**ব্রংক্স চার্টার স্কুল ফর এক্সেলেন্স**
**(Bronx Charter School for Excellence) 1-5**

## ব্যক্তিগত শিক্ষা ও পরিষেবাগুলির ধারাবাহিকতায় নিরাপদ প্রত্যাবর্তন: 18 জানুয়ারি, 2022 - সংযোজন 1

### প্রাসঙ্গিক তথ্য

ব্রংক্স চার্টার স্কুল ফর এক্সেলেন্স 1-5 [Bronx Excellence 1-5]-এর মাধ্যমে সম্পূর্ণ ব্যক্তিগত নির্দেশনা বজায় রাখার গুরুত্ব এবং এটির কারণে শিশুদের শিক্ষাগত কৃতিত্ব ও সামাজিক-মানসিক সুস্থতার উপর উল্লেখযোগ্য প্রভাব পরার বিষয়টি শনাক্ত করা হয়। আমাদের স্কুলগুলি ক্রমাগতভাবে সেন্টারস ফর ডিজিজ কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন (Centers for Disease Control and Prevention - CDC) এবং নিউ ইয়র্ক স্টেটের স্বাস্থ্য দপ্তর (Department of Health - DOH)-এর নির্দেশিকাগুলি বিকাশের সাথে-সাথে নিরীক্ষণ করে। আমরা অতিমারির অবস্থা ও আমাদের কমিউনিটিগুলির উপর এর প্রভাব সম্পর্কেও সতর্ক থাকি। পরিস্থিতি ক্রমাগত পরিবর্তন হওয়ার কারণে আমরা ডেটা-ভিত্তিক পদ্ধতি ব্যবহার করে আমাদের অনুশীলনের কার্যকারিতা বিশদে মূল্যায়ন করি।

1 জুলাই, 2021-এ, Bronx Excellence-এর তরফে আমাদের ব্যক্তিগত শিক্ষা ও পরিষেবার ধারাবাহিকতায় নিরাপদে ফিরে আসার প্ল্যান প্রকাশ করা হয়েছে, যা আমাদের 2021-22 পুনরায় খোলার প্ল্যানের কথা জানিয়েছে। আমাদের শিক্ষার্থী ও কর্মীদের নিরাপদ রাখার জন্য আমরা সর্বোত্তম অনুশীলনগুলি যে বজায় রাখছি, তা নিশ্চিত করার জন্য এই সংযোজনটি যুক্ত করা হয়েছে, বিশেষ করে কমিউনিটিতে ক্রমবর্ধমান সংক্রমণের হার এবং CDC ও DOH থেকে আপডেটেড নির্দেশিকাগুলির প্রতিক্রিয়া হিসাবে।

যেহেতু ডেল্টা (Delta) ও ওমিক্রন (Omicron) ভ্যারিয়েন্ট উভয়ই মূল স্ট্রেনের চেয়ে উচ্চতর সংক্রমণযোগ্যতা প্রদর্শন করেছে, তাই Bronx Excellence আমাদের আনুগত্যকে আরও জোরদার করবে এবং আমাদের স্কুলের মধ্যে ভাইরাসের বিস্তার কমাতে স্তরযুক্ত প্রশমন কৌশলগুলির প্রতি আমাদের প্রতিশ্রুতিকে আরও পরিণত করবে।

### টিকা

CDC মানুষকে সংক্রমিত হওয়া থেকে রক্ষা করার জন্য, সংক্রমণ কমাতে এবং ভাইরাসের পরিবর্তিত হওয়া ও নতুন ভ্যারিয়েন্ট তৈরি করার সম্ভাবনা হ্রাস করার জন্য সর্বোত্তম ব্যবস্থা হিসাবে টিকাগুলিকে স্বীকৃতি দেয়। CDC-র সুপারিশ অনুসারে, Bronx 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। তবে, যেহেতু আমরা ক্রমবর্ধমান সাফল্যের ঘটনাগুলি পর্যবেক্ষণ করছি, তাই আমরা এটাও শিখেছি যে, সময়ের সাথে-সাথে টিকার কার্যকারিতা হ্রাস পায়। একই অর্থে, Bronx Excellence সমস্ত কর্মীদের জন্য তাদের ভ্যাকসিন বুস্টার পেতে একটি সেকেন্ডারি ভ্যাকসিন ম্যান্ডেট চালু করবে, যদি/যখন তারা নিম্নলিখিত মানদণ্ডগুলির মধ্যে অন্তত একটি পূরণ করে:

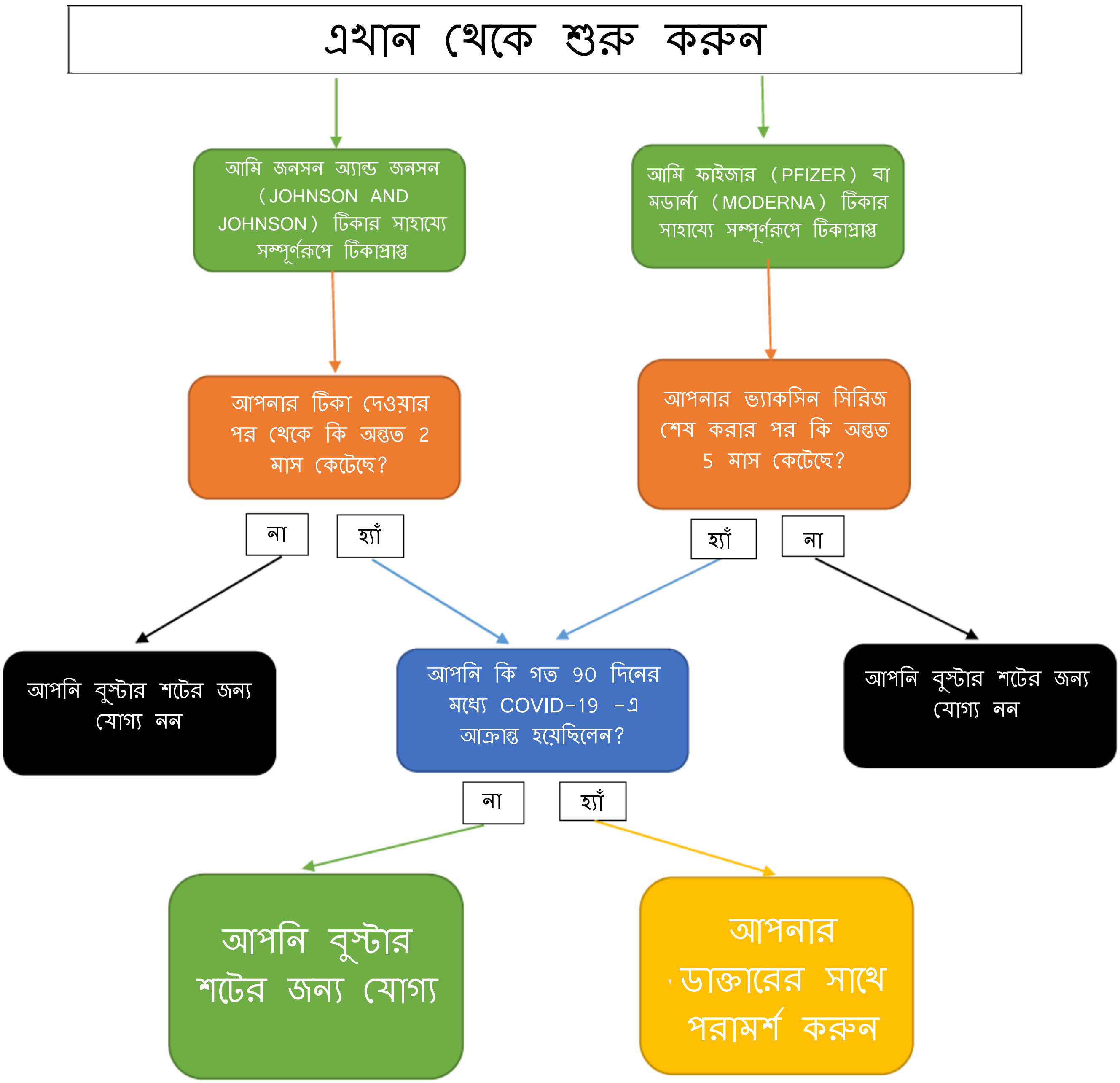
- তারা ফাইজার (Pfizer) বা মডার্না (Moderna) ভ্যাকসিন সিরিজ সম্পূর্ণ করার পর পাঁচ মাস কেটে গেছে, অথবা
- তারা প্রাথমিক J&J ভ্যাকসিন পাওয়ার পর দুই মাস কেটে গেছে, অথবা

- তারা COVID-19 -এ নিশ্চিতভাবে আক্রান্ত হওয়ার ক্ষেত্রে সুস্থ হওয়ার পরে তিন মাস কেটে গেছে।

আমাদের লক্ষ্য হল 28শে ফেব্রুয়ারির মধ্যে সমস্ত যোগ্য কর্মীদের বুস্ট করা। Bronx Excellence টিকা নেওয়ার জন্য সমস্ত যোগ্য ব্যক্তিদের সুপারিশ করে চলেছে। যে সমস্ত শিক্ষার্থীদের সম্পূর্ণরূপে টিকা দেওয়া হয়েছে এবং ঘনিষ্ঠ পরিচিতি হিসাবে চিহ্নিত করা হয়েছে, তাদের যদি ঘনিষ্ঠ পরিচিতি হিসাবে চিহ্নিত করা হয়, তবে তাদের কোয়ারেন্টাইন থেকে অব্যাহতি দেওয়া হয়। আমাদের স্কুলের মধ্যে ভাইরাসের বিস্তার কমিয়ে দিয়ে, আমরা আমাদের বাচ্চাদের, কর্মীদের ও পরিবারের স্বাস্থ্য ও মঙ্গলকে রক্ষা করতে সক্ষম হব এবং শেখার প্রতিবন্ধকতা কমিয়ে আনতে পারব।

## মাস্ক

# আমি কি COVID-19 -এর বুস্টার বা তৃতীয় ডোজ পাওয়ার যোগ্য?




বিধিবদ্ধ সতর্কীকরণ:

*এই চার্টটি শুধুমাত্র তথ্য লাভ করার উদ্দেশ্যে ব্যবহার করা যাবে। চিকিৎসা পরামর্শের জন্য অনুগ্রহ করে আপনার ডাক্তারের সাথে পরামর্শ করুন।*

## মাস্ক

Bronx Excellence-এর সমস্ত শিক্ষার্থী ও কর্মীদের ক্ষেত্রে, টিকা দেওয়ার স্থিতি নির্বিশেষে, তারা যখন স্কুল ভবনের ভিতরে, বাসে এবং বাইরে থাকে এবং যখন শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা যায় না, সেসব ক্ষেত্রে

তাদের মাস্ক পরা আবশ্যক। তবে, যেহেতু অত্যন্ত সংক্রামক ডেল্টা (Delta) ও ওমিক্রন (Omicron) ভ্যারিয়েন্টগুলি সঞ্চালিত হচ্ছে, তাই স্বাস্থ্য বিশেষজ্ঞরা বলছেন যে, ঢিলে ও ভেদযোগ্য কাপড়ের মাস্ক, যা নাক ও মুখের চারপাশে নিরাপদ প্রতিবন্ধকতা সরবরাহ করে না, তাহলে তা আর পর্যাপ্ত সুরক্ষা প্রদান করবে না। মাস্কের সর্বোত্তম ব্যবহার হল এটি আপনার নাক ও মুখকে সম্পূর্ণরূপে ঢেকে রাখে এবং আপনার চিবুকের নিচে সুরক্ষিত করা যায়, সেগুলি নিশ্চিত করা। মাস্কটি আপনার মুখের চারপাশের অংশের সাথে যথোপযুক্তভাবে ফিট করা উচিত। এই স্তরের সুরক্ষা প্রদানকারী সবচেয়ে কার্যকর মাস্ক হল N95 ও KN95 মাস্ক। এখন থেকে আমাদের স্কুল ভবনগুলিতে থাকাকালীন আমাদের স্কুলের সমস্ত কর্মী ও শিক্ষার্থীদের N95, KN95 বা অনুরূপ গ্রেডের মাস্ক পরতে হবে। যদি কোনও শিক্ষার্থী বা কর্মী সদস্য ঢিলেঢালা ফিটিং বা কাপড়ের মাস্ক পরে স্কুলে আসে, তবে দিনের বাকি সময় ব্যবহারের জন্য একটি নিষ্পত্তিযোগ্য প্রতিস্থাপন N95 বা KN95 মাস্ক সরবরাহ করা হবে। (সবচেয়ে কার্যকর মাস্কগুলি ফিট ও হাওয়া চলাচলের ক্ষমতার উপর নির্ভর করে। যদি N95 বা KN95 মাস্কগুলি সঠিকভাবে ফিট না হয়, তাহলে শিশুদের একটি থ্রি-প্লাই সার্জিক্যাল মাস্ক কার্যকর বিকল্প হতে পারে।)

মাস্কের ক্ষেত্রে ছাড়গুলি কেস-বাই-কেস ভিত্তিতে নির্ধারিত হয় (উদাহরণস্বরূপ নথিভুক্ত বিকাশগত অক্ষমতা থাকা শিক্ষার্থীদের জন্য ছাড়, কারণ মাস্কের ব্যবহার একটি বর্ধিত সময়ের জন্য মুখ ঢেকে রাখার সহনশীলতাকে বাধা দেয়) এবং মাস্ক ব্যবহারে সাময়িক বিরতির মতো স্বাচ্ছন্দ্যবিধানের অনুমতি দেওয়া হবে, বিশেষ প্রয়োজন থাকলে। মেডিক্যাল দ্বন্দ্ব অত্যন্ত বিরল এবং সেইসব ব্যক্তিদের মধ্যে সীমাবদ্ধ, যারা, উদাহরণস্বরূপ, গুরুতর COPD, ফেশিয়াল বার্ন, এম্ফিসেমা বা হার্ট ফেলিওরে ভুগছেন। এইসব ক্ষেত্রে, যেখানে ব্যক্তিরা এমন গুরুতর চিকিত্সার পরিস্থিতিতে ভুগছেন যে, তারা ফেস কভারিং-এর সঠিক ব্যবহারে বাধা পান, সেসব ক্ষেত্রে সাধারণত পরামর্শ দেওয়া হয় যে, এই ধরনের ব্যক্তিদের এমন একত্রিত সেটিংসে প্রবেশ করা উচিত নয়, যেখানে তাদের স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তার সাথে আপস করা হতে পারে।

## ওমিক্রন (Omicron)-এর ছড়িয়ে পরার ক্ষেত্রে কেন কাপড়ের মাস্ক যথেষ্ট নাও হতে পারে

**Covid-19-এর একটি সংক্রামক ডোজের দ্বারা সংক্রামিত হতে সময় লাগে**

সংক্রামিত নয় এমন ব্যক্তিরা মাস্ক পরেন (কলাম); সংক্রামিত নয় এমন ব্যক্তিরা মাস্ক পরেন (সারি)

| | কিছু নয় | কাপড়ের মাস্ক | সার্জিকাল মাস্ক | N95 |
|---|---|---|---|---|
| কিছু নয় | **15 মিনিট** | **20 মিনিট** | **30 মিনিট** | **2.5 ঘণ্টা** |
| কাপড়ের মাস্ক | **20 মিনিট** | **27 মিনিট** | **40 মিনিট** | **3.0 ঘণ্টা** |
| সার্জিকাল মাস্ক | **30 মিনিট** | **40 মিনিট** | **1 ঘণ্টা** | **5 ঘণ্টা** |
| N95 | **2.5 ঘণ্টা** | **3.3 ঘণ্টা** | **5 ঘণ্টা** | **25 ঘণ্টা** |

নন-ফিট-টেস্টেড N95 রেসপিরেটর পরা ব্যক্তিদের মধ্যে কোভিড-19-এর সংক্রামক ডোজ ছড়াতে 25 ঘণ্টা সময় লাগবে। **যদি তারা পোক্তভাবে সিল করা N95 মাস্ক ব্যবহার করেন-যেক্ষেত্রে শুধুমাত্র 1% কণা মুখের ভিতরে প্রবেশ করে-তাহলে তাদের 2,500 ঘন্টা সুরক্ষা থাকবে**

দ্রষ্টব্য: 2021 সালের বসন্তে ফলাফল প্রকাশিত হয়েছিল। CDC-এর ধারণা, ওমিক্রন (Omicron) ভ্যারিয়েন্ট আরও সহজে ছড়িয়ে পড়বে।
সূত্র: ACGIH-এর প্যান্ডেমিক রেসপন্স টাস্ক ফোর্স (Pandemic Response Task Force)

## দৈনিক স্ক্রিনিং, সন্দেহভাজন ক্ষেত্রে আইসোলেশন ও ডায়াগনস্টিক টেস্ট

Bronx Excellence বিল্ডিং-এ যাওয়ার আগে বাড়িতে প্রতিদিনের স্ক্রিনিং-এর গুরুত্বের উপর জোর দিতে থাকবে। ভাইরাসের বিস্তার রোধ করার উদ্দেশ্যে, আমাদের অবশ্যই এটিকে আমাদের স্কুলে প্রবেশ করা

প্রতিরোধ করার জন্য যথাসাধ্য চেষ্টা করতে হবে। আমাদের অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে, যেসব ব্যক্তিরা ভাইরাসের সংস্পর্শে এসেছেন, বা অসুস্থ আছেন বা পজিটিভ প্রমাণিত হয়েছেন, এমন কোনও ব্যক্তি যেন যথাক্রমে বিল্ডিং-এ প্রবেশ না করেন এবং কোয়ারেন্টাইন বা আইসোলেশনে না যান। Bronx Excellence-এর পরিবার ও কর্মীদের যেকোনো উপসর্গের জন্য দৈনিক স্ক্রিনিং করাতে হবে। যারা অসুস্থ বোধ করছেন, তাদের অবশ্যই বাড়িতে থাকতে হবে। যদি কোনো ব্যক্তি উপসর্গ প্রদর্শন করতে শুরু করেন, তাহলে টিকা পাওয়ার স্থিতি নির্বিশেষে, তাকে লাইসেন্সপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা পেশাদারের সাথে পরামর্শ করতে এবং টেস্ট করার জন্য উত্সাহিত করা হবে।

Bronx Excellence-এর পরিবার ও কর্মীদের স্কুলে পৌঁছানোর আগে উপসর্গ বা ঝুঁকির কারণগুলির জন্য প্রতিদিন সকালের স্ক্রিনিং করতে হবে। নিরীক্ষণ করার উপযোগী লক্ষণগুলির মধ্যে রয়েছে:

- 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

ঝুঁকির কারণগুলির মধ্যে রয়েছে টিকা না দেওয়া এবং নিশ্চিতভাবে আক্রান্তদের সঙ্গে ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ। কোনো ব্যক্তির উপসর্গ দেখা দিলে তাকে অবশ্যই বাড়িতে থাকতে হবে, লাইসেন্সপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে পরামর্শ করতে হবে এবং টেস্ট করাতে হবে।

যদি কোনও শিক্ষার্থী বা কর্মী সদস্য বিল্ডিং-এ থাকাকালীন অন্য কোনও ব্যাখ্যা ছাড়াই এই লক্ষণগুলির মধ্যে কোনো একটি প্রদর্শন করেন, তাহলে স্কুল নার্সের মাধ্যমে মূল্যায়নের জন্য তাকে নির্ধারিত আইসোলেশন রুমে পাঠানো হবে। COVID-19 -এ আক্রান্ত বলে সন্দেহ করা কোনো শিক্ষার্থীর পিতামাতা/অভিভাবকদের সাথে অবিলম্বে পিকআপের জন্য যোগাযোগ করা হবে এবং পিতামাতা/অভিভাবক না আসা পর্যন্ত শিক্ষার্থীকে একজন কর্মী সদস্যের সাহায্যে অন্যদের থেকে নিরাপদে আইসোলেট করা হবে। ব্যক্তিটিকে অবশ্যই ফেসমাস্ক পরতে হবে, আইসোলেশনে থাকতে হবে এবং সামাজিকভাবে দূরত্ব বজায় রাখতে হবে, যাতে বিল্ডিং ছেড়ে বেরনোর আগে অব্দি সংক্রমণের সম্ভাবনা ন্যূনতম করা যায়। নিরাপদ বলে বিবেচিত হলে একটি রক্ষণাবেক্ষণ টিমকে তাদের প্রস্থান করার সময় আইসোলেশন রুমটি পরিষ্কার করতে বলা হবে। নির্দেশিকা অনুসারে, COVID-19 -এ আক্রান্ত সন্দেহে শিক্ষার্থী ও কর্মীদের লাইসেন্সপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারী বা জরুরি কেয়ার ফেসিলিটির সাথে পরামর্শ করতে এবং টেস্ট করতে বলা হবে।

সম্ভাব্য অসুস্থ ব্যক্তিদের সেলফ-আইসোলেশন শুরু করার জন্য জানানো হবে এবং যতক্ষণ না তারা নিশ্চিত হন যে তাদের ফলাফল নেগেটিভ হয়েছে এবং/অথবা হোম আইসোলেশন বন্ধ করার মানদণ্ড পূরণ করেছেন, ততক্ষণ অব্দি আইসোলেশনে থাকতে বলা হবে। সংক্রামিত হতে পারে, এমন যেকোনো এলাকা পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করার উদ্দেশ্যে বন্ধ করে দেওয়া হবে। কারোর পরিচয় প্রকাশ করা হবে না এবং গোপনীয়তা

বজায় রাখা হবে। তবে, সংক্রামক রোগ হিসাবে, নিশ্চিত হওয়া COVID-19 সংক্রমণগুলির ব্যাপারে অবশ্যই DOH-কে জানাতে হবে এবং আইসোলেশন ও নিয়ন্ত্রণের জন্য প্রয়োজনীয় যে কোনও সতর্কতা অবলম্বন করা হবে।

টেস্টিং সাইট সংক্রান্ত তথ্য স্থানীয় ফার্মেসি ও স্টেট-জুড়ে ছড়িয়ে থাকা টেস্টিং সাইটগুলিতে উপলব্ধ। আমাদের প্রশমন কৌশলগুলির স্তরগুলিতে দৈনিক স্ক্রিনিং একটি অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ বিবেচ্য বিষয় হয়ে উঠেছে, কারণ আমরা বিল্ডিং-গুলিতে শিক্ষার্থী ও শিক্ষকের সংখ্যা বাড়িয়েছি এবং ফলস্বরূপ শারীরিক দূরত্ব হ্রাস করেছি।

## আইসোলেশন ও কোয়ারেন্টাইন

CDC 6 জানুয়ারি, 2022-এ K-12 স্কুলগুলির জন্য নতুন নির্দেশিকা জারি করেছে, যাতে আইসোলেশন ও কোয়ারেন্টাইন-এর জন্য সংক্ষিপ্ত সময়কালের অনুমতি দেওয়া হয়। পাঁচ দিন পর সংক্রমণের সম্ভাবনা কমে গেলেও, ভাইরাসটি তারপরেও সংক্রমণযোগ্য স্তরে থেকে যায়। অতএব, Bronx Excellence এমন ব্যক্তিদের অনুমতি দেবে, যারা পজিটিভ হন, যার কারণে অন্তত পাঁচ দিন আইসোলেশনে থাকার পরে ফেরত আসা যায়, সেক্ষেত্রে তাদের অবশ্যই অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে এবং জ্বর থাকলে বা উপসর্গ নিরাময় না হওয়া পর্যন্ত আইসোলেশন থেকে বের হতে পারবেন না।

### আইসোলেশন

টিকাকরণের স্থিতি যাই হোক না কেন, SARS-CoV-2 ভাইরাসের জন্য পজিটিভ হওয়া সমস্ত ব্যক্তিদের অবশ্যই:

- বাড়িতে থাকতে হবে এবং কমপক্ষে পাঁচ দিন আইসোলেশনে যেতে হবে (দিন 0 হল যেদিন উপসর্গ শুরু হয়, সেই দিন অথবা, উপসর্গ না থাকলে, টেস্টের নমুনা নেওয়ার দিন)
- অতিরিক্ত পাঁচ দিনের জন্য বাড়িতে ও জনসমক্ষে অন্যদের চারপাশে থাকাকালীন একটি ভালো ফিটিং-এর মাস্ক পরুন
- উপসর্গ বুঝতে সম্পূর্ণ দশ দিন ধরে মনিটর করুন।

যারা পজিটিভ হন এবং উপসর্গহীন থাকেন, তাদের কমপক্ষে পাঁচ দিনের জন্য আলাদা থাকতে হবে। পঞ্চম দিনের পরে, যদি তাদের তখনও উপসর্গ না দেখা দেয়, তবে তাদের স্কুলে ফিরে যাওয়ার অনুমতি দেওয়া হবে, তবে একটি ভাল-ফিটিং-এর N95 বা অনুরূপ-গ্রেডের মাস্ক ব্যবহার করার মাধ্যমে অতিরিক্ত পাঁচ দিন মাস্ক ব্যবহার করা চালিয়ে যেতে হবে। এই ধরনের ব্যক্তিদের উপসর্গ বাড়ার দিকে সজাগ থাকতে হবে এবং অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে, যেমন মাস্ক খোলা বা খাওয়ার সময় অন্যদের থেকে শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা। উপসর্গ দেখা দিলে, অবিলম্বে আলাদা হওয়া উচিত এবং লাইসেন্সপ্রাপ্ত স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর কাছ থেকে নির্দেশনা নেওয়া উচিত।

উপসর্গযুক্ত ব্যক্তিদের মধ্যে যাদের ফলাফল পজিটিভ, তাদের কমপক্ষে 5 দিনের জন্য আলাদা থাকতে হবে। পঞ্চম দিনের পর, যদি জ্বর ছাড়া (জ্বর কমানোর ওষুধ না খেয়ে) অন্তত 24 ঘন্টা কাটে এবং অন্যান্য উপসর্গ কমে যায়, তাহলে তারা স্কুলে ফেরত আসতে পারে। ফিরে আসার পরে, অবশ্যই একটি ভাল-ফিটিং-এর N95 বা অনুরূপ-গ্রেডের মাস্ক ব্যবহার করার মাধ্যমে অতিরিক্ত পাঁচ দিনের জন্য মাস্ক ব্যবহার করা চালিয়ে যেতে হবে। যারা উপসর্গযুক্ত সংক্রমণ থেকে সেরে উঠেছেন, তাদের অবশ্যই অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করতে হবে, যেমন মাস্ক খোলা বা খাওয়ার সময় অন্যদের থেকে শারীরিক দূরত্ব বজায়

রাখা।  যদি জ্বর অব্যাহত থাকে বা পাঁচ দিনের পরেও উপসর্গ না মেটে, তবে আইসোলেশন থেকে বের হওয়ার মানদণ্ড পূরণ না হওয়া পর্যন্ত আইসোলেট থাকা উচিত।

যে কোনও ব্যক্তি যার উপসর্গগুলি দেখা গেছে এবং টেস্টের ফলাফলের জন্য অপেক্ষা করছেন তাদেরও সেলফ-আইসোলেট থাকা উচিত, বিশেষত যদি নিশ্চিত কোনো কেসের সংস্পর্শে এসে থাকেন।

## কিভাবে আইসোলেট হতে হয়

আইসোলেশনে থাকা ব্যক্তিদের উপসর্গের জন্য পর্যবেক্ষণ করা উচিত।  সম্পূর্ণ দশ দিনের জন্য পরিবারের অন্যান্য সদস্যদের থেকে দূরে থাকার জন্য সর্বাত্মক চেষ্টা করুন, বিশেষ করে যারা ইমিউনো কমপ্রোমাইজড বা গুরুতর অসুস্থতার ঝুঁকিতে থাকতে পারে।  এর মানে হল একটি পৃথক ঘরে থাকা এবং উপলব্ধ থাকলে একটি পৃথক বাথরুম ব্যবহার করা।  অন্যদের আশেপাশে থাকলে তাদের মাস্ক পরা উচিত এবং ঘর থেকে বের হওয়া উচিত নয়।  সক্রিয় সংক্রমণে আক্রান্ত ব্যক্তিদের এমন ক্রিয়াকলাপগুলিতে অংশগ্রহণ করা উচিত নয় যেখানে তিনি অন্যদের সংস্পশে আসতে পারেন, যেমন সামাজিক সমাবেশ, খেলার জন্য হওয়া কমায়েত, পার্টি বা থিয়েটার পারফরম্যান্স। যদি আপত্কালীন উপসর্গগুলি দেখা দেয় (যেমন শ্বাস নিতে অসুবিধা হওয়া), অবিলম্বে জরুরী প্রয়োজনে চিকিত্সকের পরামর্শ নিন।

## আইসোলেশন-এর নমুনা ক্যালেন্ডার

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| উপসর্গ শুরু হওয়ার/তারিখের দুই দিন আগে আপনি সংক্রামিত হয়েছেন বলে মনে করা হয়. ← | ← | 1<br>উপসর্গ শুরুর/টেস্টের নমুনা গৃহীত হয়েছে<br>আইসোলেশন দিন 0 | 2<br>আইসোলেশন দিন 1 | 3<br>আইসোলেশন দিন 2 | 4<br>আইসোলেশন দিন 3 | 5<br>আইসোলেশন দিন 4 |
| 6<br>আইসোলেশন দিন 5 | 7<br>যদি 24 ঘন্টা জ্বর না থাকে এবং উপসর্গগুলি কমতে থাকে, তবে স্কুলে ফিরে যান।<br>**মাস্ক দিন 6** | 8<br>মাস্ক দিন 7 | 9<br>মাস্ক দিন 8 | 10<br>মাস্ক দিন 9 | 11<br>মাস্ক দিন 10 | 12 |
| | | মাস্ক, উপসর্গ বুঝতে মনিটর করুন, অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন। → | → | → | → | |

## কোয়ারেন্টাইন

CDC এবং DOH অনুসারে, Bronx Excellence ঘনিষ্ঠ পরিচিত ব্যক্তি বলতে সেই সব ব্যক্তিদের সংজ্ঞায়িত করে যারা 24-ঘন্টার মধ্যে 15 বা তার বেশি ক্রমবর্ধমান মিনিটের জন্য নিশ্চিতভাবে পজিটিভ কোনো ব্যক্তির ছয় ফুটের মধ্যে ছিল।  যদিও স্টেটে ও শহরে পাবলিক হেলথ কনটাক্ট ট্রেসিং প্রোগ্রাম (public health contact tracing programs) রয়েছে, স্কুল পজিটিভ কেসের ক্ষেত্রে প্রতিক্রিয়া জানাতে অপেক্ষা করে না।  যখন স্কুলে একটি নিশ্চিত COVID-19 পজিটিভ টেস্টের ফলাফল সম্পর্কে অবহিত করা হয়, তখন কর্মীরা ট্রেসিং এবং কোয়ারেন্টাইন প্রোটোকল বাস্তবায়নের জন্য অবিলম্বে পদক্ষেপ নেয়। যেসব ব্যক্তিদের টেস্টের ফলাফল পজিটিভ আসে, তারা উপসর্গ শুরু হওয়ার দুই দিন আগে বা উপসর্গহীন ক্ষেত্রে টেস্ট করার তারিখের দুই দিন আগে সংক্রামিত বলে বিবেচিত হয়।  তদনুসারে, সমস্ত ঘনিষ্ঠ পরিচিত ব্যক্তি যারা এই

সময়ের মধ্যে সংক্রামিত হতে পারে তাদের শনাক্ত করা হয় এবং পজিটিভ আসা ব্যক্তির পরিচয়ে গোপনীয়তা বজায় রেখে বিজ্ঞপ্তি দেওয়া হয়।

যে সকল ঘনিষ্ঠ পরিচিত ব্যক্তি নিম্নলিখিত মানদণ্ড পূরণ করে তাদের অবশ্যই কমপক্ষে 5 দিনের জন্য কোয়ারেন্টাইনে থাকতে হবে:

- যেসব শিক্ষার্থীরা টিকাহীন বা আংশিকভাবে টিকাপ্রাপ্ত
- যেসব কর্মী সম্পূর্ণরূপে টিকাপ্রাপ্ত তবে বুস্ট-প্রাপ্ত নয়। এর মানে হল:
  - সেকেন্ড ফাইজার (Pfizer) বা মডার্না (Moderna) ভ্যাকসিন ডোজ নেওয়া থেকে 5 মাসেরও বেশি সময় অতিবাহিত হয়ে গেছে
  - প্রাইমারি জে এন্ড জে (J&J) ভ্যাকসিন ডোজ নেওয়া থেকে 2 মাসেরও বেশি সময় অতিবাহিত হয়ে গেছে

কোয়ারেন্টাইনের পঞ্চম দিনে বা তার পরে, ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের লাইসেন্সপ্রাপ্ত যন্ত্র প্রদানকারী বা ফেসিলিটি দ্বারা টেস্ট করানো উচিত। 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 পাওয়া নেগেটিভ টেস্টের প্রমাণ স্কুলে আসার আগে প্রিন্সিপালকে ইমেল করতে হবে। 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

সমস্ত ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের টিকাকরণের স্থিতি নির্বিশেষে, অবশ্যই:

- উপসর্গ দেখা দেওয়ার দিন থেকে 10 দিনের জন্য অন্যদের কাছাকাছি থাকাকালীন একটি ভাল ফিটিং মাস্ক পরতে হবে
- 5 দিনের মাথায়/পরে টেস্ট করুন (যদি না আপনার গত 90 দিনের মধ্যে একটি নিশ্চিত কেস থেকে থাকে*)। টেস্টিং ফেসিলিটি থেকে আসা নেগেটিভ টেস্টের প্রমাণ প্রিন্সিপালকে ইমেল করতে হবে। বাড়িতে করা নেগেটিভ টেস্ট গ্রাহ্য হবে না।
- উপসর্গ দেখা দেওয়ার দিন থেকে 10 দিন পর্যন্ত মনিটর করুন

*CDC নির্দেশিকা অনুসারে, ব্যক্তিরা সংক্রমণের পরে 90 দিন পর্যন্ত পজিটিভ থাকতে পারে। অতএব, সম্প্রতি পুনরুদ্ধার করা ঘনিষ্ঠ পরিচিতিদের উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার দিন থেকে 5 দিনের মাথায় বা তার পরে টেস্ট করার দরকার নেই।

Bronx Excellence স্থানীয় এবং স্টেটের স্বাস্থ্য বিভাগ এবং NYS কনটাক্ট ট্রেসিং প্রোগ্রাম (NYS Contact Tracing Program)-এর সহযোগিতায় কনটাক্ট ট্রেসিং, আইসোলেশন এবং কোয়ারেন্টাইনের জন্য CDC এবং DOH নির্দেশিকা নিয়ে চিন্তাভাবনা চালিয়ে যাবে। কনটাক্ট ট্রেসিং-এর জন্য কমিউনিটি ট্রান্সমিশন প্রাথমিকভাবে স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের উপর নির্ভর করবে। আমাদের স্কুলের নার্স এবং স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগ

থেকে প্রয়োজনীয় পদক্ষেপ সহ আমাদের প্রধান শিক্ষকের দ্বারা স্কুলগুলির মধ্যে কনটাক্ট ট্রেসিং-এর কাজ করা সহজ হবে।

স্কুলগুলি হোম টেস্ট কিটগুলি সরবরাহের দায়িত্ব পেয়েছে। টেস্টিং কিটগুলি স্ক্রীনিংয়ের উদ্দেশ্যে নয়। বরং, যখন কোনো পজিটিভ কেস শনাক্ত করা হয়, তখন ঘনিষ্ঠ পরিচিতরা পর্যাপ্ত সরবরাহ থাকা পর্যন্ত প্রশাসনের নির্দেশাবলি-সহ একটি হোম টেস্ট পাবেন। ব্যক্তিদের টেস্ট কিটে দেওয়া নির্দেশাবলী অনুসরণ করা গুরুত্বপূর্ণ। শিক্ষার্থী ও কর্মীদের নেগেটিভ হোম টেস্টের ফলাফল স্কুলকে জানাতে হবে না। অনুগ্রহ করে মনে রাখবেন যে 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 স্কুল স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করার পরামশ দেয়, বিশেষ করে যদি উপসর্গ দেখা দেয়। ঘনিষ্ট পরিচিত ব্যক্তিও টেস্ট পজিটিভ হলে অনুগ্রহ করে অবিলম্বে স্কুলকে অবহিত করুন, যাতে আমরা সেই অনুযায়ী ট্রেসিং প্রোটোকল প্রণয়ন করতে পারি।

## কীভাবে কোয়ারেন্টাইন হতে হয়

কোয়ারেন্টাইনে থাকা ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের বাড়িতেই থাকা উচিত এবং টেস্টে পজিটিভ আসা ব্যক্তিদের সংস্পর্শে আসার দিন থেকে কমপক্ষে পাঁচ দিন অন্য ব্যক্তিদের থেকে দূরে থাকা উচিত। উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার দিনটি হল দিন 0, তারপরে কোয়ারেন্টাইনের 1-5 দিন। ঘনিষ্ঠ পরিচিতিদের বাড়িতে থাকাকালীন অন্যদের চারপাশে একটি মাস্ক পরে থাকা উচিত এবং 10 দিনের জন্য উপসর্গগুলি পর্যবেক্ষণ করা উচিত। উপসর্গগুলি দেখা দিলে, একজন স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন এবং টেস্ট করান।

উপসর্গগুলি দেখা দেওয়ার 5ম দিনে বা তার পরে, ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের লাইসেন্সপ্রাপ্ত যত্ন প্রদানকারী বা ফেসিলিটি দ্বারা টেস্ট করানো উচিত। যদি টেস্টের ফলাফল নেগেটিভ হয় এবং কোন উপসর্গ না থাকে, তাহলে ব্যক্তি স্কুলে ফিরে যেতে পারে, তবে অবশ্যই উপসর্গের জন্য একটি উপযুক্ত মাস্ক পরতে হবে এবং পর্যবেক্ষণে থাকতে হবে। টেস্টিং ফেসিলিটি থেকে পাওয়া নেগেটিভ টেস্টের প্রমাণ স্কুলে আসার আগে প্রিন্সিপালকে ইমেল করতে হবে। বাড়িতে করা নেগেটিভ টেস্ট গ্রাহ্য হবে না। যদি টেস্টের ফলাফল পজিটিভ হয়, তবে একজন ব্যক্তিকে টেস্টের নমুনা নেওয়ার তারিখ থেকে কমপক্ষে 5 দিনের জন্য আইসোলেট থাকতে হবে বা উপসর্গগুলি দেখা দিতে শুরু করলে, উপসর্গগুলি দেখা দেওয়ার দিন থেকে কমপক্ষে 5 দিন পর্যন্ত।

ঘনিষ্ঠ পরিচিতিদের উপসর্গ দেখা দেওয়ার পর কমপক্ষে 10 দিনের জন্য অন্যদের সংস্পর্শ যাওয়া এড়িয়ে চলা উচিত বিশেষ করে যারা ইমিউনোকম্প্রোমাইজড অথবা গুরুতর অসুস্থতার ঝুঁকিতে থাকতে পারে তাদের ক্ষেত্রে। উপসর্গ দেখা দেওয়ার দিন থেকে 10 দিন পর্যন্ত ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের ভ্রমণে যাওয়া উচিত নয়। তাদের 10 দিনের জন্য খেলার জন্য হওয়া সমাবেশ, পার্টি, জমায়েত এবং থিয়েটারের মতো সামাজিক কার্যকলাপে অংশগ্রহণ করা উচিত নয়।

## কোয়ারেন্টাইন-এর নমুনা ক্যালেন্ডার

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 1<br>উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার দিন<br><br>কোয়ারেন্টাইন দিন 0 | 2<br><br>কোয়ারেন্টাইন দিন 1 | 3<br><br>কোয়ারেন্টাইন দিন 2 | 4<br><br>কোয়ারেন্টাইন দিন 3 | 5<br><br>কোয়ারেন্টাইন দিন 4 |

| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| টেস্ট করান। যদি ফলাফল নেগেটিভ হয় এবং উপসর্গ না থাকে তাহলে, 6 তম দিনে স্কুলে যেতে পারেন। | মাস্ক. উপসর্গ বুঝতে মনিটর করুন. অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন। → | | | | | |
| কোয়ারেন্টাইন<br>দিন 5 | **মাস্ক**<br>**দিন 6** | মাস্ক<br>দিন 7 | মাস্ক<br>দিন 8 | মাস্ক<br>দিন 9 | মাস্ক<br>দিন 10 | |

আমরা বিশ্বাস করি যে Bronx Excellence সেই সিদ্ধান্তগুলি নেবে যা প্রস্তাবিত নির্দেশিকা, ডেটা এবং লাইসেন্সপ্রাপ্ত চিকিত্সার সাথে যুক্ত পেশাদারদের সাথে পরামর্শের ভিত্তিতে সংক্রমণের বিস্তার কমিয়ে দেবে।

| | আপনি যদি পজিটিভ হন, | আপনি যদি কোনো ঘনিষ্ট পরিচিত হন, |
|---|---|---|
| শিক্ষার্থী হন, | তাহলে টিকাকরণের স্থিতি নির্বিশেষে:<br>• অন্তত 5 দিনের জন্য আইসোলেশনে থাকুন<br>• 24 বা তার বেশি ঘন্টা ধরে জ্বর না থাকলে এবং উপসর্গগুলি কমতে থাকলে 5-তম দিনের পরে আইসোলেশন থেকে বেরিয়ে আসুন<br>• 6-10 দিন মাস্ক পরুন<br>• অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন | • অন্তত 5 দিনের জন্য আইসোলেশনে থাকুন<br>• উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার পরে 5-তম দিনে/তার পরে টেস্ট করুন<br>• টেস্টের ফলাফল নেগেটিভ এলে এবং উপসর্গ না থাকলে কোয়ারেন্টাইন থেকে বেরিয়ে আসুন<br>• 6-10 দিন মাস্ক পরুন<br>• অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন<br><br>যে সমস্ত শিক্ষার্থীদের সম্পূর্ণরূপে টিকা দেওয়া হয়েছে অথবা নিশ্চিতভাবে COVID -এর সংক্রমণ থেকে সম্প্রতি সুস্থ হয়ে উঠেছে (গত 90 দিনের মধ্যে), তাদের ক্ষেত্রে, যতক্ষণ অব্দি তারা সুস্থ আছে, ততক্ষণ তাদের কোয়ারেন্টাইনে থাকতে হবে না। তবে, সম্পূর্ণ টিকাপ্রাপ্ত শিক্ষার্থীদের অবশ্যই সংক্রামিত হওয়ার পঞ্চম দিনে/তার পরে টেস্ট করাতে হবে। উপসর্গ বুঝতে পর্যবেক্ষণ করুন। |
| | আপনি যদি পজিটিভ হন, | আপনি যদি কোনো ঘনিষ্ট পরিচিত হন, |
| কর্মী হন | তাহলে টিকাকরণের স্থিতি নির্বিশেষে:<br>• অন্তত 5 দিনের জন্য আইসোলেশনে থাকুন<br>• 24 বা তার বেশি ঘন্টা ধরে জ্বর না থাকলে এবং উপসর্গগুলি কমতে থাকলে 5-তম দিনের পরে আইসোলেশন থেকে বেরিয়ে আসুন<br>• 6-10 দিন মাস্ক পরুন<br>• অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন | • 5 দিনের জন্য কোয়ারেন্টাইনে থাকুন<br>• উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার পরে 5-তম দিনে টেস্ট করুন<br>• টেস্টের ফলাফল নেগেটিভ এলে এবং উপসর্গ না থাকলে কোয়ারেন্টাইন থেকে বেরিয়ে আসুন<br>• 6-10 দিন মাস্ক পরুন<br>• অতিরিক্ত সতর্কতা অবলম্বন করুন<br><br>আপনি যদি আপনার ফাইজার (Pfizer) বা মডার্না (Moderna) ভ্যাকসিন সিরিজ সম্পূর্ণ করার 5 মাসের মধ্যে, ইয়ানসেন(Janssen) প্রাথমিক শটের 2 মাসের |

| | | |
|---|---|---|
| | | মধ্যে, একটি নিশ্চিত কেস থেকে গত 90 দিনের মধ্যে সুস্থ হয়ে ওঠেন অথবা বুস্ট-প্রাপ্ত হন:<br>• আপনার কোয়ারেন্টাইন-এ থাকার প্রয়োজন নেই<br>• উপসর্গ প্রকাশ পাওয়ার পরে 5-তম দিনে টেস্ট করুন<br>• উপসর্গ বুঝতে পর্যবেক্ষণ করুন |

## অতিরিক্ত প্রশমন ব্যবস্থা

অতিরিক্ত প্রশমন কৌশলের জন্য নিরাপদে ব্যক্তিগতভাবে শিক্ষণ ব্যবস্থাকে সমর্থনের করতে Bronx Excellence CDC নির্দেশিক মেনে চলে।

## শারীরিক দূরত্ব এবং সমগোত্রীয় অবস্থান

Bronx Excellence শিক্ষার্থীদের একাডেমিক অগ্রগতি এবং সামাজিক-মানসিক সুস্থতার জন্য সম্পূর্ণ ব্যক্তিগত শিক্ষা প্রদানের গুরুত্ব স্বীকার করে। স্কুল শুরুর আগে, স্কুলেতে দূরত্বের পরিমাণ সর্বাধিক রাখার জন্য সমস্ত অপ্রয়োজনীয় আসবাবপত্র সরিয়ে দেওয়া হয়েছে। স্কুল শারীরিকভাবে দূরত্ব বজায় রাখার জন্য CDC নির্দেশিকা মেনে চলে। যেখানেই সম্ভব হবে যেমন, আমাদের স্কুলগুলির ক্লাসরুমে শিক্ষার্থীদের মধ্যে তিন ফুট এবং হলঘর ও বাথরুমের মতো সাধারণ জায়গায় ছয় ফুট শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখবে। স্কুলে টেবিলগুলিতে আলাদা নিজস্ব স্থান নির্ধারণে সহায়তা করার জন্য এবং শিশুদের খাওয়ার সময় মাস্ক খুলে ফেলার ফলে বহিষ্কৃত শ্বাস প্রশ্বাসের সাথে সংক্রমণের বিস্তার কমাতে শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখার কৌশল ব্যবহার করবে।

একটি বিল্ডিংয়ের আরও বেশি শিক্ষার্থীর মধ্যে, এর অর্থ হল যে সমস্ত শ্রেণীকক্ষগুলিকে এই ব্যবস্থার সাথে অন্তর্ভুক্ত করার জন্য সমগোত্রীয় অবস্থানের আকার বৃদ্ধি করা হবে। এই সময়ে, ডেল্টা (Delta) এবং ওমিক্রন (Omicron)-এর আরও সংক্রামক স্ট্রেন সঞ্চালনের সাথে, আমরা সংক্রমণের হার কমাতে শ্রেণীকক্ষে সমগোত্রীয় অবস্থানের আকার বজায় রাখব। শিক্ষার্থীরা সারা দিন তাদের শ্রেণীকক্ষের সহপাঠীদের সাথে থাকবে। অন্যান্য শ্রেণীকক্ষের সাথে মুখোমুখি দেখা হওয়া এড়াতে আমরা বিল্ডিং জুড়ে চলাচল করাও কমিয়ে দেব। ছাত্র এবং কর্মীদের জমায়েত হতে নিরুত্সাহিত করা হবে এবং যখনই সম্ভব, হলঘর, বাথরুম, খেলার মাঠ, সিঁড়ি এবং বাসে দূরত্বের নিয়ম মেনে চলবে। বিল্ডিং-এ যাতায়ায় শিক্ষার্থী এবং প্রয়োজনীয় কর্মীদের মধ্যে সীমাবদ্ধ থাকবে।

## হাত পরিষ্কার রাখা

Bronx Excellence ভবনে প্রবেশের সময়, শৌচাগার ব্যবহার করার পরে, খাওয়ার আগে এবং সারাদিনের অন্যান্য গুরুত্বপূর্ণ সময়গুলিতে ঘন ঘন হাত পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন রাখার উপর জোর দেবে। Bronx Excellence হাত পরিষ্কার রাখার জন্য CDC নির্দেশিকা মেনে চলবে। কর্মীরা সঠিকভাবে হাত এবং শ্বাস-প্রশ্বাসের স্বাস্থ্যবিধির প্রচার কার্য চালিয়ে যাবেন এবং তারা শিক্ষার্থীদের সাথে তাদের দৈনন্দিন অনুশীলনে এটিকে অন্তর্ভুক্ত করবেন। স্কুলগুলি বিল্ডিং জুড়ে একক-ব্যবহার-এর জিনিস ইনস্টল করেছে এবং যে জিনিসগুলি স্পর্শ-না করে ব্যবহার করা যাবে তার মুদ্রিত পত্র দেওয়ালে আঁটকে দিয়েছে। আমরা অন্তত 20 সেকেন্ডের জন্য সাবান এবং জল দিয়ে হাত ধোয়া শেখানো এবং হাত পরিষ্কার রাখাকে গুরুত্ব দেওয়ার করা চালিয়ে যাব। হ্যান্ড স্যানিটাইজার যেটিতে কমপক্ষে 60% অ্যালকোহল রয়েছে তা বেশি-জমায়েত হওয়া স্থানে এবং শ্রেণীকক্ষে স্পর্শ-না করে ব্যবহার করার সামগ্রী হিসাবে পুরো বিল্ডিং জুড়ে ব্যাপকভাবে উপলব্ধ থাকবে।

## বসার তালিকা

কার্যকরী কনটাক্ট ট্রেসিং-এর জন্য কর্মী আছে যারা শনাক্ত করবে যে কে একটি পজিটিভ কেসের ক্ষেত্রে ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে ছিল। ক্লাসরুম, ক্যাফেটেরিয়া, বাসে এবং অন্য যেকোন সমবেত এলাকায় বসার তালিকা মেনে চলার মাধ্যমে এটি সর্বোত্তমভাবে সম্পন্ন হবে। ঘনিষ্ঠ পরিচিতদের শনাক্ত করা না গেলে এটি শিশুদের বড় দলকে কোয়ারেন্টাইন করতে বাধা দেয় এবং পরবর্তীতে শেখার ক্ষেত্রে বাধা কমিয়ে দেয়। বসার তালিকা শ্রেণীকক্ষ, বাসে এবং ছোট দলে, মধ্যবর্তী দল এবং শনিবারের একাডেমি সহ অন্য যেকোন সমষ্টিগত অবস্থানের ক্ষেত্রেই প্রয়োগ করা হবে। শিক্ষার্থী এবং কর্মীদের সর্বদা সামাজিক দূরত্বের প্রয়োজনীয়তা মেনে চলতে হবে।

## পরিষ্কার করা

Bronx Excellence সারা দিন, সম্ভাব্য দূষণের পরে এবং স্কুলের পরে কঠোর পরিচ্ছন্নতা এবং জীবাণুমুক্তকরণ প্রোটোকল মেনে যথাযথ কাজ চালিয়ে যাবে। সাধারণত, CDC যে-কোনো পৃষ্ঠে থাকা সম্ভাব্য ভাইরাস কণাগুলিকে পর্যাপ্তভাবে অপসারণের উপায় হিসাবে প্রতিদিন পরিষ্কার করার পরামর্শ দেয়। এর মধ্যে রয়েছে চেয়ার এবং ডেস্কগুলিকে মোছা। সারা দিন, কর্মীরা দরজার হাতল এবং সিঁড়ির হাতলের মতো ঘন ঘন স্পর্শ করা জায়গাগুলি পরিষ্কার করবে যদি কোনো ব্যক্তিকে সন্দেহভাজন লাগে অথবা যিনি COVID-19 টেস্ট-এ পিজিটিভ এসেছেন বলে জানা যায়, তবে তার উপস্থিত থাকা স্থানগুলিকে জীবাণুমুক্ত করা হবে। এর মধ্যে নার্সের অফিস এবং/অথবা আইসোলেশন কক্ষের মতো স্থানগুলি অন্তর্ভুক্ত।