রত্যেক ৬ জনের মধ্যে ১ জন ভীষণভাবে অসুস্থ হয়ে পড়েন, তার শ্বাস নিতে অসুবিধা হয় এবং রেসপিরেটরি ভেন্টিলেটরের আবশ্যিকতা দেখা দেয়। তাই এসব মানুষের দ্রুত ডাক্তারের পরামর্শ নেয়া উচিত। প্রয়োজনে সরকারি হেল্প লাইন ৩৩৩, ১৬২৬৩, ১০৬৫৫ নম্বরে ফোন করে চিকিৎসা ও পরামর্শ নেয়া যেতে পারে।

### ২.৩. কোভিড-১৯ কিভাবে ছড়ায়?

#### কোভিড-১৯ সাধারণত যেভাবে ছড়ায়:

- কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত রোগী থেকে এই রোগ অন্য মানুষে ছড়ায়।
- কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত মানুষের নাক ও মুখ থেকে বেরিয়ে আসা হাঁচি কাশির মাধ্যমে ছড়িয়ে পড়া ড্রপলেট (কাশি বা নিঃশ্বাস থেকে নিসৃত পানির ফোঁটা) দ্বারা এই রোগ ছড়ায়।
- এই ড্রপলেট বা পানির ফোঁটাগুলি মানুষের চারপাশের জিনিস ও জায়গার উপর লেগে

থাকে। কেউ যদি এই জিনিস বা জায়গাগুলি স্পর্শ করে এবং তার পরে নিজের চোখ, নাক বা মুখে হাত দেয়, তবে এই রোগে আক্রান্ত হবার ঝুঁকি বেড়ে যাবে।

- কোভিড-১৯ আক্রান্ত লোকের হাঁচি কাশি বা নিঃস্বাস থেকে বের হওয়া ড্রপলেট বা পানির ফোঁটা যদি অন্য কারো শরীরে ঢোকে, তাহলে কোভিড-১৯ ছড়াতে পারে। সেই জন্য অসুস্থ লোকের থেকে ৩ ফুট বা ১ মিটারের বেশি দূরে থাকা অত্যন্ত জরুরী।

## ২.৪. কোভিড-১৯ এর ভাইরাসটি কি বাতাসের মাধ্যমে ছড়াতে পারে?

এই পর্যন্ত হওয়া গবেষণা থেকে জানা যায়, কোভিড-১৯ এর ভাইরাসটি বাতাসের মাধ্যমে ছড়ায় না। আক্রান্ত লোকের হাঁচি, কাশি বা নিঃস্বাস থেকে বের হওয়া ড্রপলেট বা পানির ফোঁটা যদি নিঃস্বাসের মাধ্যমে অন্য কারো শরীরে ঢোকে তাহলে কোভিড-১৯ ছড়াতে পারে।

## ২.৫. কোভিড-১৯ কি এমন কোন ব্যক্তির থেকে ছড়াতে পারে যার কোন লক্ষণ নেই?

কোভিড-১৯ আক্রান্ত অনেক লোক অসুস্থ বোধ করে না। রোগ এর প্রথম দিকে এমন হতে পারে। তাই, যার কেবল অল্প কাশি আছে এবং খুব অসুস্থ বোধ করছেন না, এমন কারোর কাছ থেকেও কোভিড-১৯ এ আক্রান্ত হওয়া সম্ভব।

## ২.৬. ভাইরাসটি বিভিন্ন জিনিস বা জায়গার ওপরে কতক্ষণ থাকতে পারে?

গবেষণায় জানা গেছে যে, এই ভাইরাস স্টিল অথবা প্লাস্টিকের ওপর ৭২ ঘন্টা পর্যন্ত, পিতলের ওপর ৪ ঘন্টা পর্যন্ত এবং কার্ড বোর্ডের ওপর ২৪ ঘন্টা পর্যন্ত বেঁচে থাকতে পারে। করোনো ভাইরাসের বিভিন্ন জিনিসের ওপরে থাকার ব্যপারে সবচেয়ে গুরুত্বপূর্ণ তথ্য হচ্ছে যে, সাধারণ জীবাণুনাশক দিয়ে পরিষ্কার করলে এগুলোকে খুব সহজেই নষ্ট করা যায়। তাই মনে করে, বারে বারে অ্যালকোহলযুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার বা সাবান ও পানি দিয়ে অবশ্যই হাত ধোবেন। নিজের চোখ, মুখ এবং নাকে হাত দেবেন না।

## ২.৭. ওমুখ, ড্যাকসিন (টিকা) ও থেরাপিসহ কোভিড-১৯ এর কী কী ধরনের চিকিৎসা পাওয়া যায়? নিজে কে সুরক্ষিত রাখতে হলে মাঝ পরা কি বাধ্যতামূলক?

বর্তমান পরিস্থিতির বিবেচনায় বাসা থেকে বের হলে মাঝ পরা উচিত। আপনি ঘরে তৈরি মাঝ পরতে পারেন। যেমন স্কার্ফ দিয়ে নাক এবং মুখ ঢেকে রাখতে পারেন। এই মাঝগুলি প্রতিদিন সাবান এবং পানি দিয়ে ধুয়ে ফেলুন। স্বাস্থ্য অধিদপ্তর সার্জিকাল মাঝগুলির যৌক্তিকভাবে ব্যবহার করার পরামর্শ দেয় যাতে মাস্কের অপব্যবহার এড়ানো যায়। কোভিড-১৯ থেকে নিজে কে এবং অন্যদের সুরক্ষিত রাখার সব থেকে কার্যকর উপায় হলো বারে বারে হাত ধোয়া, কাশি দেয়ার সময় কনুই দিয়ে মুখ ঢাকা বা টিস্যু দিয়ে নাক ঢেকে রাখা এবং কাশি বা হাঁচি আছে এমন লোকদের থেকে কমপক্ষে ৩ ফুট (১ মিটার) দূরে থাকা। আপনি যদি কোভিড-১৯ এর লক্ষণগুলি (বিশেষত কাশি) নিয়ে অসুস্থ হয়ে পড়েন বা যার কোভিড-১৯ রয়েছে তার দেখাশোনা করেন, তাহলে আপনি সার্জিকাল মাঝ পরতে পারেন। মাঝ কীভাবে পড়বেন সে সম্পর্কে নিশ্চিত অনুচ্ছেদ প্রয়োজনীয় নির্দেশনা দেওয়া রয়েছে। আপনি নিজে অসুস্থ না হলে বা অসুস্থ কারো দেখাশোনা না করলে ঘরে থাকাবস্থায় মাঝ পরিধানের আবশ্যিকতা নেই।

## ৩. কোভিড-১৯ প্রতিরোধের পর্যায়সমূহ:

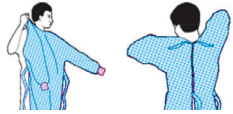
### ৩.১. ব্যক্তিগত সুরক্ষা সামগ্রী ব্যবহারের ধাপসমূহ:

যে অবস্থায় যে ধরনের সুরক্ষার প্রয়োজন, সেই অনুযায়ী বিভিন্ন সুরক্ষা সামগ্রীর ব্যবহার করতে হবে। নির্দিষ্ট ব্যক্তিগত সুরক্ষা সামগ্রী পরিধান এবং অপসারণের ধারাবাহিকতা তার ধরণ অনুযায়ী নির্দিষ্ট হবে।

### ৩.১.১.গাউন:

#### পরিধানের ধাপসমূহ:

- গলা থেকে পায়ের গোড়ালি, হাতের কব্জি পর্যন্ত সম্পূর্ণ সামনে থেকে পিছন পর্যন্ত ঢাকতে হবে।
- ঘাড় এবং কোমড়ের পিছনে বাঁধতে হবে।



#### অপসারণের ধাপসমূহ:



- সতর্কতার সাথে গাউনের ফিতাগুলো খুলে নিতে হবে।
- লক্ষ্য রাখতে হবে যেন খোলার সময় গাউনের হাতা মুখে বা শরীরের অনাবৃত অংশে না লাগে।
- গাউনের ভিতরের অংশ স্পর্শ করে গাউনটি খুলে ফেলতে হবে।
- গাউনের ভিতরের অংশ সামনে রেখে শরীর থেকে অপসারণ করতে হবে।

### ৩.১.২.ফেস মাস্ক:

#### পরিধানের ধাপসমূহ:

- মাস্ক ব্যবহারের আগে অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার বা সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিন।
- মাস্কটি ভালভাবে দেখে নিন যাতে ছেঁড়া বা ফাটা না থাকে।
- মাস্কের উপরের দিকটি ঠিক করে নিন (যেখানে ধাতুর স্ট্রিপটি রয়েছে)।
- মাস্কটি আপনার মুখের ওপর রাখুন। ধাতুর স্ট্রিপটি বা মাস্কের শক্ত দিক আঙ্গুল দিয়ে নাকের ওপর চেপে লাগান যাতে মুখমণ্ডল ও মাস্কের মাঝে কোন ফাঁকা না থাকে।
- প্রচলিত সার্জিকাল মাস্ক পরার সময় মাস্কের রঙিন দিকটি বাইরের দিকে থাকবে।
- মাস্ক পরিধান করার পর নিচের দিকে টানুন যাতে এটি আপনার মুখ এবং খুঁতনি ঢেকে রাখে।
- মাস্ক পড়ার সময় এর ইলাস্টিক লুপগুলি ব্যতীত অন্য কিছু স্পর্শ করবেন না।
- ব্যবহৃত মাস্কে হাত দেয়া যাবেনা, যদি হাত চলেই যায়, তাহলে অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার বা সাবান ও পানি দিয়ে হাত ঘসে ধুয়ে ফেলতে হবে।



#### অপসারণের ধাপসমূহ:

- মাস্ক খোলার সময় কানের পিছন থেকে ইলাস্টিক লুপগুলি সাবধানে খোলা শুরু করুন, যাতে কোন মতেই সামনের সম্ভাব্য দূষিত দিকগুলি ছোঁয়া না লাগে এবং নিজের মুখ ও জামা কাপড় থেকে দূরে থাকে।
- মাস্ক ব্যবহারের পরে অবিলম্বে একটি ঢাকনা যুক্ত ওয়েস্ট বিনে মাস্কটি ফেলে দিন।
- মাস্ক ব্যবহারের অযোগ্য হওয়ার সাথে সাথে পরিবর্তন করুন। একবার ব্যবহার্য মাস্ক পুনরায় ব্যবহার থেকে বিরত থাকুন।
- মাস্ক খোলার পর ভালভাবে সাবান এবং পানি বা হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে হাত পরিষ্কার করুন।



### ৩.১.৩. সুরক্ষা চশমা বা ফেস শীল্ড:

#### পরিধানের ধাপসমূহ:

- চোখের উপর রেখে মুখের সাথে সুবিধাজনক ভাবে মানিয়ে নিয়ে পরিধান করতে হবে।



#### অপসারণের ধাপসমূহ:

- সুরক্ষা চশমা বা ফেস শীল্ডের মাথার পিছনের থেকে ব্যাণ্ড ধরে খুলে ফেলতে হবে।
- যদি জিনিসটি একাধিকবার ব্যবহার উপযোগী হয়, তাহলে সেটা নির্ধারিত জায়গায় রাখতে হবে অন্যথায ওয়েস্ট বিনে ফেলে দিতে হবে।

### ৩.১.৪. সুরক্ষা গ্লাভস:

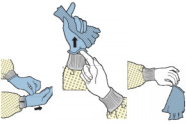
#### পরিধানের ধাপসমূহ:

- গ্লাভসটি হাতে পরে সুরক্ষা গাউনের কজি পর্যন্ত টেনে নিতে হবে।



#### অপসারণের ধাপসমূহ:

- গ্লাভস পরা এক হাত দিয়ে অন্য হাতের তালুর সাথে লেগে থাকা গ্লাভসের অংশকে টান দিয়ে সে হাতের গ্লাভসটি টেনে খুলে ফেলতে হবে।
- অপসারিত গ্লাভসটি গ্লাভস পরিহিত অপর হাতে নিন।
- এবার গ্লাভস ছাড়া হাতের একটি আঙ্গুল দিয়ে অপর হাতের গ্লাভসের কজি থেকে খুলে ফেলতে হবে যেন হাতে ধরে থাকা প্রথমে অপসারিত গ্লাভসসহ একবারে অপসারিত হয়।
- এবার গ্লাভস দুটি একসাথে ওয়েস্ট বিনে ফেলে দিতে হবে।



### ৩.১.৫. পরিশেষে করণীয়:

ব্যক্তিগত সুরক্ষা সামগ্রী অপসারণের সাথে সাথে অ্যালকোহল যুক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার বা সাবান এবং পানি দিয়ে হাত ধুয়ে নিতে হবে।



### ৩.২. ব্যক্তিগতভাবে করণীয়:

#### ৩.২.১. বাসস্থলে করণীয়:

করোনা ভাইরাস প্রতিরোধের একমাত্র উপায় হচ্ছে সচেতনতা বৃদ্ধি করা। আমাদের উচিত প্রতিদিনের কার্যক্রমের প্রতিটি স্তরে নিম্ন-বর্ণিত নির্দেশনাসমূহ যথাযথভাবে পরিপালন করা যাতে করে আমরা এই ভাইরাসটির সংক্রমন হতে নিজেকে ও নিজের পরিবারকে সুরক্ষিত রাখতে পারি।

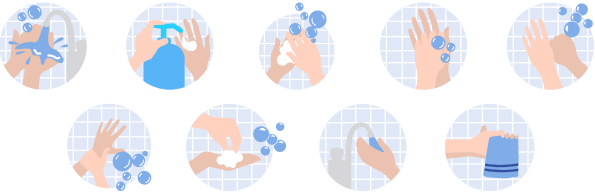
- হাঁচি বা কাশি দেয়ার সময় রুমাল অথবা টিস্যু পেপার ব্যবহার করুন। হাতের পাশে রুমাল বা টিস্যু পেপার না থাকলে কনুই দিয়ে নাক-মুখ ঢাকুন।
- প্রতি ২ ঘন্টা পর পর হ্যান্ডওয়াশ/সাবান ও পানি দিয়ে কমপক্ষে ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধোয়ার অভ্যাস করুন।
- বার বার মুখে, নাকে, চোখে, কানে হাত দেওয়ার অভ্যাস পরিহার করুন। ভুলবশত: হাত চলে গেলে হাত-মুখ ভালোভাবে ধুয়ে নিন। এছাড়াও নিম্নোক্ত পরিস্থিতিতে হাত ধুতে হবে:



- জীবাণু লুকিয়ে থাকতে পারে এমন কিছু স্পর্শ করার পর
- হাঁচি-কাশি দেওয়ার পর
- রোগীর শ্রদ্ধা করার পর
- খাবার খাওয়া ও খাবার প্রস্তুত করার আগে ও পরে
- যখনই হাতে ময়লা হয়।
- হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার ও হ্যাণ্ড রাব ব্যবহারের পর মুহূর্তেই আগ্রের সংস্পর্শ থেকে বিরত থাকুন। এই পদার্থ অনেক দাহ্য বিষয় এর বোতল আগ্রন ও অতিরিক্ত তাপমাত্রা থেকে দুরে রাখুন।
- ঠাণ্ডা বা ফু আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে মেশা থেকে বিরত থাকুন।
- দিনে কমপক্ষে ৩ লিটার পানি পান করুন। তন্মধ্যে কমপক্ষে ৩ বার হালকা গরম পানি পান করুন।
- প্রয়োজনে গ্রীন টি পান করা যেতে পারে।
- সম্ভব হলে গরম পানির সাথে লেবু, আদা-রস, কালোজিরা, মধু ইত্যাদি মিশ্রিত পানি পান করুন।
- সম্ভব হলে সকাল-বিকাল দু'বার গরম পানির বাষ্প থেকে নিঃশ্বাস গ্রহণ করুন।
- কুসুম গরম পানিতে লবণ মিশিয়ে গড়গড়া করুন।
- ভিটামিন-সি যুক্ত খাবার (লেবু, কমলা, মাশুটা, পেয়ারা, আমলকি ইত্যাদি) গ্রহণ করুন।
- চর্বি জাতীয় এবং প্রক্রিয়াজাত খাবার যথাসম্ভব পরিহার করুন।
- তামাকজাত ও অ্যালকোহল জাতীয় খাবার পরিহার করুন।
- ঘড়ি, বেল্ট, চুড়ি, আংটি, ব্রেসলেট ও অন্যান্য অলংকার যথাসম্ভব পরিহার করুন।
- বাসায় ফেরার পর মোবাইল, চশমা, ঘড়ি, বেল্ট, চুড়ি, আংটি ও ব্রেসলেট ভালো করে অ্যালকোহল যুক্ত স্যানিটাইজার দিয়ে জীবাণুমুক্ত করুন।
- পর্যাপ্ত বায়ু চলাচলের জন্য জানালা অন্তত ২০-৩০ মিনিটের জন্য দিনে ২-৩ বার খুলে দিয়ে বাড়ির অভ্যন্তরে বায়ু চলাচল অব্যাহত রাখুন।

### কোভিড ১৯ সংক্রমণ প্রতিরোধে হাত ধোয়ার সঠিক নিয়ম:

সাবান ও পানি দিয়ে অন্তত ২০ সেকেন্ড ধরে হাত ধুয়ে নিন। প্রয়োজনে অ্যালকোহল যুক্ত হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন। নিম্নোক্ত নির্দেশিকা যথাযথভাবে প্রতিপালন নিশ্চিত করুন :



- বাড়িতে থার্মোমিটার, মাস্ক, জীবাণুনাশক, অক্সিজেন সেচুরেশন মিটার ও প্রয়োজনীয় সামগ্রী সংরক্ষণ করুন।
- নিজেকে এবং নিজের পরিবারের সবাইকে এবং ব্যবহৃত সকল জিনিসকে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখুন। যারা নিয়মিত কর্মস্থলে যোগদান করছেন তারা অবশ্যই সকালে এবং রাতে বাড়িতে ফেরার পরপর গোসল করবেন। রাতে বাড়িতে ফেরার পর গোসল না করে

ঘরের কোন কিছু এবং ঘরের কোন মানুষকে স্পর্শ করবেন না। গোসলের সময় অবশ্যই সাবান ব্যবহার করবেন।

- ব্যবহৃত জামা-কাপড় একদিনের বেশী পড়বেন না এবং তা রাতেই ধুয়ে ফেলুন, বিশেষ করে আন্ডার গার্মেন্টস, মোজা, রুমাল ইত্যাদি ভাল করে সাবান দিয়ে ধুয়ে পরিষ্কার করে নিবেন। সম্ভব হলে কাপড় ধোয়ার সময় গরম পানি ব্যবহার করুন। ব্যবহৃত কাপড়-চোপড় সাবান-পানি দিয়ে কমপক্ষে আধা ঘন্টা ভিজিয়ে রাখুন।
- পরিবারের প্রত্যেকে আলাদা তোয়ালে ব্যবহার করুন।
- প্রত্যেকে পকেটে বা ব্যাগে একটি হ্যান্ড স্যানিটাইজার বা হ্যান্ড রাব রাখবেন। কিছুক্ষণ পর পর হাত হ্যান্ড স্যানিটাইজার দিয়ে পরিষ্কার করে নিবেন। আপনার ব্যাগ এমন জায়গায় রাখবেন না যেখান থেকে জীবাণু ছুঁতে পারে। প্রত্যেক রাতে গোসল করার পূর্বে আপনার ব্যাগটি জীবাণুনাশক স্যাভলন/ডেটল দিয়ে মুছে নিবেন।
- জুতা, স্যাডেল বাসার বাইরে রাখুন। জুতা পরা বা খোলার সময় হাত দিয়ে স্পর্শ না করলে ভাল হয়। যদি ধরতে হয় তা হলে সাথে সাথে হাত সাবান ও পানি দিয়ে ধুয়ে নিন বা স্যানিটাইজ করে নিন।
- ওয়ুর পূর্বে ভালোভাবে সাবান ও পানি দিয়ে হাত ধুয়ে ওয়ু করে নিন। ওয়ুর সময় নাকের পানি ভালোভাবে টেনে তারপর ফেলে দিন।
- হফহাতা জামা পরিধান পরিহার করুন। ফুলহাতা জামা পরুন।
- একজনের কলম, চিহ্ননী, ব্রাশ, রেজার, কেচি, লিপজেল, লিপস্টিক, চামচ, চশমা, হাতঘড়ি অন্যজন ব্যবহার করবেন না।
- গ্লাস/খাবার প্লেট পৃথক করে দিন। একজনের ব্যবহৃত গ্লাস, প্লেট সাবান পানি/ ডিটারজেন্ট দিয়ে পরিষ্কার না করে পুনঃব্যবহার করা যাবে না।
- সকল ধরনের সামাজিক অনুষ্ঠান পরিহার করার চেষ্টা করবেন। বেড়াতে যাওয়া, দাওয়াত ও আড্ডা দেয়া থেকে বিরত থাকুন। সম্প্রতি বিদেশ থেকে আগত লোকদেরকে এবং আক্রান্ত এলাকা এড়িয়ে চলার চেষ্টা করতে হবে।
- ছেলে-মেয়েদের বাড়িতে রাখুন। তাদেরকে অন্যদের সাথে খেলাধুলা করা হতে আপাতত বন্ধ রাখুন।
- মাস্ক পরিধান ব্যতীত ঘরের বাইরে যাবেন না। অবশ্যই ডিসপোসেবল মাস্ক একবার ব্যবহার করে ডাস্টবিনে ফেলে দিবেন অথবা কাপড়ের তৈরী মাস্ক প্রতিদিন রাতে ধুয়ে ব্যবহার করুন।
- ঘরের যে সকল আসবাবপত্র প্রায় প্রতিদিন ধরা হয়, সেই সকল আসবাবপত্র জীবাণুনাশক দিয়ে পরিষ্কার রাখুন। যেমন: দরজার হাতল, চেয়ারের উপরের অংশ এবং হাতলসমূহ, জগ, গ্লাস, কল, হ্যান্ড শাওয়ার, সুইচসমূহ, রিমোট কন্ট্রোল, ছুরি, কেচি, দা, বাটি, ফ্রিজের হাতল, ওভেনের সুইচ ও হাতল, ওয়াশিং মেশিনের হাতল, খাবার টেবিল, ল্যাপটপ ও কম্পিউটার, মোবাইল।
- যথা সম্ভব শারীরিক স্পর্শ এড়িয়ে চলুন, যেমন করমর্দন করা, কোলাকুলি করা ইত্যাদি। আমরা যারা শাখা পর্যায়ে কাজ করি তাদের প্রায় প্রতিদিনই সহকর্মী, বিভিন্ন শ্রেণীর গ্রাহকদের সাথে দেখা করতে হয়। সেক্ষেত্রে অবশ্যই করমর্দন করা থেকে বিরত থাকুন; পরিবর্তে এক অপরের সাথে সালাম/আদাব বিনিময় করুন।
- টাকা পয়সা লেনদেন করার পরপরই হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করে হাত জীবাণুমুক্ত করে নিন। টাকা লেনদেনের সময় হ্যান্ড গ্লাভস ব্যবহার করুন। সম্ভব হলে অ্যালকোহল প্যাড দিয়ে টাকা জীবাণুমুক্ত করে নিন।
- মোবাইল ফোন দৈনিক কমপক্ষে একবার স্যানিটাইজার দিয়ে পরিষ্কার করুন।

- মাংস ও ডিম ভালোভাবে সিদ্ধ করে রান্না করুন।
- রান্নার/বাহিরের হোটেলের খাবার পরিহার করুন। রান্নার যে সকল দোকানে চা তৈরী হয়, সেখানে একই পানিতে বারবার সকলের ব্যবহৃত কাপ ধোয়া হয় যা অত্যন্ত বিপদজনক।
- বাহিরের গ্লাসে পানি না পান করে নিজের ঘর থেকে পানির বোতলে পানি নিয়ে সাথে রাখুন বা মিনারেল ওয়াটার কিনে পান করুন। অন্যের সাথে বোতলের পানি শেয়ার করা থেকে বিরত থাকুন। নিজের ঔষধ নিজে খুলে খান।
- বাসায় নিয়মিত ৩০-৪৫ মিনিট হালকা ব্যায়াম করুন।
- বাহিরের কোন প্লাস্টিক, পলিথিন, বস্তা, পার্সেল ঘরে ঢুকাবেন না। ঢুকাতে হলে স্যাভলন, ডেটল, ডিজইনফেকশন স্প্রে দিয়ে জীবাণুমুক্ত করে নিন।
- জানালা-দরজা খোলা রেখে আলো-বাতাস চলাচলের ব্যবস্থা রাখুন।
- এসির ব্যবহার নিরুৎসাহিত করুন। অপরিহার্য হলে তাপমাত্রা ২৬-২৭ ডিগ্রি সেলসিয়াসে রাখুন। সেলুনের প্রয়োজন বাসায় মিটিয়ে নিন।
- মন ভালো রাখার জন্য বই পড়া ও সুস্থ বিনোদনের ব্যবস্থা রাখা যেতে পারে।
- করোনা ভীতি থেকে উদ্ধৃত মানসিক সমস্যা যেমন- ডিপ্রেসন, উদ্বেগ, অনিদ্রা ইত্যাদি মোকাবেলায় অনলাইনভিত্তিক পরামর্শ গ্রহণ করুন।
- শিশু, সন্তান সম্ভবা মা ও ৭০ উর্দ্ধ বয়স্ক ব্যক্তি অবশ্যই বাসায় অবস্থান করবেন।
- কারো সাধারণ রোগ হলে বাড়িতে বিশ্রাম নিয়ে প্রচুর পানি পান করুন। চেষ্টা করুন টেলিফোনে ডাক্তারের পরামর্শ নিয়ে চিকিৎসা করতে। প্রয়োজনীয় পরামর্শের জন্য ব্যাংক নিযুক্ত মেডিকেল অফিসার জনাব সৈয়দ মনিরুল ওয়াদুদ (০১৭৫৫ ৫৫৬ ৩৬৭) এর সাথে যোগাযোগ করুন। শুরুতেই হাসপাতাল বা ডাক্তারের চেম্বারে যাওয়ার প্রয়োজন নেই।
- সম্ভব হলে পরিবারের সকলে বাসায় বসে নিয়মিত শরীরের তাপমাত্রা, রক্তচাপ এবং অক্সিজেন সেন্সরেশন পরীক্ষা করবেন।
- যদি কেউ আক্রান্ত হন বা উপসর্গ লক্ষ্য করেন যেমন: সর্দি, মাথা ব্যথা, কাশি, গলা ব্যথা, জ্বর, মারাত্মক পর্যায়ে অজ্ঞান হয়ে যাওয়া, শিশু, বৃদ্ধ ও কম রোগ-প্রতিরোধ ক্ষমতা সম্পন্ন ব্যক্তিদের নিউমোনিয়া ও ব্রঙ্কাইটিস ইত্যাদি, তাহলে ডাক্তারের পরামর্শ অনুযায়ী নিজেকে সবার থেকে আলাদা করুন। নিজেকে পর্যবেক্ষণে রাখুন, যদি উপসর্গগুলো থেকে যায়, তাহলে পুনরায় চিকিৎসকের পরামর্শ নিন। এইভাবে নিজেকে আলাদা করে পর্যবেক্ষণে রাখাকেই “কোয়ারেন্টাইন”-এ থাকা বলা হয়। যদি রোগ নিশ্চিত হয়, তাহলে সম্পূর্ণ রূপে নিজেকে সবার কাছ থেকে আলাদা করে সম্পূর্ণ বিচ্ছিন্ন হয়ে যান এবং প্রয়োজনীয় চিকিৎসা নিশ্চিত করুন। এই ধরনের সম্পূর্ণ বিচ্ছিন্ন হওয়াকে “আইসোলেশন”-এ থাকা বলা হয়।

### ৩.২.২. কর্মস্থলে করণীয়:

- ব্যাংকের সকল নিবাহী, কর্মকর্তা, কর্মচারীসহ ব্যাংকে আগত সকলকে বাধ্যতামূলকভাবে মাস্ক পরতে হবে।
- কেউ ফ্লুরে প্রবেশের সাথে সাথে যেন হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার দিয়ে হাত পরিষ্কার করে নেয় তা নিশ্চিত করবেন। তারপর কাজের ফাঁকে ফাঁকে কিছুক্ষণ পরপর সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে নিন বা হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার দিয়ে পরিষ্কার করে নিন।
- যদি কোন কর্মকর্তা/কর্মচারী রোস্টারিং এর আওতায় থাকেন, তাহলে তিনি নিজ গৃহে অবস্থান করে অফিসের কাজে নিয়োজিত থাকবেন এবং জরুরী প্রয়োজনে কর্মস্থলে যোগদানের জন্য সর্বদা প্রস্তুত থাকবেন। উল্লেখ্য, এ নির্দেশনা ব্যাংকের উর্ধ্বতন কর্মকর্তাসহ সকল স্তরের কর্মকর্তা ও কর্মচারীদের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য হবে।

- সহকর্মীদের যথাসম্ভব রুমে না ডেকে প্রয়োজনে টেলিফোন/আইপি ফোন কিংবা হোয়াটসঅ্যাপ বা অন্যান্য চ্যাটিং অ্যাপ এর মাধ্যমে গ্রুপ আলোচনা করে সিদ্ধান্ত গ্রহণ করবেন।
- একান্ত মুখোমুখি মিটিং এর প্রয়োজন হলে নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখতে হবে, সদস্য সংখ্যা কমাতে হবে এবং সাথে সাথে মিটিং এর সময়কাল কমাতে হবে।
- পাবলিক ট্রান্সপোর্ট ব্যবহার থেকে বিরত থাকবেন; প্রয়োজনে পায়ে হেটে কিংবা বাই-সাইকেল/মটর বাইক ব্যবহার করে অফিসে আসা যাওয়া করবেন। অফিসে প্রবেশের পর বিনা প্রয়োজনে বাহিরে যাওয়া থেকে বিরত থাকতে হবে।
- হাত মোছার জন্য ন্যাপকিন টিস্যু ব্যবহার করুন।
- প্রতিবার ব্যবহারের পর প্রিন্টার জীবাণুমুক্ত করুন।
- ব্যক্তিগত স্টেরেজ স্পেসে ব্যক্তিগত জিনিসপত্র রাখুন এবং অন্য কারো সাথে শেয়ার করা থেকে বিরত থাকুন।
- নিজের কলম, পেন্সিল, মার্কার, কাগজ ইত্যাদি অন্য জনের সাথে শেয়ার করা থেকে বিরত থাকুন।
- অফিসে যথাসম্ভব চা-কফি/আপায়ান পরিহার করুন। নিজস্ব তৈজসপত্র ব্যবহার করুন।
- বাইরের খাবার পরিহার করুন ও বাসায় তৈরী খাবার খান।
- পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার কাজে নিয়োজিত ক্রিনারদের কোনভাবেই অন্য কোন কাজে নিয়োজিত করা যাবে না।
- যেকোন সন্দেহভাজন আক্রান্ত কর্মকর্তা সম্পর্কে সংশ্লিষ্ট শাখা এবং বিভাগীয় প্রধানকে অবহিত করবেন এবং তিনি তাৎক্ষণিকভাবে প্রধান কার্যালয়ের মানব সম্পদ বিভাগ এবং কুইক রেসপন্স টিম-কে অবহিত করবেন।

### ৩.৩. প্রাতিষ্ঠানিকভাবে করণীয়:

#### ৩.৩.১. সাধারণভাবে করণীয়:

- প্রধান কার্যালয় ও শাখাসমূহের প্রবেশদ্বারে ব্লিচিং পাউডার/স্যাণ্ডলন/ডেটল প্রমুখ দ্রব্য ডেজা প্যাম্প/তোয়াল/ওয়েট ট্রে রাখবেন যাতে প্রবেশকারীরা প্রবেশের পূর্বে জুতা/স্যাণ্ডেল জীবাণুমুক্ত করে আসতে পারেন। প্রবেশদ্বারে অবস্থানরত সিকিউরিটি গার্ড এ বিষয়ে প্রবেশকারীদের সহযোগিতা করবেন।
- প্রত্যেক প্রবেশকারীকে বাধ্যতামূলকভাবে থার্মাল স্ক্রিনিং দিয়ে শরীরের তাপমাত্রা পরীক্ষা করতে হবে। শুধুমাত্র স্বাভাবিক তাপমাত্রা সম্পন্ন ব্যক্তিদেরই ঢুকতে দিন। অতঃপর প্রত্যেককে হ্যান্ড স্যানিটাইজার দ্বারা হাত জীবাণুমুক্ত করাবেন।
- প্রধান কার্যালয় ভবন/শাখা পরিসরের ফ্লোর, ডেস্ক, অভ্যন্তরে চলাচলের পথ, দরজার হাতল, কি-বোর্ড, চেয়ার, সোফা, লেদার-সিট ও অন্যান্য যেসব স্থানে হাতের স্পর্শ লাগতে পারে, সেসব স্থান কর্মদিবস শুরু পূর্বে, পরে এবং কর্মদিবসে প্রতি ৪৫ মিনিট বিরতিতে জীবাণুনাশক দ্বারা নিয়মিত পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন (Sterilize) করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- প্রধান কার্যালয় ভবন পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখার প্রয়োজনীয় মালামাল ও যন্ত্রপাতি সিএসডি এবং শাখা পরিসর পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার মালামাল সংশ্লিষ্ট শাখাসমূহ নিজ দায়িত্বে ব্যবস্থা করবেন।
- ব্যাংকের শাখা, উপশাখা, এজেন্টসহ সকল প্রধান কার্যালয়ের প্রতিটি ফ্লোরে হ্যান্ড স্যানিটাইজার (Hand Sanitizer), ঢাকনায়ুক্ত ওয়েস্ট বিন ও টিস্যু পেপার রাখার ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- বায়ু চলাচল বৃদ্ধি করার ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে। সেন্ট্রাল এয়ার কন্ডিশনার ব্যবহারের ক্ষেত্রে এয়ার কন্ডিশনারের স্বাভাবিক ক্রিয়া নিশ্চিত করতে হবে। বিশুদ্ধ বাতাস বৃদ্ধি করা

এবং এয়ার সিস্টেমে ফিরে আসা বাতাসকে রোধ করতে হবে। এক্ষেত্রে প্রয়োজনে সিএসডি'র সহায়তা নিতে হবে।

- আপদকালীন সংক্রমিত বস্তুর ডিসপোজাল এলাকা স্থাপন করুন।
- যদি কোন কর্মকর্তা/কর্মচারী অফিস করাকালীন সময়ে করোনা পজিটিভ হন, তাহলে উক্ত রোগীর অবস্থানস্থল এবং সম্ভব হলে সমগ্র অফিসকে ডিপ স্যানিটাইজ করতে হবে এবং একই সাথে এয়ার কন্ডিশনিং ও ভেন্টিলেশন সিস্টেমকে পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করতে হবে।
- জরুরী প্রয়োজন ব্যতীত কোনো সভা-সেমিনারের আয়োজন যথাসম্ভব পরিহার করতে হবে। তবে, জরুরী প্রয়োজনে সভার আয়োজন করতে হলে সভার প্রটোকল সংক্রান্ত WHO এর গাইডলাইন অনুসরণীয় হবে। যথাযথ কতৃপক্ষের অনুমোদন ব্যতীত নিজ কার্যালয় হতে অপর কোনো কার্যালয়ে/স্থানে গমন করা যাবে না।
- বিভিন্ন অফিস/দপ্তর হতে চিঠিপত্র/দলিল-দস্তাবেজ নিয়ে আগত বহিরাগত ব্যক্তিদের ব্যাংকের ভিতরে গমনাগমনে নিব্বুৎসাহিত করার লক্ষ্যে ব্যাংকের স্ব স্ব শাখা, উপশাখা ও কার্যালয়ের নির্দিষ্ট স্থানে দায়িত্বপ্রাপ্ত ব্যক্তির মাধ্যমে চিঠি গ্রহণ ও বিতরণের ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।
- ব্যাংকিং কার্যক্রম ব্যতীত দর্শনাথী/সাক্ষাৎ প্রার্থীদের ব্যাংকে আগমন নিব্বুৎসাহিত করতে হবে। ব্যাংকে উপস্থিত সকলের মধ্যে যাতে নির্দিষ্ট দূরত্ব তথা ১ মিটার বা ৩ ফুট (WHO এর গাইডলাইন অনুযায়ী) বজায় থাকে সে বিষয়টি নিশ্চিত করতে হবে।
- স্ব-শরীরে সকল প্রকার সেলস ও মার্কেটিং কার্যক্রম সীমিত করে ডিজিটাল প্লাটফর্মের মাধ্যমে যোগাযোগে উৎসাহিত করতে হবে।
- প্রধান কার্যালয় ও শাখাসমূহের মসজিদে যাতায়াত সীমিতকরণ ও কাতারে নামাজে দাঁড়ানোর ক্ষেত্রে সামাজিক দূরত্ব বজায় রেখে দাঁড়াতে হবে।
- মসজিদে কার্পেট বিছানো যাবে না। নামাজের পূর্বে সম্পূর্ণ মসজিদ জীবাণুনাশক দ্বারা পরিষ্কার করতে হবে।
- মসজিদের প্রবেশপথে পর্যাপ্ত হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার এর ব্যবস্থা রাখতে হবে।
- অভ্যর্থনা কক্ষ এবং নগদ আদান-প্রদান কাউন্টারে পর্যাপ্ত সংখ্যক মাস্ক, হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার ও PPE ব্যবহার নিশ্চিত করতে হবে।
- প্রধান কার্যালয় ও শাখাসমূহে পরবর্তী নির্দেশ না দেওয়া পর্যন্ত দৈনিক খবরের কাগজ রাখা থেকে বিরত থাকবে। একই সাথে বাসায় খবরের কাগজ না রাখার জন্য নিব্বুৎসাহিত করা হচ্ছে।
- টয়লেট ও অন্যান্য স্থান জলাবদ্ধতা মুক্ত রাখার ব্যবস্থা নিন। এক্ষেত্রে পরিচ্ছন্নতা কর্মীদের প্রয়োজনীয় নির্দেশনা দিন ও নিয়মিত তদারকী করুন। এর মাধ্যমে করোনার পাশিপাশি মশা-বাহিত রোগসমূহ থেকেও নিজেদেরকে সুরক্ষিত রাখতে পারব।
- খাওয়ার ক্যান্টিন পরিষ্কার রাখতে হবে এবং জীবাণুনাশক দিয়ে জীবাণুমুক্ত করতে হবে। সীমিত পরিসরে কম সংখ্যক লোক এবং শারীরিক দূরত্ব বজায় রেখে খাবার খেতে হবে।
- জনসচেতনতা বৃদ্ধির লক্ষ্যে করোনা ভাইরাস প্রতিরোধে করণীয় সম্পর্কিত নির্দেশিকা সহজে দৃষ্টিগোচর হয় এমন সব একাধিক স্থানে টাঙ্গানোর ব্যবস্থা করতে হবে।

### ৩.৩.২. প্রধান কার্যালয়ে করণীয়:

- 'কোভিড-১৯ ফুন্ট ডেস্ক'-এ দায়িত্বরতদের করণীয়:
  - প্রতিটি ফুন্ট ডেস্কে দায়িত্বরত কর্মকর্তা ও কর্মচারীগণ PPE, মাস্ক, গ্লাভস পরিধান করে নিজেদেরকে সুরক্ষিত রাখবেন এবং নিরাপত্তারক্ষী দ্বারা দর্শনাথীদের শরীরের তাপমাত্রা চেক করবেন এবং হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার দ্বারা হাত জীবাণুমুক্ত করাবেন।

## • **দর্শনাথীর প্রবেশ নিয়ন্ত্রণঃ**

- পরবর্তী নির্দেশ না দেওয়া পর্যন্ত প্রধান কার্যালয়ে একান্ত জরুরী প্রয়োজন ব্যতীত ডিজিটর/ভেডর প্রবেশ বন্ধ থাকবে। তবে বিশেষ গুরুত্বপূর্ণ কোন ডিজিটর/ভেডর থাকলে টেলিফোন/আইপি ফোনে কথা বলে ডিজিটরের প্রয়োজন মেটাতে চেষ্টা করবেন। তা না হলে সংশ্লিষ্ট বিভাগীয় প্রধানের অনুমতিক্রমে প্রবেশ করতে পারবেন।
- ভবনের নিরাপত্তার দায়িত্বে নিয়োজিত সিকিউরিটি দর্শনাথীর তথ্যাদি রেজিস্টারে যথাযথ ভাবে লিপিবদ্ধ করবেন।

## • **ব্যাংকের গাড়ী পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্তকরণঃ**

- প্রত্যেক গাড়ীর চালকগণ নিজ দায়িত্বে গাড়ী পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন ও জীবাণুমুক্ত রাখবেন এবং নিজেদের মধ্যে নিরাপদ দূরত্ব বজায় রেখে অবস্থান করবেন। গাড়ীর ভিতরে বসে ঘুমোনা কিংবা আড্ডা দেয়া যাবে না। ড্রাইভারগণ গাড়ীতে ওঠার আগে হাত ভালোভাবে ধুয়ে নিন। গাড়ীতে একটি হ্যান্ড স্যানিটাইজার রাখবেন। হ্যান্ড গ্লাভস্ ও মাস্ক পরিধান করবেন। প্রতিবার যাত্রী উঠানোর পূর্বে ও নামানোর পর গাড়ীর সিটগুলো, হ্যান্ড রেস্ট, দরজার হাতল এবং স্টিয়ারিং জীবাণুমুক্ত করুন।
  - গাড়ীতে শীতাতপ নিয়ন্ত্রক যন্ত্র বন্ধ রাখা উত্তম, পরিবর্তে কিছুক্ষণ পরপর জানালা খোলা রাখতে হবে যাতে গাড়ীর ভেতর উন্মুক্ত বাতাস চলাচল করতে পারে।
  - গাড়ীতে যদি কোন আরোহীর সন্দেহজনক উপসর্গ যেমন- সর্দি বা জ্বর থাকে, সেক্ষেত্রে উক্ত আরোহীর গাড়ীতে উঠার পর ডেন্টেলেশন রক্ষার্থে গাড়ীর সকল জানালা খুলে দিতে হবে। সন্দেহজনক ব্যক্তি নেমে যাবার সাথে সাথে তিনি যেসব জায়গা স্পর্শ করেছেন, যেমন - দরজার হাতল, গাড়ীর সিট ইত্যাদি জীবাণুনাশক দিয়ে পরিষ্কার করুন।
  - শীতাতপ নিয়ন্ত্রক যন্ত্রের এয়ার ফিল্টার নিয়মিত পরিষ্কার করুন।
  - গাড়ী পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন ও জীবাণুমুক্ত রাখার প্রয়োজনীয় মালামাল সিএসডি থেকে সংগ্রহ করবেন।
- প্রধান কার্যালয়ের প্রতিটি ফ্লোরের ডিভিশনাল হেড স্ব স্ব ফ্লোরের ক্লিনিং ও পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা কাজের তদারকি করবেন। ফ্লোরের কোথাও পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার অভাব পরিলক্ষিত হলে তা তাৎক্ষণিকভাবে সিএসডিকে অবহিত করবেন।

## • **ব্যাংকের লিফট ব্যবহার বিধিঃ**

- সময়ক্ষেপন রোধে ১ হতে ৩ তলা পর্যন্ত লিফট ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকুন।
- নিচে নামার ক্ষেত্রে সিঁড়ি ব্যবহার করতে পারেন।
- ০৫ (পাঁচ) জনের অধিক ব্যক্তি একসাথে লিফট ব্যবহার করবে না।
- লিফটে অবস্থানকালে প্রত্যেককে এর ক্যাবিনের দেয়ালের দিকে মুখ করে দাঁড়াতে হবে।
- লিফটের ভিতরের কোন কিছু স্পর্শ করা হতে বিরত থাকতে হবে।
- লিফট প্রবেশের পূর্বে ধৈর্য ধরে এবং সামাজিক দূরত্ব বজায় রেখে সারিবদ্ধভাবে অপেক্ষা করতে হবে।
- লিফটের সুইচ/ফ্লোর বাটনসহ ভেতরে কিছুক্ষণ পর পর জীবাণুনাশক স্প্রে করুন।
- লিফটম্যানের মাধ্যমে বাটন প্রেস করার ব্যবস্থা নিন। লিফটম্যান না থাকলে বাটন প্রেস করার জন্য লিফট-এর সাথে পর্যাপ্ত পরিমাণ কাঠি (কটনবার্ড) বা টিস্যু রাখুন।
- কাঠির সাহায্যে বাটন প্রেস করার পর কাঠিটি নির্ধারিত ওয়েস্ট বিনে ফেলুন।
- কাঠি/টিস্যু না থাকলে গ্লাভস পরে অথবা কনুই দিয়ে বাটন প্রেস করুন।
- প্রধান কার্যালয়ের বেজমেণ্টে যাতায়াতের জন্য গ্রাউন্ড ফ্লোর থেকে সিঁড়ি ব্যবহার করার পরামর্শ দেয়া যাচ্ছে।

### ৩.৩.৩. শাখা পর্যায়ে করণীয়:

- প্রতিদিন ব্যাংকে প্রবেশকালে সকল কর্মকর্তা/কর্মচারী এবং গ্রাহকদের শরীরের তাপমাত্রা পরিমাপ করতে হবে। যাদের তাপমাত্রা স্বাভাবিকের চেয়ে বেশী থাকবে বা সর্দি/কাশি, শ্বাসকষ্ট থাকবে তাদের অফিসে প্রবেশে বাধা করতে হবে এবং করোনা ভাইরাস পরীক্ষার জন্য পরামর্শ দিতে হবে।
- যে সকল নিরাপত্তাকর্মী কর্মকর্তা/কর্মচারী ও গ্রাহকদের তাপমাত্রা মাপা ও হ্যাণ্ড স্যানিটাইজার দেয়ার কাজে নিয়োজিত থাকবে, তাদেরকে ন্যূনতম ১ মিটার দূরত্ব বজায় রেখে কাজ করার পরামর্শ দিন।
- ব্যাংকের মুদ্রা বিনিময়, স্থানান্তর এবং Sorting এর জন্য নির্দিষ্ট স্থান রাখতে হবে এবং উক্ত স্থান/স্থানসমূহ Sterilize নিশ্চিত করতে হবে।
- সাময়িকভাবে গ্রাহকদের শাখায় আগমন যথাসম্ভব নিরুৎসাহিত করে ডিজিটাল ব্যাংকিং ব্যবহারে উৎসাহিত করতে হবে।
- ক্যাশ কাউন্টারে এবং গ্রাহক সেবা ডেস্কে কর্মরত কর্মকর্তা/কর্মচারীবৃন্দ গ্লাভস পরিধান ব্যতীত নগদ অর্থের বা চেকের লেনদেন করবেন না।
- ক্যাশ কাউন্টারের সামনে অপেক্ষারত গ্রাহকদের লাইনে দাঁড়ানোর সময় নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখার জন্য ৩ ফুট অন্তর অন্তর নির্দেশনামূলক সংকেত বা পদচিহ্ন স্থাপনের ব্যবস্থা করুন।
- গ্রাহকদের অর্ধেক হয়ে লাইন ভঙ্গ না করে সামাজিক দূরত্ব (ন্যূনতম ৩ ফুট) বজায় রাখতে অনুরোধ করুন।
- অনেকে দেখা যায়, প্রতি মাসে পরিবারের খরচের জন্য অল্প অল্প করে অনেক বার টাকা উঠায়। তা না করে পুরো মাসের খরচের টাকা একবারে উত্তোলনের জন্য সংশ্লিষ্ট গ্রাহককে পরামর্শ দিন, তাতে ব্যাংকে এসে গ্রাহকের সংক্রমণের সম্ভাবনা কমবে।
- নগদ জমা বা উত্তোলনের পর টাকা গণনার সময় পানির স্পঞ্জ ব্যবহার করুন।
- ব্যাংকে আসার পর চেক বা জমা ভাউচার লেখার সময় গ্রাহকদেরকে তাদের স্নায় মোবাইল ফোন টেবিল কাউন্টারে কোথাও না রেখে পকেটে রাখার পরামর্শ দিন। কারণ ব্যাংকের টেবিল বা কাউন্টারে করোনা ভাইরাস থাকার সম্ভাবনা থেকেই যায়।
- গ্রাহকবৃন্দকে নিজের চেকটা নিজে লেখার অনুরোধ করুন এবং বিশেষ প্রয়োজনে অন্য কাউকে চেক লিখে দিতে সাহায্য করলে হাতটা স্যানিটাইজ করুন।
- অনেক মহিলা গ্রাহক বিশেষ করে যারা রেমিট্যান্সের জন্য আসেন, তারা আসার সময় ছোট ছোট বাচ্চাদের নিয়ে আসেন; এই পরিস্থিতিতে সেই সকল গ্রাহকবৃন্দকে একা আসার অনুরোধ করুন।
- প্রবাসী গ্রাহকরা সাধারণতঃ বয়স্ক বাবা-মার নামে টাকা পাঠান। এই বিশেষ সময়ে তাদের নামে না পাঠিয়ে পরিবারের অন্য কারো নামে টাকা পাঠাতে পারেন, যাতে বয়স্ক কারো ব্যাংকে না আসতে হয়। এ ব্যাপারে সংশ্লিষ্ট গ্রাহক সকলকে পরামর্শ প্রদান করা যেতে পারে।

### ৩.৩.৪. এটিএম বুথ সংশ্লিষ্ট বিষয়ে করণীয়:

- **পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন ও জীবাণুমুক্তকরণঃ**
  - শাখার অধীনস্থ এটিএমসমূহের পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতার মালামাল সংশ্লিষ্ট শাখাসমূহ নিজ দায়িত্বে ব্যবস্থা করবেন।
  - এটিএম বুথের অভ্যন্তরে চলাচলের পথ, দরজার হাতল, এটিএম-এর মনিটর, কী-প্যাড ও অন্যান্য যেসব স্থানে হাতের স্পর্শ লাগতে পারে, সেসব স্থানসমূহ প্রতি ৪৫ মিনিট

বিরতিতে জীবাণুনাশক দ্বারা নিয়মিত পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন (Sterilize) করার প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে।

- এটিএম বুথের প্রবেশদ্বারে ব্লিচিং পাউডার/স্যাডলন/ডেটিল প্রমুখ দ্বারা ভেজা পাদেশ/তোয়লা রাখবেন যাতে বুথে প্রবেশকারীরা প্রবেশের পূর্বে জুতা/স্যাডেল জীবাণুমুক্ত করে আসতে পারেন। প্রবেশদ্বারে অবস্থানরত সিকিউরিটি গার্ড এ বিষয়ে গ্রাহকদের সহযোগিতা করবেন।
- **এটিএম বুথে প্রবেশকারীদের সারি বিন্যাস নিয়ন্ত্রণঃ**
- এটিএম বুথে প্রবেশ করার লাইনে দাঁড়ানোর বা ব্যবহারের সময় নিরাপদ দূরত্ব বজায় রাখার কথা মনে করিয়ে দেয়ার জন্য লাইনে দাঁড়ানোর জায়গায় ১ মিটার অন্তর অন্তর দূরত্ব নির্দেশনামূলক সংকেত স্থাপনের ব্যবস্থা করুন।

## ৪. উপসংহার

ইতোমধ্যে করোনা ভাইরাস-এর সংক্রমণ রোধ কল্পে বিভিন্ন সময়ে কেন্দ্রীয় ব্যাংক, স্বাস্থ্য অধিদপ্তর ও WHO কর্তৃক জারীকৃত নির্দেশনা এবং এই সম্পর্কিত প্রধান কার্যালয় হতে জারীকৃত ইন্সট্রাকশন সার্কুলার সমূহ সম্পর্কে সম্যক ওয়াকিবহাল ও যথাযথ প্রতিপালনের জন্য সকলকে বিনীতভাবে পরামর্শ প্রদান করা যাচ্ছে। সকলের সম্মিলিত সচেতনতা ও স্বাস্থ্যবিধি যথাযথ অনুসরণের মাধ্যমে ইনশা-আল্লাহ আমরা এই প্রাকৃতিক দুর্যোগের উভয়বহতা হতে নিজেকে, পরিবারকে, সমাজকে, আমাদের প্রাণপ্রিয় শাহজালাল ইসলামী ব্যাংকের সহকর্মীদেরকে এবং সর্বোপরি আমাদের প্রিয় মার্ত্ত্বভূমি বাংলাদেশকে সুরক্ষিত রাখতে পারব।

এই নজিরবিহীন সংকটকালীন সময়ে সবাই ধর্মীয় অনুশাসন মেনে চলুন। ধর্মে বিশ্বাসীগণ মহান সৃষ্টিকর্তার উপর অটল ও অগাধ বিশ্বাস রাখুন। তিনি নিশ্চয়ই আমাদের সকলকে এই বিপদ থেকে রক্ষা করবেন।

ইসলাম ধর্মাবলম্বীরা বিশ্বাস করেন আল্লাহ্ তাকেই সাহায্য করেন যে নিজেকে সাহায্য করে। আল্লাহ্র সাহায্য ছাড়া রক্ষা হবে না। তাই নিজে সচেতন হোন পাশাপাশি নিশ্চিত দোয়াগুলি পাঠ করে আল্লাহ্র কাছে প্রার্থনা করুন।

“আস্তাগফিরুল্লাহা রাব্বি মিন কুল্লি জাম্বিউ ওয়া আতুবু ইলাইহি; লা হাওলা ওয়ালা কুওয়্যাতা ইল্লা বিল্লাহিল আলিযিল আযীম।” (মুসলিম ও তিরমিজি)

বাংলা অর্থ: “আমি আল্লাহ্র কাছে ক্ষমা চাই আমার সব পাপের; আমি তার কাছে ফিরে আসি। আল্লাহ্র সাহায্য ছাড়া পুনর্নাহ থেকে বাঁচার ও নেক কাজ করার কোনই শক্তি নেই।”

“আল্লাহুয়া ইন্নী আযুযুবিকা মিনাল বারাসি, ওয়ালি জুব্বনী, ওয়াল জুয়ামী ওয়া মিন সাইযিয়াইল আসক্বাম।” (আবু দাউদ)

বাংলা অর্থ: “আল্লাহ্, আমি তোমার নিকট ধবল, কুষ্ঠ এবং উন্মাদনাসহ সব ধরনের দুরারোগ্য ব্যাধি থেকে পানাহ চাই।”



## সম্পাদকমণ্ডলী

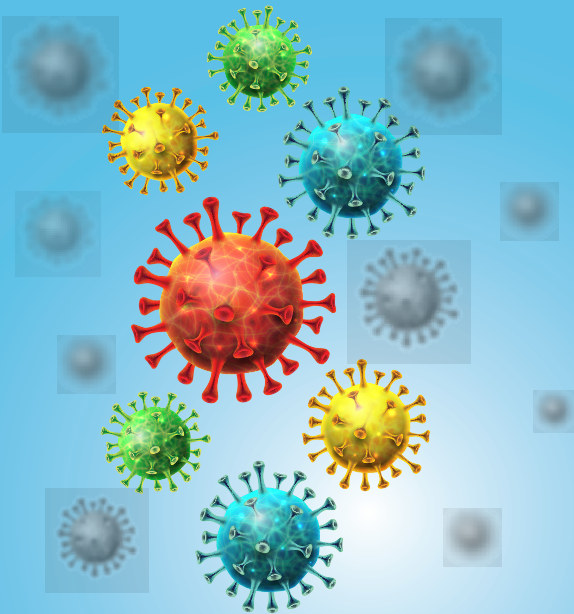
১. জনাব মোঃ আখতার হোসেন, ডিএমডি এন্ড হেড
২. জনাব আশিক ইকবাল, ভিপি এন্ড মেম্বার সেক্রেটারী
৩. জনাব মোঃ মাহবুবুর রশিদ, ইভিপি এন্ড মেম্বার
৪. জনাব মোহাম্মদ আবু সাহেব, এসভিপি এন্ড মেম্বার
৫. জনাব এ কে এম হাসান রহিম, ভিপি এন্ড মেম্বার
৬. জনাব ইফতেখার হোসেন, ভিপি এন্ড মেম্বার
৭. জনাব জাহিদ হাসান, এসএভিপি এন্ড মেম্বার
৮. জনাব মেজর (অব.) ফারিকুল ইসলাম, এভিপি এন্ড মেম্বার
৯. জনাব সৈয়দ মুনিরুল ওয়াদুদ, মেডিকেল অফিসার এন্ড মেম্বার

## কনটেন্টস ও সার্বিক তত্ত্বাবধানে

রিসার্চ এন্ড ডেভেলপমেন্ট ডিপার্টমেন্ট

## প্রকাশক

কুইক রেসপন্স টিম  
এসজেআইবিএল



ডাউনলোড করুন



শাহজালাল ইসলামী ব্যাংক

লি মি টি ড

আন্তরিক সেবায় প্রতিশ্রুতিবদ্ধ