



Comune di Bologna  
Area Educazione, Istruzione e Nuove Generazioni



Scuola  
è Bologna

## Centro Documentazione e Intercultura RiESco UI Sistema formativo Integrato Infanzia e Adolescenza

ریسکو دستاویزات اور انٹر کلچر سنٹر بچوں اور نوعمروں کے لئے مربوط تعلیمی نظام

اپنے بچوں کے ساتھ اسکول میں واپسی کو کیسے محفوظ کریں

خاندانوں کے لئے سفارشات

مرکز کا ترجمہ Centro Riesco

USR Emilia-Romagna دستاویز کی

اسکول کا سال 2020/21 اور کویوڈ 19، دوبارہ شروع کرنے کے لئے مواد - 16، محفوظ طریقے سے اسکول میں واپس جانیں۔ خاندانوں کے لئے معاونت کی فہرست

## کب آپ کا بچہ اسکول نہیں جاسکتا

ہر صبح اپنے بچے کا درجہ حرارت لیں۔ اگر اس کا درجہ حرارت 37.5 سے زیادہ ہے تو وہ اسکول نہیں جاسکتا۔

اگر آپ کے بچے کے گلے میں کھانسی ، اسہال ، سر درد ، الٹی ، یا جسم میں تکلیف ہے تو وہ اسکول نہیں جاسکتا ہیں۔

اگر آپ کا بچہ کسی ایسے شخص کے ساتھ رہا ہے جس کے پاس کوویڈ ہے تو ، وہ اسکول نہیں جاسکتا ہیں اور آپ کو صحت سے متعلق صحت کی دیکھ بھال کی تمام ہدایات پر عمل کرنا ہوگا (اپنے ڈاکٹر سے پوچھیں کہ آپ کیا کریں)۔

## اسکول کو دی جانے والی معلومات

اسکول کو نام ، کنیت ، ٹیلیفون یا موبائل نمبر ، کام کی جگہیں ، وغیرہ بتائیں۔ ایسے لوگوں کی جو آسکتے ہیں آپ کے بچے کو اسکول سے لینے کے لیے جب آپ کے بچے کی طبیعت خراب ہو جائے۔

## قواعد اور اچھی عادات کا احترام کریں

اپنے بچے کو اپنے ہاتھوں کو اچھی طرح سے دھونا سکھائیں۔ ہاتھ کھانے سے پہلے اور بعد میں دھوئے جائیں کھانسی ، چھینکنے ، کے بعد میں ہاتھ دھوئے جائیں۔ ماسک لگانے سے پہلے بھی دھوئے جائیں۔ اپنے بچے کو بتائیں کہ کیوں ہمیشہ ان کے ہاتھ دھونا ضروری ہے۔

اپنے بچے کو پانی کی بوتل دے اسکول لانے کے لیے۔ بوتل پر اپنے بچے کا نام اور کنیت لکھیں۔ صرف وہ اس پانی کی بوتل کو استعمال کر سکتا ہے۔

صبح اور اسکول جانے سے پہلے ، اپنے بچے کے ساتھ بیگ تیار کریں۔ اپنے ذاتی ہینڈ سینیٹائزر اور اسپینر فیس ماسک کو پیک کریں۔ جب آپ کا بچہ اسکول کے بعد گھر آجاتا ہے تو ، انہیں فوراً ہی اپنے ہاتھ دھونے کی ضرورت ہے۔ ماسک کو ضرور پھینک دینا چاہئے اگر یہ ڈسپوز ایبل ہو یا اسے دھوئے جانے کی صورت میں اسے ضرور دھویا جائے۔

اپنے بچے سے اسکول میں احتیاطی تدابیر اختیار کرنے کے بارے میں بات کریں

اسکول میں اس نے لازمی ہاتھ دھونے ہیں اور سینیٹائزر کا استعمال کرتے رہنا ہیں

اسکول میں ، اس نے دوسرے بچوں سے جسمانی فاصلہ برقرار رکھنا ہیں

آپ کے بچے نے اسکول میں ماسک پہننا ہے

اسکول میں اس نے بوتلیں ، کتابیں ، فلم ، پنسل وغیرہ جیسی چیزوں کو شیئر نہیں کرنا دوسرے بچوں کے ساتھ۔

اپنے بچے کو اسکول آنے اور جانے کا منصوبہ بنائیں

اگر آپ کا بچہ ٹرین ، بس ، اسکول بس کے ذریعہ اسکول جاتا ہے تو اسے ہمیشہ ماسک پہننا چاہئے اور سینینائزر کا استعمال کیے بغیر اپنے چہرے کو ہاتھوں سے نہیں چھونا۔ اگر وہ چھوٹا ہے تو اپنے بچے کو سمجھائیں کہ وہ اپنے ہاتھ منہ میں نہیں ڈالے۔ بس ، ٹرین یا اسکول بس پر اسے قواعد (نشستیں ، کھڑی جگہیں ، فاصلے وغیرہ) کا احترام کرنا ہوگا۔

اگر آپ کا بچہ دوسرے ساتھیوں کے ساتھ گاڑی میں جائے تو اسے ماسک پہننا چاہئے ، فاصلہ رکھنا چاہئے اور اپنے ہاتھوں کی صفائی رکھنی چاہئے۔

اپنے بچے کے لئے ایک عمدہ مثال قائم کر کے ان تمام اصولوں کو نافذ کرنے میں اپنے بچے کی مدد کریں۔

### اسکول اور فیملی کی معلومات

یہ معلوم کریں کہ کوڈ - 19 سے اسکول انفیکشن کے ممکنہ معاملہ سے کنبہ کے ساتھ بات چیت کرے گا۔ ان معاملات میں ان قواعد کو جانیں جن پر عمل ہوگا

جسمانی تعلیم کے لئے اسکول کے اختیار کردہ قواعد ، مفت سرگرمیوں جیسے تفریح ، کینٹین کے قواعد کے بارے میں معلوم کریں اور اپنے بچے سے ان قوانین کا احترام کرنے کو کہیں۔

اپنے بچے کو بیماری کے پھیلاؤ سے بچنے کے لئے اسکول کے انسداد کوڈ قوانین پر عمل کرنے کو کہیں۔

### ماسک

گھر پر ماسک کی فراہمی رکھیں تاکہ جب بھی ضرورت ہو آپ انہیں تبدیل کرسکیں۔

اپنے بچے کے بیگ میں ایک اور ماسک رکھیں ، ایک کنٹینر میں بند۔ اپنے بچے کے بیگ میں ایک شاپر رکھیں:

کھاتے وقت ماسک لگا دیں۔ اپنے بچے کو سمجھاؤ کہ ماسک میزوں ، کرسیوں وغیرہ پر نہیں رکھنا چاہئے۔

گندا ماسک لگائیں گھر جاتے وقت تاکہ دھو لیا جائے ۔

اگر آپ کا بچہ دھویا جانے والا ماسک استعمال کرتا ہے تو ، یہ لازمی ہے کہ

ناک اور منہ اور گالوں کا آغاز ڈھانپیں

کان کے تعلقات سے مضبوطی اختیار کریں

کم از کم کپڑے کی دو پرتیں رکھیں

سانس لینے کی اجازت دیں

ماسک ہاتھ یا مشین میں صابن سے دھو سکتے ہیں اور استری کیجئے (90° بہا پ ایک بہترین قدرتی (جراثیم کش اور بغیر کسی تضاد کے

دھویا جانے والے ماسک کی اپنے بچے کو پہچان بتائیں تاکہ آپ کا بچہ دوسرے بچوں کے ماسک سے نہ الجھے

اپنے بچے کو صرف لیسوں کو چھونے سے ماسک اتارنے اور ماسک لگانا سکھائیں۔

## دیگر مشورے

اپنے بچے کو یہ سمجھائیں کہ اسکول میں سب بچے ماسک نہیں پہن سکتے اس وجہ سے یہ ضروری ہے کہ محفوظ رہنے کے لیے فاصلہ رکھیں، ماسک پہنیں اور استاد کی ہدایت پر عمل کریں۔

اگر آپ کا بچہ چھوٹا ہے تو، اسے سمجھائے کہ اسکول میں اس کا ظہور مختلف نظر آئے گا۔

ڈیسک ایک دوسرے سے دور ہو گا

استاد جسمانی فاصلہ رکھیں گے

کچھ اسکولوں میں کلاس روم میں کھانا کھائے گے

اسکول واپس آنے کے بعد، معلوم کریں کہ معاملات کیسے چل رہے ہیں

اپنے بچے سے پوچھیں کہ وہ کیسا محسوس کرتا ہے

کسی بھی قسم کی تکلیف سے نمٹنے میں اس کی مدد کریں

اگر آپ کا بچہ آپ کو دوسرے بچوں کی طرف سے غیر مناسب سلوک کی اطلاع دیتا ہے تو، استاد اور ہیڈ ٹیچر سے فوری بات کریں

اپنے بچے کے سلوک کی تبدیلی کو غور سے دیکھیں بہت رونا، غمزدہ ہونا، بری طرح کھانا، اچھی طرح سے نہ سونا، اور دھیان میں دشواری کا سامنا کرنا تناؤ اور اضطراب کی علامت ہو سکتی ہے۔ لیکن محتاط رہیں کہ آپ پریشانی اور تناؤ میں مبتلا نہ ہو

اسکول کے جلسوں میں حصہ لینا ضروری ہے، چاہے کہ وہ فاصلے پر ہی ہو: مطلع کیا جانا اور اسکول سے رابطے میں ہونا اضطراب اور تناؤ کو کم کر سکتا ہے اور خدشات کو دور کرنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

## معذور طلباء کے خاندانوں کے لئے اضافی نکات

### انفیکشن سے متعلق صحت کے مسائل

عصبی سائنس دانوں اور علاج کرنے والے ڈاکٹروں سے بات کریں اگر

آپ کے بچے کو کوڈ 19 خطرے سے متعلق خصوصی توجہ کی ضرورت ہے۔ اگر ضروری ہو تو، مخصوص حل ڈھونڈ سکتے ہیں۔

اگر آپ کا بچہ اسکول میں برا محسوس کر رہا ہے تو ، مداخلت کے دوران اسکول یا 118 کو لازمی ہدایات پر عمل کرنا چاہئے۔

جب آپ کے بچے کو استثنیٰ یا صحت سے متعلق کم پریشانی ہو تو آپ کو لازمی طور پر ایک سرٹیفکیٹ ملنا چاہئے ، اور وہ اسکول میں کلاسوں میں نہیں جاسکتے ہیں۔ اسکول میں سرٹیفکیٹ پیش کریں۔ اسکول فاصلے یا گھر کے سبق لینے کے لئے سرگرم ہے۔

### حفظان صحت سے متعلق سلوک

اپنے بچے کے بیگ میں کاغذ کے ٹشو ڈالیں اور اپنے بچے کو سکھائیں کہ استعمال کے بعد ٹشو کو پھینک دیں۔ اپنے بچے کے بیگ میں سینٹیٹائزر ٹشو بھی رکھیں۔ اور اپنے بچے کو ان کو استعمال کرنے کی تعلیم دیں۔

اپنے بچے کو نلکوں سے پانی پینے سے روکیں اور اپنے بچے کے بیگ میں پانی کی بوتل رکھیں اور بوتل پر اپنے بچے کا نام لکھیں۔

اپنے بچے کو سکھائیں کہ وہ ہاتھ دھوئے بغیر چہرے کو نہ چھوئے۔

### ذاتی حفاظتی سامان کا استعمال

معذوری کی شکل کے حامل طلبا مستقل استعمال کے ساتھ مطابقت نہیں رکھتے ہیں وہ ماسک استعمال کرنے کی ذمہ داری سے مشروط نہیں ہیں۔"

اپنے ڈاکٹر سے بات کریں کہ آپ کے بچے کو اسکول میں ماسک پہننے کی ضرورت ہے۔

اگر اسے ماسک پہننا ہے تو ، اپنے بچے کو اس کا استعمال کرنے کا طریقہ سکھائیں۔ اس کی حفاظت کے لئے یہ ضروری ہے

اگر وہ ماسک اور صاف ویزر استعمال نہیں کر سکتا ہے تو ، اپنے بچے کو سمجھائیں کہ اس کے پاس کے لوگ ماسک استعمال کریں۔

اگر آپ کا بچہ بہرا اور ہونٹ پڑھنے والا ہے تو ، اسکول سے اس کے اور اس کی کلاس کے لئے واضح ویزر خریدنے کو کہیں۔ شفاف ماسک بھی ہیں۔

### اسکول ٹرانسپورٹ کا مسئلہ

اگر علاج کرنے والے ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ آپ کے بچے کو اسکول جانے کے وقت انفیکشن کا مسئلہ ہے تو ، سرٹیفکیٹ طلب کریں اور اسے بلدیہ اور اسکول کے سامنے پیش کریں۔

### بیت الخلاء کا استعمال

اسکول سے پوچھیں کہ انہوں نے معذور افراد کے لئے بیت الخلاء کا انتظام کس طرح کیا۔

اپنے بچے کو (اگر ممکن ہو تو) ڈورکنوبس ، بیت الخلا کی سطح اور ٹونٹیوں کو جراثیم کشی سے پاک کرنے کے لئے ان کو استعمال کرنے سے پہلے صاف کریں۔

اپنے بچے کو ہاتھ روم سے باہر نکلنے اور کلاس میں واپس آنے سے فوراً بعد ہی ان کے ہاتھوں سے جراثیم کشی کرنے کا درس دیں۔

### مخصوص تعلیم سے متعلق معذور طلباء کے خاندانوں کے لئے اضافی نکات

انسداد عضلہ کی حفاظت اور مختلف دفعات کو پڑھنے کے قابل شکل میں ، یا تقریر کی ترکیب کے ساتھ بھی اسکول بھیجنے کے لئے اسکول سے کہیں۔

اپنے بچے سے اسکول کے تمام حفاظتی اقدامات کے بارے میں بات کریں اور دیکھیں کہ وہ ان پر واضح ہیں۔

اپنے بچے کو ہر صبح اس کی تنظیم کی سہولت کے لیے بیگ کو تمام ضروری چیزوں کے ساتھ تیار کرنے میں مدد کریں۔

اپنے بچے کو یاد دلائیں کہ دوسرے لوگوں کے لیے قرض نہ لیں اور اپنی چیزیں قرض میں نہ دیں۔ خود غرضی کے لئے نہیں بلکہ حفاظت کے لئے۔

Traduzione in urdu a cura di



AIPI Coop. soc.