

اہل خانہ کے لئے تنظیمات، محفوظ طریقے سے اپنے بچوں کے ساتھ اسکول میں واپسی کی تیاری کیسے کریں

1. ہر صبح اپنے بچے کی علامات چیک کریں۔ اگر اسے 37.5 ڈگری سے زیادہ بخار ہے تو بچہ اسکول نہیں جاسکتا۔

2. یقینی بنائیں کہ آپ کا بچہ ٹھیک ہے۔

اس بات کو یقینی بنائیں کہ اس کے گلے میں سوزش یا بیمار ہونے کی کوئی علامت نہیں ہے جیسے کھانسی، اسپال، سر درد، قے، یا پٹھوں میں درد۔ اگر اس کی صحت ٹھیک نہیں ہے تو وہ اسکول نہیں جاسکتا۔ اگر آپ کا بچہ اسکول میں نہیں ہے تو، غیر موجودگی کی وجہ ٹیلیفون کے ذریعہ بتائیں۔

3. اگر آپ کا کسی مثبت کوویڈ-19 کیس سے رابطہ ہوا ہے تو آپ اسکول نہیں جاسکتے۔ قرنطین سے متعلق انسٹی ٹیوٹ آف ہیلتھ کی ہدایات پر عمل کریں۔

4. اگر آپ نے پہلے ہی ایسا نہیں کیا ہے تو، اسکول کو اس کے بارے میں بتائیں کہ اگر آپ کا بچہ اسکول میں ٹھیک محسوس نہیں کر رہا ہے تو کس سے رابطہ کریں۔ کم از کم دو رابطوں کے نام، کنیت، فکسڈ اور موبائل فون نمبر جو ہمیشہ دستیاب ہیں۔

5. گھر میں، ہاتھ دھونے کے صحیح طریقوں کی مشق کریں، خاص طور پر کھانے سے پہلے اور اس کے بعد، چھینکنے اور کھانسی کے بعد، ماسک لگانے سے پہلے اور اپنے بچے کو بتائیں کہ ایسا کرنا کیوں ضروری ہے۔

6. اپنے بچے کو پانی کی بوتل فراہم کریں (نام اور کنیت کے ذریعے پہچانی جائے)۔

7. روزانہ کے معمولات کو اپنائیں، اسکول سے پہلے اور اس کے بعد، صبح کے وقت اسکول میں اپنے بیگ میں کیا رکھنا ہے (جسے کے ایک اضافی ماسک) اور گھر سے آتے وقت کیا کرنا ہے (فوری طور پر اپنے ہاتھ دھوئے، ماسک کہاں رکھنا ہے) اگر ڈسپوز ایبل یا دھویا جا سکتا ہو (...).

8. اسکول میں احتیاطی تدابیر کے بارے میں اپنے بچے سے بات کریں:

اپنے ہاتھوں کو کثرت سے دھوئیں اور اس سے جراثیم کش کریں

دوسرے طلباء سے جسمانی فاصلہ برقرار رکھیں

ماسک پہننے

پانی کی بوتلیں، ڈیوائسز، تحریری اشیاء، کتب سمیت دیگر طلباء کے ساتھ اشیاء کے اشتراک سے پرہیز کریں

اسکول کے تمام ضروری سامان کو ہمیشہ اپنے پاس رکھیں۔

9. یہ معلوم کریں کہ اسکول میں اگر کوئی بھی کوویڈ کا کیس آتا ہے تو اسکول اہل خانہ کو کس طرح مطلع کرے گا اور ان قواعد پر عمل کیا جائے گا۔

10. اپنے بچے کو اسکول آنے اور جانے کا منصوبہ بنائیں

اسکول میں داخل ہونے اور جاتے وقت ہمیشہ وقت کی پابندی کی کریں۔ اگر آپ کا بچہ پبلک ٹرانسپورٹ (بس) استعمال کرتا ہے تو اسے ہمیشہ ماسک پہننے کے لئے تیار کریں، بغیر کسی جراثیم کش کے اپنے چہرے کو اپنے ہاتھوں سے چھوئے۔ اگر وہ چھوٹا ہے تو، اس کی وضاحت کریں کہ وہ منہ میں ہاتھ نہیں ڈال سکتا۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ قواعد پر عمل کرنے کی اہمیت کو سمجھا ئیں
کنارے (نشستیں، وقفہ کاری، وغیرہ)

اگر وہ کار میں دوسرے ساتھیوں کے ساتھ، ان میں سے کسی کے والدین کے ساتھ جاتا ہے، تو اسے سمجھاؤ کہ اسے ہمیشہ اصولوں پر عمل کرنا چاہئے: ماسک، فاصلہ، ہاتھوں کی صفائی۔

11. ہمیشہ اچھی مثال قائم کرتے ہوئے، جسمانی دوری، صفائی اور ماسک کے استعمال کے تصور کو تقویت بخشیں۔