**मुख्य चिकित्सीय स्वास्थ्य अधिकारी कार्यालय**
10025 Jasper Avenue NW
PO Box 1360, Stn. Main
Edmonton, Alberta T5J 2N3
Canada
www.health.alberta.ca

सितंबर 3, 2020

एल्बर्टा विद्यार्थियों के प्रिय माता-पिता/अभिभावकः

अब जबकि 2020-21 का स्कूल वर्ष आरंभ हो रहा है, मैं आपको कुछ बातें याद दिलाते हुए आपके साथ जुड़ना चाहती हूँ। हम सभी को कुछ न कुछ सहायता की आवश्यकता होगी क्योंकि आने वाले सप्ताहों में हम अपने बच्चों के लिए उनके स्कूल के अनुभव को यथासंभव आरामदेह बनाना चाहते हैं और इसके साथ-साथ COVID-19 की अवधि में उनके स्कूली अनुभव के स्वरूप के बारे में अपनी चिंताओं को नियंत्रित भी करना चाहते हैं।

**COVID-19 के साथ जीवन जीने के लिए समायोजन**

मुझे यह कहकर शुरू करनें दें कि मैं भी एक माता भी हूँ। मुझे पता है कि हम सभी अपने बच्चों के लिए सबसे अच्छा चाहते हैं, चाहे वे कक्षा में वापिस जा रहे हों या आप घर पर उनकी शिक्षा को समर्थन दे रहे/रही हों। यह महामारी सभी के लिए कठिन है। हमारे बच्चे स्कूल के उसी माहौल में वापस नहीं जा रहे हैं जो मार्च में उनके स्कूल छोड़ने के समय था। इस वर्ष बातें पहले के समान नहीं दिखेंगी या पहले के समान महसूस नहीं होंगी।
अपने परिवार के बारे में सोचते हुए मुझे वास्तव में विश्वास है कि हमारे बच्चों का व्यक्तिगत रूप से कक्षाओं में वापिस जाना उनके संपूर्ण स्वास्थ्य को सुनिश्चित करने का हिस्सा है। आप मुझसे अलग महसूस कर सकते/सकती हैं और आपके निर्णय आपके परिवार के सर्वोत्तम हित में होने चाहिए। चाहे आपकी पसंद जो भी हो, आपके स्कूल के प्राधिकारियों के पास आपके निर्णय के अनुरूप कार्यक्रम होगा और मेरी टीम आपके स्कूल के प्राधिकारियों को समर्थन देने के लिए काम कर रही है।

**स्कूलों के लिए जनस्वास्थ्य दिशा-निर्देश**

हम स्कूलों में पुन:प्रवेश के दिशा-निर्देश विकसित करने के लिए एल्बर्टा शिक्षा [Alberta Education] और एल्बर्टा स्वास्थ्य सेवाओं (एएचएस) [Alberta Health Services (AHS)] में अपने सहयोगियों के साथ मिलकर काम कर रहे हैं। आपके बच्चों के स्कूलों और उनके स्कूल प्राधिकारियों के पास इस स्वास्थ्य दिशा-निर्देश को लागू करने की योजनाएँ हैं। मेरा विश्वास है कि यह एल्बर्टा के विद्यार्थियों को कक्षाओं में वापिस लाने के लिए एक तरह से सही कदम है, जिससे हमारे स्कूलों में COVID-19 का खतरा कम होगा और साथ ही उनके स्वास्थ्य के अन्य पहलुओं पर भी ध्यान दिया जाएगा। मेरी टीम और मैं इस जानकारी का उपयोग करने के लिए स्कूल में वापस जाने के अनुभव को निकटता से देखेंगे, ताकि ज़रूरत पड़ने पर हमारी जनस्वास्थ्य सलाह को समायोजित कर सकें। मैं सोमवार से लेकर गुरुवार तक सभी नए आदेशों को पोस्ट करने के लिए प्रतिबद्ध हूँ,और जब नए आदेश नियमित और मेरे अपडेट सोशल मीडिया के माध्यम से ऑनलाइन पोस्ट किए जाएँगे, तो हम आपके साथ यह जानकारी साझा करेंगे।

यदि हर कोई जनस्वास्थ्य दिशा-निर्देशों का पालन करने के लिए साथ मिलकर काम करेगा, तो हम एक-दूसरे को सुरक्षित रखने में सहायता कर सकते हैं। आपके स्कूल ने जो सूची प्रदान की है, उसमें बताए गए किसी भी लक्षण के लिए अपने बच्चे/बच्ची की प्रतिदिन जाँच करें। यदि आपका बच्चा/बच्ची बीमार है, तो कृपया उन्हें घर में ही रखें और

AHS के माध्यम से उनकी COVID-19 जाँच कराने की व्यवस्था करें। वेबसाइट www.ahs.ca/covid पर एपॉइंटमेंट ऑनलाइन आरक्षित किए जा सकते हैं। आपमें से कुछ लोगों ने सुना होगा कि जाँच कराना सहायक नहीं होता है क्योंकि परिणाम प्राप्त करने में बहुत लंबा समय लगता है। AHS जाँच की अवधि और परिणाम की सूचना देने के समय में सुधार करने के लिए कड़ी मेहनत कर रहा है, क्योंकि यथाशीघ्र जाँच करना और परिणाम मिलना बहुत महत्वपूर्ण होता है।

स्कूलों ने और अधिक साफ-सफाई और कीटाणुशोधन करने, शारीरिक दूरी रखने व विद्यार्थियों के समूह (कोहोर्ट) बनाने के लिए योजनाएँ लागू की हैं। आपके स्कूल ने अपने विशिष्ट परिवेश में इन उपायों को लागू करने के लिए एक योजना विकसित की है। यह महत्वपूर्ण है कि आपके स्कूल समुदाय के सभी सदस्य COVID-19 के फैलाव का खतरा कम करने के लिए इस योजना का पालन करें।

**मास्क की आवश्यकता का स्पष्टीकरण**

COVID-19 के फैलाव को कम करने के एक सुरक्षा उपाय के रूप में कक्षा 4 से लेकर कक्षा 12 तक के विद्यार्थियों, और सभी कर्मचारियों व आगंतुकों के लिए मास्क का उपयोग करना एक प्रांतीय आवश्यकता है। यह बैठकर पढ़ाई जाने वाली कक्षाओं के परिवेश के बाहर सभी कर्मचारियों के लिए लागू होती है, जहाँ दो मीटर की शारीरिक दूरी बनाए नहीं रखी जा सकती है। विद्यार्थियों को हॉलवे और स्कूल बस समेत सभी साझा और जनोपयोग क्षेत्रों में मास्क पहनने की आवश्यकता होगी।

हम इस बात को समझते हैं कि पूरे दिन-भर मास्क पहने रहने से अध्यापन के दौरान बच्चों के संचार और सीखने पर प्रभाव पड़ सकते हैं। अगस्त की शुरुआत में घोषित मास्क नीति और दिशा-निर्देश में हमेशा कहा गया है कि जब बच्चे अपनी डेस्क पर बैठे हुए हों, तो मास्क लगाना आवश्यक नहीं है। यदि डेस्क या टेबलों के बीच परस्पर दो मीटर की दूरी संभव न हो, तो विद्यार्थियों को एक-दूसरे के बीच अधिक से अधिक संभव दूरी पर व्यवस्थित किया जाना चाहिए, ताकि वे एक-दूसरे के आमने-सामने न बैठ पाएँ, जैसा कि पंक्तियों में होता है। इससे दूसरे विद्यार्थी के चेहरे पर सीधे खांसी या छींक पड़ने की संभावना नहीं होगी। यदि विद्यार्थियों, या विद्यार्थियों और कर्मचारियों के बीच बिना बैठी हुई गतिविधि के कारण निकट संपर्क हो रहा हो, तो गतिविधि के दौरान गैर-चिकित्सीय फेस मास्क का उपयोग किया जाना चाहिए।

मास्क की आवश्यकता के बारे में उपरोक्त जानकारी कई सप्ताहों से हमारे दिशा-निर्देश का हिस्सा रही है, किंतु औपचारिक रूप से इसे 29 अगस्त के दिन आदेश 33-2020 के तहत अपनाया गया। इस आदेश को स्कूलों के आरंभ होने के तुरंत पहले पड़ने वाले सप्ताहांत में अंतिम रूप देकर जारी किया गया था, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि स्कूलों के प्राधिकारी 31 अगस्त के दिन आदेश लागू होने से पहले इसकी समीक्षा कर सकें। यह आदेश स्कूलों के लिए दिशा-निर्देश की नीति या मेरी सलाह में कोई परिवर्तन नहीं करता है। मुझे इस आदेश के कारण पैदा हुई किसी भी चिंता या भ्रम के लिए खेद है।

**अपने बच्चे/बच्ची को तैयार होने में कैसे सहायता दें**

इन परिवर्तनों का प्रबंधन करने में अपने बच्चों को समर्थन देने के लिए आपकी भूमिका महत्वपूर्ण है। मुझे पता है कि बच्चों के लिए दोस्तों से दूरी बनाए रखना या एक ही समूह में रहना कठिन हो सकता है। खासकर लंबे समय तक अलग रहने के बाद सभी उम्र के बच्चों के लिए यह स्वाभाविक ही है कि वे अपने दोस्तों के निकट रहना और साथ-मिलकर खेलने के इच्छुक होंगे। आप अपने बच्चे/बच्ची की सहायता करने के लिए उनके स्कूल में हुए परिवर्तनों के बारे में उनसे बात कर सकते/सकती हैं, उन्हें मास्क पहनने के लिए सहज महसूस करने में सहायता दे सकते/सकती हैं, उन्हें अपने हाथों को धोने का तरीका दिखा सकते/सकती है और उन्हें यथासंभव शारीरिक दूरी बनाए रखने के महत्व के बारे में सिखा सकते/सकती हैं। यह भी महत्वपूर्ण है कि हमारे बच्चे दूसरों के प्रति दयाभाव बनाए रखना

याद रखें, क्योंकि अन्य लोग नए नियम भूल सकते हैं या मास्क पहनने में असमर्थ हो सकते हैं। नए सामान्य से समायोजित करने के लिए एक-दूसरे को समर्थन देना हमारी सबसे अच्छी दीर्घकालिक सुरक्षा होगी।

**स्कूलों में COVID-19 के मामलों के साथ व्यवहार करना**
आपके बच्चे/बच्ची के स्कूल में लागू किए गए सभी उपायों के बावजूद भी मुझे आशंका है स्कूली परिवेश में COVID-19 के कुछ मामले अवश्य होंगे। स्कूली परिवेश में COVID-19 का प्रत्युत्तर देने के लिए उपलब्ध उपायों के बारे में स्कूल समुदायों को समझाने में सहायता देने के लिए मेरी टीम ने एक संसाधन मार्गदर्शिका विकसित की है। इसमें यह भी शामिल है कि यदि स्कूल में रोगसूचक विद्यार्थी या कर्मचारी उपस्थित हों तो क्या किया जाना चाहिए, यदि प्रकरण या प्रकोप की पहचान की जाए तो क्या उम्मीद की जानी चाहिए और स्कूल समुदाय को क्या जानकारी प्रदान की जानी चाहिए। यह COVID-19 स्कूल प्रकोप संसाधन मार्गदर्शिका (COVID-19 School Outbreak Resource Guide) वेबसाइट alberta.ca/ReturnToSchool पर ऑनलाइन उपलब्ध है।

यदि आपके बच्चे/बच्ची के स्कूल में COVID -19 के कोई भी प्रकरण होंगे, तो आपको सूचित किया जाएगा। AHS जनस्वास्थ्य में हमारे सहयोगी स्कूल प्रशासकों के साथ मिलकर काम करेंगे, ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि किसी भी COVID-19 प्रकरण के सभी निकट संपर्कों को यथाशीघ्र पहचाना और सूचित किया जाए। आपको स्कूल में लागू होने वाले किसी भी अतिरिक्त जनस्वास्थ्य उपायों के बारे में भी अवगत कराया जाएगा।

**मानसिक स्वास्थ्य समर्थन**
पिछले कई महीनों में हमारे बच्चों के जीवन में बड़े बदलाव आए हैं और यह स्वाभाविक है कि वे चिंतित या भयभीत महसूस कर रहे होंगे। यदि आपको अपने बच्चों या स्वयं अपने मानसिक स्वास्थ्य के लिए किसी भी समर्थन की आवश्यकता है , तो आप AHS की वेबसाइट पर "Help in Tough Times" लिंक पर उपलब्ध संसाधन देख सकते/सकती हैं। यदि आपको आवश्यकता हो, तो यहाँ सूचीबद्ध किसी भी संसाधन से संपर्क करने में संकोच न करें।

**निष्कर्ष**
अंत में मैं COVID-19 के फैलाव को मंद करने में मदद करने के आपके निरंतर प्रयासों के लिए आपको धन्यवाद देना चाहती हूँ। सफल पुन:प्रवेश हमारे स्कूल समुदाय के सभी सदस्यों के इस प्रयास पर निर्भर करता है कि वे साथ-मिलकर काम करते हुए स्कूल में उपस्थित सभी लोगों की सुरक्षा सुनिश्चित करें। हम सब इसमें एक साथ है।

मैं आपके परिवार के लिए सुरक्षित स्कूल-वापसी की कामना करती हूँ।

सादर,

दीना हिनशॉ, बीएससी, एमडी, एमपीएच, सीसीएफपी, एफआरसीपी
मुख्य चिकित्सीय स्वास्थ्य अधिकारी

स्कूल के पुन: प्रवेश के बारे में अधिक जानकारी के लिए कृपया यहाँ जाएँ: alberta.ca/ReturnToSchool