## अपनी NHS सर्दियों की वैक्सीन बुक करना

प्रिय ((fullName)),

आप अपनी उम्र के कारण NHS की सर्दियों की मुफ़्त फ़्लू और COVID-19 वैक्सीन बुक कर सकते/सकती हैं। सर्दियों के महीनों से पहले जितनी जल्दी हो सके वैक्सीन लगवाना सबसे अच्छा है।

## अपनी फ़्लू वैक्सीन कैसे लगवाएँ

* अपने जीपी सर्जरी से संपर्क करें
* NHS ऐप पर या [www.nhs.uk/book-flu-jab](https://www.nhs.uk/book-flu-jab) पर ऑनलाइन फ़ार्मेसी अपॉइंटमेंट बुक करें
* [www.nhs.uk/flu-pharmacy](http://www.nhs.uk/flu-pharmacy)पर एक फ़ार्मेसी खोजें 

## अपनी COVID-19 वैक्सीन कैसे लगवाएँ

* **NHS ऐप** पर बुक करें
* [www.nhs.uk/get-vaccine](http://www.nhs.uk/get-vaccine) पर ऑनलाइन बुक करें
* [www.nhs.uk/covid-walk-in](http://www.nhs.uk/covid-walk-in)पर एक वॉक-इन साइट खोजें

आप NHS ऐप पर या ऑनलाइन बुकिंग करके एक ही अपॉइंटमेंट पर अपनी दोनों NHS सर्दियों की वैक्सीन लगवाने की व्यवस्था कर सकते/सकती हैं।

## अगर आपको सहायता चाहिए

अगर आप ऑनलाइन नहीं जा सकते/सकती हैं, तो **119** पर फ़ोन करें। अनुवादक उपलब्ध हैं। आप **18001 119** पर टेक्स्ट फ़ोन का उपयोग भी कर सकते/सकती हैं या [www.signvideo.co.uk/nhs119](http://www.signvideo.co.uk/nhs119)पर NHS ब्रिटिश साइन लैंग्वेज सेवा का उपयोग कर सकते/सकती हैं।

अगर आपकी देखभाल घर पर होती है, तो अपने जीपी सर्जरी से संपर्क करें और होम विज़िट के लिए कहें।

आसानी से पढ़े जाने वाले और अन्य भाषाओं और फ़ॉर्मेट में जानकारी के लिए, [www.england.nhs.uk/seasonal-invites](http://www.england.nhs.uk/seasonal-invites)पर जाएँ।

## NHS सर्दियों की वैक्सीन क्यों प्रदान कर रहा है

फ़्लू और COVID-19 सर्दियों में ज़्यादा आसानी से फैलते हैं और इनसे बचना मुश्किल हो सकता है। हर साल, हज़ारों बुज़ुर्गों को फ़्लू और COVID-19 के लिए अस्पताल में देखभाल की ज़रूरत पड़ती है। यह ज़रूरी है कि आप गंभीर लक्षणों के अपने जोखिम को कम करने के लिए हर साल दोनों वैक्सीन लगवाएँ। समय के साथ सुरक्षा कम हो जाती है और वायरस बदलते रहते हैं। [www.nhs.uk/wintervaccinations](http://www.nhs.uk/wintervaccinations) पर जाएँ।

## अन्य NHS वैक्सीन

अगर आपने पहले से नहीं लगवाई हैं, तो आप न्यूमोकोकल, RSV और शिंगल्स वैक्सीन लगवा सकते/सकती हैं। पूरी जानकारी के लिए, [www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations) पर जाएँ।

भवदीय,

NHS इंग्लैंड वैक्सीनेशन टीम

**डेटा सुरक्षा:** NHS इंग्लैंड राष्ट्रीय वैक्सीनेशन कार्यक्रमों के उद्देश्य से व्यक्तिगत डेटा को प्रोसेस करने के लिए ज़िम्मेदार है। आप हमारी गोपनीयता सूचना [www.england.nhs.uk/privacy-notice](http://www.england.nhs.uk/privacy-notice)पर पढ़ सकते/सकती हैं।ऑप्ट आउट करने के लिए: [www.nhs.uk/covid-invite-preferences](http://www.nhs.uk/covid-invite-preferences)**.**