



## Salk Elementary 2024-25 کورنۍ او د زده کونکو لاسي کتاب

انگليسي

ژباړه- هسپانوي، پښتو، دري

Salk Elementary  
7625 E. 58th Street  
Tulsa, OK 74145  
918-833-9500

<https://www.facebook.com/salkeagles>

د TPS (د تولسا دولتي ښوونځي) زده کونکي او د کورنۍ برياليتوب لارښود  
لينک دلتهوگورۍ.

دلته هم د لاسرسي وړ دي:

<https://www.tulsaschools.org/student-and-family-support/student-and-family-support-services/behavior-guide>

## د Salk بڼوونځي شعار

زه هوښيار يم

زه زړور يم

زه مهربان يم

زه قوي يم

زه خپله يم

يوځای مور Salk بازان يو

فورمي چي بايد ډکي شي

لاندي فورمي بايد ډکي شي او دفتر ته بيرته راوړل شي. دا به ستاسو زده کونکي د ټولگي په لومړي ورځ کور ته واستول شي که چيري تاسو د بڼوونکي د ورځي په ملاقات کي ترلاسه نه کړئ:

د Salk زده کونکي آپډيټ/ گوښه کولو معلومات

د روغتيا تاريخچه

د ساحوي سفر لپاره اجازه ورکول

د والدينو-بڼوونځي لنډيز

## د Salk کارمندانو اړیکې

### اداره

[morgati@tulsaschools.org](mailto:morgati@tulsaschools.org)

ټیفاني مورگان (Tiffany Morgan) - مدیر  
براندی کوپچانسکی (Brandy Kopichanski)  
- معاون. مدیر  
کیم جونز (Kim Jones) - مشاور  
ایلی دیاز (Allie Diaz) - AET / رئیس

[kopicbr@tulsaschools.org](mailto:kopicbr@tulsaschools.org)

[ioneski@tulsaschools.org](mailto:ioneski@tulsaschools.org)

[diazal@tulsaschools.org](mailto:diazal@tulsaschools.org)

### دفتر

[blevibr@tulsaschools.org](mailto:blevibr@tulsaschools.org)

[caskeje@tulsaschools.org](mailto:caskeje@tulsaschools.org)

[johssh3@tulsaschools.org](mailto:johssh3@tulsaschools.org)

[santaal@tulsaschools.org](mailto:santaal@tulsaschools.org)

براین بلیونز (Brian Blevins) - د مدیر سکرتر  
جینیت کاسکی (Jenneth Caskey) - ثبت کونکی  
شاننا جانسن (Shanta Johnson) - نرس  
الیسن سانتانا (Alyson Santana) - د والدینو تسهیل کونکی

[changli@tulsaschools.org](mailto:changli@tulsaschools.org)

[cruzre@tulsaschools.org](mailto:cruzre@tulsaschools.org)

[steidti@tulsaschools.org](mailto:steidti@tulsaschools.org)

### Pre-K (د لومړۍ صنف څخه مخکې صنف)

لینډسي چنگ (Lindsay Chang)

ریني گرین (Renee Greene)

تیا استیدلی (Tia Steidley)

[blevibr@tulsaschools.org](mailto:blevibr@tulsaschools.org)

[easleli@tulsaschools.org](mailto:easleli@tulsaschools.org)

[mcdowje@tulsaschools.org](mailto:mcdowje@tulsaschools.org)

ورکتون  
برانډین اینسلي (Brandin Ensley)  
لیندا ایسلي (Linda Easley)  
جینيفر مکډویل (Jennifer McDowell)

[curtiti@tulsaschools.org](mailto:curtiti@tulsaschools.org)

[teagush@tulsaschools.org](mailto:teagush@tulsaschools.org)

[vaughel2@tulsaschools.org](mailto:vaughel2@tulsaschools.org)

لومړۍ ټولګې  
ټیفاني کورټیس (Tiffany Curtis)  
شررا ټیګو (Sharra Teague)  
الیزابیت واګان (Elizabeth Vaughan)

[herdla@tulsaschools.org](mailto:herdla@tulsaschools.org)

[obrietr@tulsaschools.org](mailto:obrietr@tulsaschools.org)

[swetsta@tulsaschools.org](mailto:swetsta@tulsaschools.org)

دوهم ټولګې  
هرډ لورا (Herd Laura)  
ټریشیا اوبراین (Tricia O'Brien)  
تامارا سویټ (Tamara Swets)

[chouich@tulsaschools.org](mailto:chouich@tulsaschools.org)

[gutieal@tulsaschools.org](mailto:gutieal@tulsaschools.org)

[lamunti@tulsaschools.org](mailto:lamunti@tulsaschools.org)

دریم ټولګې  
شویون شوینارد (Chyvone Chouinard)  
الونډرا ګوتیرز (Alondra Gutierrez)  
ټیفنی لامونیون (Tiffney LaMunyon)

## څلورم ټولگي

[martibr3@tulsaschools.org](mailto:martibr3@tulsaschools.org)  
[siakasa@tulsaschools.org](mailto:siakasa@tulsaschools.org)  
[duranso@tulsaschools.org](mailto:duranso@tulsaschools.org)

بریتانی مارتنیز (Brittani Martinez)  
سارا سیاکاما (Sarah Siakama)  
سنډرا دوران (Sondra Duran)

## پنځم ټولگي

[gakubje@tulsaschools.org](mailto:gakubje@tulsaschools.org)  
[russetr@tulsaschools.org](mailto:russetr@tulsaschools.org)  
[norriem@tulsaschools.org](mailto:norriem@tulsaschools.org)

د خدای جان ګاکوبا (Jean de Dieu Gakuba)  
ټریسی رسل (Tracy Russell)  
ایما نوریس (Emma Norris)

## ځانګړي / ورکشاپونه

[cirbojo@tulsaschools.org](mailto:cirbojo@tulsaschools.org)  
[hankima@tulsaschools.org](mailto:hankima@tulsaschools.org)  
[galliky@tulsaschools.org](mailto:galliky@tulsaschools.org)  
[maviski@tulsaschools.org](mailto:maviski@tulsaschools.org)

جوش سربو PE-(Josh Cirbo)  
مارک هانکنز STEAM-(Mark Hankins)  
کایل ګیلین (Kyle Gallien) - موسیقي  
کیمبرا ماویس (Kimbra Mavis) - کتابتون

## ځانګړي خدمات

[comfosu@tulsaschools.org](mailto:comfosu@tulsaschools.org)  
[willite1@tulsaschools.org](mailto:willite1@tulsaschools.org)  
[schroke@tulsaschools.org](mailto:schroke@tulsaschools.org)  
[thomaje2@tulsaschools.org](mailto:thomaje2@tulsaschools.org)  
[phillhe@tulsaschools.org](mailto:phillhe@tulsaschools.org)  
[wrestli@tulsaschools.org](mailto:wrestli@tulsaschools.org)  
[hardila@tulsaschools.org](mailto:hardila@tulsaschools.org)

سوسن آرام (Susan Comfort) - ډالی او با استعدادده  
ټیری ویلیامز (Terri Williams) - د لوستلو متخصص  
کلی شروډر (Kelli Schroeder) - د ماشومانو د پالنې ښوونکی  
جیفری توماس (Jefferey Thomas) - د MM معیوب ښوونکی  
هیدر فیلی (Heather Philley) - ELD - (د انګلیسي ژبې پراختیا)  
لیزا ریست (Lisa Wrest) - د انګلیسي ژبې پراختیا  
لورا هارډین (Laura Hardin) - ELD - (د انګلیسي ژبې پراختیا)  
میشل سالدیرنا (Michelle Saldierna)  
ELD - (د انګلیسي ژبې پراختیا)  
سټیفنی شماکر (Stephanie Shumaker) - وینا

[saldimi@tulsaschools.org](mailto:saldimi@tulsaschools.org)  
[shumast@tulsaschools.org](mailto:shumast@tulsaschools.org)

په هر وخت کې کارمندانو ته د بریښنالیک استولو لپاره تاسو ته ښه راغلاست وایو. که تاسو غواړئ د کوم کارمند غږې سره وویئ نو مهرباني وکړئ دوی ته بریښنالیک وکړئ ترڅو د کنفرانس غوښتنه وکړي. مور نشو کولی د هغو کورنیو سره وگورو چې مخکې د غونډو غوښتنه نه کوي. تاسو ممکن دفتر ته هم ورشئ او خپل نوم او د تلیفون شمیره د یو چا لپاره پریردئ ترڅو د ښه ناستې وخت سره تلیفون بیرته راوباسي. کارمندان د ماسپینین په 3:00 بجو قرارداد کوي او په ورځ کې یو ځل د 40 دقیقو پلان ترلاسه کوي چې دوی د کورنیو سره لیدو وړ وي. .

## 2025-2024 د ښوونځي تقویم

### انګلیسي

### اسیانوی

راتګ او ګوښه کول

## رارسيدل / د سهار راوستل

\*زده کونکي ممکن د سهار له 7:10 بجو دمخه ښوونځي ته را نه ورتل شي ، پرته له دې چې هغوی د خونديتوب په گزمه کې ونه اوسي \*

- **د موټر څخه ښکته کول:** د لوبې د ډگر شاوخوا شاته لوب کې (د ويستلو په څېر)
  - ترافيک د سالک او ميموريل جونير (Salk & Memorial Jr.) ترمينځ دروازې ته ننوځي. لور او يوازې يو لين دی. مهرباني وکړئ پوست شوي لارښوونې او د سهار د دندې کارمندانو لارښوونې تعقيب کړئ.
  - موټر تاسو هڅوو چې د گاونډي سړک پر ځای د ډراپ آف لين وکاروئ. لين په چټکۍ سره حرکت کوي او ستاسو د ماشوم لپاره خوندي دی ځکه چې ښوونکي د مرستې لپاره شتون لري.
  - له ورکونکو دمخه صنف څخه تر لومړي صنف به د ميوزيک دروازو له لارې ودانۍ شاته ننوځي.
  - له 2:00 څخه تر 5:00 پورې به د کيفيټريا دروازو له لارې د ودانۍ شاته ننوځي.په دنده کې کارمندان به زده کونکو ته لارښوونه وکړي چې کومې دروازې وکاروي.
- **پياده راوستل**
  - ټول پياده زده کونکي به ودانۍ ته د ورته دروازو له لارې ننوځي لکه د درجې له مخې چې موټر کې ننوځي .
  - مهرباني وکړئ خپل زده کونکي ته د دروازې څخه باندې الوداع ووايست چېري چې دوی به پخپله دننه ځي.
- **ناوخته**
  - شاته دروازه او نورې دروازې به په 7:30 بجو وتړل شي. که ستاسو ماشوم د 7:30 څخه وروسته راځي، دوی بايد مخکينۍ دروازې ته يوړل شي. تاسو به اړتيا ولرئ ترڅو خپل موټر دننه پارک کړي او زده کونکي دننه کړئ او بيا د دوی دننه کول ثبت کړئ.
- **ټولگي د سهار په 7:30 بجو پيل کيږي.**
- **سهارنۍ به په ټولگي کې ټولو زده کوونکو ته ورکول کيږي.** سهارنۍ به د 7:10 څخه تر 7:30 پورې چمتو کيدلې شي. هغه زده کونکي چې د 7:30 څخه وروسته راځي د ښوونځي سهارنۍ به نشي ترلاسه کولی.
- **والدين / سرپرست به سهار ودانۍ ته د ننوتلو اجازه ونلري، مهرباني وکړئ کله چې دوی ستاسو له موټر څخه ښکته کيږي او مکتب ته دننه کيږي نو په هماغه وخت يې په غيږ کې ونيسئ او تری چېي واخلي.**

## پريښودل / پورته کول

- **د ښوونځي ورځ د ماسپينين په 2:35 بجو پای ته رسيږي.**
- د دې لپاره چې د تدريس وخت خوندي شي او ډاډ ترلاسه شي چې د ماشوم پريښودل خوندي او اسانه دي، مور والدين هڅوو چې د ماسپينين له 2:00 بجو وروسته زده کونکي له ځان سره واخلي. مهرباني وکړئ خپل د ماسپينين ملاقاتونه د دې مهالوېش مطابق کړئ.
- د ماسپينين له 2:00 څخه تر 2:35 بجو پورې، ستاسو ماشوم به د فعاله گوښه کولو پروسيجرونو په مينځ کې وي؛ دوی به خپل د گوښه کولو ټاکل شوي ځای ته د تگ لپاره چمتووالی ونيسي. د دې وخت چوکاټ په جريان کې به د ترانسپورت بدلونونه ونه منل شي. که تاسو د تل لپاره د خپل ماشوم ترانسپورت بدلولو ته اړتيا لرئ، نو تاسو به د نوي زده کونکي " My Way Home" فورمه ډکولو لپاره د ښوونځي دفتر ته ورشئ.
- **په موټر کې يې پورته کول:** د موټر شاته حلقه (د سهار د موټر ښکته کيدو په څېر)
- **د والدينو قدم وهل:** د ودانۍ شاته د ميوزيک خونې په واسطه د څراغ لاندې او د خپل زده کونکي نوم سره د ترانسپورت نښه راوړئ او خپل زده کونکي د هغه ښوونکي سره وگوري چې دنده لري.
- هغه پاتې زده کونکي چې نه دي بيول شوي اصلي دفتر ته به راوړل شي.
- هر هغه زده کونکي چې د ماسپينين له 3:00 بجو وروسته په اصلي دفتر کې پاتې کيږي هغه به پورته شي او د کيمپس پوليسو ته به وسپارل شي او DHS سره به اړيکه ونيول شي.

## حاضري

### د ښه حاضري عادتونه خپلول

په ښوونځي کې د ښه حاضري عادت خپلول پيل کړئ ترڅو ماشومان ژر تر ژره زده کړي چې په خپل وخت ښوونځي ته ولاړ شي، ځکه هره ورځ يې مهمه ده. ښه حاضري به له ماشومانو سره مرسته وکړي چې په ښوونځي، کالج او دنده کې ښه کار وکړي.

په تعليمي کال کې 16 ورځې غير حاضري کولو پایله شاگرد په دوامداره توگه غير حاضر بلل کېږي، حتی د ضرورت غير حاضري هم.

"رسمي حاضري بايد راپور شي او د "نيمې ورځې" په زياتوالي کې ثبت شي. زده کونکي بايد لږترلږه دوه ساعته حاضر وي ترڅو د نيمې ورځې لپاره د "حاضر" په توگه حساب شي. هغه زده کونکي چې ناوخته راځي او/يا وختي ځي بايد د دوی د حاضري ريكارډ په سمه توگه د ښوونځي د ورځې هغه برخه منعکس کړي چې دوی د "حاضر" په توگه راپور شوي.

د TPS بورډ پالیسي 2204:

<https://www.tulsaschools.org/about/board-of-education/policysearch/viewpolicy/~board/policies/post/policy-2204-student-attendance>

مهرباني وکړئ د حاضري کلرک ته د ډاکټر ټول نوټونه وسپارئ.

کورنۍ څنگه کولی شي د زده کونکو د حاضري ملاتړ وکړي؟

- د شپې د خوب او سهار وخت لپاره منظمه برنامه تنظيم کړئ؛
- کالي چمتو کړئ او د شپې دمخه بکسي بسته کړئ؛
- ښوونځي ته د تگ لپاره د بيک اپ پلانونه جوړ کړئ که چيرې تاسو نشو کولی خپل ماشوم واخلئ؛
- کله چې ښوونځي په جريان کې وي د طبي ملاقاتونو او اوږد سفرونو څخه ډډه وکړئ؛ او
- که چيرې ستاسو ماشوم ښوونځي ته د تگ په اړه اندېښمن ښکاري، د ښوونکو يا د ښوونځي مشاور سره خبرې وکړئ.

### د TULSA PUBLIC SCHOOLS د غير حاضري پالیسي

ټولې غير حاضري بايد ښوونځي ته د زده کونکي له راستنيدو څخه د 48 ساعتونو دننه د مور او پلار يا سرپرست لخوا ليکل شوي يا لفظي توضيحات ولري. د غير حاضري د معافيت لپاره، د دولتي قانون له مخې، د ډاکټر يادښت، د جنازي پروگرام، د محکمې اسناد، او نور بايد وړاندي شي. د والدينو وضاحت به د "وضاحت سره" (W) په توگه ثبت شي، مگر عذر نه. تشریح شوي غير حاضري په قانوني توگه غير بڅبونکي غير حاضري ده.

که چیرې یو زده کونکی د پیرو ورځو لپاره غیر حاضر وي، حاضري افسر کولی شي د غیر حاضري راپور د ولسوالۍ څارنوالۍ ته د ځوانانو د تعقیب لپاره ورکړي. د **2204 پالیسي** وگورئ: **د غیر حاضري** په اړه د زده کونکو حاضري او دا چې څو غیر حاضري ډیری دی.

## د زنگ وختونه

ښوونځی په 7:30 پیل کیږي

ښوونځی د ماسپینین په 2:35 بجو پای ته رسیږي

## د زیږون ورځ / جشنونه

د زوکړې ټول جشنونه باید د ټولګي ښوونکي لخوا تایید شي. د ښوونځي د ورځې په جریان کې به د زده کونکو لپاره پوکاني، د گلونو ګډې ډالۍ نه ورکول کیږي. د لمانځني ټوله شيريني باید د پلورنځي څخه پیږود شوي توکي وي. په ښوونځي کې د کور جوړ شوي شيريني ته اجازه نه ورکول کیږي. هر هغه مور او پلار/سرپرست چې د ټولګي له ښوونکي سره په جشن کې مرسته کوي باید په دفتر کې ورسره وگوري او د جشن د ورځې مخکې د شالید چیک فایل ولري.

## د ماشوم تغذیه

د غرمې د ډوډۍ مینو تقویم او د خواړو په اړه نورو معلوماتو لپاره د TPS ویب پاڼه وگورئ. که زده کونکي ښوونځي ته د غرمې ډوډۍ راوړي، دا باید د غرمې مکمله ډوډۍ وي. په ښوونځي کې د نوشاېي اجازه نشته. مور له هرې کورنۍ څخه خواړو چې د وړیا او کم شوي خواړو غوښتنلیک بشپړ کړي پداسې حال کې چې ټول زده کونکي به په سالک کې وړیا ناشته او د غرمې ډوډۍ ترلاسه کړي، دا غوښتنلیکونه مور سره د ساحوي سفرونو، د زده کونکو لپاره فعالیتونه، د تدریس مرستیا لاندو او داسې نورو تمویل کې مرسته کوي.

<https://www.tulsaschools.org/about/teams/child-nutrition>

## نمرې

نمرې به د Powerschool (پاور سکول) له لارې پوست او د لیدو وړ وي

د والدین پاور سکول اکاونټ جوړولو څرنگوالي لارښوونو په اړه **دلته کلیک وکړئ**

یا ویب پته دلته

<https://resources.finalsite.net/images/v1617721132/tulaschoolsorg/xqwsdeo8yoinqrtotfxc/CreateaParentAccountforPowerschool-English.pdf>

En Espanol clique [aquí](#) يا ويب پته دلته

<https://resources.finalsite.net/images/v1617721236/tulsaschoolsorg/inoc1lobdt7dcikrtvlj/CreateaParentAccountforPowerschool-Spanish.pdf>

### د غرمې ډوډې مهالویش

10:30 تر 10:55	Pre-K (د لومړۍ صنف څخه مخکې صنف)
10:50 تر 11:15	ورکتون
11:15 تر 11:40	لومړۍ ټولگی
11:00 تر 11:25	دوهم ټولگی
11:45 تر 12:10	دریم ټولگی
12:00 تر 12:25	څلورم ټولگی
12:15 تر 12:40	پنځم ټولگی

هر مور او پلار یا سرپرست چې غواړي د خپل زده کونکي سره د غرمې ډوډې وخورې باید د ښوونځي په دفتر کې د شالید چیک فایل ولري او ودانۍ ته د ننوتلو پر مهال اوسنی ID وښيي.

### سالک (Salk PTO)

مهرباني وکړئ زموږ د سالک PTO سره یوځای کیدو ته پام وکړئ ترڅو زموږ ټولني سره مرسته وکړي چې په ټولسا کې ترټولو لوی ټولنه شي!

<https://www.facebook.com/salkeaglespto>

### اکمالات

Salk د بریا ښوونځي لپاره چمتو شوی او ستاسو د زده کونکو ډیری اکمالات چمتو شوي. ښوونکي کولی شي د نورو ټوکو لپاره د غوښتنې لیست واستوي. هغه ټوکي چې باید په پام کې ونیول شي یو کڅوړه، د غرمې ډوډې کڅوړه، د اوبو بوتل، د تیشو یا مخ پاک، د پاکولو مسح، او لاسي صنایع کونکي دي.



## ټرانسپورټ

د [Tulsa Public Schools](https://www.tulsaschools.org/student-and-family-support/uniforms) ټرانسپورټ لینک دلته.  
<https://www.tulsaschools.org/student-and-family-support/uniforms>

## یونیفورم (لباس)

یونیفورم پالیسی دلته د TPS ویب پاڼه کې لینک شوی

<https://www.tulsaschools.org/student-and-family-support/uniforms/~board/uniforms/post/salk-elementary>

### کمیسیونه:

- کمیسیونه کیدای شی اوږده نستونی یا لنډ نستونی والا وی
- ټی شرتونو یا پرته له نستونو کمیسیونو ته اجازه نشته. ټول کمیسیونه باید کالر ولری، پرته لدی چی دا د سالک روح ټی شرت وی.
- هیڅ لیکنه، لوگو، پټی، یا نمونی یا شکلونه باید و نلری. (د Salk روح جامی اغوستل کیدی شی)
- سور، سپین، بحری نیلی او خړ
- د کمیسیون لاندی / لباس باید د بنوونخی له رنگونو سره سمون ولری (سور، بحری، تور، یا سپین)

## پتلون او نیم پرتوگونه

- خاکی، بحری نیلی، یا تور
- جینس ته په هغه صورت کی اجازه ورکول کیږی که چیری د یونیفورم پورته برخه کی کمیس شتون ولری
- نیکر یوازی د لمنی یا لنډ پتلون لاندی اغوستل کیدی شی او باید د یونیفورم رنگونه ولری
- کلک رنگ لرونکی کمر بندونه (تور یا نسواری) کیدای شی واغوستل شی

## پوتیا

- پوتیان باید ورزشی ستایل او پنجه بی پته وی
- د څراغونو، اوازونو، یا تایرونو درلودونکی پوتیانو ته اجازه نه ورکول کیږی
- د هر رنگه پوتیانو ته اجازه شته دی.

## کمیسونه، لمنی او جمپرونه

- خاکی، بحری نیلی، یا تان.
- هیڅ لیکنه، لوگو، پتی، یا نمونی یا شکلونه باید ونلری.
- باید لاندی یونیفورم رنگ کمیس واغوندي.
- د زنگونو څخه له دری انچو کمه فاصله باید ونلری.

## جاکتونه

- ساده پورنگ جاکتونه/ پخن قافونه(تور، سور، خر یا بحری) کیدای شی د یونیفورم کالر کمیس له پاسه واغوستل شی

## منع شوی توکی

- د تانک ټاپ یا سپټیټی پټو ته اجازه نشته دی.
- هیڅ پتلون د زیاتو سوریان یا شکبدلی نه وی
- هیڅ کمیس د الکول، تنباکو، یا د ناپاک، بی حیایی، یا وړاندیزی بیغامونو سره اعلان نه کوی.
- په ټولگی کی هیڅ جامی، جاکتونه یا کوټونه نشته.
- جامی باید د ډیزاین، ډیکلونو، یا لوگو پرته یو رنگ وی. هیڅ ډیزاین یا نور رنگونه اجازه نلری.
- سینډل، د شاور پوتیان، سلاپډونه، یا فلیپ فلاپونه نه وی

SALK ELEMENTARY DRESS CODE

**SHIRTS**



- Shirts can be long sleeve or short sleeve
- No sublets, or sleeveless shirts. All shirts must have collars
- No writing, logos, stripes, or patterns (Salk Spirit wear can be worn)
- Red, white, navy blue, and gray
- Undershirts and leggings/light pants must be matching school colors (red, navy, black, or white)

**DRESSES, SKIRTS & JUMPERS**



- Khaki, Navy Blue, or Tan
- No writing, logos, stripes, or patterns
- Must wear a uniform color shirt underneath
- Must be at least 3 inches from the knees

**کمبرونه کتبی او جمبرونه**

- کتابچه، بحرې لپاره، یا تل
- هیڅ لیکه، لوګو، سټریپ، یا نمونې نلري
- باید لاندې یونیفورم رنګ کېږي او لاندې
- د رنګونو څخه باید لږ تر لږه 3 انچه وي

**کمبرونه**

- کمبرونه کېدای شي اوږده، نښتو یا تل نښتو، یا لا وي
- کټ شورتونو یا له کمره ښوونو نه اغیزمنه نشي دي. ټول کمبرونه باید کارونه واري
- هیڅ لیکه، لوګو، سټریپ، یا نمونې نلري او سلاک جامې اغوستل کېدای شي
- سور، سپین، بحرې لپاره، او څر
- د کمبرون لاندې اغوستل باید ټولنځي له رنګونو سره سمون واري (سور، بحرې، تور، یا سپین)

**PANTS & SHORTS**



- Khaki, Navy Blue, or Black
- Jeans are permitted with a uniform top.
- Leggings can only be worn under skirts or shorts and must be uniform colors
- Solid-colored belts (black or brown) may be worn

**SWEATERS**



Plain solid-color sweatshirts/sweaters (black, red, gray or navy) may be worn over the uniform collared shirt.

**PROHIBITED ITEMS**

- No tank tops or spaghetti straps.
- No pants with excessive holes or rips.
- No shirts with profane, vulgar, or suggestive messages.
- No hoodies, jackets or coats in the classroom.
- Clothing should be solid without designs, decals, or logos. No designs or other colors are permitted.
- No sandals, shower shoes, slides, or flip flops.

**ځانګړنه**

ساده پورنګ ځانګړنه یا ښار ځانګړنه، سور، څر یا بحرې کېدای شي د یونیفورم څار کېږي او په اغوستل شي.

**منع شوي توکي**

- د ټنګ ټاپ یا سپینټي شي نه وي.
- هیڅ پلټون د رنګونو سورښ یا کښکښي نه وي.
- هیڅ ډول کمبرونه، جیکټونه، یا کوټونه په کورنۍ پېچلنه جوړه نه وي.
- په ټولګي کې هیڅ جامې، ځانګړنه یا کوټه نشته.
- جامې باید د ښار، ښارګوټو، یا لوګو پرته یو رنګ وي. هیڅ ښارون یا لوګو رنګونه نلري.
- سیندل، شاور بوش، سلاډونه، یا ټیپ ډالونه نه وي.

**پلټون او نیمچه پلټونګرته**



- ځانګړې، بحرې لپاره، یا لوګو
- ځانګړنه یا په هغه سورت کې اجازت ورکول کېدای چې د یونیفورم پورته برخه کې
- کښکښ شتون واري
- ټیګر پوزي یا نښي یا تل پلټون لاندې اغوستل کېدای شي او باید د یونیفورم رنګونه واري
- کښکښ رنګ لرونکې کمر بندونه (ټور یا ښوونې لپاره) کېدای شي او اغوستل شي

**SHOES**



- Shoes should be athletic style and closed toe
- Shoes with lights, sounds, or wheels are not allowed
- Any color

Full Tulsa Public Schools Uniform Policy -

<https://www.tulsaschools.org/student-and-family-support/uniforms>

**ټولګي**

ساده پورنګ ځانګړنه یا ښار ځانګړنه، سور، څر یا بحرې کېدای شي د یونیفورم څار کېږي او په اغوستل شي.

**منع شوي توکي**

- د ټنګ ټاپ یا سپینټي شي نه وي.
- هیڅ پلټون د رنګونو سورښ یا کښکښي نه وي.
- هیڅ ډول کمبرونه، جیکټونه، یا کوټونه په کورنۍ پېچلنه جوړه نه وي.
- په ټولګي کې هیڅ جامې، ځانګړنه یا کوټه نشته.
- جامې باید د ښار، ښارګوټو، یا لوګو پرته یو رنګ وي. هیڅ ښارون یا لوګو رنګونه نلري.
- سیندل، شاور بوش، سلاډونه، یا ټیپ ډالونه نه وي.

**پلټون**

- پلټون باید ورزشي ستایل او پنډه یو رنګه وي
- د څار لپاره، لرونکو یا ټولګونو لرونکو ډولونه نه اجازه نه ورکول کېدای
- هر رنګ

## د ټولني سرچیني

د Tulsa Public Schools د ټولني د شريکانو سره کار کوي ترڅو د TPS ټولو کورنيو لپاره ملاتړ چمتو کړي. دا سايټ د کورنيو سره د لومړني اړتياو ماشومانو پاملرني سره د مرستې لپاره ډيزاين شوی. د آنلاین پورټل پټه په لاندې ډول ده: [COVIDKidCareResources.tauw.org](https://www.COVIDKidCareResources.tauw.org)

### نوري سرچينې:

د Oklahoma ايالت د Department of Mental Health and Substance Abuse Services د COVID-19 لپاره د رواني روغتيا لارښود: رواني روغتيا د فزيکي روغتيا په څير مهم دی کله چې د COVID-19 ځواب ويلو ته راځي. په دې لارښود کې د ماشومانو او ځوانانو والدین/پالونکي، د ماشومانو پاملرني چمتو کونکي، ښوونځي، او د لوړو زده کړو ټولني، تنکي ځوانان او د تنکي ځوانانو والدین، لویان، د رواني روغتيا چمتو کونکي، متخصصین، او د ټولني شريکان شامل دي.

(Oklahoma) اوکلاهما 211 د دماغي روغتيا او د مادي ناوړه گټه اخيستني لپاره که تاسو ډاډه نه یاست چې د لاندې سرچينو څخه کوم يو ستاسو لپاره غوره دی، 211 سره اړیکه ونيسئ (2-1-1 ډايل کړئ)

د خدماتو تړل او بدلونونه: وگورئ چې څنگه په Tulsa کې د ټولني او ټولنيزو خدماتو ساعتونه او شتون د وپروس لخوا اغيزمن شوی. د ټولني خدماتو شورا لخوا تازه شوی (لینک)

د اسانتياوو لارښود: د SAMHSA د ټولني د رواني روغتيا مرکزونو په لارښود کې د خپل ځايي رواني روغتيا مرکز شميره ومومئ (لینک)

COPES د بحران ليکه: 7/24 918-744-4800 د ټلېفون مرسته د ټولني د عامه پوهاوي رواني بېرني خدماتو (COPES) ټيم له لاري د هغو کسانو لپاره ده چې د دي ناروغۍ په جريان کې د مقابلي او موافقت سخت وخت لري. COPES يو وړيا او محرم 7/24 کرکيچ لاین او د گرځنده کرکيچ خدمت دی او همدارنگه د ځان وژني بحران يا احساساتي کرکيچ کې ماشومانو او لویانو ته احساساتي ملاتړ چمتو کوي.

د ځان وژني د مخنيوي ملي کرښه: 1-800-273-8255 د ځان وژني د مخنيوي ملي لايډ لاین هغه لویانو ته خدمت کوي چې د ځان وژني فکرونو سره مبارزه کوي.

د Oklahoma ایالت رواني روغتیا او د مخدره توکو ناوړه گټه اخیستنې د بحران کرېنه: 800-566-1343 د بحران کرېنه د رواني روغتیا بحران کې خلکو ته خدمت کوي.

د ماشومانو د ناوړه گټه اخیستنې ټیلیفون: 1-800-522-3511 د ماشومانو د ناوړه استفادې شبکه د Tulsa د ماشومانو د مدافعې مرکز دی. CAN د څو ادارو لپاره د همغږي کونکي په توګه کار کوي چې د راپور شوي ماشومانو ناوړه گټه اخیستنې ماشومانو سره اړیکه لري. پایله د ناوړه گټه اخیستنې د څیړلو او په بحران کې د ماشومانو ساتنې لپاره د همکارۍ او نه نقل شوي بین المللي چلند دی.

د بحران پاملرنې مرکز: (Tulsa) 918-921-3200 که تاسو په تولسا کې یاست او د جدي رواني ناروغۍ لپاره سمدستي مرستې ته اړتیا لرئ، د S. Houston Ave 1055 کې د بحران پاملرنې مرکز د جدي اړتیا وړ رواني بسترونه او د بحران لپاره د نوښت خدمتونه وړاندې کوي چې د محاکمې او سکریټینګ په شمول. او ارزونه، د بحران د بیړنۍ بیا رغونې مرکز، او د بحران ثبات واحد.

12 او 12: (Tulsa) 918-664-4224 د روږدي کیدو د بیا رغونې مرکز دی چې د هغو کسانو درملنه کوي چې د رواني روغتیا یا د توکو کارولو اختلالاتو سره ژوند کوي.

Alcoholics Anonymous: 918-627-2224 بی نومه الکولی د هغو کسانو ملګرتیا ده چې د الکول ناوړه گټه اخیستنې سره مخ دي چې د رغیدو په حال کې دي. دا کرېنه د ختیځ او کلاهما لپاره ځانګړي معلومات چمتو کوي.

د آرامۍ مرکز: (Tulsa) 918-394-CALM (2256) د آرامۍ مرکز د 10-17 کلونو ځوانانو ته خدمت کوي چې احساساتي / چلند ملاتړ یا د مادي ناوړه گټه اخیستنې ډیټوکس ته اړتیا لري.

Oklahoma د مشورې او بیا رغونې خدمتونه: (Tulsa) 918-492-2554 د اوکلاهما د مشورې او بیا رغونې خدمتونه د ټولني رواني روغتیا مرکز دی چې ماشومانو او لویانو ته خدمات وړاندې کوي.

د هند د Tulsa د روغتیا پاملرنې سرچینې مرکز: 918-588-1900 د هند د Tulsa د روغتیا پاملرنې سرچینې مرکز د رواني روغتیا او د مادي ناوړه گټه اخیستنې درملنې پراخه خدمات وړاندې کوي.

د رواني روغتیا ټولني مرستې مرکز: 918-585-1213 د دماغي روغتیا اتحادیې مرستې مرکز د هغو کسانو سره مرسته کوي چې د رواني روغتیا خدماتو په لټه کې وي د چمتو کونکي سره اړیکه ونیسي.

د مورټن جامع روغتیايي خدمتونه: (Tulsa) 918-587-2171 مورټن جامع صحي مرکز د رواني او چلند روغتیايي خدمتونه وړاندې کوي.

Narcotics Anonymous: 918-747-0017 بی نومه نشیان د هغو کسانو فیلوشپ دی چې د مخدره توکو ناوړه گټه اخیستنې سره مخ دي چې د رغیدو په حال کې دي. دا کرېنه د ختیځ او کلاهما لپاره ځانګړي معلومات چمتو کوي.

د مرستې کرېنې سره اړیکه ونیسي - د زړه لاین: 1-800-522-9054

د جنسي تاوتریخوالي د بحران کرېنه: 918-743-5763

د ریښتیني نیلي ګاونډیانو چلند روغتیا کلینیک: (Tulsa) 918-631-3342 د ریښتیني نیلي ګاونډیانو چلند روغتیا کلینیک د ریښتیني نیلي ګاونډیانو ټولني، کینډل ویتیر ګاونډ او شاوخوا سیمو کې ماشومانو او لویانو ته ارزانه خدمات وړاندې کوي.

د F&CS گټورې سرچینې پاڼه: د COVID-19 [په ځواب](#) کې د سرچینو لپاره د کورنۍ او ماشومانو خدماتو مرکز.

د ټریسټیس گریف (Tristesse Grief) مرکز: 918-587-1200 (Tulsa) یوه سیمه ایز غیر انتفاعي موسسه چې د ټلیفوني روغتیا له لارې د هر چا لپاره د انډیپنډو مسلکي مشورې چمتو کوي. هرڅوک چې غم، اضطراب یا خپګان تجربه کوي کولی شي د مسلکي مشاور سره خبرې وکړي او مرسته او ملاتړ ومومي. د دوی ویب پاڼه [thegriefcenter.org](http://thegriefcenter.org) ده

د تولسا (Tulsa) او کلاهما (Oklahoma) او د اوکلاهما ښار ملاتړ ګروپونو دماغي روغتیا ټولنه اوس مهال په حقیقت کې کوربه ده. د دوی د ملاتړ ډلې هر یو د رواني روغتیا مسلکي غړي لخوا رهبري کېږي، مګر د ډلو اصلي ځواک دا فرصت ترلاسه کوي چې د نورو خلکو سره اړیکه ونیسي چې د رواني ناروغۍ یا ورته حالتونو لخوا اغیزمن شوي. ([لینک](#))