ਏ-ਸਵੇਇਲ। ਗੁੱਡ ਮਾਰਨਿੰਗ।

ਅੱਜ 7 ਦਸੰਬਰ ਹੈ ਅਤੇ ਮੈਂ ਸਕੂਲਾਂ ਲਈ ਕੋਵਿਡ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਭੇਜਣ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਈਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹਾਂ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖਰਾ ਕੀ ਹੈ? ਪਹਿਲਾਂ ਜਦੋਂ ਵੀ ਕਿਸੇ ਸਕੂਲ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਕੇਸ ਹੁੰਦਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਇਕ ਚਿੱਠੀ ਭੇਜੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਅਗੇਤਾ ਨੋਟਿਸ (ਅਰਲੀ ਨੋਟਿਸ ਆਫ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਇਸ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤੀ ਵਾਰ ਸਾਡੇ ਕੋਲੋਂ ਦੋ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਨ: 1. ਲੋਕ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ਕਿ ਇਹ ਮੇਰੇ ਜਾਂ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸਰ ਕਰਦਾ ਹੈ? 2. ਇਹ ਖਤਮ ਕਦੋਂ ਹੋਵੇਗਾ? ਜਦੋਂ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ (ਕੌਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਕਰ ਲਈ ਜਾਵੇਗੀ ਤਾਂ ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ? ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਅਸਪਸ਼ਟਤਾ ਅਤੇ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲਾਂ ਦੇ ਮੱਦੇਨਜ਼ਰ ਹੁਣ ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਨੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ। ਹੁਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤਿੰਨ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ। ਹੁਣ ਇਕ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਨੋਟਿਸ (ਨੋਟਿਸ ਆਫ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ), ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਨੋਟਿਸ (ਨੋਟਿਸ ਆਫ ਨੌਨ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ) ਅਤੇ ਇਕ ਸਕੂਲ ਦਾ ਬੁਲੇਟਿਨ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇ ਇਕ ਖਾਸ ਕਲਾਸਰੂਮ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੋਈ ਕੋਵਿਡ ਦਾ ਕੇਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ, ਉਸ ਕਲਾਸ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਨੋਟਿਸ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਜਿਸ ਦਾ ਮਤਬਲ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸ ਦਾ ਕੋਵਿਡ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਪਾਜ਼ੇਟਿਵ ਆਇਆ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਨੋਟਿਸ (ਨੋਟਿਸ ਆਫ ਨੌਨ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰ) ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਭਾਵ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਆਏ। ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ (ਕੌਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਅਜੇ ਜਾਰੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਿਉਂ ਹੀ ਇਹ ਪੜਤਾਲ (ਕੌਨਟਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਮੁਕੰਮਲ ਹੋਵੇਗੀ, ਉਦੋਂ ਫਰੇਜ਼ਰ ਹੈਲਥ ਸਕੂਲ ਬੁਲੇਟਿਨ ਜਾਰੀ ਕਰੇਗੀ। ਸਕੂਲ ਬੁਲੇਟਿਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ (ਕੌਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਕੇਸ ਖਤਮ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹ ਇਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਬਦੀਲੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿਉਂ ਕੀਤਾ ਹੈ? ਲੋਕ ਸਾਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਦਸਦੇ ਸਨ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਪਾਜ਼ੇਟਿਵ ਕੇਸ ਕਿਸ ਕਲਾਸ ਜਾਂ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸਮੂਹ (ਲਰਨਿੰਗ ਗਰੁੱਪ) ਵਿੱਚ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਇਸ ਨਾਲ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿਚਲੇ ਖਾਸ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਦੇ ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਦੇ ਸਿੱਧੇ ਅਸਰ ਹੇਠ ਨਹੀਂ ਆਏ। ਕੇਸ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋ। ਇਕ ਵਾਰ ਫਿਰ, ਯਾਦ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ (ਕੌਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਅਜੇ ਜਾਰੀ ਹੋਵੇਗੀ। ਪਰ ਸਕੂਲ ਦਾ ਬੁਲੇਟਿਨ ਗੱਲ ਮੁਕਾ ਦੇਵੇਗਾ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਪੜਤਾਲ (ਕੌਨਟੈਕਟ ਟ੍ਰੇਸਿੰਗ) ਮੁਕੰਮਲ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਅਤੇ ਲੋਕ ਉਸ ਖਾਸ ਕੇਸ ਤੋਂ ਸੁਰਖਰੂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਣਗੇ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਇਹ ਇਕ ਵੱਡੀ ਤਬਦੀਲੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਲਈ ਇਕ ਚੰਗੀ ਤਬਦੀਲੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਕੇਸ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਹੁਣ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਤਿੰਨ ਵੱਖ ਵੱਖ ਚਿੱਠੀਆਂ ਮਿਲਣਗੀਆਂ। ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਰਜ਼ੀ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕਾਲ 'ਤੇ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਵਾਲੇ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਂ ਕਲਾਸਾਂ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਵੀ ਜੁੜੇ ਹੋਰ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਹ ਕਿਵੇਂ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਉਸ ਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਵਧਾਨ ਕਰੀਏ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਸੀਂ ਸਾਰੀਆਂ ਦੂਸਰੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਨੂੰ ਸਾਵਧਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ?

ਅਤੇ ਅਖੀਰ ਵਿੱਚ ਮੈਂ ਇਹ ਯਾਦ ਕਰਾਉਂਦਾ ਹਾਂ ਕਿ ਮੁਢਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦੀ ਅਜੇ ਵੀ ਮਹੱਤਤਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਿੱਖਣ ਦੇ ਸਮੂਹ (ਲਰਨਿੰਗ ਗਰੁੱਪ) ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ, ਹਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ, ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਸਮੇਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ, ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਣਾ, ਆਪਣੇ ਚਿਹਰਿਆਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਨਾ ਲਾਉਣਾ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਨੂੰ ਚੈੱਕ ਕਰਨਾ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਬੀਮਾਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਸ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਸਕੂਲ ਨਾ ਭੇਜੋ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਾਲਗ ਹੋ ਅਤੇ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਦੇ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸਕੂਲ ਨਾ ਆਉ। ਆਪਣੇ ਸਿੱਖਣ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹ (ਲਰਨਿੰਗ ਗਰੁੱਪ) ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਣ ਸਮੇਂ,

ਹਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ 'ਤੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੋ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਕਿਤੇ ਆ ਜਾ ਰਹੇ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੋ, ਗਾਈਡਲਾਈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਸ਼ਰਤ ਰੱਖੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਉਪਾਅ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਕੋਈ ਵੀ ਇਕ ਉਪਾਅ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਇਕੱਲਾ ਕੋਵਿਡ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਗੱਲਾਂ ਬਾਰੇ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦੇ ਨੋਟਿਸਾਂ (ਨੋਟਿਸ ਆਫ ਐਕਸਪੋਜ਼ਰਜ਼) ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਉ।

ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਉ ਅਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਓ, ਛੁੱਟੀਆਂ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਦੋ ਹਫਤੇ ਬਾਕੀ ਹਨ।

ਹਾਇਚਕੇ। ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਓ।