

የደረጃ 1 እና የደረጃ 2 መመሪያ

Coronavirus 2019(COVID-19): ለት / ቤቶች የሚሆን መመሪያ (ቅድመ መዋዕለ ሕጻናት - K-12 እና ጎልማሳ)

በደረጃ 1 ፣ ትምህርት ቤቶች (ከቅድመ ትምህርት-መዋለ ሕጻናት - K-12 እና ጎልማሳ ያካተተ) በምናባዊ ትምህርት አቀማመጥ ውስጥ ይቆያሉ። ዲ.ሲ. ሄልዝ (DC Health) በድጋሚ በሚከፈቱበት ወቅት ደረጃ 1 ላይ በግለሰቡ ትምህርት ቤት ውስጥ እንቅስቃሴዎችን ላለመጀመር ይመክራል።

በተማሪዎች እና በሰራተኞች መካከል የ COVID-19 መሰራጨት እድልን ለመቀነስ በደረጃ 2 ወቅት ትምህርት ቤቶች የሚከተሉትን እርምጃዎች መተግበር አለባቸው። ለተጨማሪ መረጃ coronavirus.dc.gov ን ይጎብኙ።

የሰራተኞችን እና የልጆችን ደህንነት ለመደገፍ የሚሆኑ እርምጃዎችን መተግበር

ዕለታዊ የጤና ምርመራ

- ትምህርት ቤቶች ወደ ህንፃው ለሚገቡ ለሁሉም ተማሪዎች እና ሰራተኞች የዕለት ተዕለት የጤና ምርመራ ማረጋገጥ አለባቸው። ከሚከተሉት ምልክቶች አንዱ የሚታይበት ማንኛውም ግለሰብ ወደ ት/ቤቱ መግባት የለበትም ፣ ከዚያ ይልቅ ወደ ቤት ተመልሶ የጤና እንክብካቤ አቅራቢውን መጥራት ይጠበቅበታል።
 - ትኩሳት (ግምታዊ ወይም 100.4 ድግሪ ፋራናይት) ወይም ብርድ ብርድ ማለት ፣ የትንፋሽ እጥረት ወይም የመተንፈስ ችግር ፣ ድካም ፣ የጡንቻ ወይም የሰውነት ማሳከክ ፣ ራስ ምታት ፣ ልዩ የሆነ የጣዕም ወይም የማሽተት ስሜትን ማጣት ፣ የጉሮሮ መቁሰል ፣ የአፍንጫ በፈሳሽ መሞላት ወይም ከአፍንጫ መፍሰስ ፣ ማቅለሽለሽ ወይም ማስታወክ ፣ ተቅማጥ ፣ ወይም ደግሞ ጤና የማጣት ስሜት።
- አንድ ተማሪ ወይም የሰራተኛ አባል በትምህርት ቀናት ከላይ የተጠቀሱትን ምልክቶች የትኛውንም ምልክት ካሳየ ፣ ወደ ቤቱ እስኪመለስ እና እንዲሁም የጤና እንክብካቤ አቅራቢ መመሪያን እስኪያገኝ ድረስ ለብቻ የሚቆይበት ሁኔታ ት/ቤቱ ማመቻቸት ይጠበቅበታል።
- ማንኛውም ልጅ ወይም የሰራተኛ አባል COVID-19 ፖዘቲቭ ከሆነ ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት ካለው ፣ ልጁ ወይም የሰራተኛ አባል በጤና አጠባበቅ አቅራቢ ጤናማ መሆኑ እስኪረጋገጥ ድረስ ወይም ምልክቱን ሳያሳይ ወይም በCOVID-19 ዳይግኖዥድ ሳይደረግ የገለልተኝነት ጊዜውን እስኪጨርስ ድረስ ወደ ተቋሙ መግባት የለበትም።
- ማንኛውም ተማሪ ወይም የሰራተኛ አባል የ COVID-19 የምርመራ ውጤትን ከሚጠብቀው ሰው ጋር ቅርብ ግንኙነት ካለው ፣ ያ ሰው ተመርምሮ ከበሽታው ነፃ መሆኑ እስኪረጋገጥ ድረስ ተማሪው ወይም ሰራተኛው ወደ ተቋሙ መግባት የለበትም። የቅርብ ግንኙነት ያለው ሰው ምርመራ ውጤት ፖዘቲቭ ከሆነ በጤና አጠባበቅ አቅራቢያቸው ወይም ከዲ.ሲ. ሄልዝ መመሪያ መፈለግ አለባቸው።

በከፍተኛ ስጋት ውስጥ ያሉ ግለሰቦች

በ COVID-19 ምክንያት ለከባድ ህመም ሊጋለጡ የሚችሉ ተማሪዎች እና ሰራተኞች በአካል ተገኝተው ከመከታተላቸው በፊት በሕክምና አቅራቢያቸው ማረጋገጫ ማግኘት አለባቸው። ይህ የሚከተሉትን ያጠቃልላል ፣ ግን በዚህ ብቻ አይገደብም፡

- ሥር የሰደደ የሳንባ በሽታ፣

- ከመካከለኛ እስከ ከባድ ደረጃ ያለ የአስም በሽታ፤
- ከባድ የልብ በሽታ፤
- የሽታን መቋቋም አቅም አናሳነት ሁኔታዎች፤
- ከመጠን በላይ ውፍረት (> 40 ቦዲ ማስ እንዴክስ)፤
- የስኳር በሽታ፤
- ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ፤ እና / ወይም
- የጉበት በሽታ

ዕድሜያቸው 65 እና ከዚያ በላይ የሆኑ ሰዎች በስራ እንቅስቃሴዎች ውስጥ በአካል ተገኝተው ከመሳተፋቸው በፊት በሕክምና ባለሙያ ማረጋገጫ ማግኘት አለባቸው። እና በዚህ ዝርዝር ውስጥ የሌለ የህክምና ሁኔታ ያለው ማንኛውም ተማሪ ወይም ሰራተኛ ግን ስለ ደህንነቱ የሚያሰባቸው ከሆነ ከህክምና አቅራቢያቸው ጋር እንዲገናኝ ይበረታታሉ።

የግንኙነት ገድብ

የሕክምና ያልሆኑ የፊት መሸፈኛዎች (የፊት-ጭንብል)

- በትምህርት ቤት እያሉ ሁሉም አዋቂዎች የሕክምና ያልሆነ የፊት መሸፈኛዎች ወይም የፊት ጭንብል ማድረግ አለባቸው ። አንድ አዋቂ ሰው የፊት መሸፈኛ ፣ የሕክምና የወይም ሌላ ዓይነት መሸፈኛን በማድረግ ላይ ተቃርኖ ካለው ፣ ያ ሰው በትምህርት ቤት እንቅስቃሴዎች ውስጥ በአካል መሳተፍ የለበትም።
- የሚቻል ከሆነ፣ ተማሪዎች የፊት ሽፋኖችን እንዲለብሱ በጣም ይበረታታሉ ። የህክምና ፣ የእድገት እና የስነልቦናዊ ምክንያቶች የተወሰኑ ተማሪዎችን የፊት ሽፋኖች የመልበስ ተነሳሽነት ሊገድቡ ይችላሉ ። ትልልቅ ልጆች እና ጎልማሳዎች ከትናንሽ ልጆች ጋር ሲነፃፀሩ አነስተኛ የፊት መሸፈኛ የመልበስ ችግር ይታይባቸዋል ።

ስለ ሕክምና-ነክ ያልሆኑ የፊት ሽፋኖች ወይም የፊት ጭንብሎች የበለጠ መረጃ ለማግኘት ፣ እባክዎን “ ስለ ጭንብሎች እና ስለ ሌሎች አጠቃላይ የፊት ሽፋኖች መመሪያ ለአጠቃላይ ህዝብ” በ [coronavirus.dc.gov](https://www.coronavirus.dc.gov) ።

የማህበራዊ ርቀት

ት / ቤቶች ተገቢውን የአካል ርቀት የሚከተሉትን በማድረግ ማረጋገጥ አለባቸው፡

- በአንድ ክፍል ውስጥ ከ 10 የማይበልጡ ግለሰቦች (ሠራተኞች እና ልጆች) አለማድረግ
 - በአካል ለመገኘት የሚፈልጉ ሁሉም ተማሪዎች በት / ቤት መገልገያ ውስጥ መስተናገድ የማይችሉ ከሆነ በአካል ተገኝተው አብረው ለመማር አማራጭ ቀናትን (A እና B ቀናት) ከግምት በማስገባት ሌሎች ደግሞ በሽርቆዎቹ ፕላትፎርም በኩል ይማራሉ
- በእያንዳንዱ ግለሰብ መካከል ስድስት የጫማ ርቀት
- አንድ አይነት ተማሪዎችን እና ሰራተኞችን በየቀኑ እና ቀኑን ሙሉ አንድ ላይ መመደብ (በፈረቃ ከሚደረግ የአስተማሪዎች ወይም የህፃናት ክፍለ ጊዜ በተለየ)
- አስፈላጊ ያልሆኑ ጎብኝዎችን መገደብ
- በህንፃው መግቢያ እና መውጫ ላይ፣ በምግብ ሰዓት ፣ በመጻፍ ክፍል ፣ በመጫወቻ ስፍራ፣ በመተላለፊያ ስፍራዎች እና በሌሎች የጋራ ስፍራዎች ውስጥ በተለያዩ ቡድን መካከል የመቀላቀል ሁኔታ የሚፈቀድ አይደለም።
- ትላልቅ የቡድን እንቅስቃሴዎች እና ልጆች ተቀራርበው እንዲቀመጡ ወይም እንዲቆሙ የሚጠይቁ እንቅስቃሴዎች የሚፈቀድ አይደለም።
- እንቅስቃሴዎች እና ዝግጅቶችን እንደ የመስክ ጉዞ ፣ የተማሪ ስብሰባዎች ፣ የአትሌቲክስ ዝግጅቶች ወይም ልምደዎች ፣ ልዩ ዝግጅቶች፣ በትምህርት ቤት ደረጃ የሚደረጉ የወላጅ ስብሰባዎችን መሰረዝ።

- ተማሪዎች በጣም ቅርብ ሊሆኑ የሚችሉባቸውን ክፍሎች መተው ወይም ማሻሻል (ለምሳሌ፡ የመዘምራን ክፍል)
- በተማሪዎች መካከል ያለውን ርቀት ይበልጥ ለማስፋት የተማሪ ዴስክቶችን እንደገና ማስተካከል
- ቫይረስን በያዙ ጠብታዎች ምክንያት የሚታላለፉትን ለመቀነስ (ለምሳሌ ፣ ከንግግር ፣ ሳል ፣ ማስነጠስ) ዴስኮችን ወደ ፊት ለፊት በተመሳሳይ አቅጣጫ ማስቀመጥ (ትይዩ ኢድረግ ከማስቀመጥ ይልቅ)
- በካሬቴሪያ ውስጥ ከመቀላቀል ይልቅ ተማሪዎች በክፍሎቻቸው ውስጥ ምሳ እና ቁርስ እንዲበሉ ይፍቀዱላቸው ። የማይቻል ከሆነ ምሳውን በጊዜ ልዩነት በክፍል እና / ወይም ምሳውን ለየብቻ እና በክፍል አከባቢ በሚገኙ ቦታዎች
- የመድረሻ የጊዜ ልዩነት እና / ወይም የመልቀቂያ ጊዜዎች
- በጤና ጽ / ቤት ውስጥ መጨናነቅን (ከብዛት የተነሳ) መቀነስ
- በትምህርት ቤቱ ውስጥ አንዳቸው ከሌላው ርቀት እንዲጠብቁ ሰራተኞቻቸውን ፣ ተማሪዎቻቸውን እና ቤተሰቦቻቸውን ማስተማር
- ሰራተኞች ፣ ተማሪዎች እና ቤተሰቦቻቸውን በ COVID-19 እና በማህበራዊ ርቀት ዙሪያ ማስተማር

ማጽዳት እና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ

ሁሉም ትምህርት ቤቶች የተለያዩ ቁሳቁሶችን እና ነገሮችን በቋሚነት ማፅዳት፣ ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ እና ስኬታዊ ማድረግ [ስለ ጽዳት እና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ ላይ የሚያተኩር የወረዳ መመሪያ መሰረት](#) .

- አዘውትረው የሚከተሉትን ነገሮች እና ቁሳቁሶችን በቋሚነት ማጽዳትና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ ። ይህ በየቀኑ በመደበኛነት የማይጸዱ ቁሳቁሶችን / ነገሮችን ሊያካትት ይችላል (ለምሳሌ ፣ የቦር እጅታዎች ፣ የሙብራት ማብሪያና ማጥፊያዎች ፣ የመማሪያ ክፍሎች የቧንቧ መክፈቻዎች ፣ ካዎንቴርቶጵስ) ። በተለምዶ አገልግሎት ላይ የሚውሉ ማፅጃዎችን በመጠቀም ያፅዱ ። ሁሉም የጽዳት ምርቶችን በመለያው ላይ በተመለከቱት መመሪያዎች መሠረት ይጠቀሙ ።
- ለሁሉም የፅዳት፣ የስኬታዊ ማድረጊያ እና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ለማድረግ ለሚረዱ ምርቶች ፣ ለይዘታቸው፣ ለትግበራ ዘዴ ፣ ለመስራት የሚወስድበት ጊዜ እና ልጆች ከመጠቀማቸው በፊት ለመድረቅ የሚወስድበት ጊዜን በተመለከተ የአምራቹን መመሪያ ይከተሉ ። [የ CDC መመሪያ ደህንነቱን በጠበቀ እና ለትክክለኛ ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ አተገባበርን ሁኔታን](#) ይመልከቱ ።
- የእጅ መታጠቢያ ስትራቴጂዎች ቢያንስ ለ 20 ሰከንዶች በሳሙና እና በውሃ መታጠብምን ያረጋግጡ፣ በተለይም ወደ መጻፃጃ ቤት ከሄዱ በኋላ፣ ከመብላትዎ በፊት፣ እና አፍንጫዎን ከተናፈጡ፣ ካሳለዎት ወይም ካስነጠሱ በኋላ ። ሳሙና እና ውሃ ከሌለ እና እጅዎ በሚታይ መልኩ ቆሻሻ ካልሆነ ቢያንስ 60% አልኮልን የሚያካትት የእጅ ማጽጃ ስኬታዊ ዘርን ይጠቀሙ።
- ጤናማ የንጽህና አሠራሮችን ለመደገፍ በቂ አቅርቦቶች (ለምሳሌ፡ ሳሙና ፣ የማድረቂያ ወረቀቶች፣ የእጅ ማፅጃ ስኬታዊ ዘር፣ ሶፍት) መኖራቸውን ማረጋገጥ ።

ገንቢ ሀሳቦች

ለረጅም ጊዜ የአገልግሎት መቋረጥ በኋላ እንደገና የሚከፈቱ ት / ቤቶች ሁሉም የአየር ማናፈሻ እና የውሃ ስርዓቶች እና ቁሳቁሶች (ለምሳሌ፡ የእጅ መታጠቢያ ገንዳዎች ፣ የመጠጥ ምንጮች ፣ የተዋቡ ምንጮች) እንደሚከተለው መጠቀም አለባቸው፡

Coronavirus2019(COVID-19): ዲ.ሲ.ን እንደገና ሲከፈት በ 2 ኛ ደረጃ ወቅት ለት / ቤቶች መመሪያ (ቅድመ-ትምህርት-መዋዕለ ስኬታዊ -12 እና ጎል ማሳ) መጨረሻ የተሻሻለው ሜይ 25, 2020

- የአየር ማናፈሻ ስርዓቶች በአግባቡ መሥራታቸውን ማረጋገጥ እና በተቻለ መጠን ከቤት ውጭ የአየር ዝውውርን ማሳደግ፣ ለምሳሌ መስኮቶችን እና በሮችን በመክፈት። እንደገና ከተከፈተ በኋላ ደህንነቱ የተጠበቀ እና በሚቻልበት ጊዜ የአየር ዝውውሩ መጨመር መቀጠል አለበት። አገልግሎቱን ለሚጠቀሙ ህፃናት ለደህንነት ወይም ለጤንነት አደጋ (ለምሳሌ፡ የመውደቅ አደጋ ፣ የአስም በሽታ ምልክቶችን የሚያሳድሱ) ሊሆን የሚችል ከሆነ መስኮቶችን እና በሮች አይክፈቱ።
- የቆሽሽ ውሃን ለማፅዳት እና በንጹህ ውሃ ለመተካት የውሃ ስርዓቶች እንዲታጠቡ ያድርጉ። ይህ ውሃው ውስጥ ሊገባ የሚችልን ማንኛውንም ብረት (ለምሳሌ፡ ሊድ) ያስወግዳል እንዲሁም [ተጋላጭነት ይቀንሳል](#) [ለ Legionnaires በሽታ](#) እና ከውኃ ጋር የተዛመዱ ሌሎች በሽታዎች [ለዚህ ሂደት እርምጃዎች](#) በሲዲሲ ድረ ገፅ ላይ ሊያገኙ ይችላሉ።

ተጋላጭ ሊያደርጉ የሚችሉ እና የ COVID-19 ፖዛቲቭ ኬዞች

ት / ቤቱ COVID-19 ን የተረጋገጠ ልጅን ወይም ሰራተኛን በሚለይበት ዝግጅት ላይ ለት / ቤቱ አስፈላጊ የሚሆነው፡

1. በዲሲ ሄልዝ የተላላፊ በሽታዎች ድርግቢያ ላይ በሚገኝ ሊታወቅ የሚገባ የበሽታ ጉዳይ ሪፖርት ቅጽ በማስገባት የዲሲ ሄልዝን ያሳውቁ፡ dchealth.dc.gov/service/infectious-diseases
2. ተገቢውን ፅዳትና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግን ለማቀላጠፍ የሚያስፈልጉ የአገልግሎት አቅርቦቶችን ግምት ውስጥ ማስገባት።

በCOVID-19 መያዙ የታወቀ ግለሰብ በት/ቤት ከሌሎች ጋር በቅርብ የተገናኘ ከሆነ ዲሲ ሄልዝ ከስራ መባረር እና ሌሎች የደህንነት ጥንቃቄዎች እንዲወስዱ ት/ቤቶችን ያዝዛቸዋል።