

የደረጃ ሁለት መመሪያ
Coronavirus2019(COVID-19): ለት / ቤቶች የሚሆን መመሪያ
(ቅድመ መዋዕለ ሕጻናት - K-12 እና የጎልማሳ ትምህርት)

በደረጃ ሁለት ወቅት ፣ ትምህርት ቤቶች እንደገና ሊከፈቱ ይችላሉ ። ይህ መመሪያ በ COVID-19 መስፋፋት ወቅት ት / ቤቶችን የመከፈት የሚያስከትለውን ውጤት በተሻለ ደረጃ ለመገምገም እስከምንችል ድረስ ይህ መመሪያ ተግባራዊ ሆኖ ይቆያል ። ስለሆነም ከዲስትሪክቱ የድጋሜ መከፈት ደረጃዎች በተናጥል ሊከናወን ይችላል ። ት / ቤቶች እንደገና በሚከፈቱበት ጊዜ በተማሪዎች እና በሰራተኞች መካከል የ COVID-19 የስርጭት አደጋን ለመቀነስ የሚከተሉትን እርምጃዎች መተግበር አለባቸው ። ለተጨማሪ መረጃ coronavirus.dc.gov/phasetwo ን ይጎብኙ።

የሰራተኞችን እና የተማሪዎችን ደህንነት ይደግፉ

እለታዊ የጤና ምርመራ

- ትምህርት ቤቶች ወደ ህንፃው ለሚገቡ ለሁሉም ተማሪዎች እና ሰራተኞች የዕለት ተዕለት የጤና ምርመራ ማድረግ አለባቸው ። ከሚከተሉት ምልክቶች አንዱ የሚታይበት ማንኛውም ግለሰብ ወደ ት/ቤቱ መግባት የለበትም ፣ ከዚያ ይልቅ ቶሎ አራሱን ማግለል እና የጤና እንክብካቤ አቅራቢውን መጥራት ይጠበቅበታል።
 - ትኩሳት (ግምታዊ ወይም 100.4 ድግሪ ፋራናይት) ወይም ብርድ ብርድ ማለት ፣ ሳል ፣ የትንፋሽ እጥረት ወይም ለመተንፈስ መቸገር ፣ ድካም ፣ የጡንቻ ወይም የሰውነት ህመም ፣ ራስ ምታት ፣ ልዩ የሆነ የጣዕም ወይም የማሽተት ስሜትን ማጣት ፣ የጉሮሮ መቁሰል ፣ የአፍንጫ መደፈን ወይም ፈሳሽ ፣ ማቅለሽለሽ ወይም ማስመለስ ፣ ተቆማጥ ፣ ወይም ደግሞ ጤና የማጣት ስሜት።
 - ምልክቶቹ ከመድረሳቸው በፊት (በስልክ ወይም በመተግበሪያ በኩል) ወይም እንደደረሱ የሚገመገሙ እና በእንክብካቤ ሰጪዎች ሪፖርት መሰረት የሚከናወኑ ይሆናሉ።
- አንድ ተማሪ ወይም የሰራተኛ አባል በትምህርት ቀናት ከላይ የተጠቀሱትን ምልክቶች የትኛውንም ምልክት ካሳየ ፣ ወደ ቤቱ እስከሚመለስ እና እንዲሁም የጤና እንክብካቤ አቅራቢ መመሪያን እስኪያገኝ ድረስ ለብቻ የሚቆይበት ሁኔታ ት/ቤቱ ማመቻቸት ይጠበቅበታል።

ጤናማ አሠራሮችን ማበረታታት

- ጤናማ የንጽህና አሠራሮችን ለመደገፍ በቂ አቅርቦቶች (ለምሳሌ፡ ሳሙና ፣ የማድረቂያ ወረቀቶች፣ የእጅ ማፅጃ ስኒታይዘር፣ ሶፍት) መኖራቸውን ማረጋገጥ ።
- ቢያንስ ለ 20 ሴኮንዶች በሳሙና እና በውሃ መታጠብን የሚያጠቃልሉ የእጅ መታጠቢያ ስትራቴጂዎችን ማረጋገጥ። ሳሙና እና ውሃ ከሌላ እና እጅዎ በሚታይ መልኩ ቆሻሻ ካልሆነ ቢያንስ 60% አልኮልን የሚያካትት የእጅ ማጽጃ ስኒታይዘርን መጠቀም።
- ተደጋጋሚ የእጅ ንጽህናን ያከናውኑ (በሳሙና እና በውሃ ወይም የአልኮል ይዘት ያለው የእጅ ማፅጃ ሳኒታይዘር) ።
 - የእጅ ንፅህናን ለማከናወን ወሳኝ ጊዜዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፡
 - ምግብ ከመመገብ በፊት፣
 - መጸዳጃ ቤት ከተጠቀሙ በኋላ፣
 - የጨርቅ የፊት መሸፈኛዎችን ከመልበስዎ፣ ከመንካትዎ ወይም ከማወለቅዎ ወይም ፊትዎን ከመንካትዎ በፊት እና በኋላ፣
 - አፍንጫዎን ካፀዱ፣ ካሳሉ ወይም ካስነጠሱ በኋላ።

ለበሽታው በከፍተኛ ደረጃ ተጋላጭ የሆኑ ግለሰቦች

በ COVID-19 ምክንያት ለከባድ ህመም ሊጋለጡ የሚችሉ ተማሪዎች እና ሰራተኞች በአካል ተገኝተው በሚደረጉ እንቅስቃሴዎች ውስጥ ከመሳተፋቸው በፊት ከህክምና አቅራቢያቸው ጋር መማከር አለባቸው ። ይህም የሚከተሉትን ያጠቃልላል ፣ ነገር ግን በዚህ ብቻ አይገደብም፡

- ሥር የሰደደ የሳንባ በሽታ፣
- ከመካከለኛ እስከ ከባድ ደረጃ ያለ የአስም በሽታ፣
- ከባድ የልብ ሁኔታ፣
- የሽታን መቋቋም አቅም እናሳነት ሁኔታዎች፣

- ከልክ በላይ ውፍረት (>40 ቦዲ ማስ ኢንዱክስ)፤
- ስኳር በሽታ፤
- ሥር የሰደደ የኩላሊት በሽታ፤ እና / ወይም
- የጉበት በሽታ
- ዕድሜያቸው 65 እና ከዚያ በላይ የሆኑ ሰዎች
- በዚህ ዝርዝር ውስጥ ያልተካተተ የህክምና ሁኔታ ያላቸው ነገር ግን ስለ ደህንነታቸው የሚያሳስባቸው ማንኛውም ተማሪ ወይም ሰራተኛ ።

በክትባት-መከላከል የሚቻሉ በሽታዎችን ወረርሽኝ ማስቀረት

በበሽታ መቆጣጠሪያ እና መከላከል ማእከላት (CDC) እና በዲ.ሲ. ሄልዝ መረጃዎች መሠረት ፣ የ COVID-19 ወረርሽኝ የኩሎምቢያን እና ሜሪላንድን ዲስትሪክት ጨምሮ በመላ አገሪቱ የልጆች ክትባት አስተዳደሮች ላይ ከፍተኛ ጫና አሳድሮአል።

በትምህርት ቤት ውስጥ በክትባት ለመከላከል የሚቻሉ በሽታዎችን ለማስቀረት ሲባል ሁሉም በአካል በመገኘት በሚደረጉ እንቅስቃሴዎች ውስጥ ለሚሳተፉ ተማሪዎች በ CDC እና በዲ.ሲ. ሄልዝ መስፈርቶች መሠረት ሙሉ በሙሉ ክትባት መውሰዳቸው በጣም አስፈላጊ ነው ፡

- የልጆችን የክትባት ሁኔታ ለመገምገም ፣ ለወላጆች ማስታወሻዎችን ለመስጠት ፣ የጊዜ ገደቦችን ለማክበር እና መስፈርቶችን የማያሟሉ ሕፃናትን ለማስወጣት ፣ ፖሊሲ መዘርጋቱን ያረጋግጡ ።
- የክትባቶች መረጃ በ [እዚህ\(here\)](#) ላይ ይገኛሉ።
- CDC [በክትባት-መከላከል የሚቻሉ በሽታዎች \(Vaccine-Preventable Diseases\)](#) ን በተመለከተ ሌሎች ግብአቶች አሉት ።

ግንኙነቶችን ለመገደብ መቆጣጠሪያዎችን ይተግብሩ

የሕክምና ያልሆነ የፊት መሸፈኛዎች (የፊት ጭምብሎች)

- በትምህርት ቤት እያሉ ሁሉም አዋቂዎች የሕክምና ያልሆኑ የፊት መሸፈኛዎች ወይም የፊት ጭምብል ማድረግ ይጠበቅባቸዋል ። አንድ አዋቂ ሰው የፊት መሸፈኛ ፣ የሕክምና የወይም ሌላ ዓይነት መሸፈኛን በማድረግ ላይ ተቃርኖ ካለው ፣ ያ ሰው በትምህርት ቤት እንቅስቃሴዎች ውስጥ በአካል መሳተፍ የለበትም (ሊተገበር የሚችል ከሆነ) ።
- የሚቻል ከሆነ፣ ተማሪዎች የፊት መሸፈኛዎችን እንዲለብሱ በጣም ይበረታታሉ ። የህክምና ፣ የእድገት እና የስነልቦናዊ ምክንያቶች የተወሰኑ ተማሪዎችን የፊት መሸፈኛዎችን የመልበስ ተሳሳሽነት ሊገደቡ ይችላሉ ። ትልልቅ ልጆች እና ጎልማሳዎች ከትናንሽ ልጆች ጋር ሲነፃፀሩ አነስተኛ የፊት መሸፈኛ የመልበስ ችግር ይታይባቸዋል ።

ስለ ሕክምና-ነክ ያልሆኑ የፊት ሽፋኖች ወይም የፊት ጭምብሎች የበለጠ መረጃ ለማግኘት ፣ እባክዎን “ ስለ ጭምብሎች እና ስለ ሌሎች አጠቃላይ የፊት ሽፋኖች መመሪያ ለአጠቃላይ ህዝብ” በ [coronavirus.dc.gov](#) ላይ ይመልከቱ።

የማህበራዊ ርቀት

ት / ቤቶች ተገቢውን የአካል ርቀት የሚከተሉትን በማድረግ ማረጋገጥ አለባቸው፡

- በአንድ ክፍል ውስጥ ከ 12 የማይበልጡ ግለሰቦችን አንድ ላይ ማድረግ፤
 - የእያንዳንዱን ተማሪን ፍላጎቶች ለማሟላት አስፈላጊ ከሆነ አንድ ተጨማሪ ሰራተኛ (13 ግለሰቦች በአጠቃላይ) በአጭሩ ወደ ክፍሉ ሊጨመር ይችላል።
- የመተላለፊያ መንገድ ሊሆኑ የሚችሉ አጋጣሚዎችን ለማቋረጥ የማቆሚያ ጊዜዎች (ፓውዝስ) መርሃግብሩ (በተለዋጭ የሳምንት መርሃግብሮች) ውስጥ ተካቶአል ፤
- በእያንዳንዱ ግለሰብ መካከል የ 6 ጫማ ያህል ርቀት እንዲኖር ማድረግ፤
- አንድ አይነት ተማሪዎችን እና ሰራተኞችን በየቀኑ እና ቀኑን ሙሉ አንድ ላይ መመደብ (በፈረቃ ከሚደረግ የአስተማሪዎች ወይም የህፃናት ክፍለ ጊዜ በተለየ)፤
- አላስፈላጊ ጎብኚዎችን መገደብ፤
- በቡድኖቹ መካከል መቀላቀል እንዳይኖር ማድረግ፤ ይህም ከህንፃው በሚገቡበትና በሚወጡበት ጊዜ፣ በመመገቢያ ሰዓት ላይ፣ በመጻፍጃ ክፍል፣ በመጫወቻ ቦታዎች፣ በመተላለፊያዎች እናም ሌሎች የሚጋሯቸውን ቦታዎችን ይጨምራል።

- ትላልቅ የቡድን እንቅስቃሴዎች እና ልጆች ተቀራርበው እንዲቀመጡ ወይም እንዲቆሙ የሚጠይቁ እንቅስቃሴዎች የሚፈቀዱ አይደሉም።
- እንቅስቃሴዎች እና ዝግጅቶችን እንደ የመስክ ጉዞ ፣ የተማሪ ስብሰባዎች ፣ የአትሌቲክስ ዝግጅቶች ወይም ልምምዶች ፣ ልዩ ዝግጅቶች፣ በትምህርት ቤት ደረጃ የሚደረጉ የወላጅ ስብሰባዎችን መሰረዝ።
- ተማሪዎች በጣም ሊቀራረቡ 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) ዴስቶችን ወደ ፊት ለፊት በተመሳሳይ አቅጣጫ ማስቀመጥ (ትይዩ አድረግ ከማስቀመጥ ይልቅ) ፣
- በካፌቴሪያ ውስጥ ከመቀላቀል ይልቅ ተማሪዎች በክፍሎቻቸው ውስጥ ምሳ እና ቁርስ እንዲበሉ ይፍቀዱባቸው ። የማይቻል ከሆነ ምሳውን በጊዜ ልዩነት በክፍል እና / ወይም ምሳውን ለየብቻ እና በክፍል አካባቢ በሚገኙ ቦታዎች ።
- የመድረሻ የጊዜ ልዩነት እና / ወይም የመልቀቂያ ጊዜዎች።
- በጤና ጽ / ቤት ውስጥ መጨናነቅን (ከብዛት የተነሳ) መቀነስ።
- በትምህርት ቤቱ ውስጥ አንዳቸው ከሌላው ርቀት እንዲጠብቁ ስራተኞቻቸውን ፣ ተማሪዎቻቸውን እና ቤተሰቦቻቸውን ማስተማር።
- ስራተኞች ፣ ተማሪዎች እና ቤተሰቦቻቸውን በ COVID-19 እና በማህበራዊ ርቀት ዙሪያ ማስተማር።

ለበሽታው ተጋላጭ የሆኑ እና የ COVID-19 ፖዘቲቭ ኬዞች

- ማንኛውም ተማሪ ወይም የሰራተኛ አባል COVID-19 ፖዘቲቭ ከሆነ ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት ካደረገ ፣ ተማሪው ወይም የሰራተኛ አባል በጤና አጠባበቅ አቅራቢያቸው እስከሚመረመሩ ወይም ምልክቱን ሳያሳዩ ወይም በ COVID-19 በሽታ ሳይያዙ የላይቶ ማቆያ ጊዜያቸውን እስከሚያጠናቀቁ ድረስ ወደ ት / ቤቱ መግባት የለባቸውም ።
- ማንኛውም ተማሪ ወይም የሰራተኛ አባል የ COVID-19 የምርመራ ውጤትን ከሚጠባበቅ ግለሰብ ጋር የቅርብ ግንኙነት ካደረገ፣ የዛ ግለሰብ ውጤት ነገቲቭ መሆኑ እስኪረጋገጥ ድረስ ተማሪው ወይም የሰራተኛ አባል ወደ ት / ቤቱ መግባት የለበትም። የቅርብ ግንኙነት ያደረገው ግለሰብ ውጤት ፖዘቲቭ ከሆነ፣ ከጤና አጠባበቅ አቅራቢያቸው ወይም ከዲሲ ሄልዝ የህክምና መመሪያዎችን ማግኘት ይኖርባቸዋል።

ት / ቤቱ የ COVID-19 የምርመራ ውጤቱ ፖዘቲቭ የሆነውን ተማሪ ወይም ሰራተኛ ሊያገኝ ለሚችልበት አጋጣሚ፣ ት / ቤቱ ለ COVID-19 የመጋለጥ አደጋ እቅድ ማዘጋጀት አስፈላጊ ነው ።

- በት / ቤቱ ውስጥ ያለ አንድ ሰራተኛ የ COVID-19 የምርመራ ውጤቱ ፖዘቲቭ ከሆነ እና ይህን መረጃ ማሳወቅ ከፈለገ ሊያሳውቅ የሚችልበትን የመገናኛ ስፍራን ለይቶ ማዘጋጀት።
- በ COVID-19 የተያዙ ሰራተኞች ወይም ተማሪዎች ከማቆያ ቦታዎች እስከሚወጡ ድረስ ወደ ትምህርት ቤቱ መግባት የለባቸውም።
- ትምህርት ቤቶች ከሚከተሉት መረጃዎች ጋር በ coronavirus@dc.gov ላይ በኢሜይል ለዲሲ ሄልዝ ማሳወቅ አለባቸው፡
 - በኢሜይል የርዕስ ጉዳዩ መስመር ላይ “COVID-19 ኮንሳልት”
 - ዲሲ ሄልዝ ጥሪውን ለመመለስ እንዲያስችለው ጥሩ የሚባል የመገናኛ ቦታ ስም እና የቀጥታ ስልክ ቁጥር
 - ስለ ክስተቱ / ሁኔታው የሚገልጽ አጭር ማጠቃለያ
- የዲሲ ሄልዝ የምርመራ ባለሙያ በ 24 ሰዓታት ውስጥ በተገቢው መንገድ የቀረቡትን የኢሜይል ማስታወቂያዎችን የሚከታተል ይሆናል።
- ከዲሲ ሄልዝ ጋር በመመካከር የሚከተሉትን ለሠራተኞች እና ለወላጆች ለማጋራት የማሳወቂያ ሂደት ሊኖራቸው ይገባል፡
 - የ COVID-19 ፍንጮችን እና ምልክቶችን ጨምሮ ስለ COVID-19 ትምህርት ይሰጣል
 - ለ COVID-19 የምርመራ ውጤት ፖዘቲቭ ለሆኑ ግለሰቦች የግንኙነት መረጃ መመሪያ ማየት ከፈለጉ በ <https://coronavirus.dc.gov> ላይ ይገኛል።
 - **Of በኩሎምሊያ ዲስትሪክት ውስጥ ለ COVID-19 መከራ አማራጮች ላይ መረጃ ፤ በ [Coronavirus2019\(COVID-19\): ለት / ቤቶች የሚሆን መመሪያ \(ቅድመ መዋዕለ ሕጻናት - K-12 እና ጎልማሳ\) ለመጨረሻ ጊዜ የተሻሻለው፡ ጁን 18፣2020](https://coronavirus.dc.gov/testingይገኛል</u>

</div>
<div data-bbox=)**

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

ማጽዳት እና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ

ሁሉም ትምህርት ቤቶች የተለያዩ ቁሳቁሶችን እና ነገሮችን በቋሚነት ማጽዳት፣ ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ እና ስኒታይዝ ማድረግ ስለ ጽዳት እና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ ላይ የሚያተኩር የወረዳ መመሪያ መሰረት .

- አዘውትረው የሚነኩትን ነገሮች እና ቁሳቁሶችን በቋሚነት ማጽዳትና ከበሽታ አምጪ ህዋሳት ነፃ ማድረግ :: ይህ በየቀኑ በመደበኛነት የማይጸዱ ቁሳቁሶችን / ነገሮችን ሊያካትት ይችላል (ለምሳሌ ፣ የቦር እጅታዎች ፣ የመብራት ማብሪያና ማጥፊያዎች ፣ የመማሪያ ክፍሎች የቧንቧ መክፈቻዎች ፣ ካዎንቴርቶጵስ) :: በተለምዶ አገልግሎት ላይ የሚውሉ ማጽዳቻዎችን በመጠቀም ያጸዱ :: ሁሉም የጽዳት ምርቶችን በመለያው ላይ በተመለከቱት መመሪያዎች መሠረት ይጠቀሙ ::
- ህፃናቱ በመጫወቻዎቹ ከመጫወቻቸው በፊት ሁሉንም ማጽዳቻዎቹ፣ ሳኒታይዘሮችና የፀረ ተዋህሲያን ምርቶችን ከመጠቀማችን በፊት የአምራቾቹን የአልኮል መጠን ማወቅ፣ አጠቃቀሙን፣ የቆይታ ጊዜውን እና ለመድረቅ የሚፈጅበትን ሰዓት ማወቅ ያስፈልጋል። የ CDC መመሪያ ደህንነቱን ለጠበቀ እና ትክክለኛውን የፀረ ተዋህሲያን አጠቃቀምን ማየት ይችላሉ።

የግንባታ አትኩሮቶች

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፡

- የአየር ማናፈሻ ስርዓቶች በአግባቡ መሥራታቸውን ማረጋገጥ እና በተቻለ መጠን ከቤት ውጭ የአየር ዝውውርን ማሳደግ፣ ለምሳሌ መስኮቶችን እና በሮችን በመክፈት። በተቻለ መጠን የአየር ዝውውርን መጨመር ይህም ደግሞ ከተከፈቱ በኋላ አየር እንደልብ እንዲወጣና እንዲገባ ያደርጋል። የህፃናቱን ደህንነትን የሚያስጋ ወይም ለጤና ችግር የሚያጋልጥ ከሆነ የማጽዳት ስርዓት መስኮቶችን አለመክፈት (ለምሳሌ፡ አተነፋፈስ ላይ ችግር የሚያመጣ ከሆነ፣ የአስም በሽታ የሚያጋልጥ ከሆነ) ::
- የቆሽሽ ውሃን ለማጽዳት 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 የሚሆኑ ተጨማሪ ዝርዝር እርምጃዎችን በ CDC ድረ ገጽ በ <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/building-water-system.html> ላይ ይገኛል።

ከዚህ በላይ ያሉት መመሪያዎች ይህ እስከሚወጣ ድረስ ያሉትን ሁሉ ያካተተ ነው። እባክዎን <https://coronavirus.dc.gov/> ን ለወቅታዊ መረጃ በመደበኛነት ይጎብኙ።