

والدین کی رہنمائی

2020-21 کا تعلیمی سال

صحت کے اقدامات کے ساتھ اسکول کے اندر روزانہ کی تقریباً عمومی کلاسوں میں واپسی



نئے تعلیمی سال میں سیکھنا

طلباء نئے تعلیمی سال کے آغاز میں روزانہ اسکول واپس جائیں گے۔ کووڈ-19 کے خطرے کو کم کرنے اور محفوظ رہنے میں مدد کیلئے صحت کے ایسے اقدامات موجود ہیں جن پر ہر ایک کو عمل کرنا ہوگا۔

اگرچہ آپ کا اسکول حکومت کی صحت کی سفارشات پر عمل کرنے کیلئے ایک منصوبہ تیار کرے گا، لیکن اس میں ہر ایک کو کردار ادا کرنا ہوگا۔

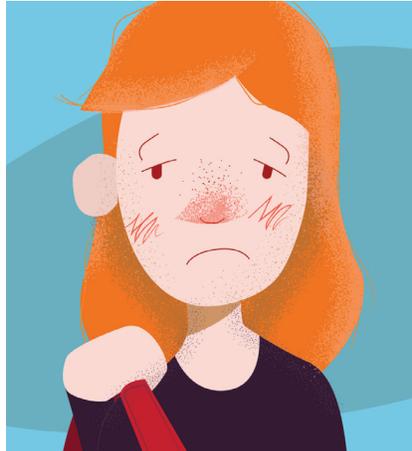
دور والدین فی الحفاظ علی سلامة الأطفال بالمدارس

جب بیمار ہوں یا اگر کسی ایسے فرد کے ساتھ رابطے میں ہوں جو بیمار ہے تو گھر پر رہیں

طلباء، والدین یا خاندانوں کے افراد کو اسکول میں قطعاً داخل نہیں ہونا چاہئے اگن:

- وہ بیمار محسوس کر رہے ہوں یا ان میں کووڈ-19 کی علامات ہوں
- ان کا پچھلے 14 دنوں میں کووڈ-19 کے کسی تصدیق شدہ کیس والے فرد کے ساتھ قریبی رابطہ رہا ہے
- ان کا پچھلے 14 دنوں میں کووڈ-19 کے کسی تصدیق شدہ کیس والے یا اس کی علامات والے فرد کے ساتھ قریبی رابطہ رہا ہے؟
- انہوں نے پچھلے 14 دنوں میں کینیڈا سے باہر سفر کیا ہے

- بہتی ہوئی ناک / بند ناک، طبیعت کی ناسازی / تھکاوٹ، متلی / الٹی / اسہال، بھوک کا غیر واضح نقصان
- ذائقے یا بوکا احساس ختم ہو جانا، پٹھوں / جوڑوں کا درد، سر درد، آشوب چشم (گلابی چشم)



اسکولوں کو محفوظ رکھنے میں والدین کا کردار

علامات پر نظر رکھنے کیلئے ہر صبح اسکرین کریں

یہ دیکھنے کیلئے ہر صبح چیک کریں کہ آیا آپ کے بچے میں ان میں سے کوئی علامت ہے یا نہیں۔ اگر ہاں ہے، تو پھر انہیں لازمی طور پر گھر ہی رہنا چاہئے:

- بخار، کھانسی، بانپنا / سانس لینے میں دشواری، گلے کی سوزش، کپکپی طاری ہونا، نکلنے میں تکلیف

خود تشخیصی ٹول استعمال کر کے
یہ چیک کریں کہ آیا آپ کے بچے کا کووڈ-19 کا ٹیسٹ کروانا چاہئے یا نہیں۔

ماسک کی ضروریات

والدین بڑی عمر کے بچوں کو ماسک پہننے میں آسودہ محسوس کرنے کیلئے ان کی مدد کر سکتے ہیں کیونکہ وہ گریڈز 12-4 کے طلباء کیلئے ان جگہوں پر ضروری ہیں جہاں جسمانی فاصلہ برقرار نہیں رکھا جا سکتا جیسے کہ:

• تمام مشترکہ جگہوں پر جیسے کہ ہال ویز ہیں

• بسوں میں

• جب کلاس روم کے اندر کی سرگرمیوں میں طلباء، یا طلباء اور عملے کے درمیان قریبی طور پر بات چیت ہوتی ہے۔

ان طلباء اور عملے کیلئے چھوٹ دی جائے گی جو میڈیکل یا دیگر ضروریات کی وجہ سے ماسک پہننے سے قاصر ہیں۔

گریڈ 3 تک کے طلباء میں ماسک کا استعمال درکار نہیں ہے۔

اسکول کے تمام بالغ وزٹروں کو ماسک پہننے کی ضرورت ہے۔

*آپ کے اسکول بورڈ میں ماسک کا اضافی استعمال ہو سکتا ہے۔

محفوظ فاصلہ برقرار رکھیں

جب ممکن ہو اپنے اور دوسروں کے درمیان دو میٹر کا فاصلہ رکھیں:

• ڈراپ آف اور پک آپ کے دوران

• کسی استاد، اسکول کے عملے یا دوسرے والدین اور طلباء کے

ساتھ بات چیت کے دوران، خواہ وہ اسکول کے اندر ہوں یا باہر

اگر طلباء میں علامات ظاہر ہوں، تو انہیں فوری طور پر اسکول سے لے جائیں

اگر آپ کے بچے میں کوئی علامات ظاہر ہوتی ہیں تو آپ کو فوری طور پر اسے اسکول سے لے جانے کو کہا جائے گا۔ براہ کرم اس بات کو یقینی بنائیں کہ اسکول کے پاس آپ سے رابطے کی تازہ ترین معلومات موجود ہیں تاکہ اگر آپ کے بچے کو اسکول سے لے جانے کی ضرورت ہو تو آپ تک پہنچا جا سکے۔

اپنے بچے کو اسکول لے جانا

اگر آپ کا بچہ عام طور پر بس میں اسکول جاتا ہے، اور اگر آپ کی ذاتی صورت حال اجازت دیتی ہو تو آپ انہیں براہ راست اسکول لیجانے پر غور کریں۔ یہ بس پر سوار ان طلباء کیلئے جسمانی فاصلہ رکھنے میں مدد کرے گا جن کے پاس بس لینے کے علاوہ دوسرا کوئی آپشن نہیں ہے۔



طلباء کو کیا جاننے کی ضرورت ہے

اسکول کے پہلے دن کی تیاری میں مدد کیلئے اپنے بچے سے صحت کے کچھ نئے اقدامات کے بارے میں بات کریں:

- اسکول اور کلاس روموں میں داخل ہونے سے پہلے ہاتھ صاف کریں
- اپنے اور دوسروں کے درمیان فاصلہ رکھیں اور دالان میں نشانات کی پیروی کریں
- گریڈ 4-12 کے طلباء کیلئے [ماسک پہننا](#)
- کھانے یا ذاتی اشیاء کا اشتراک نہ کریں
- کھانسی اور چھینکوں کو ڈھانپیں
- اگر اسکول میں خود کو بیمار محسوس کریں تو عملے کو بتائیں
- مزید جسمانی فاصلے کیلئے دوپہر کے کھانے اور تفریح کے وقت میں تبدیلی ہو سکتی ہے
- دوسروں کے ساتھ رابطہ کم کرنے کیلئے طلباء کو ان کے اپنے سیکھنے والے گروپ (cohort) میں ہی رہنے کا کہا جا سکتا ہے
- طلباء جو بس میں جاتے آتے ہیں انہیں روزانہ ایک ہی سیٹ پر بیٹھنا پڑے گا۔

سیکھنے والا گروپ (Cohort)

کوہورٹ — یا بیل — طلباء اور عملہ کا ایک گروپ ہے جو ایک ساتھ رہتے ہیں۔ کوہورٹ کا سائز کلاس روم کی طبعی جگہ پر منحصر ہوگا۔

کوہورٹ 19 کا خطرہ دوسروں کے افشا (exposure) کو محدود کر کے کم کیا جاتا ہے۔ اگر کوہورٹ 19 کا کوئی مشتبہ کیس ہو تو کوہورٹ میں رہنا بھی رابطے کا سرخ لگانا آسان اور تیز تر بنا دیتا ہے۔

آپ کا بچہ اس بارے میں گھبرا سکتا ہے کہ اسکول کس طرح کا ہوگا۔ جب کہ تبدیلیاں ہوں گی، اسکول کا کلیدی تجربہ اسی طرح کا ہوگا جیسے کہ پہلے ہوا کرتا تھا — وہ اپنے استاد سے کلاس میں تعلیم حاصل کریں گے اور دوستوں سے ملیں گے۔

اسکولوں میں صحت کے اقدامات

طلباء کی واپسی کی تیاری کیلئے اسکول [صحت کے رہنما خطوط](#) پر تفصیلی عمل کریں گے۔ مثال کے طور پر:

- زیادہ مَس ہونے والی جگہوں اور مشترکہ سامان کی مزید صفائی اور جراثیم کشی
- جب ممکن ہو جسمانی فاصلہ رکھیں، جس میں مندرجہ ذیل شامل ہو سکتے ہیں:
- اسٹیگر (stagger) پک آپ اور ڈراپ آف کے اوقات
- وِن وے یا نشان زدہ ہال ویز اور مقررہ داخلی اور خارجی دروازے
- میزوں اور ڈیسکوں کے درمیان جگہ چھوڑیں
- ہال ویز اور لنچ روموں میں بھیڑ بھاڑ سے بچنے کیلئے کلاسوں اور دوپہر کے کھانے کے اسٹیگر شروع اور اختتام کے اوقات
- ہاتھ روم میں وقت کو محدود کرنا
- جب جسمانی ڈوری ممکن نہ ہو، تو ہاتھوں کی حفظان صحت، کھانسی اور چھینکوں کو ڈھانپنے، اور صفائی ستھرائی پر زیادہ زور دیا جائے گا۔
- طلباء، جہاں ممکن ہو، کلاس انہیں کوہورٹ کرے گی۔

