 **ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ**

West House

Gartnavel Royal Hospital

1055 Great Western Road

Glasgow G12 0XH

**ਸਾਡਾ ਹਵਾਲਾ**: Schoolscovid/B(NR)

(pupil’s name) ਦੇ ਪਿਆਰੇ ਮਾਪੇ/ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ,

ਮੈਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿਖ ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਇੱਕ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਪਛਾਣਿਆ ਗਿਆ/ਗਈ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID19) ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਇਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਸਾਵਧਾਨੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ 14 ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਸਾਰਿਆਂ ਕੋਲੋਂ ਵੱਖ ਰਹਿਣਾ (ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨਾ) ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹਾਜਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ।

ਸਕੂਲ ਸਲਾਹ ਦੇਵੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਣਗੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਹਾਜਰ ਹੋਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਇਹ 14 ਦਿਨ ਉਸ ਦਿਨ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਦਿਨ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਆਖਰੀ ਵਾਰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸੀ ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 (COVID19) ਹੈ। ਜੇ ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ/ਚੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਖਣ ਵਿਕਸਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ/ਦੀ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਸ਼ਨ ਦਾ ਆਖਰੀ ਦਿਨ (insert date) ਹੋਏਗਾ ਇਸ ਲਈ ਉਹ (insert date) ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਸਦੱਸਾਂ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਬੱਚਿਆਂ ਸਮੇਤ, ਨੂੰ ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸੇ ਐਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਿਸਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਵਾਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲੱਖਣ ਵਿਕਸਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਪਰਵਾਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਦੱਸਾਂ ਲਈ ਸੈਲਫ-ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸਨੂੰ ਲੱਖਣ ਹਨ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹੀਂ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਬੁੱਕ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਐਨਐਚਐਸ (NHS) ਇਨਫਾਰਮ ਰਾਹੀਂ ਇਸਦਾ ਪਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ: [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19/test-and-protect/coronavirus-covid-19-testing](http://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19/test-and-protect/coronavirus-covid-19-testing)

ਯਾਦ ਕਰਾਉਣ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ, ਲੱਖਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

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

ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਖਣ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟ ਟੀਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਹਿੰਦੀ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ/ਚੀ ਦਾ ਟੈਸਟ ਨੈਗੇਟਿਵ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ/ਚੀ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਣ ਦੀ ਤਰੀਕ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਬਦਲੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਐਨਐਚਐਸ (NHS) ਇਨਫਾਰਮ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ [www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19](http://www.nhsinform.scot/illnesses-and-conditions/infections-and-poisoning/coronavirus-covid-19)। ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ [www.nhsggc.org.uk/your-health/health-issues/covid-19-coronavirus/for-patients-the-public/schools-info/faqs/#](http://www.nhsggc.org.uk/your-health/health-issues/covid-19-coronavirus/for-patients-the-public/schools-info/faqs/). ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਸੰਪਰਕ ਲੱਭਣ (ਕਾਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜੋ ਇਹਨਾਂ ਵਸੀਲਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਨਹੀਂ ਸੰਬੋਧਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟ ਸੇਵਾ ਨੂੰ [ggctestandprotect@ggc.scot.nhs.uk](mailto:ggctestandprotect@ggc.scot.nhs.uk) ‘ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਹਿਤੂ,



Linda de Caestecker

ਲਿੰਡਾ ਡੀ ਕਾਏਸਟੇਕਰ

ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਦੀ ਡਾਇਰੈਕਟਰ

NHS ਗ੍ਰੇਟਰ ਗਲਾਸਗੋ ਅਤੇ ਕਲਾਇਡ