STAMFORD Excellence

18 জানুয়ারি, 2022

প্রিয় পিতামাতা বা অভিভাবক:

কমিউনিটিতে ক্রমবর্ধমান সংক্রমণের হার এবং আপডেট করা CDC নির্দেশিকাগুলির প্রতিক্রিয়া হিসাবে, এই চিঠিটি পাঠানো হচ্ছে, যাতে আপনি অবহিত হতে পারেন যে, আমাদের স্কুলগুলি কিছু নীতি সংশোধন করেছে, যা অবিলম্বে কার্যকর হবে। সম্পূর্ণ সংযোজন আমাদের ওয়েবসাইট https://www.excellencecommunityschools.org/stamford-excellence/covid-19-resources -এ পোস্ট করা হবে, তবে নিচে সেইসব পরিবর্তনগুলি সংক্ষেপে জানানো হল।

টিকা: CDC-র সুপারিশ অনুসারে, Stamford Excellence সমস্ত যোগ্য ব্যক্তিকে সম্পূর্ণরূপে টিকা দেওয়ার মাধ্যমে নিজেদের রক্ষা করার ক্ষেত্রে দৃঢ়তার সাথে সমর্থন করে। বর্তমান COVID-19 টিকাগুলি গুরুতর অসুস্থতা, হাসপাতালে ভর্তি এবং মৃত্যু প্রতিরোধ করার উপযোগী করে ডিজাইন করা হয়েছে এবং ভাইরাসের বিরুদ্ধে আমাদের সুরক্ষার জন্য অত্যন্ত কার্যকরী হাতিয়ার হিসাবে পরিগণিত হয়। 5-17 বছর বয়সী শিক্ষার্থী, যাদের সম্পূর্ণভাবে টিকা দেওয়া হয়েছে বা গত 90 দিনের মধ্যে একটি নিশ্চিত সংক্রমণ থেকে উদ্ধার পেয়েছে, তাদের ক্ষেত্রে যদি পজিটিভ কেসের ঘনিষ্ঠ পরিচিতি হিসাবে চিহ্নিত করা হয়, তবে তাদের কোয়ারেন্টাইন করতে হবে না। তবে, টিকা দেওয়া শিশুদের ক্ষেত্রে সংক্রামিত ব্যক্তির সংস্পর্শে আসার পাঁচ দিন পর পরীক্ষা করাতে হবে।

মাস্ক: Stamford Excellence-এর সমস্ত শিক্ষার্থী ও কর্মীদের ক্ষেত্রে, টিকা দেওয়ার স্থিতি নির্বিশেষে মাস্ক পরা আবশ্যক। তবে, যেহেতু অত্যন্ত সংক্রামক ডেল্টা (Delta) ও ওমিক্রন (Omicron) ভ্যারিয়েন্টগুলি সংক্রমণ ছড়াচ্ছে, তাই স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞরা মাস্ক আপগ্রেড করার পরামর্শ দিচ্ছেন। মাস্কের সর্বোত্তম ব্যবহার হল এটি নিশ্চিত করা যে এটি আপনার মুখের চারপাশে বাঁধাহীনভাবে ফিট করে, আপনার নাক ও মুখকে পুরোপুরি ঢেকে রাখে এবং আপনার চিবুকের নিচের অংশ সুরক্ষিত করা যায়। এই স্তরের সুরক্ষা প্রদানকারী সবচেয়ে কার্যকর মাস্ক হল N95 ও KN95 মাস্ক। এখন থেকে আমাদের স্কুল ভবনে থাকাকালীন আমাদের স্কুলের সমস্ত কর্মী ও শিক্ষার্থীদের N95, KN95 বা অনুরূপ গ্রেডের মাস্ক পরিধান করা শুরু করতে হবে। আমাদের এই শিফটের জন্য প্রস্তুত হওয়াকালীন, আমরা বাড়িতে ও স্কুলে উভয় জায়গায় পর্যাপ্ত ইনভেন্টরি কেনার প্রয়োজনীয়তা স্বীকার করি। এই পরিবর্তনের সময়, যে সমস্ত শিক্ষার্থীরা কাপড়ের মাস্ক পরে (বা মাস্ক না পরে) স্কুলে আসবে, তাদের দিনের বাকি অংশের জন্য কাপড়ের মাস্কের নিচে (বা স্বাভাবিকভাবে) পরার জন্য একটি প্রসিডিওর মাস্ক সরবরাহ করা হবে। একবার পর্যাপ্ত সরবরাহ পাওয়া গেলে, যদি কোনো শিক্ষার্থী বা কর্মী সদস্য ঢিলেঢালা ফিটিং বা কাপড়ের মাস্ক পরে বা একেবারেই কোনো মাস্ক না পরে স্কুলে আসেন, তাহলে ব্যবহারের জন্য একটি নিষ্পত্তিযোগ্য প্রতিস্থাপক N95 বা KN95 মাস্ক সরবরাহ করা হবে।

দৈনিক পরীক্ষা: Stamford Excellence-এর পরিবার ও কর্মীদের স্কুলে পৌঁছানোর আগে উপসর্গ বা ঝুঁকির কারণগুলির জন্য প্রতিদিন সকালের স্ক্রিনিং করতে হবে। অনুগ্রহ করে আপনার সন্তানকে স্কুলে আনবেন না, যদি সে নিম্নলিখিত লক্ষণগুলির মধ্যে কোনো একটিও প্রদর্শন করে থাকে:

- জ্বর বা ঠাণ্ডা লাগা (100°F বা তার বেশি)
- কাশি
- শ্বাসকষ্ট বা শ্বাস নিতে কষ্ট হওয়া
- ক্লান্তি
- পেশি বা শরীরে ব্যথা
- মাথাব্যথা
- সম্প্রতি স্বাদ ও গন্ধের অনুভূতি চলে যাওয়া
- গলা ব্যথা
- নাকবন্ধ বা সর্দি
- বমি বমি ভাব বা বমি; এবং/অথবা
- ডায়রিয়া

আইসোলেশন: CDC বর্তমানে আইসোলেশনের ক্ষেত্রে সংক্ষিপ্ত সময়কাল সুপারিশ করে। টিকার দেওয়ার স্থিতি নির্বিশেষে, SARS-CoV-2 ভাইরাসে পজিটিভ হওয়া সমস্ত ব্যক্তিকে অবশ্যই বাড়িতে থাকতে হবে এবং কমপক্ষে পাঁচ দিন আইসোলেশনে থাকতে হবে (দিন 0 হল উপসর্গ শুরু হওয়ার দিন অথবা, উপসর্গ না থাকলে, টেস্টের জন্য নমুনা নেওয়ার দিন)। পাঁচ দিন পর, জ্বর কমানোর উপযোগী ওষুধ ব্যবহার না করে 24 ঘন্টা ধরে জ্বর না থাকলে এবং উপসর্গ কমতে শুরু করলে আইসোলেশন থেকে বেরিয়ে আসা যেতে পারে। পরবর্তী পাঁচ দিনের জন্য, সুস্থ হওয়া ব্যক্তিদের অবশ্যই বাড়িতে এবং জনসমক্ষে অন্যদের চারপাশে থাকাকালীন একটি উপযুক্ত মাস্ক পরতে হবে, উপসর্গগুলির জন্য পর্যবেক্ষণ চালিয়ে যেতে হবে এবং অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে (উদাহরণস্বরূপ, শারীরিক দূরত্ব)।

কোয়ারেন্টাইন: CDC এছাড়াও ঘনিষ্ঠ পরিচিতি হিসাবে শনাক্ত করা ব্যক্তিদের জন্য সংক্ষিপ্ত কোয়ারেন্টাইন সময়কালের সুপারিশ করে (24-ঘণ্টার সময়ের মধ্যে 15 বা তার বেশি ক্রমবর্ধমান মিনিটের জন্য নিশ্চিতভাবে পজিটিভ কোনো ব্যক্তির ছয় ফুটের মধ্যে)। ঘনিষ্ঠ পরিচিতিদের অবশ্যই সংক্রমণের দিন থেকে কমপক্ষে পাঁচ দিন অব্দি কোয়ারেন্টাইনে থাকতে হবে (দিন 0 হল সংক্রামিত হওয়ার দিন)। কোয়ারেন্টাইনের পঞ্চম দিনে বা তার পরে, ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের **লাইসেন্সপ্রাপ্ত যত্ন প্রদানকারী বা ফেসিলিটি দ্বারা** টেস্ট করানো উচিত। **অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে, হোম টেস্টগুলি নেগেটিভ টেস্টের প্রমাণ হিসাবে গ্রহণ করা হবে না।** 5 দিনের কোয়ারেন্টাইনের পরেও যদি তাদের কোনো উপসর্গ না থাকে এবং টেস্টের ফলাফল পজিটিভ না হয়, তবে যতক্ষণ পর্যন্ত তারা উপযুক্ত N95/KN95 মাস্ক পরে থাকতে পারবে এবং অতিরিক্ত 5 দিনের জন্য অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করে থাকবে, ততক্ষণ পর্যন্ত তাদের স্কুলে ফিরে যাওয়ার অনুমতি দেওয়া হবে। টেস্টিং ফেসিলিটি থেকে নেগেটিভ টেস্টের প্রমাণ স্কুলে ফিরে আসার আগে প্রিন্সিপালকে ইমেল করতে হবে। **দ্রষ্টব্য: বাড়িতে করা নেগেটিভ টেস্ট গ্রাহ্য হবে না।**

ঘনিষ্ঠ পরিচিতি হিসাবে শনাক্ত হওয়া ব্যক্তি, যারা নিম্নলিখিত মানদণ্ডগুলি পূরণ করে, তাদের ক্ষেত্রে যতক্ষণ অব্দি তারা সুস্থ থাকেন এবং উপসর্গ থাকে না, তাদের ততদিন অব্দি কোয়ারেন্টাইনে যাওয়ার প্রয়োজন **<u>হয় না</u>**:

- যেসব কর্মীরা সম্পূর্ণরূপে টিকা ও বুস্ট-প্রাপ্ত
- যে শিক্ষার্থীদের বয়স 5-17 বছর এবং টিকাকরণ সম্পূর্ণ হয়েছে (সিরিজের 2 সপ্তাহ পর)**
- যে-কোনো ব্যক্তি, যিনি গত 90 দিনের মধ্যে <u>নিশ্চিতভাবে</u> সংক্রামিত হয়েছেন

বাড়িতে করানো টেস্ট: স্কুলগুলি হোম টেস্ট কিটগুলি সরবরাহের দায়িত্ব পেয়েছে। যখন কোনো পজিটিভ কেস শনাক্ত করা হয়, তখন ঘনিষ্ঠ পরিচিতরা *পর্যাপ্ত সরবরাহ থাকা পর্যন্ত* প্রশাসনের নির্দেশাবলি-সহ একটি হোম টেস্ট পাবেন। এটি আপনার মনের শান্তির জন্য করা হবে। নেগেটিভ টেস্টের ফলাফল নির্বিশেষে শিক্ষার্থী ও কর্মীদের এখনও উপরে বর্ণিত সম্পূর্ণ সময়ের জন্য কোয়ারেন্টাইনে থাকতে হবে। যদি বাড়িতে করা টেস্ট পজিটিভ ফলাফল নির্দেশ করে, তাহলে আরও নির্দেশনার জন্য স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করা উচিত, বিশেষ করে যদি উপসর্গ দেখা দেয়। আপনার সন্তানের টেস্ট পজিটিভ হলে অনুগ্রহ করে অবিলম্বে স্কুলকে অবহিত করুন, যাতে আমরা সেই অনুযায়ী ট্রেসিং প্রোটোকল প্রণয়ন করতে পারি। আবারও, অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে, কোয়ারেন্টাইন থেকে ফিরে আসার আগে হোম টেস্টগুলি নেগেটিভ টেস্টের প্রমাণ হিসাবে গ্রহণ করা হবে না।

	আপনি যদি পজিটিভ হন,	আপনি যদি কোনো ঘনিষ্ট পরিচিত হন,
শিক্ষার্থী হন,	তাহলে টিকাকরণের স্থিতি নির্বিশেষে: • অন্তত 5 দিনের জন্য আইসোলেশনে থাকুন • 24 বা তার বেশি ঘন্টা ধরে জ্বর না থাকলে এবং উপসর্গগুলি কমতে থাকলে 5-তম দিনের পরে আইসোলেশন থেকে বেরিয়ে আসুন • 6-10 দিন মাস্ক পরুন • অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন	• অন্তত 5 দিনের জন্য কোয়ারেন্টাইনে থাকুন • উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার পরে 5-তম দিনে/তার পরে টেস্ট করুন • টেস্টের ফলাফল নেগেটিভ এলে এবং উপসর্গ না থাকলে কোয়ারেন্টাইন থেকে বেরিয়ে আসুন • 6-10 দিন মাস্ক পরুন • অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন **যে সমস্ত শিক্ষার্থীদের **সম্পূর্ণরূপে টিকা দেওয়া হয়েছে** অথবা নিশ্চিতভাবে COVID-19 -এর সংক্রমণ থেকে **সম্প্রতি সুস্থ হয়ে উঠেছে** (গত 90 দিনের মধ্যে), তাদের ক্ষেত্রে, যতক্ষণ অব্দি তারা সুস্থ থাকে, ততক্ষণ তাদের কোয়ারেন্টাইনে থাকতে হবে না। তবে, সম্পূর্ণ টিকাপ্রাপ্ত শিক্ষার্থীদের অবশ্যই সংক্রামিত হওয়ার পঞ্চম দিনে/তার পরে টেস্ট করাতে হবে। উপসর্গ বুঝতে পর্যবেক্ষণ করুন।

Stamford Excellence অতিরিক্ত কৌশলগুলি মেনে চলতে থাকবে, যার মধ্যে রয়েছে ভেন্টিলেশন; শারীরিক দূরত্ব ও ক্লাসরুম সমন্বয়; হাতের স্বাস্থ্যবিধি; সিটিং চার্ট; এবং ক্লিনিং প্রোটোকল। আমাদের প্রশমন কৌশলগুলি সম্পর্কে আরও জানতে, অনুগ্রহ করে আমাদের ওয়েবসাইট https://www.excellencecommunityschools.org/stamford-excellence/covid-19-resources -এ যান।

ধন্যবাদ। নিরাপদে থাকুন।

বিনীত,

কেভিন ফিশার (Kevin Fischer)
প্রিন্সিপাল