

3 মার্চ 2020

প্রিয় পরিবারগণ:

এই সময়টি হল স্কুল ডিস্ট্রিক্ট ও ক্যাপিটাল অঞ্চলের কমিউনিটির জন্য একটি কঠিন ফ্লুয়ের মরশুম। আমি আপনাদের এই চিঠি লিখছি এটি জানাতে যে, আমরা সিটি স্কুল ডিস্ট্রিক্ট অফ অ্যালবানি-তে পদক্ষেপ নিয়ে থাকি যাতে স্বাস্থ্যকর পরিবেশ প্রদান করা যায় সমস্ত শিক্ষার্থী ও কর্মীদের জন্য, এবং এছাড়াও আপনাদের নিশ্চিত করতে চাই যে আমরা COVID-19 বা সাধারণত যাকে করোনা-ভাইরাস নামে অভিহিত করা হয়, সেই বিষয়টি গভীরভাবে নিরীক্ষণ করছি।

স্বাস্থ্য সংক্রান্ত বিষয়ে আমরা সাধারণত যা করে থাকি, সেটি হল, আমরা ইউ. এস. সেন্টার ফর ডিজিজ কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন, নিউ ইয়র্ক এবং অ্যালবানি কাউন্টি ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ, এবং নিউ ইয়র্ক স্টেট এডুকেশন ডিপার্টমেন্ট-এর নির্দেশিকা মেনে চলছি। আমাদের স্কুল ডিস্ট্রিক্টে কোনো COVID-19 -এ আক্রান্ত রোগীর কথা জানানো হয় নি এবং 2রা মার্চ রিপোর্টে যাবলা হয়েছিল, সেটি হল, নিউ ইয়র্কে মাত্র একজন COVID-19 -এ আক্রান্তকে পাওয়া গিয়েছিল।

এই ফ্লু-এর মরশুম জুড়ে আমরা যে যে পদক্ষেপ গ্রহণ করেছি, তাতে অন্তর্ভুক্ত আছে, স্পর্শের তলগুলিকে জীবাণুমুক্ত করা যেমন দরজার হ্যান্ডেল, রেলিং, ডেস্কটপ, পানির ফাউন্টেন এবং অন্যান্য তলগুলি। আমরা এই প্রক্রিয়া চালিয়ে যাবো, এবং আমরা আপনাদের পরামর্শ দেবো যে বাসাতেও আপনারা আমাদের এই প্রক্রিয়া চালিয়ে যাবেন।

আমরা এছাড়াও আপনারা বাসাতে যে পদক্ষেপগুলি নিতে পারবেন সেই বিষয়ে তথ্য দেব, যাতে আপনারা বিভিন্ন প্রকার রোগের ছড়িয়ে পড়া রোধ করতে সাহায্য করতে পারেন, যাতে অন্তর্ভুক্ত হবে ফ্লু এবং COVID-19, এবং তা ছাড়াও আপনারা এগুলি করে পরিবারকে সুস্থ রাখতে পারবেন।

- ঘন ঘন আপনার হাত সাবান ও পানি দিয়ে ধুয়ে নিন অন্তত 20 সেকেন্ড। যদি সাবান এবং পানি লভ্য না থাকে তবে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ব্যবহার করুন। আমরা আমাদের বিল্ডিং প্রিন্সিপালকে, প্রতিদিন সমস্ত শিক্ষার্থীদের কাছে লাঞ্চার আগে তাদের হাত ধোওয়ার সুযোগ যাতে করা যায় সেটি নিশ্চিত করতে বলেছি এবং পরবর্তী কয়েক সপ্তাহে আমরা প্রতিটি স্কুলের যেখানে সবচেয়ে বেশি লোকজন যাতায়াত করে সেই স্থানে হ্যান্ড স্যানিটাইজার ডিসপেন্সার লাগাতে চলেছি।
- ফ্লুয়ের লক্ষণ ও উপসর্গগুলি জেনে নিন – স্নর্ক, কাশি, গলা ব্যথা, নাক দিয়ে পানি পড়া বা নাক বন্ধ হয়ে যাওয়া, শরীরে ব্যথা, মাথা ব্যথা এবং অতিরিক্ত দুর্বল অনুভব করা। কয়েক জনের এমনকি বমিভাব বা বমি হতে পারে।
(পরবর্তী পৃষ্ঠায়)

লক্ষ্যের বিবৃতি

সিটি স্কুল ডিস্ট্রিক্ট অফ অ্যালবানি হয়ে উঠবে উৎকর্ষের ডিস্ট্রিক্ট, যেখানে থাকবে যন্ত্রের সম্পর্ক এবং দারুণ শিক্ষার অভিজ্ঞতা যা সব শিক্ষার্থীদের প্রদান করবে সমান সুযোগ যাতে তারা তাদের ক্ষমতার বিকাশ ঘটতে পারে।

উদ্দেশ্যের বিবৃতি

আমরা আমাদের বৈচিত্র্যময় কমিউনিটির সাথে কাজ করব, যাতে প্রতিটি শিক্ষার্থীকে জড়িত করা যায় একটি দৃঢ় প্রোগ্রামে যা তৈরি করা হয়েছে সাফল্যের জন্য প্রয়োজনীয় গুণ এবং দক্ষতা প্রদান করতে।

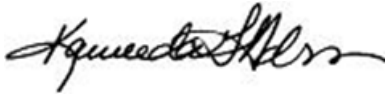
- যদি আপনি বা আপনার পরিবারের কোনো সদস্য এই উপসর্গের একটিও প্রদর্শন করেন, বিশেষ করে নিঃশ্বাস-প্রশ্বাস জনিত উপসর্গের, তবে আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদান করার সাথে কথা বলুন।
- আপনার সন্তানদের শেখান, তাদের মুখ টিস্যু দিয়ে চাপা দিয়ে অথবা তাদের কনুই বা বাহু দিয়ে ঢেকে যেন কাশে বা হাঁচে, তাদের হাত যেন ব্যবহার না করে।
- ফ্লু-এর উপসর্গ আছে এমন অসুস্থ শিশুদের বাসাতে রাখুন, এবং জ্বর কমে গেলেও, জ্বর কমার ওষুধ না খাইয়ে 24 ঘন্টার জন্য বাসাতে রাখুন।
- আপনার সন্তানদের শেখান তাদের টুথব্রাশ, পানীয়, খাবার অথবা খাবারের বাসন যেন অন্যকারের সাথে শেয়ার না করে।
- যদি আপনার সন্তানের কোনো দীর্ঘকালীন স্বাস্থ্যের সমস্যা হয় এবং ফ্লুয়ের মতো কোনো উপসর্গ প্রদর্শন করে, তবে অবিলম্বে আপনার স্বাস্থ্য পরিচর্যা প্রদানকারীর সাথে যোগাযোগ করুন।

আমরা এই অতিরিক্ত সাহায্যকারী রিসোর্সগুলি অন্তর্ভুক্ত করেছি নিচে, এবং আপনি আমাদের [স্বাস্থ্য পরিষেবা বিভাগ](#) দেখতে পারবেন এখানে albanschools.org/healthservices।

- ইউ. এস. সেন্টারস ফর ডিজিজ কন্ট্রোল – <https://www.cdc.gov/flu/prevent/index.html>
 - ফ্লু: বাবা-মা -দের জন্য নির্দেশিকা – bit.ly/familyfluguide
 - CDC ইন অ্যাকশন: COVID-19-এর সম্ভাব্য ছড়িয়ে পড়ার জন্য কমিউনিটিগুলিকে তৈরি করা – <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/preparing-communities.html>
- নিউ ইয়র্ক স্টেট ডিপার্টমেন্ট অফ হেল্থ – <https://www.health.ny.gov/>
- নিউ ইয়র্ক স্টেট নভেল করোনাভাইরাস হটলাইন – 888-364-3065

আমাদের সব শিক্ষার্থীদের স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তা আমাদের শীর্ষ অগ্রাধিকার। আমাদের স্বাস্থ্য পরিষেবা কর্মীরা একসাথে কাজ করবে দেশের এবং রাজ্যের স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে যাতে ফ্লু-এর অবস্থা নিরীক্ষণ করা যায় এবং COVID-19 সম্পর্কে আপডেট দেওয়া যায়। অনুগ্রহ করে আপনার স্কুল প্রিন্সিপাল বা নার্সের সাথে কথা বলুন যদি আপনার অতিরিক্ত প্রশ্ন থাকে।

ধন্যবাদান্তে ইতি,



কাউইডা জি. অ্যাডামস
সুপারিন্টেন্ডেন্ট অফ স্কুলস