Flu campaign video - Punjabi

1	Hi my name is Shiren, I live and work in Bristol
	ਸਤਿ ਸ਼੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਸ਼ਿਰੀਨ ਹੈ, ਮੈਂ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਵਿੱਚ ਰਹਿੰਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹਾਂ
2	I'm a part of the Bristol Muslim Strategic Leadership Group
	ਮੈਂ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਮੁਸਲਿਮ ਰਣਨੀਤਕ ਲੀਡਰਸ਼ਿਪ ਸਮੂਹ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹਾਂ
3	I'm really passionate about public health
	ਮੈਂ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਪ੍ਰਤੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੰਵੇਗਸ਼ੀਲ ਹਾਂ
4	which is why i joined the NHS Health Task Group
	ਇਸ ਲਈ ਹੀ ਮੈਂ ਐਨਐਚਐਸ ਹੈਲਥ ਟਾਸਕ ਗਰੁੱਪ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਗਈ
5	and today I'm here with Ade Williams. Hi Shiren nice to meet you
	ਅਤੇ ਅੱਜ ਮੈਂ ਇੱਥੇ ਐਂਡੀ ਵਿਲੀਅਮਜ਼ ਦੇ ਨਾਲ ਹਾਂ। ਸਤਿ ਸ਼੍ਰੀ ਅਕਾਲ ਸ਼ੀਰੇਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲ ਕੇ ਵਧੀਆ ਲੱਗਿਆ
6	What do you do Ade?
	ਐਡੀ, ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਦੇ ਹੋ?
7	I'm the lead pharmacist at Bedminster Pharmacy which is in south Bristol
	ਮੈਂ ਸਾਊਥ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਵਿੱਚ ਬੈੱਡਮਿੰਸਟਰ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਮੁੱਖ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਹਾਂ
8	So, Ade I was wondering why is the flu vaccine important
	ਤਾਂ, ਐਡੀ ਮੈਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਸੀ ਕਿ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ
9	especially for people across different communities in Bristol this year?
	ਖ਼ਾਸਕਰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਜੋ ਇਸ ਸਾਲ ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਵਿੱਚ ਹਨ?
10	One of the things that we sometimes forget is that flu itself kills and hospitalises people
	ਇੱਕ ਗੱਲ ਹੋਰ ਜਿਹੜੀ ਅਸੀਂ ਕਈ ਵਾਰ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਫਲੂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾਖਲ ਕਰਵਾਉਂਦਾ ਹੈ
11	we lose thousands of people sadly to flu every year

	ਅਫ਼ਸੋਸ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਹਰ ਸਾਲ ਫਲੂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੁਆ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ
12	we also know just like we've seen with the coronavirus, that
	ਅਸੀਂ ਵੀ ਉਨਾ ਹੀ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ, ਜਿੰਨਾ ਅਸੀਂ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਖਿਆ ਹੈ, ਜੋ
13	people who are in minority ethnic groups; black, Asian, and also people that have
	ਲੋਕ ਘੱਟ ਗਿਣਤੀ ਜਾਤੀਗਤ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਹਨ; ਕਾਲੇ, ਏਸ਼ੀਅਨ, ਅਤੇ ਅਜਿਹੇ ਲੋਕ ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ
14	underlying health conditions like diabetes and also the over 65s are vulnerable to flu
	ਸ਼ੂਗਰ ਵਰਗੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਅਤੇ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਫਲੂ ਦੀ ਚਪੇਟ ਵਿੱਚ ਹਨ
15	and we are concerned actually that the combination of flu and covid which we know
	ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਚਿੰਤਤ ਹਾਂ ਕਿ ਫਲੂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਜੋ ਕਿ ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ
16	increases the [risk] to have both of them at the same time poses a big risk to those groups
	ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੋਵਾਂ ਦਾ ਇੱਕੋ ਸਮੇਂ ਹੋਣਾ [ਜੋਖਮ] ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਵੀ ਇੱਕ ਵੱਡਾ ਖ਼ਤਰਾ ਬਣਦਾ ਹੈ,
17	as well, so what we then know
	ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਫਿਰ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ
18	is that in light of this risk the flu vaccine which is a safe and effective way
	ਕਿ ਇਸ ਜੋਖਮ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਫਲੂ ਤੋਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਉਣ ਦਾ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਤਰੀਕਾ ਹੈ
19	to protect yourself from flu just makes a lot of sense to have it to protect you, your family
	ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਤੁਹਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਵੀ ਬਚਾਉਣ ਲਈ
20	and also, your community as well.
	ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਇਨੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ।
21	I completely agree with you
	ਮੈਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਹਿਮਤ ਹਾਂ
22	So is the flu vaccine effective, does it actually work?

	T
	ਤਾਂ ਫਿਰ ਕੀ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੈ, ਕੀ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ?
23	Yes, it is effective, the flu vaccine offers a very effective way of
	ਹਾਂ, ਇਹ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ
24	delivering protection to yourself, it doesn't give you the flu because it doesn't have any
	ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ
25	live vaccines in it and it can take up to 14 days after it to be fully protected from flu
	ਕੋਈ ਲਾਈਵ ਵੈਕਸੀਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਫਲੂ ਤੋਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਇਸ ਨੂੰ 14 ਦਿਨ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ
26	Yes, I think that's really important, wanting to protect the people around us because we ourselves
	ਹਾਂ, ਮੈਂ ਸੋਚਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ, ਸਾਡੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਖੁਦ
27	might not be at such high risk but [for] the people we love [it] might have a much more disastrous effect so
	ਸ਼ਾਇਦ ਇੰਨੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹਾਂ ਪਰ [ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ] ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਇਸਦਾ ਇੱਕ ਹੋਰ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ
28	One thing I was wondering is
	ਇੱਕ ਗੱਲ ਹੋਰ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਮੈਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ ਉਹ ਇਹ ਹੈ
29	Does the flu vaccine have any side effects?
	ਕੀ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹਨ?
30	It's a good question and one of the things that many people will say to you
	ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਸਵਾਲ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਗੱਲ ਜੋ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਹਿਣਗੇ ਉਹ ਇਹ ਹੈ
31	is that flu vaccines give you flu and that's completely not true
_	ਕਿ ਫਲੂ ਟੀਕੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਨਹੀਂ ਹੈ
32	the most that you will experience is an aching arm after you've
	ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ

33	had it and that usually will resolve itself without much incident over a few hours
	ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮਾਜਰੇ ਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਹਟ ਜਾਵੇਗਾ।
34	if you are allergic to any of the constituents in a flu vaccine because some of them are egg-based
	ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਘਟਕ ਤੋਂ ਐਲਰਜੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਅੰਡੇ ਅਧਾਰਤ ਹਨ
35	you can actually ask the pharmacist or the nurse or the GP that's administering it
	ਤੁਸੀਂ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਜਾਂ ਨਰਸ ਜਾਂ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਲਗਾ ਰਿਹਾ ਹੈ
36	let them know that you do, and they can find you one that does not
	ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਐਲਜਰੀ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਘਟਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ
37	have that so the chances of you coming to any harm
	ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਨੁਕਸਾਨ
38	from a flu vaccine is very very minimal, it's a very safe and effective intervention
	ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ, ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇੰਟਰਵਿਨਸ਼ਨ ਹੈ।
39	Ok I think that's really important for everyone to know then because I think that was
	ਠੀਕ ਹੈ ਮੇਰੇ ਖਿਆਲ ਵਿੱਚ ਇਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਜਾਣਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ
40	my worry that it would have bad side effects but to know that it's really safe,
	ਇਹ ਮੇਰੀ ਚਿੰਤਾ ਸੀ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋਣਗੇ ਪਰ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਇਹ ਬਹੁਤ ਹੀ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ,
41	there's no live flu in it that's really important.
	ਇਸ ਵਿਚ ਕੋਈ ਜੀਵਤ ਫਲੂ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਗੱਲ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਹੈ।
42	One particular worry
	ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਚਿੰਤਾ
43	that I had was that I'd be putting myself
	ਜੋ ਮੈਨੂੰ ਸੀ ਕਿ ਮੈਂ

44	more at risk by coming into a doctor's surgery or pharmacy to
	ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਜਾਂ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਆ ਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ
45	get the vaccine.
	ਵਧੇਰੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਪਾਵਾਂਗੀ।
46	No, you're not and one of the things that you know all of us in the NHS have been
	ਨਹੀਂ, ਤੁਸੀਂ ਨਹੀਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਗੱਲ ਜੋ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਐੱਨਐੱਸਐੱਚ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਕਾਫੀ ਸਤਰਕ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਸਾਲ ਅਸੀਂ ਕਾਫੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਾਂ,
47	really conscious of because we've been planning for the flu vaccination
	ਕਿਉਂਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਸਾਲ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕਾਕਰਣ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਾਂ
48	this year for over a period of time is to think about
	ਕਾਫੀ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹਾਂ
49	how do we make it safe for you to come in
	ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਉਣਾ ਲਈ ਇਸਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਈਏ।
50	what I can say is that you will certainly not be putting yourself at risk
	ਮੈਂ ਇਹ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਨਿਸ਼ਚਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਪਾਓਗੇ
51	that is because all NHS colleagues will be
	ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਰੇ ਐਨਐਚਐਸ ਸਹਿਕਰਮੀ
52	sanitizing our hands, will be wearing appropriate protection including
	ਸਾਡੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰਨਗੇ, ਮਾਸਕ, ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਸਮੇਤ ਅਤੇ ਉਚਿੱਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪਹਿਨਣਗੇ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ
53	mask, gloves, and also [for] each person as well. There will be appointments or time gaps put in place to
	ਹਰੇਕ ਵਿਅਤਕੀ[ਲਈ] ਨੂੰ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਉਚਿਤ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਇਥੇ ਔਪੁਆਇੰਟਮੈਂਟ ਜਾਂ ਸਮੇਂ ਦੇ ਗੈਪ ਪਾਏ ਜਾਣਗੇ, ਕਿ
54	make sure that people are not coming in together, they're not congregating together there and

	ਉਹ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਆ ਰਹੇ, ਉਹ ਇੱਥੇ ਵੀ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਹੇ ਅਤੇ
55	actually if you have a particular need as well that makes you maybe at a higher vulnerability
	ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਖਾਸ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤਿਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਬਣਾ ਸਕਦੀ ਹੈ
56	you will also find that there are special clinics being set up sometimes in community locations
	ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਦੇਖੋਗੇ ਕਿ ਇੱਥੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਲੀਨਿਕ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ
57	where you can go into a town hall or into a booked community setting to have your vaccination done
	ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਟਾਊਨ ਹਾਲ ਜਾਂ ਬੁੱਕ ਕੀਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਸੈਟਿੰਗ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਆਪਣਾ ਟੀਕਾਕਰਨ ਜਲਦੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ,
58	quickly, it is something that we're all very conscious of, we want to make sure that in
	ਇਹ ਉਹ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਸੁਚੇਤ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ
59	protecting you we are protecting ourselves and we are also making sure we don't cause you any harm.
	ਤੁਹਾਡੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਵੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹਾਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਨੁਕਸਾਨ ਨਾ ਪਹੁੰਚਾਈਏ।
60	One thing that's particularly relevant to the Muslim communities in Bristol is
	ਬ੍ਰਿਸਟਲ ਵਿੱਚ ਮੁਸਲਿਮ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗੱਲ ਜੋ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੈ
61	and I've wondered about this and heard quite a few people ask, is the flu vaccine halal, is it safe for
	ਅਤੇ ਮੈਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨ ਲਈ ਉਤਸਕ ਸੀ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛਿਆ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਫਲੂ ਦਾ ਟੀਕਾ ਹਲਾਲ ਹੈ,
62	the Muslim community to get it? The adult flu vaccinations that we're using in our region do
	ਕੀ ਮੁਸਲਿਮ ਭਾਈਚਾਰੇ ਲਈ ਇਸ ਨੂੰ ਲਗਵਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ? ਅਡਲਟ ਫਲੂ ਦੇ ਟੀਕੇ ਜੋ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਖੇਤਰ
63	not contain any traces of pork although it is not halal certified. We do know that the children's

	ਵਿੱਚ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੋਰਕ ਦਾ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਾਨ ਨਹੀਂ ਹੈ ਹਾਲਾਂਕਿ ਇਹ ਹਲਾਲ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।
64	nasal vaccines will have pork traces in them. What we are saying is the decision to get vaccinated is
	ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਨਾਸਲ ਵੈਕਸੀਨ ਵਿੱਚ ਪੋਰਕ ਦੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਹੋਵੇਗੀ। ਅਸੀਂ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਇੱਕ
65	one that is a personal one, so understand what the risks are, seek appropriate advice to help you
	ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਫੈਸਲਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੋ ਵੀ ਜੋਖਮ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝੋ, ਇਕ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ
66	to make an informed decision and also talk to your Doctor or pharmacist as well. Thank you very much Ade
	ਢੁੱਕਵੀਂ ਸਲਾਹ ਲਵੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਵੀ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ ਐਡੀ
67	that's really useful information, just
	ਇਹ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਹੀ ਲਾਭਦਾਇਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੈ, ਬਸ
68	one last thing for people in the community who are
	ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਆਖਰੀ ਸਵਾਲ ਜਿਹੜਾ
69	looking to get the vaccine who's eligible for the free NHS vaccine and where can I get one?
	ਵਿਅਕਤੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਮੁਫਤ ਐਨਐਚਐਸ ਵੈਕਸੀਨ ਲਈ ਯੋਗ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?
70	Free NHS vaccination is available for those in the at-risk group, this includes anyone over the age of 65
	ਮੁਫਤ ਐੱਨ.ਐੱਚ.ਐੱਸ. ਟੀਕਾਕਰਣ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜੋ ਜੋਖਮ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਹਨ, ਇਸ ਵਿੱਚ 65 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ
71	people with a long-term health condition such as diabetes and also pregnant women at any stage of
	ਜੋ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਸਮੱਸਿਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ੂਗਰ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ
72	their pregnancy. If you're eligible for the free NHS flu vaccination you may have already received

	ਜੋ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਹਨ, ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮੁਫਤ ਐਨਐਚਐਸ ਫਲੂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ, ਤੁਹਾਨੂੰ
73	a letter from your GP, if not you can go into your community pharmacy or contact your GP surgery and
	ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਇੱਕ ਪੱਤਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਵਿੱਚ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਜੀਪੀ ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ
74	they will be able to advise you on how to book in for your free vaccination, so please go in if you're
	ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਲਾਹ ਦੇਣਗੇ ਕਿ ਆਪਣਾ ਮੁਫਤ ਟੀਕਾਕਰਣ ਲਈ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰਵਾਉਣਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਅੰਦਰ ਜਾਓ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ,
75	entitled to a free NHS vaccination, get it as soon as possible, protect yourself, protect your
	ਮੁਫਤ ਐਨਐਚਐਸ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦੇ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ, ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ, ਆਪਣੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ, ਆਪਣੇ
76	family, protect your community and the NHS as well. Thank you very much for that, that's
	ਪਰਿਵਾਰ, ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ NHS ਦੀ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ। ਉਸ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ-ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ
77	a really important message I think everybody needs to hear that. Thank you for coming in.
	ਇਹ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਣ ਸੰਦੇਸ਼ ਹੈ ਮੇਰੇ ਖਿਆਲ ਵਿੱਚ ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਸੁਣਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ। ਆਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡਾ ਬਹੁਤ-ਬਹੁਤ ਧੰਨਵਾਦ।