

यस कागजातमा आगामी शैक्षिक सत्रको बारेमा तपाईंका केही प्रश्नहरूको जवाफ दिन मद्दत गर्ने जानकारी समावेश गरिएको छ। शिक्षा एजेन्सी र भर्मोन्ट स्वास्थ्य विभागले COVID-19 महामारीको अवधिमा 2020 को शरद याममा पुनः स्कूल कार्यक्रमहरू खोल्ने सम्बन्धी निर्देशन जारी गरे। यी निर्देशहरूले विद्यालय कार्यक्रमहरूलाई तपाईंका **बच्चाहरूलाई हुकिन, सिक्न र खेलनका लागि खुला, सुरक्षित, स्वस्थ र रमाइलो स्थल उपलब्ध गराउनमा सहायता गर्दछन्।** अभिभावकहरूका लागि जानकारी स्वास्थ्य विभागको [वेबसाइट](#) मा प्राप्त गर्न सकिन्छ।

स्कूलहरू खोल्नु किन महत्त्वपूर्ण छ

भर्मोन्टका स्वास्थ्य तथा शिक्षा सम्बन्धी विशेषज्ञहरू के कुरामा सहमत छन् भने बालबालिका र युवाहरूले आफ्नो शिक्षालाई जारी राख्नुपर्दछ र त्यसको लागि स्कूल नै सुरक्षित स्थान हो। भर्मोन्टका स्कूलहरूले बालबालिकाको शैक्षिक, सामाजिक, भावनात्मक र विकास सम्बन्धी आवश्यकताहरू पूर्ति गर्नमा टेवा प्रदान गर्दछन्। केही परिवारहरूको हकमा स्कूल नै त्यस्तो ठाउँ हुन्छ जहाँ बच्चाहरूले स्वस्थ खाना, इन्टरनेटमा पहुँच र मानसिक स्वास्थ्य सेवाहरू पाउँछन् जुन अनलाइन शिक्षामा प्रदान गर्न सकिँदैन।

भर्मोन्टमा स्कूलहरू खोल्न किन सुरक्षित छ

भर्मोन्टका स्वास्थ्य आयुक्त, मार्क लेभिन (Mark Levine), MD ले यो विश्वास गर्दछन्: "हामी यस भाइरस प्रतिको हाम्रो प्रतिक्रियाको त्यो बिन्दुमा आइपुगेका छौं जहाँ हामी हाम्रा बच्चाहरूलाई स्कूलमा फर्काउन सक्छौं - होसियारीपूर्वक विचार गरिएको, मापन गरिएको र सुरक्षित तरिकाले।" COVID-19 को अध्ययन गरिरहेका अनुसन्धानकर्ताहरूले भर्मोन्टमा सुरक्षित ढङ्गले विद्यालयहरू पुनः खुलाउनका लागि पर्याप्त [डाटा](#) सङ्कलन गरेका छन्।

- प्रान्तले समयको दौरानमा शिक्षा, परीक्षण र पोजिटिभ नतिजा आउँदा [कन्ट्याक्ट ट्रेसिङ](#) (सङ्क्रमितको सम्पर्कमा आएका व्यक्तिको खोजी) द्वारा COVID-19 को फैलावटलाई नियन्त्रण गरेको छ।
- ["एक मजबुत र स्वस्थ सुरुवात, विद्यालयहरू पुनः खोल्न सुरक्षा र स्वास्थ्य"](#) ले स्कूलहरूलाई पुनः खोल्नु अघि सुरक्षा उपायहरू कसरी अपनाउने भन्ने बारेमा जानकारी प्रदान गर्दछ।
- बाल स्याहार केन्द्र र शिविरहरू महामारी अवधि भर खुला छन् र तिनीहरूको अनुभवले बालबालिका र कर्मचारी दुवैलाई सुरक्षित राख्नमा [सफलता](#) देखाएको छ।

बालबालिका र कोरोनाभाइरसको बारेमा हामीलाई के थाहा छ

- विश्वभरिको अनुसन्धानले निरन्तर रूपमा के पत्ता लगाएको छ भने कलिला बालबालिकाले एक-अर्कामा वा वयस्कहरूमा भाइरस फैलाउने सम्भावना कम हुन्छ। प्रायः वयस्कहरूले नै यो भाइरस बच्चाहरूमा सार्दछन्।
- भर्मोन्टमा देखिए जस्तै, COVID-19 सङ्क्रमितको संख्या कम भएका देशहरूमा प्रकोप बिना नै सफलतापूर्वक स्कूल खुलिसकेका छन्।

तपाईं परिवर्तनको लागि आफ्नो बच्चालाई कसरी तयार गर्न सक्नुहुन्छ

- उनीहरूसँग उनीहरूले यस वर्ष स्कूलमा के-के परिवर्तन हुने अपेक्षा गर्न सक्छन् भन्ने बारेमा कुरा गर्नुहोस्।
 - स्कूल नर्स र COVID-19 संयोजकहरू लगायत स्कूलका अगुवाहरूले उनीहरूका आफ्ना विशेष स्कूलहरू कसरी सेट अप गरिनेछ र विद्यार्थीहरूका लागि के नियमहरू लागू हुनेछ भन्ने बारेमा सञ्चार गरिरहेका छन्। तपाईंको बच्चाको उमेरका आधारमा यो फरक देखिन सक्छ।

- तपाईंको बच्चाको सामाजिक र भावनात्मक भलाइका बारेमा सावधान हुनुहोस् र उनीहरूलाई कस्तो महसुस भइरहेछ भनेर सोध्नुहोस् । CDC ले यी विषयमा सबै उमेरका बालबालिकासँग कसरी [कुराकानी](#) गर्ने भन्ने विचारहरू प्रदान गर्दछ ।

यस शर्त याममा परिवर्तन हुने कुराहरू

परिवर्तन	विवरण
प्रिस्क्रिनिङ (पूर्वपरीक्षण)	विद्यार्थीहरूलाई स्कूल सुरु हुनुभन्दा पहिले दिनहुँ उनीहरूको स्वास्थ्य सम्बन्धी प्रश्नहरू सोधिनेछ र उनीहरूको तापक्रम जाँच गरिने छ । लक्षण र/वा ज्वरो देखिएका जो कोही विद्यार्थीलाई घर फर्काइनेछ । यसले स्कूलमा बिमारी फैलिन सीमित गराउन मद्दत गर्दछ ।
बसमा सिटको व्यवस्था	शारीरिक दूरी कायम गर्न बसको सिट व्यवस्थापनमा परिवर्तन हुनेछ। विद्यार्थीहरूलाई निश्चित सिट तोक्न सकिनेछ र हावा आवतजावत हुन दिनका लागि झ्याल खुल्ला रहनेछ ।
मास्क लगाउन नमिल्ने कुनै मेडिकल वा विकासात्मक कारण भएको अवस्थामा बाहेक मास्क लगाउनुपर्नेछ	मास्कले कुनै पनि व्यक्तिको मुख वा नाकबाट हावामा फैलिन सक्ने थुक/पानीका कणहरूको संख्या घटाउँछ । भाइरस तिनै थोपाहरूमा हुन्छन् ।
डेस्कहरू टाढा-टाढा राखेर सबैलाई एकै तिर फर्किने गरी बस्ने व्यवस्था मिलाएर कक्षाकोठामा भौतिक दूरी कायम गरिनेछ	COVID-19 निम्त्याउने भाइरस मानिसहरू नजिकै हुँदा अझ सजिलै फैलिन सक्छ । कण-कणमा फैलिने भाइरससँग सम्पर्कको संभावना कम गर्न विद्यार्थीहरू टाढा-टाढा बस्छन् र एकै दिशातिर फर्किन्छन् ।
बारम्बार हात धुने वा ह्याण्ड सेनिटाइजर प्रयोग गर्ने अवसरहरू	विद्यार्थी र कर्मचारीले भाइरस नदिनका लागि कीटाणुहरू हटाउन बारम्बार आफ्नो हात धुनेछन् ।
विद्यार्थीहरूलाई स्कूलमा हुँदा कोहर्ट वा पड (समूह) मा बाँडिनेछन् र सँगसँगै हिँड्नेछन्	विद्यार्थीलाई निरन्तर रूपमा एकै समूहमा समूहबद्ध गर्नाले सम्पर्कको संख्या सीमित गर्दछ र फैलावट कम गर्दछ । यदि कसैमा COVID-19 सङ्क्रमणको पुष्टि भयो भने, सङ्क्रमितसँग कुन-कुन विद्यार्थी र कर्मचारीहरू सँगै थिए भन्ने कुरा स्कूलले थाहा पाउनेछ । यसले कन्ट्याक्ट ट्रेसिङमा मद्दत गर्दछ ।
वयस्कहरूले बारम्बार स्कूलको सरसफाइ र कीटाणुशोधन गरिरहनेछन्	सतहहरू सफा र कीटाणुशोधन गर्दा किटाणुहरू हटाउनेछ जसले गर्दा मानिसहरूले कोठामा रहेका चीजहरू छुँदा भाइरस फैलिन नदिन मद्दत गर्दछ ।

COVID-19 का लक्षणहरू देखिएका विद्यार्थी र कर्मचारीलाई घरै बस्न भनिनेछ	बिरामी मानिसहरूलाई घरैमा राख्नाले स्कूल समुदायमा सबै कीटाणुहरू फैलिनमा कम गर्न मद्दत गर्दछ ।
स्कूल समुदायमा COVID-19 को सङ्क्रमण देखिएमा योजना र प्रोटोकलहरूको पालना गरिनेछ	यदि COVID-19 सङ्क्रमण देखियो भने, स्कूल समुदाय र परिवारहरूले जनस्वास्थ्य पेशाकर्मीहरूबाट के अपेक्षा गर्ने भन्ने थाहा पाउनेछन् ।
बाहिरी समय - यदि भवन बाहिर हुँदा सधैं भौतिक दूरी कायम गर्न सकिँदैन भने कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले मास्क लगाउनुपर्नेछ ।	मास्क र भौतिक दूरीले मानिसहरू बीच भाइरस फैलिन सक्ने सम्भावनालाई कम गर्दछ ।

स्कूलमा COVID-19 सङ्क्रमण छ भने के हुनेछ

हाल भर्मोन्टमा COVID-19 सङ्क्रमण पुष्टि भएका व्यक्तिहरूको संख्या कम छ र स्कूलहरूले कर्मचारी र विद्यार्थीहरूका लागि सुरक्षित स्थान बनाउन कडा मेहनत गरिरहेका छन् । यद्यपि, हामीले कोही COVID-19 सङ्क्रमण पुष्टि हुने सम्भावना वा स्कूल सेटिङसँग सम्बन्धित हुन सक्ने सानो संख्यालाई पनि मध्यनजर गरी योजना बनाउनु आवश्यक हुन्छ । कर्मचारी र बालबालिकालाई बचाउन अपनाउन सकिने धेरै उपायहरू छन्, जस्तै:

- COVID-19 सङ्क्रमण पुष्टि भएका व्यक्ति स्कूल नआई घरमै बस्छन् अरुदेखि [आइसोलेट](#) गर्न निर्देशन दिइनेछ ।
- कक्षा कोठा वा स्कूल नै बन्द गर्नुपर्ने या नपर्ने भन्ने लगायत अधिल्ला चरणहरू निर्धारण गर्नको लागि स्कूल प्रशासन र स्वास्थ्य विभागले सहकार्य गर्दछन् ।
- स्कूल प्रशासनले अवस्थाको बारेमा परिवारहरूसँग सञ्चार/सम्पर्क गर्दछ ।
- कक्षाकोठाको सरसफाइ र कीटाणुशोधन गरिनेछ ।
- स्वास्थ्य विभागले [कन्ट्याक्ट ट्रेसिङ](#) गर्नेछ र [निकट सम्पर्कमा](#) आएका व्यक्तिहरूसँग कुरा गर्नेछ, जसमा सङ्क्रमित व्यक्ति सङ्क्रामक रहेको अवस्थामा 15 मिनेट वा बढी समयसम्म सङ्क्रमितको 6 फिटभन्दा नजिकको दूरीमा रहेका मानिसहरू पर्दछन् ।
- निकट सम्पर्कमा आएका भनी पहिचान गरिएका विद्यार्थी र कर्मचारीहरूलाई क्वारेन्टाइन वा आइसोलेसनमा बस्न निर्देशन दिइनेछ ।
- उक्त विद्यार्थी वा कर्मचारी स्कूलमा कहिले फर्कन सक्छन् भन्ने बारेमा स्कूल नर्स, निजका स्वास्थ्य सेवा प्रदायक र परिवारसँगको परामर्शमा निर्णय गरिनेछ ।

यी प्रमाणित जनस्वास्थ्य विधिहरू हुन् जसले अस्थायी रूपमा दूर शिक्षणमा जानुपर्ने बाध्यतालाई रोक्न सक्छ ।

This document contains information to help answer some of your questions about the upcoming school year. The Agency of Education and the Vermont Department of Health released guidance for school programs to re-open in the Fall of 2020 during the COVID-19 pandemic. The guidelines support school programs to stay open and **provide a safe, healthy, and fun place for your children to grow, learn, and play**. Information for parents can be found at the Health Department's [website](#).

Why it is important for school to open

Vermont's health and education experts agree that children and youth need to continue learning, and that school is the safest place for that to happen. Schools in Vermont support the academic, social, emotional, and developmental needs of children. For some families, school is where kids get healthy meals, access to the internet, and mental health services that cannot be provided with online learning.

Why it is safe to open schools in Vermont

Vermont's Health Commissioner, Mark Levine, MD, believes: "we've come to a point in our response to this virus that allows us to bring our children back to school – in a carefully considered, measured, and safe way." Researchers studying COVID-19 have gathered enough [data](#) to support the safe re-opening of schools in Vermont because:

- The state has controlled the spread of COVID-19 over time by educating, testing, and [contact tracing](#) when there is a positive case.
- "[A Strong and Healthy Start Safety and Health for Reopening Schools](#)" informs schools on how to put safety measures in place before re-opening.
- Child care centers and camps have been open throughout the pandemic and their experience has shown [success](#) in keeping both children and staff safe.

What we know about children and coronavirus

- Research from around the world has consistently found that younger children are less likely to spread the virus to each other or to adults. Most often adults spread this virus to children.
- Countries that have low number of people with COVID-19, like what is seen in Vermont, have successfully opened schools without outbreaks.

How you can prepare your child for the changes

- Talk with them about changes they can expect to see at school this year.
 - School leaders, including school nurses and COVID-19 coordinators, are communicating about how their specific schools are set up and what the rules will be for students. This may look different depending on the age of your child.
- Be mindful of your child's social and emotional wellbeing and ask about how they are feeling. The CDC offers ideas on how to have these [conversations](#) with children of all ages.

Things that will be different this fall

Change	Details
Prescreening	Students will be asked questions about their health every day before school and will have their temperature checked. Anyone with symptoms and/or fever will go home. This helps to limit the spread of illness in the school.
Bus seating	Seating on the bus will be different to accommodate physical distancing. Students may have assigned seats and the windows will be open to allow ventilation.
Masks will be worn unless there is a medical or developmental reason why a mask cannot be worn	Masks reduce the number of droplets that can spread from a person's mouth or nose into the air. The virus is found in those droplets.
Physical distancing in the classroom with desks spaced apart and all facing in the same direction	The virus that causes COVID-19 can more easily spread when people are closer together. Students sit at a distance and face the same direction to lower the chance of contact with the virus in droplets.
Frequent opportunities to wash hands or use hand sanitizer	Students and staff will clean their hands frequently to remove germs to stop the spread of the virus.
Students are grouped into a cohort or pod and travel together while at school	Consistently grouping students limits the number of contacts and reduces spread. If somebody tests positive for COVID-19, the school will know which students and staff were together. This will help with contact tracing.
Adults will be cleaning and disinfecting the school frequently	Cleaning and disinfecting surfaces will remove germs to help stop the virus from spreading when people touch things in a room.
Students and staff with symptoms of COVID-19 will be asked to stay home	Keeping sick people home will help reduce the spread of all germs in the school community.
Plans and protocols will be followed when there are cases of COVID-19 in the school community	If there is a case of COVID-19, the school community and families will know what to expect from public health professionals.
Outside time – staff and students are required to wear masks while outside of the building if physical distancing cannot always be maintained.	Masks and physical distancing lower the chances that the virus can spread between people.

What will happen if there is a case of COVID-19 in school

Currently Vermont has a low number of people who have tested positive for COVID-19 and the schools are working hard to make safe spaces for the staff and students. However, we still need to plan for the possibility of someone testing positive for COVID-19, or a small number of cases that may be linked to the school setting. There are many tools that can be used to protect the staff and children, such as:

- The person diagnosed with COVID-19 stays home from school and is instructed to [isolate](#) from others.
- The school administration and the Health Department works together to determine next steps, including if classrooms or the school needs to be closed.
- School administration communicates with families regarding the situation.
- Classrooms are cleaned and disinfected.
- The Health Department conducts [contact tracing](#) and talks with [close contacts](#), which includes people who were within 6 feet of the infected person for 15 or more minutes while they were infectious.
- Students and staff who are determined to be close contacts are given instructions to quarantine or isolate.
- Decisions about when a student or staff can return to school will be made with the school nurse, the person's health care provider, and the family.

These are proven public health methods that can prevent the need to temporarily move to remote instruction.

English