कोभिड बाट सुरक्षा

विद्यालयका लागी कोभिड सुरक्षित मापदण्डहरू

अभिभावक र विद्यार्थीहरूका लागि जानकारी

विद्यार्थीहरूको लागि सिक्न र बढ्नको लागि सबैभन्दा प्रभावकारी तरिका कक्षाकोठामा सँगै हुनु हो। कोविड्-१९ (COVID-19) धेरैजसो बालबालिकाका लागि अपेक्षाकृत हल्का रोग हुने भएकोले हामी २०२२ मा सुरक्षित रूपमा विद्यालय फर्कन प्रतिबद्ध छौं। हामी यसलाई निम्नलिखित उपायहरू मार्फत समर्थन गर्दछौं।

यसका लक्षणहरू हेर्नुहोस्

- यदि तपाईंको बच्चा अस्वस्थ छ भने, हल्का लक्षणहरू भए पनि तपाईंले उनिहरुलाई घरमै राख्नुपर्छ र उनिहरुको परीक्षण गराउनुपर्छ। यदि उनिहरुमा यसका कुनै लक्षणहरू देखिए भने उनिहरुको पि सि आर (PCR) परीक्षण (नाक र घाँटी स्वाब) वा द्रुत एन्टिजेन परीक्षण (RAT) गर्नुपर्छ।
- यदि लक्षणहरू जारी रहेमा तपाईंको बच्चाले घरमै बस्नु पर्छ र २४ घण्टामा अर्को आरएटी (RAT वा पीसीआर (PCR) परीक्षण गर्नुपर्छ। यदि त्यो परीक्षण पनि नकारात्मक छ भने र अरु कुनै निदान पुष्टि जस्तै:परागण (Hay Fever) भएमा तपाईंको बच्चा विद्यालय जान सक्छ।

खोपहरू

- बिद्यालयमा काम गर्ने सबै कर्मचारीहरूले पूर्ण रूपमा खोप लगाएको हुनुपर्छ।
- हामी सबै विद्यार्थीहरू र उनिहरुका परिवारहरुले खोप लगाउन् भन्ने चाहान्छौं।
  अब ५ देखि ११ वर्षका बालबालिकाले खोप लगाउन सक्नेछन्। उपलब्ध समयमा आमाबाबुहरूलाई आफ्नो बच्चालाई खोपको लागि स्थान सुरक्षित गर्न भनिन्छ।
- सबै योग्यता पुगेका वयस्कहरूलाई बूस्टर (booster) मात्राहरु उपल्ब्धता अनुसार प्राप्त गर्न आग्रह गरिन्छ।

परिक्षण

पहिलो विद्यालय सत्र हुनु अघि

- सबै कर्मचारी र विद्यार्थीहरूलाई १ सत्रको सुरुमा बिद्यालयमा उपस्थित हुनु अघि द्रुत एन्टिजेन (RAT) परीक्षण गर्न र नकारात्मक नतिजा प्राप्त गर्न भनिएको छ। तपाईंको बिद्यालयले कहिले परीक्षणहरू लिनुपर्छ भन्ने बारेमा जानकारी दिनेछन्।
- सबै कर्मचारी र विद्यार्थीहरूलाई र्‍यापिड एन्टिजेन (RAT) परीक्षण सामाग्रीहरु विद्यालय मार्फत उपलब्ध गराइनेछ। यी सामाग्रीहरु कसरी सङ्कलन गर्न सकिन्छ भनेर विद्यालयहरूले अभिभावकहरूलाई जानकारी गर्नेछन्।

पहिलो विद्यालय सत्र १को शुरुवातमा

- पहिलो ४ हप्ताको लागि, विद्यार्थी र कर्मचारीहरूले **विद्यालय जानुअघि हप्तामा दुई पटक** र्‍यापिड एन्टिजेन (RAT) परीक्षण गर्नुपर्छ। विद्यालयहरूले परीक्षण किटहरू आपूर्ति गर्न जारी राख्नेछन्।
- कोभिड-१९ पोजिटिभ (COVID-19) भएका घरपरिवारको नजिकको सम्पर्कमा रहेका विद्यार्थीहरूले ७ दिनसम्म घरमा अलग्गै रहनुपर्छ (isolation)।

कोभिड-१९ पोजिटिभ केसहरू

- यदि तपाईंको बच्चामा कुनै लक्षणहरू छैनन् र तिनीहरूको कक्षा वा अन्य समूहमा कोभिड-१९का (COVID-19) केसहरु छन् भने, उनीहरूले न्यु साउथ वेल्स (NSW) स्वास्थ्य सल्लाह अनुसार विद्यालय जान जारी राख्न सक्छन्।
- सकारात्मक द्रुत एन्टिजेन परीक्षण (RAT) परिणाम प्राप्त गर्ने कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले जतिसक्दो छिटो **service.nsw.gov.au** वा **सेवा न्यु साउथ वेल्स (NSW) एपमा** दर्ता गर्नुपर्छ।
- र्‍यापिड एन्टिजेन (RAT) वा पि सि आर (PCR) परिक्षणको सकारात्मक नतिजा प्राप्त गर्ने कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले जतिसक्दो छिटो आफ्नो विद्यालयलाई जानकारी दिनुपर्छ र न्यु साउथ वेल्स स्वास्थ्य (NSW Health) को सल्लाह पालना गर्नुपर्छ।
- विद्यालयहरूले नियमित रूपमा आफ्नो समुदायमा कोभिड-१९ (COVID-19) को प्रभावको बारेमा अभिभावकहरूलाई जानकारी दिनेछन्। अभिभावकहरूले प्रभावित समूह वा समूहहरूको विवरणहरू उपलब्ध गराइने अपेक्षा गर्न सक्छन्।

हावाको आवागमन

- कोभिड प्रसारणको (संक्रमण) जोखिम कम गर्नको लागि ताजा हावाको आवागमन को सबैभन्दा प्रभावकारी माध्यम हो।
- विद्यालयहरूमा सबै सामुदायिक ठाउँहरू (classrooms) लाई उपयुक्त स्तरको वायुसंचार र आवश्यक ठाउँमा हावा शुद्धीकरण यन्त्र आवश्यकता अनुसार उपलब्ध गराइएको छ भनी सुनिश्चित गर्न जाँच गरिएको छ।
- बाहिरी खूला स्थानहरुलाई प्रयोग गर्न प्रोत्साहन जारी रहनेछ।

मास्क

- सबै प्राथमिक र माध्यमिक बिद्यालय का कर्मचारीहरूले भित्री गतिबिधिमा विद्यालय भवन भित्र मास्क लगाउन आवश्यक हुनेछ।
- कुनै छिद्र भएका मास्क वा कपडाको मास्क लगाउनु हुँदैन। आवश्यकता अनुसार, सर्जिकल मास्कहरू विद्यालयहरूमा उपलब्ध हुनेछन्।
- माध्यमिक तहका विद्यालयका विद्यार्थीहरूले अनिवार्य रूपमा मास्क लगाउनु जरूरी छ।
- प्राथमिक तहका विद्यालयका विद्यार्थीहरूलाई भित्री गतिबिधिमा विद्यालय भवन भित्र राम्रोसँग बाँधिएको मास्क लगाउन पूर्ण रूपमा सिफारिस गरिन्छ।

कृयाकलापहरु

- हरेक जोखिम कृयाकलापहरुमा कोविड्-१९ लाई मूल्याङ्कन गरिनेछ। विभिन्न गतिविधिहरूमा उपयुक्त सुरक्षाका उपायहरू लागू गर्न विद्यालयहरूलाई मार्गदर्शन प्रदान गरिनेछ।
- अभिभावकहरूलाई जोखिमको बारेमा अबगत गराइनेछ, अतिरिक्त-पाठ्यक्रम र विद्यालय समय बाहिरका गतिविधिहरूमा भाग लिनको लागि उनीहरूले अनुमति दिनुपर्ने छ।

विद्यार्थीहरुको सामुहिकता

- विद्यालयरहरूले विद्यार्थीहरूको समुह व्यवस्थापनलाई जारी राख्नेछ। साथै, बिद्यार्थिहरुलाई बिद्यालयमा पुर्याउने र छोड्ने, खाजाको समय, खेल मैदान र क्यान्टीन प्रयोगको समय भिन्दाभिन्दै पार्नेछ।
- विद्यालय अनुसार,समूहको आकार र समयतालिकाहरु, समूहहरू, कक्षा, वर्ष वा चरणहरूमा निर्भर रहन्छन्।

आगन्तुकहरू

- अत्यावश्यक विद्यालय गतिविधी र विद्यार्थीका आवश्यकताहरूलाई मदत पुर्याउन लागी विद्यालय क्षेत्रहरूमा भेटघाटका कार्यक्रम न्यून हुनेछन्,आगन्तुकहरूले/अभिबाकहरुले बिद्यालय भित्र मास्क अनिवार्य लगाउन आवश्यक हुनेछ र उनीहरूले भौतिक दूरी कायम गर्न सक्दैनन् भने बाहिर पनि मास्क लगाउनु आवश्यक छ।
- विद्यालयहरूलाई किन्डरगार्टनको अभिमुखीकरण र कक्षा सातको परिवर्तनको समयको लागि प्रति विद्यार्थी अधिकतम २ अभिभावक वा हेरचाहकर्ताहरूलाई स्कूल मैदानमा अनुमति दिईएको छ।

विद्यालयहरू खुल्ला राख्नलाई

- समुदायलाई सुरक्षित राख्नको लागि आमाबाबुलाई आफ्नो बच्चाको विद्यालयमा नियमहरूको सम्मान गर्न अनुरोध गरिएको छ।
- धेरै आकस्मिक कर्मचारी प्रयोग गरेर भएपनि कक्षाकोठामा हुने सिकाईलाई निरन्तरताका लागी विद्यालयहरूले सबै प्रयासहरू गर्नेछन्।
- उचित सुपरिवेक्षण र व्यवस्थापनका लागी विद्यालयहरूले कर्मचारी खटाउने निर्णयहरू स्थानिय रूपमा नै लिनुपर्नेछ।
- विद्यालयहरूले कुनै समुह वा विद्यार्थीहरूका लागी एउटै कर्मचारी खटाउन सक्ने अवस्था नहुनसक्छ। यस्तो अवस्थामा कक्षाहरूमा सँधै एउटै शिक्षक नहुनसक्छन्।

घरबाट सिकाइ

- हामी निरन्तर परिस्थितिको निगरानी गर्न जारी राख्नेछौं र कक्षाकोटाको सिकाइ संभब नभएको खन्डमा छोटो अवधिको लागि घरमा बसेर सिक्ने विकल्पहरूको ब्यवस्था गरिनेछ।

DCS_00436_200122

थप जानकारीको लागि **nsw.gov.au/covid-19** मा जानुहोस्

न्यू साउथ वेल्स सरकार (NSW) विद्यार्थीहरु र कर्मचारीहरूको सुरक्षा र स्वास्थ्यलाई प्राथमिकता दिँदै नियमित विद्यालय सञ्चालन सुनिश्चित गर्न प्रतिबद्ध छ।

NSW GOVERNMENT