## अपनी NHS सर्दियों की फ़्लू वैक्सीन बुक करना

प्रिय ((fullName)),

आप सर्दियों में NHS की मुफ़्त फ़्लू वैक्सीन बुक कर सकते/सकती हैं क्योंकि आपकी उम्र **65 या उससे ज़्यादा** है (या 31 मार्च 2026 की तिथि को हो जाएगी)।

## A qr code to book your vaccination onlineअपनी फ़्लू वैक्सीन कैसे लगवाएँ

* अपने जीपी सर्जरी से संपर्क करें
* NHS ऐप पर या [www.nhs.uk/book-flu-jab](http://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

सर्दियों के महीनों से पहले जितनी जल्दी हो सके वैक्सीन लगवाना सबसे अच्छा है।

## 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 में फ़्लू वैक्सीन क्यों प्रदान कर रहा है

फ़्लू सर्दियों में ज़्यादा आसानी से फैलता है और इससे बचना मुश्किल हो सकता है। हर साल, हज़ारों बुज़ुर्गों को फ़्लू 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 अपनी वैक्सीन लगवाएँ क्योंकि समय के साथ सुरक्षा कम हो जाती है और वायरस बदलते रहते हैं। [www.nhs.uk/flujab](http://www.nhs.uk/flujab)पर और पढ़ें।

## 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।