**ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ** 

West House

Gartnavel Royal Hospital

1055 Great Western Road

Glasgow G12 0XH

0141 201 4917

ਈ-ਮੇਲ: phpu@ggc.scot.nhs.uk

**ਸਾਡਾ ਹਵਾਲਾ**: Schoolcovid19/A

ਪਿਆਰੇ ਮਾਪੇ/ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ

ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸਨ ਲਈ ਲਿਖ ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਸਾਡੀ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰੌਟੈਕਟ ਟੀਮ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID19) ਲਈ ਕਾਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ।

NHS ਗ੍ਰੇਟਰ ਗਲਾਸਗੋ ਅਤੇ ਕਲਾਇਡ ਨੇ, ਸਕੂਲ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਅਥੌਰਿਟੀ ਨਾਲ ਨਜਦੀਕੀ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿੱਚਲੇ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀ ਨਾਲ ਇੱਕ ਰਿਸਕ ਅਸੈੱਸਮੈਂਟ (ਖਤਰੇ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ) ਕੀਤਾ ਹੈ।

ਸਾਰੇ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਵੱਖ ਰੱਖਣ (ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨ) ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਰਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸੈਲਫ-ਆਇਸੋਲੇਟ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਸਕੂਲ ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੇਗਾ।

ਸਕੂਲ ਵਿਖੇ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਦੇ ਤਗੜੇ ਪੈਮਾਨੇ ਥਾਂ-ਸਿਰ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਸ ਵੇਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚਕਾਰ ਬੀਮਾਰੀ ਫੈਲਨ ਦੇ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇ ਤੂਹਾਨੂੰ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਵੱਲੋਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਖ਼ਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ/ਡੇ ਬੱਚਾ/ਚੇ ਸੁਭਾਵਿਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਕੂਲ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ ਇਸ ਮੌਕੇ ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਲਾਗੂ ਆਮ ਸਲਾਹ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ: ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਨੂੰ **ਕੋਵਿਡ-19** (COVID19) ਦੇ ਲੱਖਣ ਵਿਕਸਿਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਲੱਖਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਕੋਲੋਂ ਵੱਖ ਰੱਖਣਾ (ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨਾ) ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਿਸ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਨੂੰ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪੂਰੇ ਪਰਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲੱਖਣ ਹਨ ਤਾਂ ਪਰਵਾਰ ਵਿੱਚ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਘਰ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਲੱਖਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

* ਇੱਕ ਉੱਚਾ ਤਾਪਮਾਨ ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ
* ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਲਗਾਤਾਰ ਖੰਘ
* ਸੁੰਘਣ ਜਾਂ ਸੁਆਦ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਖਤਮ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਬਦਲਨਾ।

ਮੈਂ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜਕ ਦੂਰੀ (ਸੋਸ਼ਲ ਡਿਸਟੈਂਸਿੰਗ) ਅਤੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਰੋਕਨ ਲਈ ਹੋਰ ਕਦਮ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨਿਯਮਿਤ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੇ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਮੰਨਨਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਮਹੱਤਵ ਯਾਦ ਕਰਵਾਣਾ ਚਾਹਾਂਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਖਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਐਨਐਚਐਸ (NHS) ਇਨਫਾਰਮ ਤੋਂ ਉਪਲਬਧ ਟੈਸਟ ਤੱਕ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਹੁੰਚਨਾ ਹੈ ਸਮੇਤ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID19) ਉੱਤੇ ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ: [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19](https://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19)। ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲ ਸਵਾਲ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ [www.nhsggc.org.uk/your-health/health-issues/covid-19-coronavirus/for-patients-the-public/schools-info/faqs/#](https://www.nhsggc.org.uk/your-health/health-issues/covid-19-coronavirus/for-patients-the-public/schools-info/faqs/).

ਤੁਹਾਡੀ ਹਿਤੂ



Linda de Caestecker

ਲਿੰਡਾ ਡੀ ਕਾਏਸਟੇਕਰ

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰ

NHS ਗ੍ਰੇਟਰ ਗਲਾਸਗੋ ਅਤੇ ਕਲਾਇਡ