

برمنگھم سٹی کونسل

16 مارچ 2021

حفاظت دے نال سکول واپس جانا

ڈائریکٹر پبلک ہیلتھ ڈاکٹر جسٹن ورنی نا خط خاندان، والدین تے دیکھ بھال کرنے آلیاں دے نال۔

بچیاں تے نوجواناں کی کلاساں وچ واپس جانیاں تک کے چنگا لگ ریا اے تے میں تسان نا شکریہ ادا کرنا چاہنا توآدی بچیاں تے انان نے سکولاں نی مدد واسطیں پچھلے پورے سال وچ۔

میں اس گل نی سمجھ ہے کہ اے کسے واسطیں وی آسان نئیں سی، کج خانداناں کی سدھا اثر ہویا اے اپنے پیارے آن کی کھو کے، یا فیر ملازمت یا آمدنی کھو جانے تے زیادہ تر خانداناں واسطیں خاص کر مشکل ہوئی اے اپنے کم تے بچیاں نے سکولاں کی کم بینڈ ویڈتھ یا کم آلات ایر۔

اے عوامل تے تے اتنے لمے عرصے واسطیں کار رہنا تے سکولوں دور ہونابیشک بچیاں تے نوجواناں نی صحت تے سلامتی اپر اثر انداز ہویا اے اس واسطیں میں تسان کی لکھنا چاہنا سان کہ تسان نی حوصلہ افزائی کراں کہ اپنے بچیاں کی سکول واپس جانے دے واسطیں مدد کرو جتھے انان دی تعلیم تے نشونما کی بحفاظت سکھایا جا سکے، دوستان تے ہم جماعتاں نال واپس جڑیا جا سکے تے او انان وچوں کج تجربات وچوں مددگار ماحول وچوں دوئے بچیاں نال نکل سکن۔

ماڑی ٹیم تے میں سکولاں نال بڑی باریک بینی نے نال کم کرنے پئے آن کہ تاکہ اس بات کی یقینی بنایا جا سکے کہ او اس شواہد تے راہنمائی اپر عمل کرنے پئے ان کہ کس طرح کورونا وائرس کی قابو کیتا جائے تے سبب کی محفوظ رکھا جائے۔ اس پوری عالمی وبا وچ اسیں باقاعدگی نال ملنے رہے آن کیونکہ راہنمائی تے ثبوت بدل گئے ان تے اسان استادان تے طالبعلمان نی مدد واسطیں کم کیتا اے کہ او تعلیمی ماحول وچ کس طرح محفوظ رہ سکنے ان تے خانداناں تے برادریاں کی کراں وچ محفوظ رکھا جائے۔

تعلیمی ماحول وچ مرکزی حفاظتی اقدامات وچ شامل اے سماجی فاصلہ، لگاتار صفائی تے ہتھ دھونا، اچھی ہو نی امدرفت نا انتظام، منہ کجنا تے جتھے مناسب اے قریبی رابطے واسطیں ذاتی حفاظت دا سامان (PPE)

مناسب انفیکشن نی روک تھام نے طریقہ کار جو اے یقینی بنان کہ انان بچیاں / عملے نی مدد جلدی تے محفوظ طریقے نے نال کیتی جائے جنان وچ علامات ظاہر ہویاں ان۔ تے ہن اضافی اقدامات جیسا کہ باقاعدہ فوری ٹیسٹنگ لیٹرل فلو آلات نا استعمال کردے ہوئے عملے، بچیاں، خاندان تے انان نی بچیاں نی نگہداشت نے بلبلے واسطیں۔

باقاعدہ فوری ٹیسٹنگ اک سب توں اہم حفاظتی اقدام اے بچیاں کی سکول واپس پیجنے دے واسطیں جیڑی انان لوکاں نی شناخت کرنے واسطیں اسان نی مدد کرنا اے جنان لوکاں کی کورونا وائرس انفیکشن ہے مگر علامات کوئی نئیں۔ سبب نے باقاعدگی نال ٹیسٹ کرنے دی نال اسیں جلدی کیساں نی شناخت کر سکنے آن تے جلدی عمل کر سکنے آن تعلیمی ماحول وچ پھیلاؤ روکنے ہن اسان کی اے پتہ اے 3 وچوں 1 بندے جنان کی انفیکشن ہے گا کی کوئی علامات نئیں ظاہر ہونیاں۔ اے ایس

طرح دی گل نہیں جیڑی اسے ویلے پچھلے سال آسان کی معلوم سی، تے ہن آسان نی رسائی زیدہ ٹیسٹنگ کٹس تکن اے، باقاعدہ ٹیسٹنگ نال ای آسان اے ممکن بنا سکے اُن کہ وائرس نا پھیلاؤ روکیا جائے سکولان تے بڑی برادریاں وچ - اے آسان کی اپنے سب توں کمزور کار نے افراد، شاگردان تے عملے نی حفاظت کرنے وچ مدد کرسی۔ فوری ٹیسٹنگ کورونا وائرس واسطیں کی اکثر لیٹرل فلو ڈیوائس کہا جانا اے تے ہن اے پرائمری سکول وچ عملے کی مفت حاصل اے تے چھوٹے بچیاں نے سکولان وچ، سیکینڈری سکولان نے عملے تے شاگردان کی، تے کوئی وی بچے جیڑے سکولان وچ پڑبنے ان انان نے بچیاں نی مدد نے دائرے کی۔

تساں نے سکول اس بارے وچ رابطہ کیتا بوسی کہ اے ٹیسٹ کس طرح کیتے جان گے، کیونکہ پرائمری، سیکینڈری تے ہائر تعلیم نے ماحول وچ خاص مگر تھوڑا فرق ہے گا۔ اگر تساں نے بچے سیکینڈری اسکول وچ ان تے انان کی ٹیسٹنگ واسطیں اجازت دیو۔ تے اپنے سمال نی مدد کرو اپنے آپ کی ٹیسٹ کر کے تے بچیاں کی وی حوصلہ دیو کہ او باقاعدگی نال کار وی ٹیسٹ کرنے روون۔ کیونکہ اے لاک ڈائون وچوں نکلنے نے راستے نا بٹوں اہم حصہ ہے گا آگے جا کہ ویکسین دے استعمال دے نال۔

دو طریقے نے نال کرانے LFD بوم ٹیسٹنگ کٹس حاصل کر سکے ون۔

1. LFD بوم ٹیسٹنگ کٹس کی شہر وچوں مختلف جغان چوں چکی انو۔
  - a. کولیکشن لوکیشنز کی اس سائٹ فائنڈر ٹول توں معلوم کری سکے او <https://find-covid-19-rapidtest-sites.maps.test-and-trace.nhs.uk>
  - b. LFD کٹس نی کولیکشن نے اوقات دیاں اوقات سائٹ فائنڈر ٹول اپر دتیاں گئیاں ہن۔ LFD بوم کولیکشن کٹس دی اوقات سہ پہر توں بعد ہن۔ مہربانی کر کے اک گل یاد رکھو کہ صبح اے جغان جنان لوکاں کی علامات ظاہر بین انان نی PCR ٹیسٹنگ نے طور تے کم کرنیاں ہن
  - c. برمنگھم وچ جیڑے وی بچے سکول جانے بین انان نے والدین تے او عملہ جیڑا انان سکولان کی مدد دیاں خدمات فراہم کرنا اے (کھانا پینا مہیا کرنے والے، سکول نے ڈرائیور وغیرہ) اس طرح دی کسی وی سائٹ اپر جا سکے ان تے زیادہ توں زیادہ 4 دبے لے سکے ان بوم ٹیسٹنگ کٹس نے اپنے کار آلیاں نے واسطیں۔
  - d. ہر ڈبے وچ 7 ٹیسٹ ہونے ان جیڑے اک بندے تیں اک مہینے واسطیں بٹوں ان اگر ہر بندہ اپنا دو واریں ٹیسٹ کرے۔
2. آن لائن ٹیسٹ کٹس آرڈر کرو اتھے <https://www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests>

اگر تسیں کم تے وی باقاعدہ ٹیسٹنگ کر رئے او ہفتے وچ دو واریں تے فیر تساں کی اضافی ٹیسٹنگ کرنے نی لوڑ نہیں اے۔ جسراں کسراں اور کمے آلیاں جغان کھلسن تے اسیں اے کاروبار آن توں توقع رکھنے اُن کہ او اس گل کی یقینی بنان کہ کم تے واپس آنے آلا عملہ کووڈ-19 نی حفاظتی اقدامات نی طور تے اور ٹیسٹنگ کر رئے ان۔

تساں نے نتیجے کی 119 ملا کے آن لائن رجسٹر کرانا پینا۔

<https://www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests>

اگر تساں نے کار وچ کوئی کورونا پازیٹو نکلنا اے یا اسکی علامات ظاہر ہو جائیاں ان تے اس طرح کرو:

- فوری اپنے آپ کی کلیاں کر لو
- اک PCR ٹیسٹ کرواؤ تاکہ نتیجہ ثابت ہو جائے <https://www.gov.uk/report-covid19-result>
- یا 119 تے کال کرو۔

- کار رہنے الی راہنمائی اپر عمل کرو جناس کراں وچ ممکنہ کرونا وائرس نا خطرہ اے۔
- اگر نتیجہ پازیٹو اے تے سکول یا کالج کی باؤ تاکہ او صحیح مشورہ یا راہنمائی حاصل کر سکن اسان نی مقامی ہیلتھ ٹیم توں۔
- NHS ٹیسٹ اور ٹریس کی ہر نتیجے نا دسنا جس دن تسین ٹیسٹ کرو۔

مہربانی فرما کر یہ یاد رکھیں کہ فوری ٹیسٹنگ کٹ سے منفی نتائج کا یہ مطلب ہے کہ ٹیسٹ والے دن ٹیسٹ کو کرونا وائرس کے کوئی آثار نہیں ملے اور یہ اس بات کی ضمانت نہیں ہے کہ آپ کو کرونا وائرس نہیں ہے کیونکہ فوری ٹیسٹ تب شناخت کرنے کے قابل ہوتا ہے جب آپ متعدی ہوں اور جب ان میں بہت سا انفیکشن موجود ہو۔ اور وہ پہلے پہل کا انفیکشن پکڑنا سکیں۔ اس لیئے تسین کو کرونا وائرس نی تمام حفاظتی اقدامات کی پورا کرنے رہو جس وچ شامل ہے باقاعدگی نال ہتھ تونا، سماجی فاصلہ تے منہ کجنا۔

کورونا وائرس نی علامات وچ شامل ہے اک نئی تے مسلسل کھانسی، یا بہت سخت بخار، یا پھر چکھنے یا سونگھنے کی قوت ختم ہونا یا تبدیلی آنا (اینوسمیا)۔ جیسا کہ ہمیں معلوم ہے کہ کج لوکان نی علامات مختلف ہین، مگر اے تین سب توں عام ہین تے ہر کسی کی تین وچوں اک ہونی اے۔ تسین بچیاں وچ کورونا وائرس نی علامات نے بارے وچ پڑھ سکنے او

[www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms/coronavirus-in-children/](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/symptoms/coronavirus-in-children/).

اسان نی ٹیماں تمام سکولان نال کم کرنیاں ہین تاکہ تازہ ترین راہنمائی تے عمل کر سکن۔ راہنمائی اکثر بدل سکتی اے تے میں سمجھ اے کہ تبدیلی نی وجہ توں کوئی الجھن ہوسکتی اے۔ مہربانی کر کہ اپنے سکول نے نال تعاون کرنے روؤ تے اسان نی مقامی ٹیماں نال کسے معلومات یا مشورے واسطیں۔

اسان کووڈ-19 چیمپینز کی اس طرح بنایا اے کہ او سدھی معلومات شہریوں کی پہنچائے۔ ہن اسان نے کول تقریباً 800 چیمپینز ہین، پورے شہر وچ، ہن اسین کووڈ یوتھ چیمپین وی بنائے ہن۔ اگر تسان کی کووڈ، ویکسینیشن یا پالیسی وچ کوئی تبدیلی نے بارے وچ معلومات حاصل کرنیاں ہین تے جاؤ سائن اپ کرو تے نیٹورک نا حصہ بن جاؤ۔

اسین سکولان نے نال کم کر رئے آن کے بچیاں تے نوجوانان نی مدد کراں انان نی سلامتی وچ تے نال نال عملے نی وی کیونکہ اسان کی پتہ اے کہ اے پچھلا سال کتنا مشکل گزرا اے۔ کج ذریعے جیڑے مددگار ہو سکنے ان او اس ویڈیو وچ دیتے گئے ان [https://youtu.be/KI\\_xyNB598M](https://youtu.be/KI_xyNB598M)

اور ذریعے وی بن دتے گئے ان:

- ینگ مائنڈز

<https://youngminds.org.uk/find-help/for-parents/>

- مائنڈ ایڈ

<https://mindedforfamilies.org.uk/young-people>

- ہیٹ (خاص خیراتی ادارہ جیڑا کھانے پینے نی بیماریاں اپر توجہ دینا اے)

<https://www.beateatingdisorders.org.uk>

- پاز برمنگھم

<https://www.forwardthinkingbirmingham.org.uk/services/13-pause>

• کوئہ

[/https://www.kooth.com](https://www.kooth.com)

• برمنگھم چلڈرنز پارٹنرشپ

<https://www.birmingham.gov.uk/bcp>

• برمنگھم ایجوکیشن پارٹنرشپ

[/https://bep.education](https://bep.education)

• فرینڈز فار لائف پروگرام

<https://friendsresilience.org/friendsforlife>

• برمنگھم ایجوکیشن سپورٹ سروسز

[/https://birminghameducationsupportservices.co.uk](https://birminghameducationsupportservices.co.uk)

• برمنگھم ویمن اینڈ چلڈرنز NHS ٹرسٹ

[/https://bwc.nhs.uk/youve-been-missed](https://bwc.nhs.uk/youve-been-missed)

اک واریں فیر تسان تے تسان نے خاندان نا شکریہ اس واسطیں جو کج تسیں کر رئے او اپنے بچیاں کی محفوظ رکھنے واسطیں، اسان نے شہر کی وی جس طرح اسیں مل کے کم کر رئے ان کرونا وائرس نی روک تھام وچ تے امید اے کے اسیں بہتر مستقبل بناں اپنے بچیاں تے نوجوانان واسطیں برمنگھم وچ۔

تسان نا مخلص

ڈاکٹر جسٹن واری

ڈائریکٹر پبلک ہیلتھ

برمنگھم سٹی کونسل

10 وڈکاک سٹریٹ

برمنگھم

B7 4BL

