UK Government

কেউ মরিয়া গেলে কিতা করণ লাগবো

COVID- 19 মহামারীর মধ্যে

আফনে কোভিড-19 (Covid-19) মহামারীর সময় কেউরে হারাইলে এই লিফলেট আফনের ধারো দরখারী মনো অইতা পারে।

এইতথ্য কোভিড-১৯ (Covid-19) এর লাগিয়া মৃত্যু এবং অন্য খারণে মরার লাগিও প্রযোজ্য অইবো। ইংল্যান্ডো যারা আছুইন তাহাদিগের লাগিয়া' কেউ মরলে কিতা করণ লাগবো' এই লিফলেটো এবং **gov.uk/when-someone-dies এইখানো থাকা নির্দেশনা তথ্যরে সম্পূর্ণ করের।**

এই জাতীয় জরুরি পরিস্থিতির সময় প্রিয়জন হারানি পরিবার হক্কল, বন্ধু-বান্ধব অথবা তাহাদিগের নিখট আত্মীয়র গুরুত্বপূর্ণ সিদ্ধান্ত নিতায় সাহায্য খরবার লাগি এই লিফলেট তথ্য শেয়ার করের। এইটা পরবর্তী পদক্ষেপোর ব্যাখ্যা করের, প্রশ্নের উত্তর দেএবং যেই সাহায্য ইন সহযোগিতা আছে ঔটা পাইবার লাগি আফনেরে গাইড করের।

Covid-19 মহামারীর সময় মারা গেলে সাধারণভাবে যেই প্রশ্ন করা অই থাকে ঔগুলানেরও উত্তর দেয় এইটা। এই লিফলেটোর পরের দিকো প্রথ্যেকটা উপাদানোর আরও বিস্তারিত পাওয়া যাইবো।

- **অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া কই এখনও অইতা পারে এবং কে অংশগ্রহণ করতা পারুইন?**
  - o অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া এখনও অইতা পারে কিন্তু ঔটা বর্তমানো চালু থাকা সামাজিক দুরুত্ব বজায় রাখিয়া করতা অইবো। এর অর্থ অইলো যে, অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা অবশ্যই সীমিত রাখতা অইবো। . এই লেখার মাঝো এবং এই ওয়েবসাইটো আরও উপদেশ পাওয়া যাইবো **gov.uk/government/publications/covid-19-guidance-for-managing-a-funeral-during-the-coronavirus-pandemic/covid-19-guidance-for-managing-a-funeral-during-the-coronavirus-pandemic**
- **অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া কী যত তাড়াতাড়ি সম্ভব খরা লাগবো?**
  - o জ্বি, অয়। এইটা যত তাড়াতাড়ি সম্ভব খরা লাগবো। কিলান এইটা করা অইবো ঔ সম্পর্কে এই লিফলেটো আরও উপদেশ পাওয়া যাইবো।
- **কিতা আর্থিক সহযোগিতা আছে?**
  - o শোকাহতদের জন্য এক্ষেত্রে বিভিন্ন আর্থিক সহায়তা উপলব্ধ রয়েছে যার জন্য আপনি যোগ্য হতে পারেন। আরও বিশদ বিবরণ এখানে পাওয়া যাবে **gov.uk/when-someone-dies**.

- **আমি কোথায় শোকার্ত সমর্থন পেতে পারি?**
  - যখনই শোকের ঘটনা ঘটে তখন এটি অত্যন্ত কঠিন এবং চ্যালেঞ্জিং সময় হতে পারে। কোভিড-19 (Covid-19) মহামারী চলাকালীন যারা শোক এবং শোক অনুভব করছেন তাদের ক্ষেত্রে এটি আরও বেশি হতে পারে। কোথায় সাহায্য চাইতে হবে সে সম্পর্কিত তথ্য নীচে এবং বাইরে নির্ধারণ করা হয়েছে **gov.uk/coronavirus-funeral-advice**
- **আমি কোন জাগাত ফরিবার হারানির সহযোগিতা পাইতাম?**
  - অনলাইন অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার মাধ্যমো,অনলাইন অনলাইনশোক-বই খুলিয়া অথবা, অথবা পরবর্তী সময়ে অতিরিক্ত স্মরণসভা করিয়া অন্ত্যেষ্টিক্রিয়াত অংশ নিতা পারছুইন না, ঔ তারা শোকপ্রকাশ করতা পারুইন। এইটার মাঝো অতিরিক্ত পরামর্শ দেওয়া আছে। কেউ মারা গেলে যেই পদক্ষেপ নিতা অইবো।

কেউ মারা গেলে যেই পদক্ষেপ নিতা অইবো

1. মৃত্যু নিবন্ধন করবা

মৃত্যু ময়না তদন্তের লাগিয়া রেফার করা না অইলে, মৃত্যুটা 5 দিনের মাঝো জন্ম, মৃত্যু ও বিবাহ রেজিস্ট্রারের কাছো নিবন্ধন করা লাগবো।

কোভিড-19 (Covid-19) এর প্রাদুর্ভাবের সময় মৃত্যু নিবন্ধনের ফরিবর্তনের বিস্তারিত জানবার লাগিয়া আফনের স্থানীয় রেজিস্ট্রারের ধারো যোগাযোগ করুক্কা। আফনের স্থানীয় অফিস খুঁজিয়া বাইর করবার লাগি এই ওয়েবসাইট সাহায্য পাইতা পারুইন **gov.uk/register-a-death**।

মৃত্যুর কারনের ডাক্তারি সনদ স্বাক্ষর করা চিকিৎসক আফনের লগে যোগাযোগ করিয়া নিবন্ধনের ব্যবস্থা নিতা পারুইন। তবে আফনে রেজিস্ট্রার অফিসে আগে যোগাযোগ করতা চাইতা পারুইন, তাইলে নিবন্ধন আগেই শেষ অইবো এবং আফনে অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার ব্যবস্থা নিতা আগাইতা পারুইন।

কোভিড-19 (Covid-19) অরসময়ে দাফন বা পুড়ানির কর্তৃপক্ষে র লাগি রেজিস্ট্রার এখটা 'দাফন বা পুড়ানির সার্টিফিকেট' ইস্যু করবো এবং আফনের পছন্দের অন্ত্যষ্টিক্রিয়া পরিচালকের ধারে ও ঔটা পাঠাইতা পারে। দাফন বা পুড়ানির আগে আর কুন্তা ফরমের ব্যাফারো আফনের অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া পরিচালক আফনেরে উপদেশ দিবো।

তদারকি করবার লাগি কুন্তা ভূসম্পত্তি থাকলে রেজিস্ট্রার আফনেরেও মৃত্যু সনদের এখটা কপি দিতা পারুইন।

2. অন্তেষ্টিক্রিয়ার ব্যবস্থা করুইন

কোভিড-19 (Covid-19) অর প্রকোপের সময় অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া চালু আছে। অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া সেবা দাতারা যেমন ফিউনারেল ডাইরেক্টরস এবং ফিউনারেল হোম খোলা আছে।

অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার ব্যবস্থা করা প্রতিষ্ঠানগুলান বাড়িয়া যাওয়া মৃত্যুর সংখ্যার লগে তাল মিলাইয়া চলতা পাররা ঔটা নিশ্চিত করবার লাগি, এইটা জরুরি যে, **অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া যাতে দেরি না হয়**। আমরা বুঝতে পারি এটি আপনার পক্ষে কতটা কঠিন হতে পারে তবে বর্তমান নির্দেশিকাটি সবার সুরক্ষার জন্য **অদূর ভবিষ্যতের** জন্য স্থানে থাকবে।

মৃত্যু নিবন্ধিত হওয়ার পরে সাধারণত জানাজা করা যেতে পারে। বেশীরভাগ লোক এখজন ফিউনারেল ডাইরেক্টর বাছিয়া লইন, যদিও আফনে নিজেও অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার ব্যবস্থা করতা পারুইন (নিজেই দেখুইন **naturaldeath.org.uk/** >একটি জানাজার ব্যবস্থা করার পরামর্শের জন্য). আফনে নিজেই ব্যবস্থা করতা চাইলে স্থানীয় কাউন্সিল সিমেটারি এবং ক্রিমেটোরিয়াম ডিপার্টমেন্টর উফদেশ নিতা পারুইন।

আফনে ফিউনারেল ডাইরেক্টর বাছিয়া লইলে আফনেরে এমন এখটা পছন্দ করতা অইবো যে নিচের যেকোন এখটার সদস্য:

1. ন্যাশনাল অ্যাসোসিয়েশন অব ফিউনারেল ডাইরেক্টরস
2. দ্য ন্যাশনাল সোসাইটি অব অ্যালাইড এন্ড ইন্ডেপেন্ডেন্ট ফিউনারেল ডাইরেক্টরস (SAIF)

কোন নির্দিষ্ট ফিউনারেল ডাইরেক্টর ব্যবহার করবার আফনের উফরে কোন সীমা নাই, এবং ইচ্ছা করলে আফনে বিভিন্ন ডাইরেক্টরের লগে যোগাযোগ করিয়া তাহাদিগের সেবা ও মূল্যের তুলনা করতা পারুইন।

কিছু স্থানীয় কাউন্সিল তাহাদিগের নিজেদের ফিউনারেল সেবা চালাইয়া থাকে। ধর্ম-হীন অন্ত্যেষ্টিক্রিয়া সেবার লাগিয়া দ্য ব্রিটিশ হিউম্যানিষ্ট অ্যাসোসিয়েশন এন্ড ইন্সটিটিউট অব সিভিল ফিউনারেল আফনেরে সাহায্য করতা পারে।

আফনে এখটা ফিউনারেল ডাইরেক্টর বাছিয়া নিলে, মৃতদেহ সংগ্রহ করা অইবো এবং ফিউনারেল হোম বা সমাধিক্ষেত্রে লইয়া যাওয়া অইবো। কোভিড-19 (Covid-19) এর কারণে **বর্তমানে আফনের লাগি ফিউনারেল হোম পরিদর্শন করা সম্ভব না অইতা পারে**। আফনের উচিত অইবো ফিউনারেল ডাইরেক্টর ও স্থানীয় কর্তৃপক্ষের উফদেশ শুনা।

মৃতদেহের কাছাকাছি যাওয়া অয় ঔ ধরনের **রিচুয়াল বা ধর্মীয় অনুষ্ঠানে অংশগ্রহণ না করবার লাগি আফনেরে উফদেশ দেওয়া অইছে।** যেই খাজগুলান বিশ্বাসের কারণে মৃতদেহের কাছাকাছি গিয়া করা লাগে, **শুধুমাত্র পার্সোনাল প্রোটেক্টিভ ইকুইপমেন্ট**

(পিপিই) পরিয়া ঔটা করা যাইবো এবং তাহাদিগেরে অবশ্যই এমন এখজনের তত্ত্বাবধানে থাকা লাগবো যার পিপিই এর যথাযথ ব্যবহার সম্পর্কে প্রশিক্ষণ আছে। মৃতদেহ গোসল করানি, কাপড় পরানি ও অন্যান্য ধর্মীয় আচার পালনের ব্যাফারো ব্যবস্থা নিরাপদে পরিদর্শনের সম্ভাবনা লইয়া আফনে আফনের ফিউনারেল ডাইরেক্টরের লগে মাততা পারুইন। তবে, **সমাধিস্থল পরিদর্শন করা সম্ভব নাও অইতা পারে**। কমিউনিটি ফেইথ গ্রুপ আফনেরে কিতা করা সম্ভব ঔ ব্যাফারো উফদেশ দিতা পারুইন।

3. মৃত্যুর ঘটনা সরকারকে জানাইন

টেল আস ওয়ান্স সেবা কেউ মরিয়া গেলে কেন্দ্রীয় ও স্থানীয় সরকারের বিভাগগুলান এবং বিভিন্ন পাবলিক সেক্টর পেনশন স্কিমো জানানির ব্যাফারো আফনেরে সুযোগ করিয়া দিরায়। আফনে মৃত্যু নিবন্ধন করলে বা অন্তর্বর্তীকালীন মৃত্যু সনদ নিলে রেজিস্ট্রার আফনেরে এখটা ইউনিক রেফারেন্স নম্বর দিব, আফনে তখন টেলিফোনের মাধ্যমে বা অনলাইনে সেবায় প্রবেশ করতা পারবাইন। আরও তথ্যের লাগিয়া এই ওয়েবসাইটো যাইন **gov.uk/tell-us-once.**

আফনেরে ব্যাংক, ইউটিলিটি কোম্পানি এবং বাড়ির মালিক বা হাউজিং এসোসিয়েশন্রে আলাদা করিয়া জানাইতা অইবো।

আফনে টেল আস ওয়ান্স সার্ভিসো প্রবেশ নাও করতা পারুইন, যদি:

- আফনের স্থানীয় রেজিস্ট্রার অফিস টেল আস ওয়ান্স সার্ভিস অফার না করে
- ব্যক্তি এমন এখ দেশে মারা গেছুইন **যেইখানো টেল আস ওয়ান্স সার্ভিস নাই**
- আফনে টেল আস ওয়ান্স সার্ভিস প্রবেশ নাও করতা পারুইন, যদি

আফনে টেল আস ওয়ান্স সার্ভিসো প্রবেশ করতা না পারলে, আফনেরে সংশ্লিষ্ট প্রতিষ্ঠান্রে আলাদা ভাবে যোগাযোগ করা লাগবো। যার মধ্যে থাকতা পারে:

- HMRC
- ন্যাশনাল ইন্সুরেন্স কান্ট্রিবিউশন্স অফিস
- চাইল্ড বেনিফিট অফিস
- ট্যাক্স ক্রেডিট অফিস
- ডিপার্টমেন্ট ফর ওয়ার্ক এন্ড পেনশন্স
- পেনশন ট্রেসিং সার্ভিস / ভেটেরান্স ইউ কে (ফর আর্মড ফোর্সেস পেনশন)
- ড্রাইভার এন্ড ভেহিকল লাইসেন্সিং এজেন্সী (ডিভিএলএ)

4. অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার লাগি প্রস্তুতি

কমিউনিটিজ, প্রতিষ্ঠান এবং ব্যক্তি হক্কলরে এই পদক্ষেপ নিবার লাগি কঠোর ভাবে পরামর্শ দেওয়া অইরা যাতে মৃত ব্যক্তিরে সম্মান জানানিত আওয়া কোন শোক-প্রকাশকারীর মধ্যে Covid-19 ছড়ানির ঝুঁকি কমানি যায়, বিশেষ করিয়া যারা চিকিৎসাগতভাবে দুর্বল এবং যারা অসুস্থ অইবার বেশী সম্ভাবনা আছে তাহাদিগেরে সুরক্ষার লাগিয়ে সুনির্দিষ্টভাবে লক্ষ্য রাখা লাগবো। এই পদক্ষেপগুলানের মধ্যে আছে:

- শোকপ্রকাশকারীর সংখ্যা যত কম সংখ্যক সীমিত রাখন যাতে প্রত্যেকের মাঝো কমের পক্ষে **2 মিটার (6 ফিট)** নিরাপদ দুরত্ব বজায় থাকে। ফিউনারেল ডাইরেক্টর, চ্যাপেল অ্যাটেনডেন্ট এবং ফিউনারেল স্টাফের সাথে শুধু নিম্নলিখিত ব্যক্তি অংশগ্রহণ করতে পারবো:
    - o মারা যাওয়া ব্যক্তির বাড়ির সদস্য
    - o নিকট আত্মীয় এবং/বা নিকট বন্ধুবান্ধবের মধ্যে সর্বোচ্চ অনুমতি পাওয়া সংখ্যার মধ্যে সীমিত রাখিয়া।
- সামাজিক দুরুত্ব বজায় রাখিয়া **ঘটনাস্থলের আকার ও অবস্থা** অংশগ্রহণকারীর সর্বোচ্চ সংখ্যা নির্ণয় করবো কিন্তু সংখ্যা যত সম্ভব কমাইয়া রাখতা অইবো। ভ্যানু ম্যানেজার এইগুলান নিশ্চিত করবার লাগি সংখ্যা নির্দিষ্ট করিয়া দিতা পারুইন এবং কত সংখ্যক শোকপ্রকাশকারী আইতা পারবো ঔটা আফনের ফিউনারেল ডাইরেক্টররে জানাইয় দিবো যেইটা আফনেরে মানিয়া চলতা অইবো।
- শোক-প্রকাশকারীদের **হাত ধুইবার স্বাস্থ্যবিধি** এবং ইনফেকশন ছড়াইয়া দেওয়া প্রতিরোধ করবার নির্দেশনা মানতা অইবো।
- অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার লাগিয়া **আইতা ও ফেরত যাইবার সময়ও শোক-প্রকাশকারীদের সামাজিক দুরুত্ব মানতা অইবো**।
- বাড়ির কারো Covid-19 এর লক্ষণসহ অসুস্থ থাকবার লাগিয়া কোন শোক-প্রকাশকারী **14 দিন ধরিয়া সেলফ আইসোলেশনে থাকলে** এবং তার যদি কোন লক্ষণ না থাকে, সেই ক্ষেত্রে তাইন অংশ নিতা চাইলে **তাইনরে অনুমতি দেওয়া যাইবো,** তবে সংক্রমণের ঝুঁকি এড়াইবার লাগিয়া সকল প্রক্রিয়া অনুসরণ করতা অইবো।
- শোক-প্রকাশকারীর মধ্যে **যারা চিকিৎসাগতভাবে দুর্বল অথবা শিল্ডেড গ্রুপের মধ্যে আছুইন**, তাদেরকেও সংক্রমণের ঝুঁকি এড়াইবার লাগিয়া সকল প্রক্রিয়া অনুসরণ করিয়া অংশগ্রহণের ব্যবস্থা করতা অইবো।
- কোন শোক-প্রকাশকারীর Covid-19 **এর লক্ষণ প্রকাশ পাইলে (নতুন ধরনের একটা কাশি বা বেশী তাপমাত্রা) অন্ত্যেষ্টিক্রিয়াত অংশ নিতা পারতাইন না,** কারণ তাইনেরা অন্যদেরও ঝুঁকির মধ্যে ফালাইবেন। দূরে থাকা অংশগ্রহণকারীদের বিবেচনা করা উচিত।

অনেক ফরিবার পরবর্তীতে এখটা তারিখো **অতিরিক্ত স্মরণ সভার আয়োজন অথবা অনলাইন মেমোরিয়ালের আয়োজন** খরবার পরিকল্পনা করতেছেন যাতে আরও শোকপ্রকাশকারী তাহাদিগের সম্মান জানাইতা পারুইন। অনলাইন শোক বইও সুবিধাজনক অইতা পারে। এখটা অনুষ্ঠান আয়োজনের ফরিকল্পনায় সাহায্য খরলে, এমনকি তারা নিজেরাও অংশ নিতা না পারলেও, শোকসন্তপ্ত মানুষ শান্তি পাইতা পারুইন।

অংশগ্রহণকারীরা অবশ্যই ভ্রমণ ও সামাজিক দুরুত্বের ব্যাফারো সর্বশেষ সরকারি নির্দেশনার পরামর্শ নিবা। অন্ত্যেষ্টিক্রিয়াত অংশ নেওয়া লোখেরা বাড়িত ফিরিয়া যাওয়া অবাস্তব অইলে হোটেল ব্যবহার করতা পারবাইন। যারা একটি অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ায় (জানাজায়) অংশ নিচ্ছেন তারা **হোটেল** ব্যবহার করতে পারবেন যদি তাদের বাড়িতে ফিরে আসা অযৌক্তিক হয়।

সর্বশেষ অন্ত্যেষ্টিক্রিয়ার উফদেশোর লাগিয়া আফনেরে অবশ্যই স্থানীয় কর্তৃপক্ষ, ফিউনারেল ডাইরেক্ট **GOV.UK** র, ধর্মীয় নেতা এবং/অথবা GOV.UK এর সাথে পরামর্শ করতা অইবো।

5. সম্পত্তির ব্যাফারো বন্টন

আফনে যদি যে মারা গেছুইন তাইনোর নিকট বন্ধু বা আত্মীয়, অথবা ইউলের সম্পাদনকারী অইন, আফনেরে তাইনোর উইল, ট্যাকা এবং সম্পত্তি নিয়া বন্টন করা লাগতো পারে।

মৃত ব্যক্তির সম্পত্তি লইয়া লেনদেন খরবার লাগি আইনি অধিকার পাইতা আফনেরে প্রোবেট ওর লাগিয়া আবেদন খরা লাগতা পারে। আরো বিস্তারিত পাওয়াযাইতাপারে gov.uk/applying-for-probate।

প্রোবেটও র লাগিয়া আবেদনের অংশ হিসাবে আফনেরে মরিয়া যাওয়া ব্যক্তির ট্যাকা, সম্পত্তি ও পোসেশনের মূল্যায়ন খরা লাগবো। সম্পত্তির মূল্যায়ণ খরতা অইলে সম্পত্তি ৩টা প্রধান খাজ করতা অইবো:

1. ব্যাংক ও পরিষেবা প্রদানকারী প্রতিষ্ঠানের লগে যোগাযোগ খরিয়া ব্যক্তির সম্পদ ও ঋণ সম্বন্ধে জানতা অইবো।
2. সম্পত্তির মূল্য নির্ধারণ করুন। আফনে কিলান এইচএমআরসি এর ধারো রিপোর্ট করুক্কা এবং রিপোর্টিং এর সময়সীমা এবং কুনতা উত্তরাধিকার আয়কর দেওয়া এইগুলানের উফরে এর প্রভাব পরবো। বেশীরভাগ সম্পত্তির আয়কর দেয়া হয় নাই।
3. মূল্য এইচএম রেভেনিউ অ্যান্ড কাস্টমস (এইচএমআরসি) এর ধারো রিপোর্ট করুক্কা।

প্রতিটি পর্যায়ে আরও বিশদ এবং সমর্থন পাওয়া যাবে এখানে
gov.uk/valuing-estate-of-someone-who-died

আফনেরে সম্পত্তির রেকর্ডও হালনাগাদ করতা অইবো:

- কোন যৌথ মালিক মারা গেলে
    - o কোন সম্পত্তির যৌথ মালিক মারা গেলে, রেজিস্ট্রার থাকিয়া তাহার নাম বাদ দিতা ডিজেপি ফরম পূর্ণ করুইন।
    - o ফরম সম্পূর্ণ করিয়া মৃত্যু সনদের অফিসিয়াল কপিসহ এইচএম ল্যান্ড রেজিস্ট্রিত পাঠাইন।
- কোন সম্পত্তির একক মালিক মারা গেলে, সম্পত্তি সাধারণত যার নামে স্থানান্তর অয়:
    - o যে ব্যক্তি সম্পত্তি উত্তরাধিকার সুত্রে মালিক অইছে (‘বেনেফিসিয়ারি’ হিসাবে পরিচিত)
    - o কোন তৃতীয় পক্ষ, উদাহরণস্বরূপ কেউ সম্পত্তি কিনিয়া লইলে

আরও বিস্তারিত ও প্রাসঙ্গিক কাগজপত্রের লিঙ্ক এইখানো পাওয়া যাইবো:
www.gov.uk/update-property-records-someone-dies

করোনের নিকট রিপোর্ট করা মৃত্যু

এখন ডাক্তার কয়েকটি কারণে এখটা মৃত্যু করোনের ধারো রিপোর্ট করতা পারুইন যার মধ্যে রইছে:

- মৃত্যুর কারণ অজানা
- মৃত্যুটি সহিংস বা অস্বাভাবিক আছিল
- মৃত্যু হঠাৎ করেই ছিল এবং তা অব্যক্ত ছিল

করোনের সিদ্ধান্ত নিতা পারুইন যে, ব্যক্তি কিলান মারা গেছুইন ঔটা জানার লাগিয়া ময়না তদন্ত করবার দরখার আছে। এইটা এখটা হাসপাতালো বা পাবলিক মরচুয়ারিত অইতা পারে। ময়না-তদন্তের পরে মৃতদেহ আর কুনতা আইনগত অনুসন্ধানের প্রস্তাব ছাড়া অবমুক্ত করা অইলে, করোনের ব্যক্তির মৃত্যুর কারণ উল্লেখ করিয়া রেজিস্ট্রারের ধারো এখটা ফরম পাঠাইবো (‘গোলাপী ফরম– ফরম 100B')। করোনের ক্রিমেশন অথোরিটির ধারো এখটা 'সার্টিফিকেট অফ করোনের - ফরম ক্রিমেশন 6', যদি লাশ দাফন করা লাগে তাইলে 'করোনের অর্ডার ফর বারিয়াল' পাঠাইবো। আফনে এর ফরে মৃত্যু নিবন্ধন করতা পারুইন এবং মৃত্যু-সনদের কপি পাইতা পারুইন।

মৃত্যুর কারন এখনও অজানা থাকলে, অথবা ব্যক্তি সম্ভাব্য সহিংসতায় মরলে বা অস্বাভাবিক মৃত্যু ঘটলে অথবা জেল বা পুলিশ হেফাজতে মৃত্যু অইলে, করোনের অবশ্যই আইনগত অনুসন্ধানের ব্যবস্থা করবা।

- আইনগত অনুসন্ধান শেষ না হওয়া পর্যন্ত আফনে মৃত্যু নিবন্ধন করতা পারতাইন না।
- ব্যক্তি মারা গেছুইন ঔটা প্রমাণের লাগিয়া করোনের এখটা অন্তর্বর্তিকালীন মৃত্যু সনদ দিতা পারুইন। সংস্থাগুলিকে মৃত্যুর বিষয়ে জানতে এবং প্রোবেটের জন্য আবেদন করতে আপনি এটি ব্যবহার করতে পারেন
- আইনগন অনুসন্ধান শেষ অইলে, করোনের রেজিস্ট্রাররে জানাইবা রেজিস্টারো কিতা লিখতা অইবো।

বিরিভমেন্ট সাপোর্ট

বন্ধু বা ভালোবাসার কেউ মারা গেলে, এটা খুবই কঠিন ও চ্যালেঞ্জিং সময় অইতা পারে। Covid-19 মহামারীর সময়ে যারা নিকটজনকে হারাইছেন ও দু:খের মধ্য দিয়া গেছেন তাহাদিগের জন্যে এইটা আরও বেশী কষ্টের অইতা পারে।

প্রিয়জন হারানো লোকেরা শুধু মৃত্যুর ধাক্কার জন্যেই না, সামাজিক দুরুত্বের ব্যবস্থার কারণে তাহাদিগেরা ইচ্ছা অনুযায়ী মৃত ব্যক্তিরে বিদায় জানাইতা না পারবার লাগিয়া দুঃখ নিয়া সংগ্রাম করতা পারুইন। একলা আইসোলেশনে থাকা ব্যক্তির লাগিয়া বিশেষ করিয়া এইটা বাক্কা কঠিন অইবার কথা এবং স্বাভাবিক সহযোগী নেটওয়ার্কের লগে যোগাযোগও আরও কঠিন অইতা পারে।

আফনে নিচের উফদেশ অনুসরণ করতা পারুইন, যাতে প্রিয়জন হারানোর দূর করবার বাধার লগে তাল মিলাইয়া চলতা পারুইন:

করুইন

- পর্যাপ্ত ঘুম (আফনের স্বাভাবিক পরিমাণ), বিশ্রাম এবং অবসর নিন, এবং নিয়মিত ও স্বাস্থ্যকরভাবে খাওয়া দাওয়া করুইন।
- আফনের কিতা লাগবো লোকজনরে জানাইন।
- আফনের বিশ্বাসের লোখজনের লগে মাতুইন। । আফনেরে হক্কলরে হক্কলতা জানানি লাগতো নায় কিন্তু কাউরে কিস্তা না জানাইলে উফকার অয় না।
- ঘরে অথবা গাড়ি চালানির সময় বা কিছুত চলার সময় সাবধান থাকুইন – এখটা আঘাতমূলক বা চাপের ঘটনার পরে প্রায়ই দুর্ঘটনা অয়।
- আফনের উফরে বাইরার চাহিদা কমানির চেষ্টা করুক্কা এবং এই সময়ের লাগি বারতি দায়িত্ব লইয়েন না।
- আফনে নিরাপদ বোধ করুইন এই লাখান জাগাত যাওয়ার লাগি সময় বাইর করুক্কা এবং আফনের মন থাইক্যা যা ঘটিয়া গেছে ঔটা শান্তভাবে দূর করিয়া দেইন। এই সময় অনুভূতি বাক্কা শক্ত থাকলে, এই গুলান খরবার লাগিয়া নিজেরে জোর দিয়েন না।

যা করবাইন না

- এই অনুভূতিগুলান বোতল বন্দী করা। আফনের বিশ্বাসের কারো লগে যেইটা লইয়া মাতলে সাহায্য অইবো ঔটা চিন্তা করুক্কা। স্মৃতি রাতারাতি হারাইয়া যাইতা নাও পারে।
- আফনে আফনের অনুভূতি ও চিন্তা লইয়া বা অন্যের অনুভূতি লইয়া অপ্রস্তুত অইরা। এখটা চাপের ঘটনার পরে এইটা বাক্কা স্বাভাবিক প্রতিক্রিয়া।
- আফনের বিশ্বাসের লোখজনরে এড়াইয়া চলা।

কয়েখটা সেবা ও প্রতিষ্ঠান আছে যারা স্বজন হারানির সময় আফনেরে ও আফনের ফরিবাররে সহযোগিতা করতা পারে, যার মধ্যে আছে:

- আফনের কাউন্সিল থাইক্যা বিরিভমেন্ট সার্ভিস খুজিয়া লওক্কা।
  - **gov.uk/find-bereavement-services-from-council**
- এনএইচএস ইনফরমেশন এন্ড সাপোর্ট অন স্বজন হারানির দুঃখ।
  - **nhs.uk/conditions/stress-anxiety-depression/coping-with-bereavement/**
- স্বজন হারানির পরে সরকারের ধাপে ধাপে নির্দেশনা।
  - **gov.uk/after-a-death**
- স্বজন হারানির দুঃখ কিলান এই মহামারী দ্বারা প্রভাবিত অইতা পারে এবং সংক্রমণের সময়ে কিলান বাইচ্চান্তরে সাহায্য করা যায় ক্রুজ বিরিভমেন্ট কেয়ারর এই রিসোর্স আছে।
  - **cruse.org.uk/get-help/coronavirus-dealing-bereavement-and-grief**
  - **cruse.org.uk/coronavirus/children-and-young-people**
  - কল করুক্কা 0808 808 1677
- অ্যাট এ লস সারা ইউকে ব্যাপী সাইনপোস্টিং ও সেবা এবং অনলাইন কাউন্সেলিং সেবা দিয়া থাকের।
  - **ataloss.org**

- দ্য কম্প্যাশনেট ফ্রেন্ডস্ যে কোন বয়সের বাইচ্চা মারা যাইবার পর এবং যে কোন কারনে মরার পর ফরিবাররে সহযোগিতা দিয়া থাকে।
  - o **tcf.org.uk**
  - o কল করুক্কা 0345 123 2304
- চাইল্ডহুড বিরিভমেন্ট নেটওয়ার্কের জাতীয় ও স্থানীয় সহযোগী প্রতিষ্ঠানের তথ্য ও লিঙ্ক আছে।
  - o **childhoodbereavementnetwork.org.uk**
- LGBT সুনির্দিষ্ট সহযোগিতা পাওয়া যায় যেখান থাকিয়া:
  - o সুইচবোর্ড–LGBT এর লাগিয়া এখটা শুনিবার সেবা + ফোনে, ইমেইলে এবং ইনস্ট্যান্ট মেসেজিং এর মাধ্যমে লোখজন **switchboard.lgbt**
  - o মাইন্ডআউট-এলজিবিটিকিউ কমিউনিটির মানসিক স্বাস্থ্য উন্নতির ও বালা থাকবার লাগিয়া এ্যাডভোকেসি ও অনলাইন সাপোর্ট সেবা। **mindout.org.uk**
  - o লন্ডন ফ্রেন্ড–মানসিক স্বাস্থ্যের সহযোগিতা প্রদান করুইন যার মধ্যে আছে পিয়ার সাপোর্ট ফোরাম, ভিডিও কাউন্সেলিং এবং মানসিক স্বাস্থ্য সঙ্কট প্রতিরোধ ফরিকল্পনা **londonfriend.org.uk**
  - o LGBT ফাউন্ডেশন - কাউন্সেলিং ও বন্ধুত্ব স্থাপনের এবং হেল্পলাইন অফার করে। **lgbt.foundation**
- BAME সুনির্দিষ্ট সাপোর্ট যেইখানো পাওয়া যাইবো:
  - o আফনের স্থানীয় কাউন্সিলের ওয়েবসাইটো BAME সুনির্দিষ্ট সেবা থাকতা পারে।
  - o BAME আফনে যেই সাপোর্ট সার্ভিস বাছিয়া লইন না কেনে বিএএমই কাউন্সেলর অপশন থাকতা পারে।
  - o BAATN (ব্ল্যাক, আফ্রিকান এন্ড এশিয়ান থেরাপি নেটওয়ার্ক) যেইটা ইউকে-তে অবস্থানরত ব্ল্যাক, আফ্রিকান, এশিয়ান এবং ক্যারিবিয়ান বংশোদ্ভূত কাউন্সেলর ও সাইকোথেরাপিস্ট এর বিশাল কমিউনিটি। অনুগ্রহপূর্বক অবগত থাকুইন যে, এই সেবার লাগিয়া ফি দিতা অয়। **baatn.org.uk** | 020 3600 0712

আফনের দুশ্চিন্তা, বিষণ্নতা, বা পোস্ট ট্রমাটিক ডিজ অর্ডার এর সম্ভাব্য লক্ষণ লইয়া আফনে আফনের জিপি বা NHS111 এর লগে যোগাযোগ করতা পারুইন। এনএইচএস চয়েসেস এর মাধ্যমে এই ব্যাফারগুলানের লাগিয়া অতিরিক্ত সাপোর্ট আছে (**NHS.uk তে**) অথবা সামারিটিয়ান্সরে 08457 90 90 90 কল করুক্কা।

এই গাইডেন্সটি ইংল্যান্ডের জন্য। এছাড়া স্কটল্যান্ড, উত্তর আয়ারল্যান্ড ও ওয়েলসে সমর্থন পাওয়া যায়।