

যখন ছোটরা এবং তাদের পরিবার স্কুল, কলেজ বা নার্সারিতে ফরোর প্রস্তুতি নিচ্ছে আমরা জানি যে তেঁা মরা অনেকেই উদ্বিগ্ন হয়ে আছোঁ বা কী হবে বা কীভাবে নিরাপদ থাকা যাবে এসব নিয়ে প্রশ্ন জাগছে।

করোনা ভাইরাসের প্রভাবে আমাদের প্রাত্যহিক কাজগুলো এবং স্বাভাবিক জীবন ছড়ে যাওয়াতে গত ছয় মাস আমাদের সবার জন্মই অদ্ভুত আর চ্যালেঞ্জিং গছে। গত মার্চ থেকে তেঁা মাদের অনেকেই স্কুলে যাওনি, আরযদিও শিক্ষকরা, পরিবার বা বন্ধুরা তেঁা মাদেরকে বাসায় থেকে পড়াশোনা সাহায্য করছে, এটা তেঁা মাদের বন্ধুদের আরশিক্ষকদের সাথে শ্রণীকক্ষে শেখার মতো নয়।

হ্যাকনির ছোটরা যা সহনশীলতা দেখিয়েছে তাতে আমরা খুবই মুগ্ধ।

তেঁা মাদের অনলাইন পড়াশোনার ব্যাপারে, লকডাউনের সময়ে তেঁা মরা যসেব কল্পতি উপায়ে একে অন্যের সাথে যোগাযোগ রেখেছোঁ আরতেঁা মাদের অনেকেই যভাবে অবশ্বাস্য উপায়ে তেঁা মাদের কমউনটিকে সাহায্য করছেোঁ, আমরা তা শুনছোঁ।

যে হ্যাকনি তজেস্বতি তেঁা মরা দেখিয়েছোঁ আমরা খুবই গর্বতি! এখন তেঁা মাদের স্কুলে ফরোর সময় হয়ছে।

শিক্ষকরা তেঁা মাদের স্বাগত জানাবার জন্মে অপেক্ষা করছে, এবং কাউন্সলি তাঁদের সাথে নিয়ে কাজ করছে যাতে সবকছু নিরাপদ হয় আরযাতে তেঁা মরা শ্রণীকক্ষে ফরি গয়ে স্বাচ্ছন্দ আরহাসখুশি থাকোঁ।

সবকছু আলাদা হবে – যমেন, কছু পাঠদান হবে আলাদা রকম, তেঁা মাদের হয়তো পড়ানো হবে 'বুদবুদ' এর ভতের আরআলাদা ব্রকে থাকবে, আলাদা শুরু বা শেষ থাকবে।

এটা তেঁা মাদের নিরাপত্তার জন্মে, এবং এটা গুরুত্বপূর্ণ যে তেঁা মরা নতুন নিয়মগুলো শোন আরকরোনা ভাইরাসের বসিতার রোধে যতোটা সম্ভব করোঁ।

আমরা আশা করছি এই গাইডটি তেঁা মাদের কছু প্রশ্নের উত্তর দেবে এবং স্কুলগুলো তেঁা মাদের নিরাপত্তা বা তেঁা মাদের পড়াশোনাকে আগরে অবস্থায় ফরিয়ে আনতে যসেব পদক্ষেপে নিচ্ছে সসেব সম্পর্কে পুনঃনিশ্চয়তা দেবে।

আমরা আশা করছি তেঁা মরা তেঁা মাদের গরমের ছুটির শেষে কয়টা সপ্তাহ উপভোগ করবে!

কী আশা করা যায়

কাউন্সলি আমাদের সবগুলো স্কুল, নার্সারি এবং কলেজের সাথে নবিডিভাবে কাজ করছে যনোঁ ওরা ছাত্রদের, পরিবারগুলোকে আরক্টাফদের নিরাপদে রাখতে পারে, এটাও নিশ্চিতি করতে যে তেঁা মরা যনোঁ তেঁা মাদের স্কুলে ফরোটা উপভোগ করতে পারোঁ।

তেঁা মাদের শিক্ষকদের সর্বোচ্চ অগ্রাধিকার হছে তেঁা মাদের নিরাপত্তা আরকল্যাণ।

যদি তেঁা মাদের কোনরকম উদ্বিগ্ন থাকে, অনুগ্রহ করে তাঁদের সাথে কথা বলোঁ – তাঁরা তেঁা মাদের সাহায্য করবেন এবং এটা নিশ্চিতি করবেন যে তেঁা মরা নিরাপদে আছোঁ।

নতুন শিক্ষাবর্ষে যখন তেঁা মরা স্কুলে বা কলেজে ফরিবে সবই কছুটা আলাদা হবে।

প্রত্যেকেটা স্কুল য়ে পদক্ষেপগুলো নিয়েছে, ওদের আকৃতি, বলিডিং, বা কতোজন ছাত্র আছে তার উপর নিভর করে কছুটা আলাদা হবে, যদিও কছু জনিসি যমেন স্কুলে কীভাবে থাকবে, স্কুল রুটনি এবং ব্রকে বা টয়লেটে হয়তো পরিবর্তি হবে।

তেঁা মাদের স্কুল এসব পরিবর্তন সম্পর্কে তেঁা মাদের জানাবে এবং তেঁা মাদের য়ে কোন প্রশ্নের উত্তর দতিে ওরা সুখি হবে।

বশিষে শিক্ষা প্রয়োজন এমন বাচ্চাদের জন্ম সহায়তা

স্কুলগুলো এডুকশন হলেথ কয়োর প্ল্যান নিয়ে ছাত্রদের বাবা মায়ের সাথে যোগাযোগ করবে এবং তেঁা মাদের ফরোর পরকল্পনাতে তাদের জড়িতি করবে।

যদি তেঁা মাদের কোন প্রশ্ন থাকে তাহলে তেঁা মাদের বাবা মাকে বা দখোশোনাকারীকে SENCO এর সাথে যোগাযোগ করতে বলোঁ।

স্কুলে যাওয়া

তুমি কীভাবে স্কুলে যাবে তা নিয়ে ভাবাটা গুরুত্বপূর্ণ কারণ তোমাকে হয়তো আলাদা কোন ব্যবস্থা নতি হবে।

যদি তোমার যাত্রার ধরণ আলাদা রকমের হয়, স্কুলে যাবার আগে তুমি হয়তো চর্চা করতে চাইবে।

এখানে কিছু টিপস দেওয়া হলো:

- যদি সম্ভব হয় হাঁটো বা সাইকেলে নাও এটা স্বাস্থ্যকর, পরবিশেষে জন্মে ভালো আরিদ্রুতও হবে হয়তো!
- স্কুলে পৌঁছার পরপরই এবং যখন তুমি বাসায় ফিরবে তোমার হাত ধোও বা জীবাণুমুক্ত করো;
- মনে রাখবে যে গণ পরিবহনে জায়গার সীমাবদ্ধতা আছে- যমেন, এখন বাসগুলোতে আগে সচরাচর যা মানুষ নতি তার অর্ধেকে মানুষ নবোর অনুমতি আছে। তোমাদরে স্কুলে সময়মতো পৌঁছানো নিশ্চিত করার জন্মে তোমাদরে হয়তো আগরে চাইতে তাড়াতাড়ি বরিয়ে যতে হবে;
- মনে রাখবে যে গণ পরিবহন ব্যবহার করার সময় তোমাদরে মুখ ঢাকা থাকার দরকার আছে;
- অধিকাংশ প্রাইমারি স্কুলরে এখন স্কুল সড়ক রয়েছে, যার মানে স্কুল শুরু এবং ছুটির সময় বাইরে গাড়িগুলো নিষিদ্ধ;
- অনুগ্রহ করে মনে রাখবে যে সব বাবা মায়েরো বাচ্চাদরে প্রাইমারি স্কুলে ছড়ে দতি আসনে তাঁরা হয়তো স্কুলরে জায়গায় ঢোকোর অনুমতি পাবনে না।

কীভাবে নিজেকে এবং অন্যদের নিরাপদে রাখবে

যেভাবে তুমি নিজেকে এবং পরিবারের অন্য সদস্যদের নিরাপদে রাখতে পারো:

- তোমার স্কুল বা কলেজে উপদশে শূনে, এবং সেভাবে চলো কাউন্সলি তাদের সহায়তা এবং পরামর্শ দিচ্ছে তোমাদরে নিরাপদে রাখবার জন্মে;
- স্বাভাবিকরে চাইতে ঘনঘন তোমাদরে হাত পরিস্কার করা, যখন স্কুলে বা কলেজে আসবে, যখন ব্রকে থেকে ফিরবে এবং খাওয়ার আগে বা পরে-এটা সাবান পানি দিয়ে বা জীবাণুনাশক দিয়ে করা যতে পারে;
- জীবাণুর বস্তির রোধ করা – যদি তুমি কাশি বা হাঁচি দাও তাহলে একটা টিস্যু ব্যবহার করো এবং ‘লুফে নাও, ময়লার ঝুড়িতে ফেলো, মরে ফেলো’;
- ছোঁয়াছুঁয়ি কমিয়ে দেওয়া এবং একে অন্যরে থেকে যতোটা সম্ভব দূরত্ব বজায় রাখা;
- বই বা ষ্টেশনারী আদান প্রদানে সতর্ক হওয়া;
- স্কুল বা কলেজে আসবে না যদি তোমার – তোমার বাসায় অন্য কারো – করোনা ভাইরাসরে লক্ষণগুলো থাকে। Covid-19 এর একবোর সাধারণ লক্ষণগুলো হলো নিম্নরূপ: নতুন করে বরিমহীন কাশি, উচ্চ তাপমাত্রা বা জ্বর (37.8 বা উপরে) এবং স্বাভাবিকি স্বাদ ব গন্ধ হারিয়ে ফেলো বা বদলে যাওয়া;
- NHS টেস্ট এবং ট্রসে পদ্ধতি ব্যবহার করা যতে কসেগুলো চহিনতি করা বা পদক্ষেপে নেওয়া যায়-তার মানে হচ্ছে যদি তোমার লক্ষণগুলো দেখা যায়, তোমাকে টেস্ট করতে হবে (তুমি অনলাইনে নিবন্ধন করতে পারো বা 119 নাম্বারে ফোন করতে পারো) এবং তোমার উর্চা তোমার টেস্টরে ফলাফল তোমার স্কুল বা কলেজে জানানো।