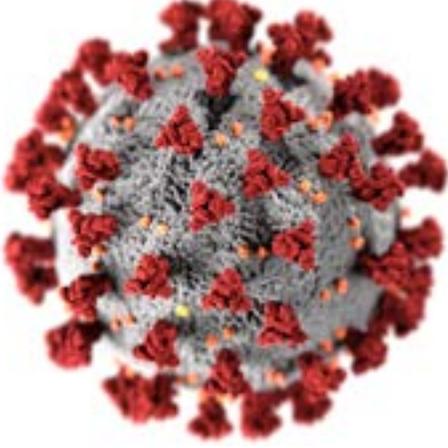


# CDC آمادگی اور منصوبہ بندی کا ذریعہ:

## کم وسائل والے غیر امریکی ماحولوں میں پرائمری اور ثانوی سکولوں میں COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکنے کے لیے

CDC آمادگی اور منصوبہ بندی کا مندرجہ ذیل ذریعہ ایسے طریقوں کے اشتراک کے لیے پیش کرتا ہے جن کے ذریعے سکول کے منتظمین طلباء، عملے، اور علاقوں کے تحفظ، اور COVID-19 کے پھیلاؤ کو سست کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ یہ ذریعہ کم وسائل والے غیر امریکی ماحولوں کے لیے عملی ملاحظات سے ہم آہنگ ہے، اور اس میں درج ذیل شامل ہیں:



- عمومی آمادگی کا تعین
- روزانہ/ہفتہ وار آمادگی کا تعین
- کسی کے بیمار ہونے کی صورت میں تیاری کرنا
- خصوصی ملاحظات اور وسائل

سکول کے منتظمین صحت مند رویوں، ماحولوں، اور افعال کے ذریعے COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکنے کی ابتدائی منصوبہ بندی اور تیاری میں صحت عامہ کے مقامی یا قومی اہلکاروں کے ساتھ کام کرتے ہوئے عمومی آمادگی کے تعین کا جائزہ لے سکتے ہیں اور اسے مکمل کر سکتے ہیں۔

روزانہ/ہفتہ وار آمادگی کے تعین کو اسکول کے منتظمین کی جانب سے پالیسیوں اور افعال کی نگرانی کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔

کسی کے بیمار ہونے کی صورت میں اور اپنی تعلیمی برادری کے لیے مخصوص ملاحظات کی شناخت میں اسکول کے منتظمین کی مدد کے لیے منصوبہ بندی کی فہرستیں بھی شامل کی گئی ہیں۔ ان کا نفاذ معقول، عملی، قابل قبول امور کے زیر رہنمائی ہونا چاہیے، اور بر تعلیمی برادری کی ضروریات کے مطابق اور تناظر کے مطابق تیار کردہ ہونا چاہیے۔

## ذہن نشین رکھنے والے رہنما اصول

اگرچہ یہ درجہ بندی جامع نہیں ہے، تاہم اس پورے تسلسل کے دوران یہ طلباء، اساتذہ، اور عملے کے مابین پھیلاؤ کے خطرے کی تصویر کشی کرنے کی کوشش کرتی ہے:

### کمترین خطرہ:

- طلباء اور اساتذہ صرف فرضی کلاسوں، سرگرمیوں، اور پروگراموں میں شرکت کریں

### کچھ خطرہ:

- ملا جلا تعلیمی ماڈل: کچھ طلباء فرضی آموزش میں شرکت کرتے ہیں اور دیگر طلباء روبرو آموزش میں شرکت کرتے ہیں
- چھوٹی، روبرو کلاسیں، سرگرمیاں، اور تقریبات
- چھوٹے گروپ (گروہ بندی)، باریوں پر مشتمل ترتیب کار، اور لچک پذیر ترتیب کار کو سختی سے نافذ کیا جاتا ہے
- تمام/پورے تعلیمی دنوں میں طلباء کے گروپ اور اساتذہ کا کوئی میل ملاپ نہیں ہوتا ہے
- طلباء اور اساتذہ چیزوں کا اشتراک نہیں کرتے

■ طلباء، اساتذہ، اور عملہ ہمہ وقت خود کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنے کے لیے تمام اقدامات، بشمول چہرے کے ماسک، جسمانی فاصلہ رکھنے، اور ہاتھوں کی طہارت پر عمل کرتے ہیں

- اکثر چھوٹی جانے والی سطحات کی پابندی سے (یعنی کم از کم روزانہ یا استعمال کے درمیان) صفائی اور جراثیم ربائی کو سختی سے نافذ کیا جاتا ہے

### درمیانہ خطرہ:

- ملا جلا تعلیمی ماڈل: بیشتر طلباء روبرو آموزش میں شرکت کرتے ہیں، چند طلباء فرضی آموزش میں شرکت کرتے ہیں
- بڑی، روبرو کلاسیں، سرگرمیاں، اور تقریبات

[cdc.gov/coronavirus](https://cdc.gov/coronavirus)

[cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19](https://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/global-covid-19)



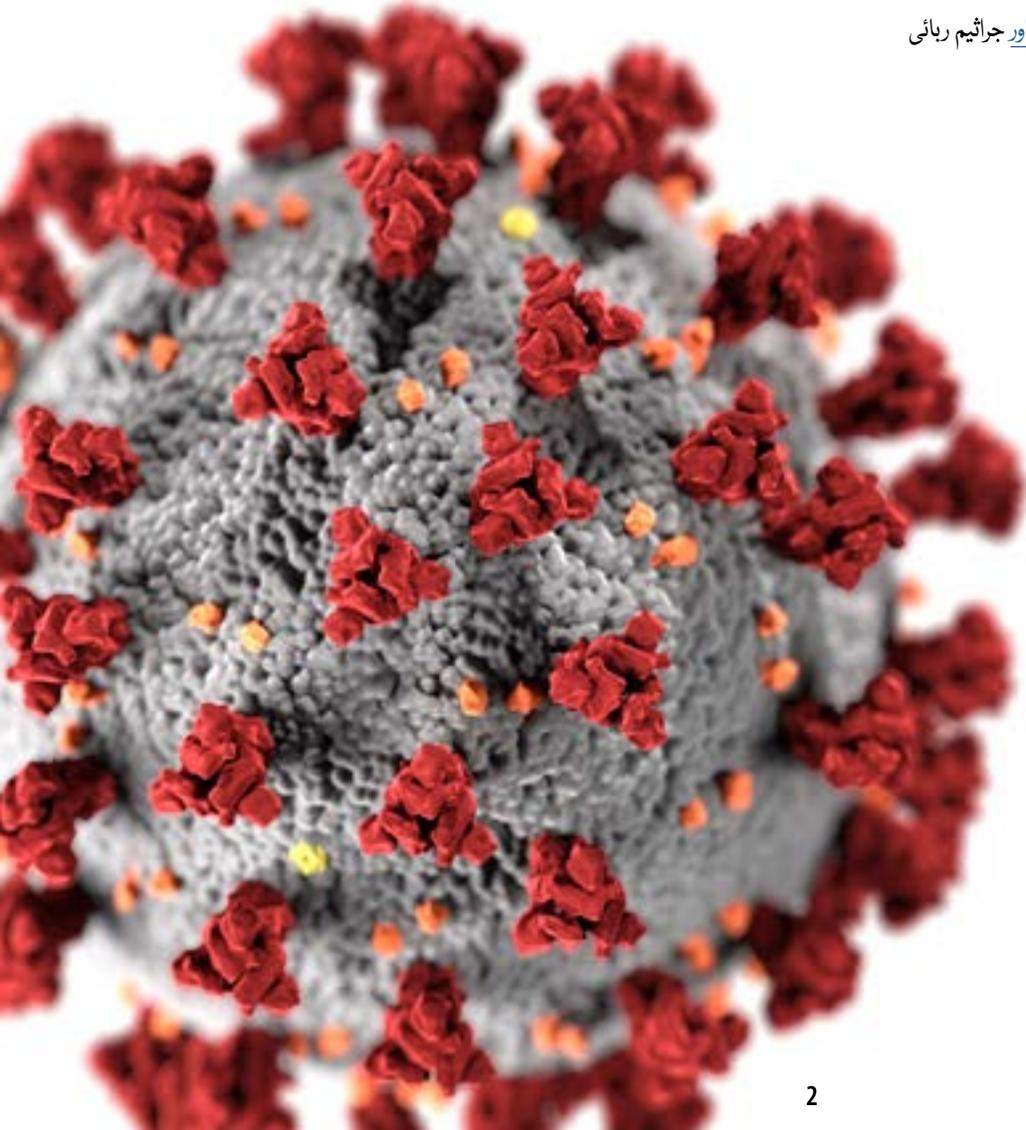
- چھوٹے گروپ (گروہ بندی)، باریوں پر مشتمل ترتیب کار، اور لچک پذیر ترتیب کار کو کچھ استثنیٰ کے ساتھ نافذ کیا جاتا ہے
- تمام/پورے تعلیمی دنوں میں طلباء کے گروپ اور اساتذہ کا تھوڑا بہت میل ملاپ ہوتا ہے
- طلباء اور اساتذہ چیزوں کا کم سے کم اشتراک کرتے ہیں
- طلباء، اساتذہ، اور عملہ خود کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنے کے لیے تمام اقدامات، بشمول چہرے کے ماسک، جسمانی فاصلہ رکھنے، اور ہاتھوں کی طہارت پر عمل کرتے ہیں
- اکثر چھوٹی جانے والی سطحات کی پابندی سے صفائی اور جراثیم ربائی کو سختی سے نافذ کیا جاتا ہے

### زیادہ خطرہ:

- طلباء اور اساتذہ صرف روپرو کلاسوں، سرگرمیوں، اور تقریبات میں شرکت کریں
- طلباء کلاسوں اور سرگرمیوں کے درمیان بہت کم میل جول کرتے ہیں
- طلباء اور اساتذہ چند چیزوں کا اشتراک کرتے ہیں
- طلباء، اساتذہ، اور عملہ خود کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنے کے لیے ہمہ وقت تمام اقدامات، بشمول چہرے کے ماسک، جسمانی فاصلہ رکھنے، اور ہاتھوں کی طہارت پر عمل کرتے ہیں
- اکثر چھوٹی جانے والی سطحات کی بے ضابطہ صفائی اور جراثیم ربائی

### انتہائی خطرہ:

- طلباء اور اساتذہ صرف روپرو کلاسوں، سرگرمیوں، اور تقریبات میں شرکت کریں
- طلباء کلاسوں اور سرگرمیوں کے درمیان آزادانہ میل جول کرتے ہیں
- طلباء اور اساتذہ آزادی سے چیزوں کا اشتراک کرتے ہیں
- طلباء، اساتذہ، اور عملہ خود کو اور دوسروں کو محفوظ رکھنے کے لیے اقدامات، جیسے کہ چہرے کے ماسک، جسمانی فاصلہ رکھنے، اور ہاتھوں کی طہارت پر عمل نہیں کرتے
- اکثر چھوٹی جانے والی سطحات کی بے ضابطہ صفائی اور جراثیم ربائی



### رابطہ فرد (افراد):

سامان حاصل کریں بشمول:

صابن

بینڈ سینیٹائزر (کم از کم 60% الکحل)

کاغذی تولیے

ٹشوز

صفائی اور جراثیم ربائی کا سامان

ماسک

کچرے کے ڈبے/کوڑے دان (ترجیحی طور پر نہ چھوئے جانے/فٹ پیڈل والے)

صابن/بینڈ سینیٹائزر ڈسپنسرز (ترجیحی طور پر نہ چھوئے جانے والے)

کھانا پیش کرنے کے لیے قابل ضیاع اشیاء

دستانے

نہ چھوئے جانے والے تھرمامیٹرز (حسب سہولت)

ہاتھ دھونے کے اسٹیشنز

پانی لے جانے اور ذخیرہ کرنے کے لیے بالٹی، جیری کین، یا دیگر برتن (اگر سائٹ پر پانی بمہ وقت دستیاب نہ ہو)

دیگر:

روزانہ استعمال کے لیے عملے، طلباء، اور نگرانوں کی ماسک حاصل کرنے کی صلاحیت کا تعین کریں۔ ایسے طلباء کو ماسک فراہم کرنے کا منصوبہ بنائیں جو اسے حاصل نہ کر پائیں۔

پورے تعلیمی دن کے دوران باہری ہوا کی آمد و رفت بڑھانے کا پروٹوکول تیار کریں (جیسے کہ کھڑکیاں اور دروازے کھولنا جب ایسا کرنا محفوظ ہو)۔

یہ یقینی بنائیں کہ ہواداری کے کوئی بھی نظام احسن طریقے سے کام کر رہے ہیں۔ اگر پنکھوں کا استعمال کرتے ہیں تو، یہ یقینی بنائیں کہ اس کا بہاؤ ایک فرد سے دوسرے کی طرف نہ جائے۔

ایسے علاقوں میں جہاں لوگوں کے لیے کم از کم 2 میٹر کا فاصلہ رکھنا ممکن نہ ہو (جیسے کہ استقبالیہ) وہاں طبعی رکاوٹیں نصب کریں، جیسے کہ چھینک گارڈز اور پارٹیشنز۔

کم از کم 2 میٹر کا جسمانی فاصلہ رکھنے اور لوگوں کی ایک طرفہ آمد و رفت (جیسے رابداریوں، کلاس رومز) کے لیے طبعی رہنمائی، جیسے کہ فرش پر ٹیپ/پینٹ/چاک اور دیواروں پر علامات فراہم کریں۔

بیٹھنے کی جگہ کے درمیان کم از کم 2 میٹر کا فاصلہ رکھیں۔ ڈیسک اور ٹیبل کو اس طرح گھمائیں کہ سبھی طلباء ایک ہی رخ پر بیٹھیں۔

باہر کلاسوں لگانے کے اختیارات تلاش کریں اور یقینی بنائیں کہ مختلف عناصر (جیسے دھوپ، ہوا، بارش، برف) سے مناسب تحفظ ہو۔

عملے کے رکن (یا بالغ رضاکار کو صفائی اور جراثیم ربائی اور محلولوں کی تیاری کا انچارج مقرر کریں۔ انہیں جراثیم کش ادویات کے محفوظ استعمال اور ذخیرہ

کرنے کی تربیت دیں۔ ایسے حالات میں جہاں طلباء خاص طور پر سکول کی صفائی کے ذمہ دار ہوں، وہاں اسے بند کر کے اس کی جگہ پر مناسب حفاظتی سازوسامان کے ساتھ تربیت یافتہ بالغ افراد کو لایا جانا چاہیے۔

کلینرز اور جراثیم کشی کے محفوظ اور درست استعمال کو یقینی بنانے، بشمول مصنوعات کو طلباء سے دور محفوظ طور پر ذخیرہ کرنے کے لیے پروٹوکول تیار کریں۔

حسب ضرورت استعمال اور معمول کی صفائی اور جراثیم ربائی کے لیے اجتماعی مقامات کو بند کر دیں۔

کثرت سے معمول کی صفائی اور جراثیم ربائی کی ایک ترتیب کار تیار کریں (روزانہ کم از کم ایک بار اور استعمال کے درمیان جتنا زیادہ ممکن ہو) اس میں درج ذیل شعبوں کو شامل کریں:

بسین یا آمدورفت کے لیے دیگر گاڑیاں

کثرت سے چھوئی جانے والی سطحات (جیسے ڈیسک، دروازے کے ہینڈلز، ریلنگز)

اجتماعی مقامات (جیسے ٹوائلٹس)

مشترکہ اشیاء (جیسے سکول کا سامان، کھیل کے سازوسامان، گیمز)

دیگر:

یقینی بنائیں کہ پانی کے تمام نظام اور خصوصیات استعمال میں محفوظ ہوں، اس میں عمارت کے کافی عرصے تک بند رہنے کے بعد استعمال بھی شامل ہے۔

یقینی بنائیں کہ ہاتھ دھونے کے اسٹیشن صابن اور پانی (یا کم از کم 60% الکحل کے ساتھ بینڈ سینیٹائزر) کے ساتھ داخلی اور خارجی دروازوں، ہر کلاس روم، لیٹرین، اور کھانے کی تیاری یا کھانے والے حصوں (بشمول اسٹیک فروخت کرنے والوں کے قریب) موجود ہوں۔

اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ایک منصوبہ اور نامزد فرد مقرر کریں کہ پانی اور صابن پورے تعلیمی دن میں موجود رہے۔ پانی کی قلت والے علاقوں میں، ایسی صورت میں ہاتھ دھونے کا محلول عارضی حل کے طور پر استعمال کیا جا سکتا ہے جب صابن اور پانی یا کم از کم 60% الکحل دستیاب نہ ہو۔

کاغذی تولیوں کی کافی فراہمی کو یقینی بنائیں۔ اگر کاغذی تولیے کی سہولت موجود نہ ہو تو، ہوا میں ہاتھ مل کر سکھانے کی سہولت شامل کریں۔

اشیاء کے اشتراک کو کم سے کم رکھنے یا استعمال کو ایک وقت میں طلباء کے ایک گروپ تک محدود رکھنے، اور استعمال کے درمیان صفائی اور جراثیم ربائی کرنے کے لیے سامان کے کافی ہونے کی نگرانی کرنے اور اسے یقینی بنانے کے لیے پروٹوکول تیار کریں۔

اس بارے میں پالیسی تیار کریں کہ تعلیمی دن کے دوران استعمال کے لیے گھر سے کیا لایا جا سکتا ہے (جیسے بیک پیکس، کھلونے) اور ان آئٹمز کو کیسے صاف اور ذخیرہ کیا جا سکتا ہے۔

سکول کی سہولیات کا اشتراک کرنے والی تنظیموں کو ان ملاحظات پر عمل کرنے کی ترغیب دیں۔

### رابطہ فرد (افراد):

عملہ، طلباء، اور نگرانوں کو اس بارے میں تعلیم دیں کہ انہیں کب گھر پر رہنا چاہیے (جیسے جب ان کو COVID-19 کی علامات ہوں، انہیں COVID-19 کی تشخیص ہوئی ہو، جانچ کے نتائج کا انتظار کر رہے ہوں، یا ان کا رابطہ مصدقہ یا مشتبہ COVID-19 والے شخص سے ہوا ہو) اور کب وہ سکول واپس آ سکتے ہیں۔

عملے کو لچک پذیر کام اور چھٹی کی پالیسیوں کی تعلیم دیں جس سے بیمار عملے کے اراکین کی، ملازمت ختم ہونے یا دیگر عواقب کے خوف کے بغیر، گھر پر رہنے کی حوصلہ افزائی ہو۔

طلباء اور عملے کو صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک کثرت سے باتھ دھونے یا ہینڈ سینٹائزر (کم از کم 60% الکحل) کا استعمال کرنے کی اہمیت اور تکنیک کے بارے میں بتائیں۔

طلباء اور عملے کو جسمانی فاصلہ رکھنے اور چھوٹے گروپوں میں گروہ بندی کرنے (اگر اہل اطلاق ہو) کی اہمیت کے بارے میں بتائیں۔

طلباء اور عملے کو ٹشو کے ساتھ یا کہنی کے ذریعے کھانسی اور چھینک کو ڈھکنے، اور پھر ہاتھوں کو صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک دھونے کی تعلیم دیں۔

طلباء عملے، اور نگرانوں کو ماسک پہننے کی اہمیت کے بارے میں بتائیں۔ سکول کی کسی بھی متعلقہ پالیسیوں کے بارے میں معلومات فراہم کریں۔

درج ذیل کو ماسک نہیں لگایا جانا چاہیے:

2 سال سے کم عمر کے بچے

کوئی ایسا فرد جسے سانس لینے میں دشواری ہو، یا وہ بے ہوش، معذور، یا بصورت دیگر مدد کے بغیر ماسک اتارنے سے قاصر ہو

ایسے مواقع کے لیے لچک پذیری اور مطابقت پذیری پر غور کریں جب ماسک کا استعمال کسی فرد کے لیے ممکن نہ ہو یا کوئی مخصوص صورتحال ہو۔

عملے، طلباء، اور نگرانوں کو ماسک کے مناسب استعمال، اسے اتارنے اور دھونے کے بارے میں معلومات فراہم کریں۔

عملے کو تمام احتیاطی اور حفاظتی پروٹوکولز کی تربیت دیں۔ فرضی طریقے سے تربیت انجام دیں یا تربیت کے دوران جسمانی فاصلہ رکھیں۔ عملہ صحت مند رویے کا عملی نمونہ پیش کرتا ہے۔

یقینی بنائیں کہ عملہ بچوں (طلبہ) اور بالغوں (دیگر عملہ) کے خلاف تشدد کی علامات سے خبردار رہے اور اسے مشکوک تشدد کی اطلاع دینے کا طریقہ معلوم رہے۔

عملہ، طلباء، اور نگرانوں کو اس بارے میں تعلیم دیں کہ انہیں کب گھر پر رہنا چاہیے (جیسے جب ان کو COVID-19 کی علامات ہوں، انہیں COVID-19 کی تشخیص ہوئی ہو، جانچ کے نتائج کا انتظار کر رہے ہوں، یا ان کا رابطہ مصدقہ یا مشتبہ COVID-19 والے شخص سے ہوا ہو) اور کب وہ سکول واپس آ سکتے ہیں۔

عملے کو لچک پذیر کام اور چھٹی کی پالیسیوں کی تعلیم دیں جس سے بیمار عملے کے اراکین کی، ملازمت ختم ہونے یا دیگر عواقب کے خوف کے بغیر، گھر پر رہنے کی حوصلہ افزائی ہو۔

طلباء اور عملے کو صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک کثرت سے باتھ دھونے یا ہینڈ سینٹائزر (کم از کم 60% الکحل) کا استعمال کرنے کی اہمیت اور تکنیک کے بارے میں بتائیں۔

طلباء اور عملے کو جسمانی فاصلہ رکھنے اور چھوٹے گروپوں میں گروہ بندی کرنے (اگر اہل اطلاق ہو) کی اہمیت کے بارے میں بتائیں۔

طلباء اور عملے کو ٹشو کے ساتھ یا کہنی کے ذریعے کھانسی اور چھینک کو ڈھکنے، اور پھر ہاتھوں کو صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک دھونے کی تعلیم دیں۔

COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کرنے کے لیے صحت مند رویوں، ماحولوں، اور افعال کے لیے ابتدائی تیاری کرتے وقت درج ذیل ذرائع کا استعمال کریں۔

## ابلاغ اور پیغام رسانی

### رابطہ فرد (افراد):

طلباء، عملہ، اور نگرانوں کو اطلاعات دیتے وقت، ایسے رویوں کے بارے میں پیغامات (جیسے ویڈیوز، پوسٹرز) شامل کرنے کے لیے منصوبے تیار کریں جو COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکتے ہیں۔ تمام پیغامات ثقافتی لحاظ سے موزوں، آسان زبان میں، اور مناسب زبانوں اور قابل رسائی شکلوں میں دستیاب ہونے چاہئیں۔ پیغامات کا اشتراک درج ذیل پر کیا جا سکتا ہے:

ویب سائٹیں  
ای میل  
سوشل میڈیا اکاؤنٹ  
پیغام رسانی کی ایپس  
ریڈیو  
اجتماعی مقامات  
دیگر:

روزانہ کے حفاظتی اقدامات کو فروغ دینے کے لیے علامات کو زیادہ نظر آنے والے مقامات پر آویزاں کریں اور اس بات کی وضاحت کریں کہ جراثیم کے پھیلاؤ کو کیسے روکا جائے۔

### علامات کے مقامات میں شامل ہیں:

داخلی دروازے  
کھانا کھانے والے حصے  
ٹوائلٹس  
کلاس رومز  
انتظامی دفاتر  
کیفے ٹیریا/کینٹین  
آڈیٹوریوم/اجتماع والی جگہیں  
دربان عملے والے حصے  
دیگر:

ہم گدازی کا احساس ہونا چاہیے۔ WHO کے پاس ایک COVID-19 سے متعلقہ سماجی رسوائی کے لیے رہنمائی موجود ہے۔

عملے، طلباء، اور نگرانوں کو دماغی صحت اور تندرستی کی معلومات فراہم کریں۔ مثالوں میں شامل ہیں تناؤ اور اس پر قابو پانے کے وسائل، مثبت پرورش کی تجاویز اور ذرائع، ابھی کیسے، اور دیگر امدادی وسائل (جیسے سماجی خدمات، اعانت کی قومی ہاٹ لائنز)۔

تمام عملے اور نگرانوں کو آگاہ کریں کہ COVID-19 سے متعلقہ سوالات اور تشویشوں کے لیے کس سے رابطہ کرنا ہے۔

یقینی بنائیں کہ ابلاغ تیاری کے لحاظ سے موزوں ہو، مقامی زبانوں میں دستیاب ہو، اور تمام طلباء، بشمول معذوریوں کے حامل طلباء کے لیے قابل رسائی ہو۔ جہاں خواندگی کا مسئلہ ہو، وہاں عبارت کے بجائے تصویروں کا استعمال کریں۔

اسکولوں اور طلباء اور ان کے نگرانوں کے درمیان مواصلاتی چینل تلاش، قائم کریں اور ان کی باقاعدگی سے جانچ کریں۔

عوامی اعلان کے نظاموں پر، یا دیگر مقررہ انضباطی اعلانات کے دوران، COVID-19 کے پھیلاؤ میں کمی کرنے سے متعلق عملی تجاویز کے ساتھ مسلح اعلانات نشر کرنے کے لیے منصوبوں کی تیاری اسکول سے باہر، بشمول علاقے کے ریڈیو پر، نشریات کے مواقع کی تلاش باقاعدگی سے اعلانات پر غور کریں جو ایسے افراد کے لیے قابل رسائی ہوں جو بہرے یا متاثرہ سماعت ہیں۔

مذہبی اور سماجی رہنماؤں اور دیگر شرکائے کار کے ساتھ COVID-19 کے بارے میں اہم پیغامات بشمول اس بارے میں معلومات کا اشتراک کرنے کے لیے کام کریں کہ اس کا سبب بننے والا وائرس کیسے پھیلتا ہے اور پھیلاؤ کو کم کرنے کی حکمت عملیاں کیا ہیں۔

درست معلومات فراہم کریں اور مفروضات، افواہوں، اور غلط معلومات کو مسترد کریں۔ ابلاغ میں رسوائی و ندامت کی مخالفت ہونی چاہیے اور COVID-19 سے متاثر طلباء اور خاندانوں کی اسکول واپسی میں مدد کے لیے

## اجتماعات، ملاقاتی، اور تقریبات

### رابطہ فرد (افراد):

اگر کھیلوں کی سرگرمیوں کی پیشکش کر رہے ہیں، وہاں ان ملاحظیات پر عمل کرنے کے لیے ایک منصوبہ تیار کریں جو کھلاڑیوں، خاندانوں، کوچز، اور برادریوں کے درمیان COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کریں۔

اگر کسی تقریب میں غذا یا مشروب پیش کیا جائے تو، خود سے لینے والے کھانے اور مشروب کے بجائے بر شریک کے لیے پہلے سے پیک شدہ باکسز یا تھیلے رکھیں۔

کھلے میں کی جانے والی سرگرمیوں کی شناخت کریں اور اسے ترجیح دیں، اگر ایسا کرنا محفوظ ہو، جہاں ممکنہ حد تک زیادہ سے زیادہ جسمانی فاصلہ برقرار رکھا جا سکے۔

یہ تعین کرنے کے لیے اجتماعات سے متعلق مقامی اور دیگر ناظم محکمہ جات کی پالیسیوں کو دیکھیں کہ آیا تقریبات (جیسے کہ میدانی کھیل، غیر نصابی سرگرمیوں) کا انعقاد کیا جا سکتا ہے۔

غیر ضروری ملاقاتیوں، رضاکاروں، اور بیرونی گروپوں یا تنظیموں کی شمولیت والی سرگرمیوں کو ممکنہ حد تک محدود رکھنے کے لیے پروٹوکول تیار کریں — خاص طور پر ان کے لیے جو مقامی جغرافیائی علاقے (جیسے علاقے، قصبہ، شہر، ملک) سے نہ ہوں۔

بڑے گروپوں کے لیے شخصی اجتماعات اور تقریبات کے بجائے فرضی سرگرمیاں انجام دینے کے مواقع کی شناخت کریں۔ جہاں فرضی طریقہ ممکن نہ ہو، وہاں تمام شرکاء کے لیے کھلے میں سرگرمیاں انجام دینے پر غور کریں جہاں ایسے لوگوں کے درمیان کم از کم 2 میٹر کا جسمانی فاصلہ برقرار رکھنے کے لیے کافی جگہ ہو جو ایک ساتھ نہیں رہتے ہیں۔

## عملی منصوبہ بندی — نوٹس اور اگلے اقدامات

### رابطہ فرد (افراد):

کسی بھی مطلوبہ وسائل اور اگلے اقدامات، یا ممکنہ رکاوٹوں اور مواقع کو نوٹ کرنے کے لیے اس خالی جگہ کا استعمال کریں:

صحت مند رویوں، ماحولوں، اور افعال جو COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کرتے ہیں ان کی نگرانی کرنے اور انہیں برقرار رکھنے کے لیے مندرجہ ذیل ذریعہ استعمال کریں۔

### پالیسیاں اور طریقہ ہائے کار

#### رابطہ فرد (افراد):

محکمہ صحت کے مقامی حکام کے ساتھ معمول کا رابطہ برقرار رکھیں اور تازہ ترین خبروں کے لیے متعلقہ مقامی قوانین، پالیسیوں، رہنما خطوط، اور احکامات کا جائزہ لیں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ عملہ، طلباء، اور نگرانوں کو باقاعدگی سے تازہ معلومات فراہم کرنے، اور محکمہ صحت کے مقامی حکام کے ساتھ رابطے کی خدمت انجام دینے کے لیے عملے کا مقررہ فرد یا چھوٹی کمیٹی COVID-19 کی تشویشوں پر ردعمل دینا جاری رکھے۔

طلباء اور عملے کی غیر حاضری کی نگرانی کریں۔

تربیت یافتہ متبادل عملے یا رضاکاروں کے رجسٹر کی تجدید کریں۔

طلباء، عملے، اور نگرانوں کو متعدی مرض کی علامات کی خود سے نگرانی کے بارے میں معلومات کی فراہمی جاری رکھیں۔ جو طالب علم اور عملہ بیمار ہے اسے بذات خود اسکول نہیں آنا چاہیے۔

مسلسل اس بات کا تعین کرتے رہیں کہ آیا اسکول میں ہونے والی صحت کی جانچوں کی ضرورت ہے۔ CDC امریکہ میں واقع اسکولوں کے لیے عالمگیر علامات کی چھان بین کی سفارش نہیں کرتا، البتہ CDC یہ فیصلہ کرنے کے لیے تفصیلی ملاحظات فراہم کرتا ہے۔ WHO نے طلباء، اساتذہ، اور دیگر عملے کی چھان بین کے لیے اضافی ملاحظات شائع کیے ہیں۔ اگر اسکول میں ہونے والی صحت کی پڑتالیں انجام دی جائیں تو، قابل اطلاق مقامی قوانین اور ضوابط کے مطابق ایسا کریں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ حسب سہولت لچک پذیر کام کی جگہوں (جیسے ٹیلی ورک)، اور کام کے لچک پذیر اوقات (جیسے بے قاعدہ شفٹیں) موجود ہوں اور ضرورت پڑنے پر استعمال کی جائیں۔

جسمانی فاصلہ رکھنے کے پروٹوکولز کا جائزہ لیں اور اسے اپنائیں (جیسے چھوٹے گروپ میں اسائنمنٹس، ڈیسک کے درمیان فاصلے، کھانے کے بے قاعدہ اوقات، سکول کے لیے لینے آنے/چھوڑنے کے بے قاعدہ اوقات)۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ طلباء اور عملے کو تفویض کردہ چھوٹے گروپ (گروہ بندی) دن بھر ایک ساتھ رہیں اور چھوٹے گروہوں کے درمیان میل جول محدود رہے۔ اس بات کی یاد دہانی کروائیں کہ افراد کے درمیان، بشمول چھوٹے گروہوں میں، کم از کم دو میٹر کا جسمانی فاصلہ برقرار رکھا جائے۔

صحت کی خصوصی ضروریات یا معذوریوں کے حامل طلباء کے لیے مناسب گنجائشوں، ترامیم، اور اعانتوں کی نگرانی کریں اور انہیں یقینی بنائیں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ ایسے طلباء کے لیے تعلیم بدستور قابل رسائی ہو جن کی منفرد تعلیمی اعانت کی ضروریات ہوں۔

ایسے بچوں اور نوجوانوں، جنہیں روزانہ کی زندگی گزارنے میں مدد کی ضرورت ہے، ساتھ ہی، حسب اطلاق ان کے سروس فراہم کنندگان کے تحفظ کو یقینی بنائیں۔

کھانے کے اوقات کے دوران زیادہ سے زیادہ جسمانی فاصلہ رکھنا جاری رکھیں (جیسے کیفے ٹیریا میں جمع ہونے کے بجائے انفرادی پیکیج یا پلیٹ میں کھانے، کلاس رومز میں یا عمارت سے باہر کھانا، چھوٹے گروپ بنا کر کھانے کے بے قاعدہ اوقات)۔

یقینی بنائیں کہ بر طالب علم کا سامان دوسروں سے الگ اور انفرادی لیبل لگے ہوئے کنٹینرز، خانوں میں، یا مقررہ جگہوں پر رہے۔

الیکٹرانک آلات، کھلونوں، کتابوں، اور دیگر گیمز یا آموزشی مدد والے آلات کے اشتراک کو محدود رکھنا جاری رکھیں۔ صارفین کے درمیان صفائی اور جراثیم کشی کریں۔

ان لازمی/ضروری خدمات کا تسلسل یقینی بنائیں جو سکول میں فراہم کی جاتی ہیں (جیسے غذا، صحت کی خدمات)۔

سماجی، صحت، اور حفاظتی ضروریات (جیسے دماغی صحت) کے لیے پابندی سے حوالہ جاتی طریقہ ہائے کار اور اعانتی وسائل کی تجدید کرنا جاری رکھیں۔

### رابطہ فرد (افراد):

سامان پر نظر رکھیں اور دوبارہ ذخیرہ کریں بشمول:

صابن

ہینڈ سینٹائزر (کم از کم 60% الکحل)

کاغذی تولیے

ٹشوز

صفائی اور جراثیم ربائی کا سامان

ماسک

کپڑے کے ڈبے/کوڑے دان (ترجیحی طور پر نہ چھوئے جانے/فٹ پیڈل والے)

صابن/ہینڈ سینٹائزر ڈسپنسرز (ترجیحی طور پر نہ چھوئے جانے والے)

کھانا پیش کرنے کے لیے قابل ضیاع اشیاء

دستانے

نہ چھوئے جانے والے تھرمامیٹرز (حسب سہولت)

ہاتھ دھونے کے اسٹیشنز

پانی لے جانے اور ذخیرہ کرنے کے لیے ہالٹی، جیری کین، یا دیگر برتن (اگر سائٹ

پر پانی ہمہ وقت دستیاب نہ ہو)

دیگر:

درج ذیل کی کثرت سے معمول کی صفائی اور جراثیم کشی کی ترتیب کار کی پابندی کی نگرانی کریں:

بسیں یا آمدورفت کے لیے دیگر گاڑیاں

کثرت سے چھوئی جانے والی سطحات (جیسے ڈیسک، دروازے کے

ہینڈلز، ریلنگز)

اجتماعی مقامات (جیسے ٹوائلٹس)

مشترکہ اشیاء (جیسے سکول کا سامان، کھیل کے سازوسامان، گیمز)

دیگر:

کلینرز اور جراثیم کش کے محفوظ اور درست استعمال، بشمول مصنوعات کو طلباء سے دور محفوظ طور پر ذخیرہ کرنے کی نگرانی رکھیں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ کلینرز اور جراثیم کش کا استعمال کیے جانے کے بعد طلباء اور عملے کی سانس میں زیریلا غبار جانے سے بچانے کے لیے ہوا کی آمد و رفت کا مناسب انتظام ہو (یعنی کھڑکیاں اور دروازے کھلے ہوں)۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ ہوا داری کے نظام مناسب طریقے سے کام کر رہے ہوں یا متبادل انتظامات (جیسے کہ پنکھے) دستیاب ہوں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ جراثیم کش ادویات کا استعمال محفوظ طور پر طلباء سے دور، زیادہ خطرے والے افراد، جیسے کہ دمے سے متاثر افراد کو ملحوظ رکھتے ہوئے کیا جائے۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ بیٹھنے میں کم از کم 2 میٹر کا فاصلہ ہو اور ڈیسک بدستور ایک ہی رخ پر رہیں۔

اجتماعی مقامات کے لیے، باری باری استعمال اور، کثرت سے چھوئی جانے والی سطحات اور مشترکہ سامانوں کے دو لوگوں کے استعمال کے دوران صفائی اور جراثیم ربائی کو یقینی بنائیں۔

پورے تعلیمی دن کے دوران جتنی زیادہ ممکن ہو باہری ہوا کی آمد و رفت بڑھائیں (جیسے کہ کھڑکیاں اور دروازے کھولنا جب ایسا کرنا محفوظ ہو)۔

ضروری سامان (جیسے لکھنے کے سامان) کی حسب ضرورت فراہمی کو یقینی بنائیں تاکہ اکثر چھوئی جانے والی سطحات اور مشترکہ اشیاء کے اشتراک کو کم سے کم رکھا جائے، اور استعمال کے درمیان اس کی صفائی اور جراثیم ربائی کی نگرانی کریں۔ ایسی غیر ضروری اشیاء، جن کی فراہمی کم ہو (جیسے کہ فنون لطیفہ کا سامان، کھلونے) کو ہٹا دیں تاکہ گروہوں کے درمیان اس کا اشتراک نہ ہو۔

### رابطہ فرد (افراد):

ماسک کے استعمال کی تاکید کریں۔ درج ذیل کو ماسک نہیں لگایا جانا چاہیئے:

2 سال سے کم عمر کے بچے

کوئی ایسا فرد جسے سانس لینے میں دشواری ہو، یا وہ بے ہوش، معذوں یا بصورت دیگر مدد کے بغیر ماسک اتارنے سے قاصر ہو۔

ایسے مواقع کے لیے لچک پذیری اور مطابقت پذیری پر غور کریں جب ماسک کا استعمال کسی فرد کے لیے ممکن نہ ہو یا کوئی مخصوص صورتحال ہو۔

عملے، طلباء، اور نگرانوں کو ماسک کے مناسب استعمال، اسے اتارنے اور دھونے کے بارے میں معلومات فراہم کریں۔

عملے کو کسی بھی تجدیدی حفاظتی پروٹوکولز کی تربیت دیں۔ فرضی طریقے سے تربیت انجام دیں یا تربیت کے دوران جسمانی فاصلہ رکھیں۔ عملہ صحت مند رویے کا عملی نمونہ پیش کرتا ہے۔

عملے، طلباء، اور نگرانوں کو اس بارے میں تعلیم دیں کہ انہیں کب گھر پر رہنا چاہیئے (جیسے جب ان کو COVID-19 کی علامات ہوں، انہیں COVID-19 کی تشخیص ہوئی ہو، جانچ کے نتائج کا انتظار کر رہے ہوں، یا ان کا رابطہ مصدقہ یا مشتبہ COVID-19 والے شخص سے ہوا ہو) اور کب وہ سکول واپس آ سکتے ہیں۔

عملے کو لچک پذیر کام اور چھٹی کی پالیسیوں سے مطلع کریں جس سے بیمار عملے کے اراکین کی، ملازمت ختم ہونے یا دیگر عواقب کے خوف کے بغیر، گھر پر رہنے کی حوصلہ افزائی ہو۔

صابن اور پانی کے ساتھ کم از کم 20 سیکنڈ تک یا دیگر مناسب طریقوں سے ہاتھ دھونے کی تاکید اور نگرانی کریں۔

جسمانی فاصلہ رکھنے کی اہمیت اور چھوٹے گروہوں کے ساتھ ٹھہرنے کی اہمیت کی تاکید کریں۔

طلباء اور عملے کو ٹشو کے ساتھ یا کہنی کے ذریعے کھانسی اور چھینک کو ڈھکنے، اور پھر ہاتھوں کو صابن اور پانی سے کم از کم 20 سیکنڈ تک دھونے کی ترغیب دیں۔

صحت مند رویوں، ماحولوں، اور افعال جو COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کرتے ہیں ان کی نگرانی کرنے اور انہیں برقرار رکھنے کے لیے مندرجہ ذیل ذریعہ استعمال کریں۔

### ابلاغ اور پیغام رسانی

زبانوں اور قابل رسائی شکلوں میں دستیاب ہونے چاہئیں۔

پیغامات کا اشتراک درج ذیل پر کیا جا سکتا ہے:

ویب سائٹیں

ای میل

سوشل میڈیا اکاؤنٹ

پیغام رسانی کی ایپس

ریڈیو

اجتماعی مقامات

دیگر:

خطاب عامہ کے نظاموں پر، یا دیگر معمول کے اعلانات کے دوران، COVID-19 کے پھیلاؤ میں کمی کرنے سے متعلق عملی تجاویز کے ساتھ مسلسل اعلانات نشر کریں۔ باقاعدگی سے اعلانات پر غور کریں جو ایسے افراد کے لیے قابل رسائی ہوں جو بہرے یا متاثرہ سماعت ہیں۔

درست معلومات فراہم کریں اور مفروضات، افواہوں، اور غلط معلومات کو مسترد کریں۔ ابلاغ میں رسوائی و ندامت کی مخالفت ہونی چاہیئے اور COVID-19 سے متاثرہ طلباء اور خاندانوں کی اسکول واپسی میں مدد کے لیے ہم گدازی کا احساس ہونا چاہیئے۔ WHO کے پاس ایک COVID-19 سے متعلقہ سماجی رسوائی کے لیے رہنمائی موجود ہے۔

روزانہ کے حفاظتی اقدامات کو فروغ دینے کے لیے علامات کو زیادہ نظر آنے والے مقامات پر آویزاں کرنا یا علامات کی تجدید کرنا جاری رکھیں اور اس بات کی وضاحت کریں کہ جراثیم کے پھیلاؤ کو کیسے روکا جائے۔

علامات کے مقامات میں شامل ہیں:

داخلی دروازے

کھانا کھانے والے حصے

ٹوائلٹس

کلاس رومز

انتظامی دفاتر

کیفے ٹیریا/کینٹین

آڈیٹوریوم/اجتماع والی چگہیں

دربان عملے والے حصے

دیگر:

طلباء، عملے، اور نگرانوں کو اطلاعات دیتے وقت، ایسے رویوں کے بارے میں پیغامات (جیسے ویڈیوز، پوسٹرز) فراہم کرنا یا پیغامات کی تجدید کرنا جاری رکھیں جو COVID-19 کے پھیلاؤ کو روکتے ہیں۔ تمام پیغامات ثقافتی لحاظ سے موزوں، آسان زبان میں، اور مناسب

عملے، طلباء، اور نگرانوں کے ساتھ دماغی صحت اور تندرستی کی معلومات کا تبادلہ کرنا جاری رکھیں۔ مثالوں میں شامل ہیں [تناؤ اور اس پر قابو پانے کے وسائل](#)، [مثبت پرورش کی تجاویز اور ذرائع](#)، [ابھی کیسے](#)، اور دیگر امدادی وسائل (جیسے سماجی خدمات، اعانت کی قومی ہاٹ لائنز)۔

یقینی بنائیں کہ ابلاغ تیاری کے لحاظ سے موزوں ہو، مقامی زبانوں میں دستیاب ہو، اور تمام طلباء، بشمول معذوریوں کے حامل طلباء کے لیے قابل رسائی ہو۔ جہاں خواندگی کا مسئلہ ہو، وہاں عبارت کے بجائے تصویروں کو استعمال میں لائیں۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ تمام عملے اور نگرانوں کو معلوم ہو کہ عملے کا کون سا فرد COVID-19 سے متعلق تشویشوں کا جواب دینے کا ذمہ دار ہے اور اس شخص سے کیسے رابطہ کیا جائے۔

عملے اور طلباء کو ترغیب دیں کہ اگر وہ مغلوب ہونے لگیں یا تناؤ محسوس کرنے لگیں تو ایسی صورت میں COVID-19 سے متعلق خبریں دیکھنے، پڑھنے، یا سننے، بشمول سوشل میڈیا سے وقفہ لے لیں۔

صحت بخش کھانا کھانے، ورزش کرنے، نیند لینے، اور جسم کھولنے کے عمل کو فروغ دیں۔

عملے کے اراکین اور طلباء کو ایک دوسرے کی خیریت دریافت کرنے اور [اپنے اعتماد کے لوگوں کے ساتھ](#) اپنی تشویشوں اور وہ جیسا محسوس کر رہے ہیں اس کے بارے میں بات کرنے کی ترغیب دیں۔

## اجتماعات، ملاقاتی، اور تقریبات

### رابطہ فرد (افراد):

دوری کے لیے کافی جگہ ہو (تمام شرکاء کے لیے ایسے لوگوں کے درمیان کم از کم 2 میٹر کا جسمانی فاصلہ ہو جو ایک ساتھ نہیں رہتے)۔

کھیلوں کی سرگرمیوں میں حصہ لینے والے طلباء اور عملے کے لیے [ملاحظات](#) پر عمل کرنا جاری رکھیں۔

اگر کسی تقریب میں غذا یا مشروب پیش کیا جائے تو، خود سے لینے والے کھانے اور مشروب کے بجائے ہر شریک کے لیے پہلے سے پیک شدہ باکسز یا تھیلے رکھیں۔

اجتماعی تقریبات، اجتماعات، یا اجلاسوں، بشمول باہر کی سرگرمیوں میں ایسے لوگوں کے درمیان کم از کم 2 میٹر کا فاصلہ برقرار رکھنے کی حوصلہ افزائی کرنا جاری رکھیں جو ساتھ نہیں رہتے ہیں۔

غیر ضروری ملاقاتیوں، رضاکاروں، اور بیرونی گروہوں یا تنظیموں کی شمولیت والی سرگرمیوں کو ممکنہ حد تک محدود رکھنا جاری رکھیں—خاص طور پر ان کے لیے جو مقامی جغرافیائی علاقے (جیسے علاقے، قصبہ، شہر، ملک) سے نہ ہوں۔

بڑے گروہوں کے لیے شخصی اجتماعات اور تقریبات کی بجائے فرضی سرگرمیاں انجام دینا جاری رکھیں۔ جہاں فرضی طریقہ ممکن نہ ہو، وہاں تمام شرکاء کے لیے کھلے میں سرگرمیاں انجام دینے پر غور کریں جہاں جسمانی

## عملی منصوبہ بندی — نوٹس اور اگلے اقدامات

### رابطہ فرد (افراد):

کسی بھی مطلوبہ وسائل اور اگلے اقدامات، یا ممکنہ رکاوٹوں اور مواقع کو نوٹ کرنے کے لیے اس خالی جگہ کا استعمال کریں:

## کسی کے بیمار ہونے کی صورت میں تیاری کرنا

اگر طالب علم، استاد، یا سکول کا دیگر عملہ COVID-19 سے بیمار ہو جائے ان کے لیے ابتدائی تیاریاں کرتے وقت درج ذیل ذریعے کا استعمال کریں۔ امریکہ میں اسکولوں میں اگر طالب علم سکول میں بیمار پڑ جائے تو کیا کریں یا COVID-19 کی نئی تشخیص کی رپورٹس کا فلو چارٹ دوسرے ماحولوں کے لیے کارآمد ہو سکتا ہے۔

### کسی کے بیمار ہونے سے قبل

#### رابطہ فرد (افراد):

علیحدگی یا قرنطینہ والے طلباء کو تعلیمی کام اور تلافی فراہم کرنے کے لیے۔ مقامی محکمہ صحت کے تعاون سے COVID-19 سے متاثر ہونے یا بیمار ہونے کے بعد سکول واپسی کے لیے پالیسیاں تیار کریں۔ CDC کا گھر پر علیحدگی اور قرنطینہ کو ختم کرنے کے معیار ساتھ ہی COVID-19 والے مریضوں کو چھٹی دینے کے لیے WHO کے معیار سے ان پالیسیوں کے لیے معلومات کی فراہمی ہو سکتی ہے۔ COVID-19 کی علامات والے کسی شخص، یا جن کی جانچ مثبت ہوئی ہے لیکن انہیں علامات نہیں ہیں، کو الگ رکھنے کے لیے ایک علیحدہ کمرہ یا جگہ مقرر کریں۔

اپنے گھر پر بیمار کسی شخص کو ضروری ہونے پر نگہداشت صحت کی سہولت تک لے جانے کے لیے محفوظ نقل و حمل، یا ٹرانسپورٹ کا انتظام کرنے کے طریق کار کا تعین کریں۔ COVID-19 سے متعلق صدمہ یا چیلنجز کا سامنا کر رہے عملے، طلباء، اور خاندانوں کے اعانت کے لیے ایک منصوبہ تیار کریں۔

عملے کا مقررہ فرد یا چھوٹی کمیٹی ردعمل کا ایک منصوبہ بنانے کے لیے مقامی محکمہ صحت کے ساتھ مل کر کام کرتے ہیں۔ ایسے طریقوں پر غور کریں جن کے ذریعے سکول صحت عامہ سے متعلق ردعمل میں مدد کے لیے تیار ہو سکتا ہو (جیسے کہ رابطے کا سراغ لگانا)۔

یہ یقینی بنائیں کہ عملے، طلباء، اور نگرانوں کو یہ معلوم ہو کہ انہیں کب سکول نہیں آنا چاہیئے، اور اگر انہیں COVID-19 کی علامات ہوں، COVID-19 کی تشخیص ہوئی ہو، جانچ کے نتائج کا انتظار کر رہے ہوں، یا ان کا رابطہ مصدقہ یا مشتبہ COVID-19 والے شخص سے ہوا ہو تو کس کو اطلاع دیں۔

#### درج ذیل کے لیے نظام تیار کریں:

اگر کسی کو COVID-19 کی علامات ہوں، COVID-19 کی تشخیص ہوئی ہو، جانچ کے نتائج کا انتظار کر رہے ہوں، یا پچھلے 14 دنوں کے اندر ان کا رابطہ COVID-19 والے کسی شخص سے ہوا ہو تو اس کی جانب سے خود بخود عملے کے مقررہ فرد کو اطلاع دینے کے لیے۔

COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کرنے کے لیے افراد کو سکول کی بندش اور پابندیاں عائد کرنے کی اطلاع دینے کے لیے۔

### جب کوئی بیمار پڑ جائے

#### رابطہ فرد (افراد):

بیمار فرد کی جانب سے استعمال کردہ حصوں کو فوراً بند کر دیں۔ اگر ممکن ہو تو، ہواداری میں اضافے کے لیے کھڑکیاں یا دروازے کھول دیں۔ بیمار افراد کو بتائیں کہ وہ اس وقت تک سکول واپس نہیں آ سکتے جب تک وہ گھر پر علیحدگی ختم کرنے سے متعلق مقامی/ملکی معیار کی تکمیل نہیں کر لیتے۔

فوراً COVID-19 کی علامات یا COVID-19 کی مثبت جانچ والے افراد کو الگ کر دیں اور انہیں ایک مقررہ علیحدہ جگہ میں رکھیں۔

اگر ضرورت ہو تو، بیمار فرد (افراد) کو گھر یا نگہداشت صحت کی سہولت تک لے جائیں۔

اگر ایمبولینس کو کال کرتے ہیں یا کسی کو ایک نگہداشت صحت کی سہولت میں لاتے ہیں تو، اس سہولت میں پہنچنے سے قبل اسے آگاہ کر دیں کہ اس فرد کو COVID-19 ہو سکتا ہے۔

### رابطہ فرد (افراد):

مقامی قوانین اور ضوابط کے مطابق، مقامی صحت کے اہلکاروں، عملے، اور COVID-19 والے لوگوں کے نگرانوں کو اطلاع دیں، ساتھ ہی مقامی پالیسیوں اور قوانین کے مطابق رازداری برقرار رکھیں۔

اسکول کی کسی بندش اور عائد کی جانے والی پابندیوں کے بارے میں لوگوں کو اطلاع دینے کے لیے صحت کے مقامی اہلکاروں کے ساتھ کام کریں۔

ایسے لوگوں کو گھر پر رہنے، خود سے علامات پر نظر رکھنے، اور اگر علامات فروغ پاتی ہیں تو مقامی/ملکی رہنما ہدایات پر عمل کرنے کا مشورہ دیں جن کا قریبی رابطہ COVID-19 کی تشخیص والے شخص کے ساتھ ہوا ہو۔

### نوٹس اور اگلے اقدامات:

صفائی والے عملے کو تنفسی قطرات کی زد میں آنے کے امکان سے بچانے کے لیے صفائی اور جراثیم ربائی سے قبل کم از کم 24 گھنٹوں تک انتظار کریں۔ اگر 24 گھنٹے ممکن نہ ہوں تو، جتنی دیر تک ممکن ہو سکے انتظار کریں۔ صفائی اور جراثیم ربائی والی مصنوعات کا محفوظ اور درست استعمال یقینی بنائیں۔

## خصوصی ملاحظات اور وسائل

آپ کی تعلیمی برادری سے مخصوص کسی اضافی تقاضوں کو حل کرنے کے لیے درج ذیل وسائل کا استعمال کریں۔

### خصوصی ملاحظات

#### رابطہ فرد (افراد):

اس خالی جگہ کا استعمال ایسی کسی ترمیموں کو، جو تعلیمی برادری کے اندر خصوصی گروہوں کے لیے ضروری ہو، ساتھ ہی کسی دیگر ملاحظات کو نوٹ کرنے کے لیے کریں جو تعلیمی برادری کے تناظر سے مخصوص ہو۔

## رابطہ فرد (افراد):

ستارے کے نشان والے وسائل (\*) کو ریاستہائے امریکہ میں استعمال کے لیے تیار کیا گیا ہے، تاہم، ان میں ایسی متعلقہ اور گرانقدر معلومات شامل ہیں جو غیر امریکی ماحولوں میں بھی تخفیفی اقدامات سے متعلق معلومات کے لیے استعمال کی جا سکتی ہیں

## COVID-19 سے متعلق CDC کی تازہ ترین معلومات

CDC کے مواصلاتی وسائل (جیسے، علامات، پوسٹرز، ویڈیوز، سوشل میڈیا، ٹول کٹس)

کنڈرگارٹن 12- سکول کے عملے کو COVID-19 سے محفوظ رکھنے کے لیے حکمت عملیاں\*

انتہائی خطرے والے لوگ\*

سکولوں کے لیے عملیاتی ملاحظات

معذوری والے لوگ\*

اسکولوں اور بچے کی نگہداشت کے پروگرام\*

تناؤ پر قابو پانا\*

ماسک\*

عالمگیر COVID-19

کنڈرگارٹن 12- کے اسکول منتظمین کے لیے اسکولوں میں ماسک کے استعمال سے متعلق رہنمائی\*

عالمی برادری میں تخفیف

اسکولوں میں صفائی، جراثیم ربائی، اور ہاتھوں کی طہارت—سکول کے منتظمین کے لیے ایک ٹول کٹ\*

گھر پر COVID-19 سے بیمار لوگوں کی نگہداشت کرنا

رازداری اور COVID-19 رابطے کا سراغ لگانے کی منظوری

ہاتھ دھونا

## دیگر وسائل

ہاتھ دھونے کی ہدایات کا پوسٹر

COVID-19 کے تناظر میں سکول سے متعلق صحت عامہ کے اقدامات کے لیے ملاحظات

سکول کے تغذیہ سے متعلق پیشہ ور افراد اور سکول کے رضاکاروں کو COVID-19 کے بارے میں کیا جاننے کی ضرورت ہے\*

COVID-19 سے متعلق سماجی رسوائی

0.05% کلورین والا ہاتھ دھونے کا محلول تیار کرنا

کم وسائل والے ماحولوں کے لیے ہاتھ دھونے کا لب لباب

سطحات کی جراثیم ربائی کے لیے کیسے 0.1% کلورین والا محلول تیار کریں

COVID-19: 24/7 پرورش سے متعلق تجاویز اور سرگرمیاں

COVID-19 کی علامات کے لیے کنڈرگارٹن 12- کے طلباء کی چھان بین تحدیدات اور ملاحظات\*

COVID-19 کے دوران محفوظ تعلیم: تمام تعلیمی ماحول میں بچوں کے خلاف تشدد کو روکنے اور اس پر ردعمل کرنے کے لیے تجاویز

اگر اسکول میں کوئی بچہ بیمار پڑ جائے یا COVID-19 کی تشخیص کی اطلاع دے تو کیا کریں، فلو چارٹ\*

ابھی کیسے\*

اگر آپ بیمار ہیں یا کسی کی دیکھ بھال کر رہے ہیں\*

کاروبار اور ملازمین کے لیے رہنمائی\*

COVID-19 کی روک تھام\*

جسمانی دوری\*

گروہ بندی\*

COVID-19 سے متعلق اکثر پوچھے گئے سوالات\*

معذوری والے یا نگہداشت صحت کی خصوصی ضروریات والے طلباء\*

سکول واپسی کی منصوبہ بندی: والدین، سرپرستوں، اور نگرانوں کی رہنمائی کے لیے فہرست ہائے پڑتال\*