



## वीडियो 4: पुनः स्कूल खुलने पूर्व अभिभावकों के लिए सलाह

---

### आलेख

पुनः स्कूल जाने को लेकर हर किसी की अलग-अलग भावनाएँ होती हैं। कुछ माता-पिता और बच्चे खुशी महसूस कर सकते हैं - और कुछ को थोड़ी चिंता हो सकती है। ये ठीक है। शांत मन और सकारात्मक दृष्टिकोण रखने से आपके बच्चों को उसमें फिर से समायोजित होने में मदद मिलेगी। उन्हें बताएं कि उनके विचारों और भावनाओं को दूसरों के साथ साझा करने से मदद मिलेगी।

उन्हें बताएं कि अगर वे किसी चीज को लेकर चिंतित हैं तो उनकी मदद के लिए हमेशा कोई न कोई होता है।

उन्हें पुनः स्कूल जाने हेतु सकारात्मक बातों के बारे में याद दिलाना भी जरूरी है - जैसे दोस्तों से मिलना-जुलना, दिनचर्या बनाना और स्कूल की गतिविधियों में शामिल होना।

एक व्यवस्थित दिनचर्या से आपके बच्चे को स्कूल में फिर से समायोजित होने में मदद मिलेगी। उन्हें स्वस्थ आहार लेने, व्यायाम करने, दोस्तों के साथ जुड़ने और अच्छी नींद की दिनचर्या के लिए प्रोत्साहित करें।

यह सुनिश्चित करने के लिए हमने बहुत सारे काम किए हैं ताकि हमारे स्कूल सुरक्षित और टिकाऊ तरीके से संचालित हों।

हमने कोविड-19 के खिलाफ लड़ाई में बड़ी प्रगति देखी है। समाज का बड़ा हिस्सा फिर से खुल गया है और बहुत सारी चीजें जिन्हें करने में हम सभी को आनंद आता है, या जिन पर हम भरोसा करते हैं, एक बार फिर संभव हैं।

पब्लिक हेल्थ ऑथोरिटी के अधिकारियों ने स्कूल में सबों को सुरक्षित रखने के लिए आवश्यक उपायों को लागू करने का विचार किया है।



वे इस बात से संतुष्ट हैं कि जब स्कूलों के लिए बनाए गए नियमों और दिनचर्या का सब के द्वारा सावधानीपूर्वक पालन किया जाता है, तो हम सभी वायरस से अच्छी तरह से सुरक्षित रहते हैं।

प्रत्येक छात्र एवं स्टाफ सदस्यों को इन नियमों और दिनचर्या का ध्यान दिलाया जा रहा है, जिनका पालन सबों को सुरक्षित रखने के लिए किया जाना चाहिए। स्कूल के छात्रों को उसके उम्र के मुताबिक उपयुक्त वीडियो और अन्य टूल के माध्यम से इनकी याद दिलाएंगे।

सर्वप्रथम एवं सर्वाधिक महत्वपूर्ण यह है कि बुखार, खांसी, सांस की तकलीफ या सांस लेने में कठिनाई, या गंध या स्वाद में कमी या परिवर्तन सहित कोविड-19 लक्षण वाले किसी भी व्यक्ति को स्कूल नहीं जाना चाहिए। कृपया HSE के निर्देशों के अनुसार सेल्फ आइसोलेशन का पालन करें और अपने डॉक्टर को फोन पर संपर्क करें। यह सुनिश्चित करें कि यदि कोई छात्र स्कूल में अस्वस्थ महसूस करते हैं तो उन्हें तुरंत अपने शिक्षक को बताना चाहिए।

सभी छात्रों के लिए हाथों को अच्छी तरह धोना और स्वच्छता का अभ्यास करना महत्वपूर्ण होगा। यह सुनिश्चित करें कि आपका बच्चा खांसी या छींक होने पर टिश्यू का उपयोग या अपनी कोहनी का उपयोग करना जानता है।

सीनियर प्राइमरी और पोस्ट प्राइमरी स्तर पर सभी को शारीरिक दूरी का पालन करना चाहिए।

प्राथमिक विद्यालय में, छोटे बच्चों को शारीरिक दूरी का अभ्यास करने की आवश्यकता नहीं है, परन्तु उन्हें कक्षा के भीतर पॉइंस में व्यवस्थित किया जाएगा।

पिकअप और ड्रॉप ऑफ एक व्यस्त समय हो सकता है। कृपया स्कूल के दिशा-निर्देशों का पालन करते हुए शारीरिक दूरी सुनिश्चित करें कि कब और कहाँ जाना है। यद्यपि ऐसा करना कठिन हो सकता है, यह महत्वपूर्ण है कि माता-पिता स्कूल से पहले और बाद में आपस में मिलने जुलने के लिए स्कूल के गेट पर एकत्र न हों। शारीरिक दूरी बनाए रखना, मास्क पहनना और स्कूल में अनावश्यक न रुकना आपके बच्चे के स्कूल को खुला रखने में मदद करेगा।

सभी स्कूलों में स्टाफ और पोस्ट-प्राइमरी के छात्रों को फेस कवर पहनना अनिवार्य है

यदि संभव हो तो अपने बच्चे को पैदल चलने या साइकिल से स्कूल जाने के लिए प्रोत्साहित



करें और ऐसा करना सुरक्षित है।

छात्रों के लिए स्कूल परिवहन पर एक निश्चित सीट आबंटित होगी, जिसमें उन्हें बैठना होगा और पोस्ट-प्राइमरी के छात्रों को बस का इंतजार करते समय और बस में चढ़ते समय फेस कवर करना होगा।

आपको लागू प्रक्रियाओं की याद दिलाने के लिए स्कूल परिवारों से सीधे संवाद करेंगे। घर पर आपस में बात करें कि पुनः स्कूल जाने पर क्या उम्मीद की जाए।

शिक्षक समझते हैं कि दूरस्थ शिक्षण और सीखने की अवधि के दौरान छात्रों की शिक्षा प्रभावित हो सकती है, और किसी भी प्रभाव को दूर करने के लिए छात्रों के साथ काम करेंगे।

याद रखें कि हम सभी को एक भूमिका निभानी है ताकि बच्चे सुरक्षित रूप से स्कूल जा सकें। यह महत्वपूर्ण है कि आप हमारे स्कूल के वातावरण को सुरक्षित रखने के लिए सार्वजनिक स्वास्थ्य सलाह का पालन करें।

अधिक जानकारी के लिए [gov.ie/backtoschool](http://gov.ie/backtoschool) देखें