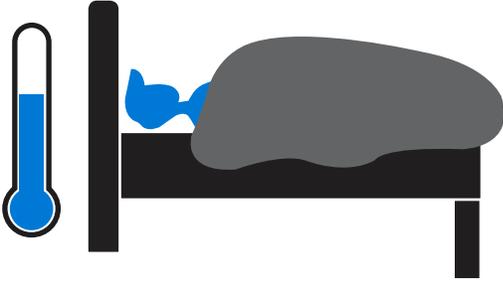


COVID-19 کے دوران والدین/سرپرستوں کے لئے چائلڈ کیئر اور سمر کیمپ کی ہدایات

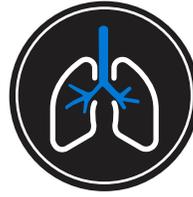
URDU

COVID-19 کے پھیلاؤ کو کم کرنے اور چائلڈ کیئر کے عملے، بچوں اور خاندانوں کو محفوظ رکھنے میں مدد کرنے کے لئے آسٹن پبلک ہیلتھ (اے پی ایچ) کی مندرجہ ذیل سفارشات ہیں۔

جو بچے بیمار ہیں انہیں گھر پر ہی رہنا چاہئے۔



کسی چائلڈ کیئر سینٹر میں جانے سے پہلے، اپنے اور اپنے بچے کی بخار، کھانسی، سر درد، سانس کی قلت، سانس لینے میں دشواری، گلے کی خرابی، بو یا ذائقہ میں کمی، اسہال، سردی، یا پٹھوں میں درد جیسی علامات کی جانچ کر لیں۔



بچے کو چھوڑنے اور لے کر جانے کے وقت والدین اور سرپرستوں کو چاہئے کہ وہ چہرے کو ڈھانپیں اور دوسروں سے 6 فٹ کی دوری بنائے رکھیں۔



آپ کے چائلڈ کیئر فراہم کنندہ کی جانب سے بتائے جانے والے ڈراپ آف کے طریقہ کار پر عمل کریں۔



والدین اور سرپرستوں کے لئے سفارشات:

- اپنے بچے کو چھوڑنے کے بعد ہاتھ دھوئیں یا جراثیم سے پاک کریں۔
- اگر آپ کے معذور بچے ہیں، تو اپنے چائلڈ کیئر فراہم کنندہ سے بات کریں اور جانیں کہ آپ کے بچوں کو کس طرح وہ مدد ملنا جاری رہ سکتی ہے جس کی انہیں ضرورت ہے۔
- COVID-19 میں مبتلا بچے سے 65 سال یا اس سے زیادہ عمر کے افراد کے لئے خطرہ سے آگاہ رہیں، اگرچہ کہ اس میں وائرس کی کوئی علامت نظر نہ آتی ہو۔

- 6 سے زائد سال کی عمر کے بچوں کو چہرے ڈھانپنے چاہئے۔
- 2 سال سے کم عمر کے بچوں کو چہرے نہیں ڈھانپنے چاہئے۔
- بچوں کو چاہئے کہ وہ گھر سے نکلنے سے پہلے، چائلڈ کیئر پروگرام میں وقت گزارنے کے دوران، اور جیسے ہی وہ گھر واپس لوٹتے ہیں، اپنے ہاتھ دھوئیں۔
- اس بارے میں غور کریں کہ آپ اپنے بچے کے لئے دن بھر کا کھانا اور پینا کس طرح تیار کرتے ہیں۔ بر شام یا دن کے لئے روانہ ہونے سے پہلے دوبارہ استعمال ہونے والی تمام اشیاء کو جراثیم سے پاک کرنے پر غور کریں۔
- ایسے کھلونے لائے سے گریز کریں جنہیں روزانہ صاف نہیں کیا جاسکتا۔

