



COVID-19-ի Կանխարգելումը TK-12 Դպրոցներում Տեղեկություններ Աշակերտների, Ճնողների և Խնամակալների Յամար

Տարրական, միջին և ավագ դպրոցները կարող են վերաբացվել Լոս Անջելեսի Շրջանում՝ հետևելով [K-12 Դպրոցների Վերաբացման Արձանագրությանը](#): Այս արձանագրությունը թվարկում է այն կանոններն ու հորդորները, որոնց պետք է հետևեն դպրոցները, որոնք ստեղծում են պաշտպանության բազմաթիվ շերտեր՝ կանխելու COVID-19-ի տարածումը, և թույլ են տալիս ապահով կերպով վերադառնալ դասարանային ուսուցմանը: Դպրոցները սերտորեն համագործակցում են Լոս Անջելեսի Շրջանի Հանրային Առողջապահության Վարչության հետ՝ ստեղծելու անվտանգությունը ապահովող միջավայրեր: Բացի այդ, Կալիֆորնիայի Նահանգի կողմից 2021 թվականի Օգոստոսի 11-ին հրապարակվել է [Առողջապահության Պատասխանատուի Հրամանը](#), համաձայն որի՝ դպրոցի անձնակազմի բոլոր անդամներից պահանջվում է ներկայացնել ամբողջովին պատվաստված լինելու վերաբերյալ ապացույց կամ շաբաթական առնվազն մեկ անգամ թեստ հանձնել:

Ճնողները և խնամակալները կարող են իրենց երեխաներին նախապատրաստել դպրոցին՝ իմանալով COVID-19-ի անվտանգության կանոններն ու հորդորները: Բացատրեք ձեր երեխաներին, թե ինչ կարող են նրանք ակնկալել դպրոց վերադառնալու դեպքում: Սա կօգնի ապահովել անվտանգ և բարեհաջող ուսումնական տարի:

Ելնելով բոլորի անվտանգությունից՝ դպրոցները պահանջելու են, որ՝

Բոլորը, անկախ պատվաստման կարգավիճակից, պետք է փակ տարածքներում դիմակ կրեն.

- Սա ներառում է դպրոցի բոլոր մասնաշենքերը, հանրային և դպրոցի փոխադրամիջոցները (օր.՝ դպրոցական ավտոբուսներ և փոքր ավտոբուսներ), ինչպես նաև փակ տարածքներում ֆիզիկական դաստիարակության (PE) դասերը:
- Աշակերտներին թույլատրվում է հանել դիմակը ակտիվորեն՝
 - Ուտելիս, խմելիս, ցնցուղ ընդունելիս, լողալիս կամ քնելիս:
- **Մարդիկ, ովքեր չպետք է դիմակ կրեն:** 2 տարեկանից (24 ամսական) փոքր երեխաները չպետք է դիմակ կրեն: Առողջության կամ հոգեկան առողջության որոշ խնդիրներ կամ հաշմանդամություն ունեցող անձինք չպետք է դիմակ կրեն, եթե իրենց բժիշկը կարգադրել է չկրել: Առողջության, հոգեկան առողջության վիճակի, հաշմանդամության կամ լսողության խանգարման պատճառով անձին դպրոցում դիմակ կրելուց պետք է ազատի արտոնագրված բժիշկը կամ արտոնագրված այլ մասնագետ, որն աշխատում է բժշկի արտոնագրով: Դիմակ կրելուց ազատվելու համար ինքն իր վիճակը գնահատելը, ինչպես նաև ծնողի կողմից հաստատումը չի ընդունվում: Բժշկական դիմակ կրելուց ազատված անձինք պետք է կրեն ստորին հատվածում կտոր ունեցող դեմքի վահան՝ պարանոցի հատվածը ծածկելու համար, եթե նրանց առողջական վիճակը դա թույլ է տալիս:
- Դիմակ կրելու մասին ավելին իմանալու համար այցելեք՝ ph.lacounty.gov/masks:

Աշակերտները չպետք է հաճախեն դպրոց, եթե հիվանդ են կամ գտնվում են մեկուսացման կամ կարանտին պահպանելու հրամանների ներքո:

- Ձերմություն ունեցող կամ հիվանդության այլ նշաններ ունեցող երեխաներին պետք չէ ուղարկել դպրոց: COVID-19-ի ախտանիշների համար տե՛ս ph.lacounty.gov/covidcare:
- Դպրոց ժամանելուն պես կարող է կատարվել աշակերտների ախտանիշների ստուգում և ջերմաչափում: Նրանց չի թույլատրվի մուտք գործել, եթե ունենան հիվանդության նշաններ: Եթե օրվա ընթացքում աշակերտի մոտ սկսեն դրսևորվել COVID-19-ի ախտանիշներ, ապա նա կմեկուսացվի մյուսներից և կուղարկվի տուն:
- Ծրագրեք նախօրոք: Պատրաստ ունեցեք երեխային շտապ բուժօգնություն ցուցաբերելու ծրագիր, որպեսզի ձեր երեխայի հիվանդանալու դեպքում նա կարողանա ապահով մնալ տանը:



COVID-19-ի Կանխարգելումը TK-12 Դպրոցներում

Դպրոցները կարող են պահանջել անվտանգության լրացուցիչ քայլեր:

Հետևյալ անվտանգության քայլերը կոչված են ավելի նվազեցնելու COVID-19-ի տարածման վտանգը՝ թույլ տալով պահպանել ֆիզիկական հեռավորություն, նվազեցնել մարդկային կուտակումները և ավելացնել օդափոխությունը: Բոլորը պետք է հետևեն դպրոցի կողմից սահմանված կանոններին: Հարցրեք ձեր երեխայի դպրոցին՝ իմանալու ավելի զգուշացման կողմից տեղում կիրառվող անվտանգության միջոցառումների մասին:

Դպրոցները կարող են՝

- **Ունենալ փոփոխված կամ դասակարգված ժամանակացույցներ՝** միջանցքներում կուտակումները նվազեցնելու համար:
- Ունենալ աշակերտների և ուսուցիչների **սահմանված խմբեր**, որոնք օրվա ընթացքում գործողությունների մեծ մասն իրականացնում են միասին:
- **Դասասենյակներում բացել պատուհանները և դռները՝** օդի լավ հոսքը և օդափոխությունը բարձրացնելու համար:
- **Կատարել ախտանիշներ չունեցող աշակերտների պարբերական թեստավորում COVID-19-ի համար:** Կամ դպրոցը կարող է թեստավորել միայն այն աշակերտներին, որոնք ունեն COVID-19 ախտանիշներ կամ սերտ շփում են ունեցել COVID-19-ով վարակված անձի հետ:
- **Դասընթացներ անցկացնել և ճաշել բացօթյա վայրերում՝** հատկապես այն միջոցառումների դեպքում, որոնք ունեն COVID-19-ի տարածման ավելի մեծ վտանգ: Սա ներառում է ֆիզիկական դաստիարակության, երաժշտության, թատրոնի, պարի և երգի դասերը: Երաժշտական գործողությունները, որոնք պահանջում են հեռացնել դիմակը (ինչպես օրինակ՝ փողային գործիքներ նվագելը), կարող է իրականացվել միայն որպես բացօթյա խմբակային գործողություն:
- **Բացօթյա վայրերում անցկացնել ներկայացումներ, մարզական մրցաշարեր և խաղեր:** Դպրոցները պետք է հետևեն [Լավագույն Գործողություններին՝ Մեծ Միջոցառումների Համար](#):

Երեխաները կարող են ձեռնարկել անվտանգության լրացուցիչ քայլեր՝ դպրոցում իրենց վտանգը նվազեցնելու համար:

Դպրոցի անվտանգության կանոններին հետևելուց բացի, կան նաև այլ գործողություններ, որոնք ձեր երեխան կարող է կատարել դպրոցում սովորելիս՝ իրեն սպառնացող վտանգը նվազեցնելու համար:

- **Պատվաստվել**, եթե 12 տարեկան է կամ ավելի մեծ.
 - Պատվաստվելը ձեր երեխային COVID-19-ից պաշտպանելու լավագույն միջոցն է: COVID-19-ի դեմ պատվաստանյութերն անվտանգ են, արդյունավետ և անվճար բոլորի համար: Ցանկացած մտահոգության դեպքում խոսեք ձեր երեխայի բժշկի հետ:
- **Կրել դիմակ բացօթյա մարդաշատ վայրերում.**
 - Սա ներառում է դպրոցի մուտքի, ելքի հերթում սպասելիս կամ ընդմիջման կամ ճաշի ժամանակ, երբ չեն ուտում կամ խմում:
- **Կրել առավել պաշտպանող դիմակ.**
 - Առավել պաշտպանող դիմակն այն դիմակն է, որը փակ տարածքներում գտնվելիս մշտապես հարմար կլինի կրել ձեր երեխային՝ *ծածկելով նրա քիթը և բերանը*: Դիմակը պետք է ամուր ծածկի քիթը և կզակը՝ դեմքի կողքերում չթողնելով մեծ բաց տարածություն: Այն պետք է պատրաստված լինի ամուր հյուսված, շնչելուն հարմար, առնվազն երկշերտ նյութից:
 - Կան դիմակների որոշ տեսակներ, որոնք ապահովում են ավելի բարձր մակարդակի պաշտպանություն: Իմացեք ավելին ph.lacounty.gov/masks կայքէջում: Նկատի ունեցե՛ք՝ որքան բարձրանում է դիմակի պաշտպանության մակարդակը, այնքան ավելի դժվար է լինելու ձեր երեխայի համար հարմարավետ կրել այդ դիմակը ամբողջ օրվա ընթացքում:



COVID-19-ի Կանխարգելումը TK-12 Դպրոցներում

- Լավ կլինի, որ ձեր երեխան տանը փորձարկի դիմակները՝ հավաստիանալու, որ կարող է հանգիստ շնչել և կկարողանա կրել դիմակն ամբողջ դպրոցական օրվա ընթացքում: Լավ կլինի, որ երեխաները դիմակը կրեն տանը՝ փակ տարածքում, առնվազն մի քանի ժամ:
 - Ձեր երեխային ուղարկեք դպրոց լրացուցիչ դիմակներով, որպեսզի նա կարողանա փոխել իր դիմակը՝ շատ կեղտոտվելու կամ թրջվելու դեպքում:
- **Պահպանել իրենց հեռավորությունը ուրիշներից.**
 - Խոսեք ձեր երեխայի հետ աշակերտների կուտակումներից խուսափելու մասին: Նա հնարավորինս պետք է փորձի հեռու մնալ ուրիշներից՝ պահպանելով առնվազն 2 ձեռքի երկարությամբ (մոտ 6 ոտնաչափ) հեռավորությունն դասարանից դուրս գտնվելիս:
 - Յուրաքանչյուր անգամ, երբ երեխան գտնվում է այլ անձանց շրջապատում և հանել է դիմակը (օրինակ՝ ճաշի ժամանակ), նա պետք է հեռավորություն պահպանի այդ անձանցից:
 - **Պահպանել ձեռքերի լավ հիգիենա.**
 - Նրանք պետք է հաճախ լվանան իրենց ձեռքերը օճառով և ջրով կամ օգտագործեն առնվազն 60% սպիրտ պարունակող ձեռքերի ախտահանիչ: Փոքր երեխաները պետք է օգտագործեն սպիրտային հիմքով ախտահանիչ միայն մեծահասակների հսկողությամբ: Դա անհրաժեշտ է՝ ապահովելու, որ երեխան, մինչև ձեռքերը չորանալը, չուտի և ձեռքերը չդնի բերանը:
 - Հիշեցրեք նրան խուսափել ոչ մաքուր ձեռքերով ուտելուց և դեմքին դիպելուց:

Լրացուցիչ խորհուրդների համար տե՛ս [Ապահով Լինելը և Վիրուսի Տարածման Կանխարգելումը Մինչև 12 Տարեկան Երեխաներ Ունեցող Ծնողների Համար](#):

Իմացեք ավելին՝ ինչպես նվազեցնել ձեզ սպառնացող վտանգը և դանդաղեցնել COVID-19-ի տարածումը՝ Ծնողների և Խնամակալների համար, ներառյալ՝ որ իրավիճակներն են ավելի վտանգավոր. այցելեք՝ <http://ph.lacounty.gov/reducerrisk>

Պատվաստվելը COVID-19-ից պաշտպանվելու լավագույն միջոցն է:

Պատվաստումները անվճար են և հասանելի են 12 տարեկան և բարձր տարիքի բոլոր անձանց համար՝ անկախ ներգաղթի կարգավիճակից: Պատվաստումները լայնորեն հասանելի են Լոս Անջելեսի Շրջանում՝ առանց նախօրոք ժամադրման: Տեսանքով պատվաստումները հասանելի են այն մարդկանց համար, որոնք ի վիճակի չեն դուրս գալ տնից:

Այցելեք՝ VaccinateLACounty.com և սեղմեք <<[Ինչպես Պատվաստվել](#)>>՝ ձեզ մոտիկ պատվաստման վայր գտնելու համար, կամ զանգահարեք **Հանրային Առողջապահության Վարչության Պատվաստումների Չանգերի Կենտրոն**

833-540-0473 հեռախոսահամարով, որը գործում է ամեն օր՝ առավոտյան 8:00-ից երեկոյան 8:30-ը: