

مرحله ۲، پروتکل‌های بهداشتی

و ایمنی: کی-۱۲ [K-12]

برای والدین

بر اساس راهنمای COVID-19 برای تنظیمات محیط مدارس کی-۱۲ [مقطع کودکتان تا پایان کلاس ۱۲]، همچنین توصیه مرکز کنترل بیماری‌های بی‌سی، وزارت بهداشت، وزارت آموزش و پرورش و ایمنی کار بی‌سی به روز رسانی: ۲۶ اوت، ۲۰۲۰ [معادل ۵ شهریور، ۱۳۹۹]

این راهنما و دستورالعمل توسط طرح بازگشایی بی‌سی اطلاع‌رسانی شده است: [قدم‌های بعدی برای عبور بی‌سی از بیماری جهان‌گیر و مدیریت استراتژی پیش به جلو COVID-19 بی‌سی](#) و در راستای [چک لیست مدیریت حرکت پیش به جلو COVID-19 بی‌سی](#)، اطلاعات و منابع ایمنی کار COVID-19 بی‌سی، همچنین سوالات [متداول در مورد COVID-19](#). به علاوه بر اساس اطلاعاتی که توسط آموزش‌های داخل کلاس که با حضور تعداد معدودی از دانش‌آموزان در ماه ژوئن ۲۰۲۰ از سر گرفته شد، به دست آمده است. این راهنما کلید پیشگیری از ابتلا و شیوه‌های کنترل قابل اجرا و همچنین اقداماتی که در صورت بروز [علائم COVID-19](#) در دانش‌آموزان یا کارکنان باید به کار گرفته شود را مشخص می‌کند. برای اطلاعات به روزرسانی شده در مورد COVID-19، به سایت [مرکز کنترل بیماری‌های بی‌سی \(BCCDC\)](#) مراجعه نمایید.

بر اساس همه‌گیرشناسی [اپیدمیولوژی] فعلی COVID-19 در بی‌سی و این اصل که کودکان، در معرض خطر بسیار کمتری برای ابتلا و انتقال COVID-19 هستند، مدارس کی-۱۲ در بی‌سی می‌تواند برای همه دانش‌آموزان مقاطع ابتدایی و راهنمایی، و بیشتر دانش‌آموزان دوره متوسطه، ضمن حمایت از سلامتی و ایمنی کودکان و کارکنان، آموزش‌های داخل کلاس در محیط مدرسه تشکیل دهند. مدارس اس‌دی ۴۳ [SD43] باید تا حد ممکن بیشتر اقدامات بهداشت عمومی و پیشگیری از ابتلا و کنترل در معرض قرار گرفتن را به نحوی که در این راهنما تعریف شده، اجرا کنند.

کاهش تعداد تعاملات حضوری و از نزدیک، همواره به عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی استراتژی بی‌سی برای جلوگیری از گسترش COVID-19 است. همگروهی یا گروه‌های آموزشی، عبارت است از دسته‌ای از دانش‌آموزان و کارکنان که کل یک ترم آموزشی مدرسه با هم می‌مانند. استفاده از همگروهی در مدارس باعث کاهش چشمگیر تعداد تعاملات فردی می‌شود، در عین حال به اکثر دانش‌آموزان امکان یادگیری به صورت حضوری در محیطی نزدیک-به-عادی را در مدرسه می‌دهد. به عنوان یک اقدام بهداشت عمومی، نگهداشتن دانش‌آموزان در گروه‌های آموزشی به دلیل کاهش انعطاف‌پذیری، ممکن است تأثیراتی در ارائه آموزش داشته باشد.

COVID-19 و کودکان

- نرخ ابتلای کودکان (۰ تا ۱۹ سال) به ویروس COVID-19، بسیار پایین است.
- در بی‌سی، نتیجه تست کمتر از ۱٪ کودکان، COVID-19 مثبت بوده است و براساس آزمایشات سرولوژیکی، حتی تعداد کمتری از آن‌ها مشکوک به ابتلا به این بیماری هستند. اکثر کودکان در معرض خطر بالای ابتلا به COVID-19 نیستند. کودکان زیر ۱۰ سال در مقایسه با کودکان بین ۱۰ تا ۱۹ سال بخش کمتری از کل موارد تأیید شده کودکان را تشکیل داده‌اند.
- بر اساس گزارش‌های منتشر شده تا به امروز، اکثر موارد در کودکان نتیجه انتقال بین افراد خانواده همخانه از طریق انتشار قطرات بدن از یک عضو بزرگسال خانواده که علائم COVID-19 داشته، بوده است. حتی در خوشه‌های خانوادگی، به نظر می‌رسد بزرگسالان عامل اصلی انتقال هستند.
- کودکان زیر یک سال، و آن‌هایی که دارای اختلال سیستم ایمنی بوده و یا از قبل دارای مشکلات ریوی هستند در معرض خطر بیشتری از عوارض شدید بیماری ناشی از COVID-19 هستند (برای جزئیات بیشتر به صفحه [بی‌سی‌دی‌سی \[BCCDC\] در مورد کودکان مبتلا به وضعیت سرکوب ایمنی](#) مراجعه کنید).
 - کودکانی که در معرض خطر بیشتری از عوارض شدید بیماری ناشی از COVID-19 قرار دارند نیز هنوز می‌توانند آموزش به صورت حضوری دریافت کنند. والدین و مراقبین ترغیب می‌شوند برای تعیین سطح ریسک فرزندشان، با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کنند. اطلاعات بیشتر در [اینجا](#) موجود است.
- بروز علائم COVID-19 در کودکان، اگر باشد، معمولاً خفیف‌تر بوده، که اغلب با تب درجه پایین و سرفه خشک همراه است.

COVID-19 و مدارس

- شواهد معدودی دال بر انتقال بیماری تأیید شده در داخل محیط مدرسه وجود دارد. بخشی از آن به علت تعطیلی گسترده مدارس در سراسر جهان در ابتدای شروع بیماری جهان‌گیر برای جلوگیری از گسترش COVID-19 است.
 - در موارد مثبت شده، معمولاً حداقل انتشار فراتر از حالت شاخص وجود داشته است، اگرچه شیوع‌های موارد منزوی شده نیز گزارش شده است.
- به نظر نمی‌رسد که کودکان عامل اصلی انتشار COVID-19 در محیط مدارس یا اجتماعات باشند.
- تعطیلی مدارس و مراکز نگهداری کودک تأثیرات شدید و به طور قابل‌توجهی منفی روی سلامت روان و اقتصادی-اجتماعی کودکان آسیب‌پذیر گذاشته است. این اطلاعات بر اساس بهترین مدارک و شواهدی است که در حال حاضر موجود بوده، و با دسترسی به اطلاعات جدید به روزرسانی خواهد شد.

اقدامات بهداشت عمومی

گردهمایی‌های دسته جمعی

دستور [مقام مسئول بهداشت استانی برای رویدادهای گردهمایی دسته جمعی](#)، گردهمایی بیش از ۵۰ نفر به منظور یک رویداد را منع می‌کند. این دستور برای مدارس صدق نمی‌کند. این برنامه بر رویدادهای یک نوبتی متمرکز بوده، جایی که افراد در آن گردهم آمده و ممکن است که اعمال اقدامات کنترلی دشوار باشد.

موردیابی، رهگیری تماس‌ها و مدیریت شیوع

تست فعال از هر فرد دارای علائم سرماخوردگی، آنفولانزا یا COVID-19، حتی موارد خفیف، به شناسایی زودرس دوره بیماری کمک می‌کند. هنگامی که نتیجه تست COVID-19 فردی مثبت باشد، تلاش‌های قابل‌توجهی انجام می‌شود تا تعیین شود آیا وی بخشی از یک خوشه موارد تأیید شده یا بخشی از شیوع محلی بوده، و این‌که آیا افراد دیگری که در تماس نزدیک با وی هستند در معرض خطر ابتلا هستند یا خیر. نه همه افرادی که با مورد تأیید شده COVID-19 در ارتباط بوده‌اند، به عنوان تماس نزدیک تلقی می‌شوند. بهداشت عمومی تعیین می‌کند که چه کسی تماس نزدیک محسوب می‌شود.

هنگامی که نتیجه تست COVID-19 فردی مثبت باشد، تلاش‌های قابل‌توجهی انجام می‌شود تا تعیین شود آیا وی بخشی از یک خوشه موارد تأیید شده یا بخشی از شیوع محلی بوده است یا خیر. وقتی که یک شیوع در محلی اتفاق بیفتد، اقدامات خاص بهداشت عمومی در آن محل اعمال می‌شود تا از انتقال بیشتر COVID-19 پیشگیری کرده و دیگران را ایمن نگه دارد. اگر بهداشت عمومی مدرسه یک کارمند یا دانش‌آموز را به عنوان مورد مثبت COVID-19 تأیید کند، بهداشت عمومی با همکاری مدیریت مدرسه انجام اقدامات لازم را تعیین می‌کند، از جمله این که آیا کارمند یا دانش‌آموزی که با آن شخص در تماس بوده باشند باید خود را منزوی کنند، و آیا لازم است که کارکنان دیگر و خانواده‌های دانش‌آموزان مطلع شوند.

خود انزویی و قرنطینه

دانش‌آموزان و کارکنان دارای علائم سرماخوردگی، آنفولانزا یا COVID-19 باید در خانه مانده، خود را منزوی کرده و توسط یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی مورد ارزیابی قرار بگیرند. توصیه می‌شود هر کسی که دارای این علائم، حتی خفیف بوده تست شود.

حتی توصیه می‌شود، کسانی که در تماس نزدیک با فردی که بیماری او تأیید شده، بوده‌اند نیز خود را منزوی کنند. کادر بهداشت عمومی، تماس‌های نزدیک با یک مورد تأیید شده را شناسایی کرده و اطلاع‌رسانی می‌کند. واژه قرنطینه معمولاً برای افرادی که از سفر خارج از کشور بازگشته و در معرض خطر انتشار COVID-19 هستند، محفوظ است.

خود انزوایی برای مسافران بین‌المللی که به بی‌سی‌بی باز می‌گردند بر اساس دستورالعمل‌های استانی و فدرال، کلیه دانش‌آموزان/دانشجویان و کارکنانی که به خارج از کانادا سفر کرده‌اند، موظفند به مدت ۱۴ روز خود را منزوی کنند. این شامل دانش‌آموزان از خارج آمده که در مدرسه شرکت می‌کنند نیز می‌شود. اطلاعات بیشتر در اینجا موجود است.

اقدامات محیطی

نظافت و ضدعفونی

نظافت و ضدعفونی منظم اشیاء و سطوح آلوده جهت پیشگیری از انتقال COVID-19 ضروری است. مدارس باید مطابق با سند راهنمای [نظافت و ضدعفونی‌کننده‌های محیطی عمومی بی‌سی‌بی‌دی‌سی](#)، نظافت و ضدعفونی شوند.

که شامل موارد زیر است:

- نظافت و ضدعفونی عمومی محوطه حداقل یکبار در ۲۴ ساعت.
 - نظافت و ضدعفونی سطوحی که زیاد لمس می‌شوند، حداقل دو بار در هر ۲۴ ساعت.
 - نظافت و ضدعفونی سطوحی که به وضوح کثیف است.
 - از مواد شوینده و مواد ضدعفونی‌کننده موجود در بازار استفاده کرده و از دستورالعمل‌های روی برچسب پیروی شود.
 - برای نام‌های تجاری [brand] خاص و محصولات ضدعفونی‌کننده، فهرست [ضدعفونی‌کننده‌های سطوح سخت در برابر ویروس کرونا \(COVID-19\)](#) را از سلامت کانادا [Health Canada] ملاحظه نمایید.
 - لمس متناوب اشیایی که به راحتی تمیز نمی‌شوند را محدود کنید.
 - سطل‌های زباله را روزانه خالی کنید.
 - هنگام تمیز کردن خون یا مایعات بدن دستکش یکبار مصرف بپوشید (به عنوان مثال، آبریزش بینی، استفراغ، مدفوع، ادرار). دست‌ها را قبل و بعد از پوشیدن دستکش بشویید.
- هیچ مدرک و شواهدی دال بر انتقال ویروس COVID-19 از طریق کتاب‌های درسی، کاغذ یا سایر محصولات کاغذی وجود ندارد.

جریان عبور و مرور / موانع فیزیکی

با کاربرد علامت‌های روی کفپوش و پوسترها جریان عبور و مرور در سرتاسر مدرسه هدایت می‌شود. در مکان‌هایی که در مواقع عادی نمی‌توان فاصله‌گذاری فیزیکی را حفظ نمود و جاهایی که شخص با افراد متعددی خارج از همگروهی یا گروه آموزشی در تعامل باشد، ممکن است موانعی نصب شود.

اقدامات اداری و مدیریت

کاهش تعداد تعاملات حضوری و از نزدیکی که یک فرد با افراد مختلف طی روز دارد، به پیشگیری از انتشار COVID-19 کمک می‌کند. این امر می‌تواند در محیط‌های مدرسه کی-۱۲ از طریق دو رویکرد متفاوت اما مکمل انجام شود: همگروهی‌ها و فاصله‌گذاری فیزیکی.

- همگروهی عبارت است از دسته‌ای از دانش‌آموزان و کارکنان که کل یک ترم آموزشی مدرسه با هم می‌مانند.
- فاصله‌گذاری فیزیکی حفظ فاصله‌ی دومتری بین دو یا چند نفر است.

همگروهی‌ها / گروه‌های آموزشی

همگروهی‌ها / گروه‌های آموزشی تعداد تعاملات حضوری و از نزدیکی که یک فرد در مدرسه دارد را بدون نیاز به رعایت مداوم فاصله‌گذاری فیزیکی، کاهش می‌دهد.

- در مدارس ابتدایی و راهنمایی، یک همگروهی می‌تواند حداکثر از ۶۰ نفر تشکیل شود.
- در مقطع متوسطه، یک همگروهی می‌تواند حداکثر از ۱۲۰ نفر تشکیل شود.
- همگروهی‌ها متشکل از دانشجویان و کارمندان هستند.

همگروهی‌ها / گروه‌های آموزشی در مدارس ابتدایی و راهنمایی از تعداد کمتری تشکیل می‌شود، با آگاهی از این اصل که کودکان کم سن‌تر برای رعایت مداوم انجام اقدامات فردی از جمله بهداشت دست‌ها، کاهش تماس فیزیکی، و تشخیص و بیان روان و منسجم علائم بیماری توانایی کمتری دارند. همگروهی‌ها / گروه‌های آموزشی در دبیرستان‌ها از تعداد بالاتری تشکیل می‌شود، چرا که توانایی کودکان در چنین محیط‌هایی برای به حداقل رساندن مداوم تماس فیزیکی، رعایت بهداشت دست‌ها، اطمینان از حفظ فاصله‌گذاری فیزیکی در جایی که ضروری است، و تشخیص و بیان روان و منسجم علائم بیماری، افزایش یافته است.

در گروه آموزشی، به حداقل رساندن تماس فیزیکی ترغیب خواهد شد، اما نیاز به رعایت فاصله‌گذاری فیزیکی دو متری نیست. در گروه‌های آموزشی، هر جا که عملی باشد، چیدمان صندلی‌ها به صورت ثابت [مترجم- به این صورت که هر دانش‌آموز همواره روی یک صندلی ثابت بنشیند] ترغیب می‌شود. در صورت نیاز به ردیابی تماس‌ها، این امر می‌تواند به بهداشت عمومی کمک کند.

تعامل بین همگروهی‌ها / گروه‌های آموزشی

مدارس سعی خواهند نمود تا تعداد بزرگسالان (کارمندان و سایرین) در تعامل با همگروهی‌هایی که عضو آن گروه نیستند را به حداقل برسانند، البته ضمن حمایت از آموزش در یک محیط مثبت، سالم و ایمن و تا حدی که عملی باشد.

در مدارس ابتدایی و راهنمایی، به احتمال شاهد ترتیبات سخت‌گیرانه گروه‌های آموزشی هستیم. در مدارس متوسطه، به دلیل اجرای جدول زمان‌بندی دانش‌آموزان، به احتمال شاهد راهکارهایی هستیم که شامل رعایت فاصله‌گذاری فیزیکی و کاهش تراکم می‌شود.

در اوقات استراحت (به عنوان مثال: زنگ تفریح، ناهار)، دانش‌آموزان ممکن است بخواهند با همسالان خود در همگروهی‌های مختلف معاشرت کنند.

- در مدارس ابتدایی، دانش‌آموزان می‌توانند با همسالان خود در همگروهی‌های مختلف معاشرت کنند. اگر در محیط باز بودند می‌توانند تماس فیزیکی را به حداقل برسانند یا اگر در محیط سرپوشیده بودند می‌توانند فاصله‌گذاری فیزیکی را حفظ کنند.
- در مدارس راهنمایی و متوسطه، دانش‌آموزان می‌توانند در صورت رعایت فاصله‌گذاری فیزیکی با همسالان خود در همگروهی‌های مختلف معاشرت کنند. دانش‌آموزان باید هنگام معاشرت با همسالان خود در همگروهی‌های مختلف، فاصله‌گذاری فیزیکی را حفظ کنند.

گردهمایی‌های مدرسه

گردهمایی‌های مدرسه تا حدی که عملاً ممکن باشد، محدود خواهد بود و به صورت حداقل درون همگروهی اتفاق خواهد افتاد.

فاصله‌گذاری فیزیکی

با توجه به محدودیت‌های فضای فیزیکی، ممکن است در هر زمان خاصی تعداد افراد داخل مدارس متوسطه کاهش یابد، تا در صورت لزوم از حفظ فاصله‌گذاری فیزیکی اطمینان حاصل شود. این امر ممکن است منجر به ترتیبات آموزشی ترکیبی از راه دور/ حضوری شود.

راهکارهایی دیگر

راهکارهای زیر هر جا که در محیط مدرسه کی-۱۲ امکان‌پذیر باشد، به اجرا در خواهد آمد.

- اجتناب از سلام و احوال‌پرسی نزدیک (به عنوان مثال: بغل کردن، دست دادن).
- ترغیب دانش‌آموزان و کارکنان به لمس نکردن صورت‌شان.
- پراکنده کردن افراد تا جایی که امکان‌پذیر باشد.
- ایجاد راهکارهایی که در زمان‌های رساندن و برداشتن کودکان از مدرسه، اوقات ناهار و زنگ تفریح، مانع از ازدحام شود.
- بردن دانش‌آموزان به فضای باز در بیشتر اوقات.
- اطمینان از انجام اقدامات بهداشتی مناسب دست‌ها قبل و بعد از بازی در فضای باز.

- گنجاندن بیشتر فعالیت‌های فردی [مترجم- که ممکن گروهی بوده اما دانش‌آموز به تنهایی فعالیت می‌کند]، یا فعالیت‌هایی که فضای بیشتری را بین دانش‌آموزان و کارمندان ترغیب کند.
 - برای دانش‌آموزان مقطع ابتدایی، تطبیق فعالیت‌های گروهی که تماس فیزیکی و تبادل اشیاء را به حداقل برساند.
 - برای دانش‌آموزان راهنمایی و متوسطه، به حداقل رساندن فعالیت‌های گروهی و اجتناب از فعالیت‌هایی که نیاز به تماس فیزیکی دارد.
- از میان والدین، مراقبین، ارائه‌دهندگان مراقبت‌های بهداشتی، داوطلبان و سایر بزرگسالان غیرکارمند (به عنوان مثال: بازدیدکنندگان) که وارد مدرسه می‌شوند، اولویت دادن به کسانی که فعالیت‌هایی را حمایت می‌کنند که برای آموزش و تندرستی دانش‌آموزان مفیدند (به عنوان مثال، نامزدهای معلمی، ایمن‌سازکننده‌ها، داوطلبان برنامه مواد غذایی و غیره).
 - کلیه بازدیدکنندگان، قبل از ورود باید تأیید کنند که الزامات یک بررسی بهداشت روزانه را تکمیل کرده‌اند.
 - مدارس باید فهرستی از تاریخ، نام و اطلاعات تماس کلیه بازدیدکنندگانی که وارد مدرسه می‌شوند را نگه دارند.
- محدود کردن تعداد بازدیدکنندگان مدرسه.

فعالیت‌های فوق برنامه

فعالیت‌های فوق برنامه از قبیل ورزش، هنر یا باشگاه‌های علاقه خاص می‌تواند برقرار باشد، در صورتی که حفظ فاصله‌گذاری فیزیکی بین اعضای همگروهی‌های مختلف، کاهش تماس فیزیکی و رعایت بهداشت مناسب، انجام شود. اعضای هیئت‌های ورزشی برای هر مرحله از طرح راه‌اندازی مجدد توصیه‌هایی ارائه داده‌اند.

رویدادهای درون مدرسه‌ای از جمله مسابقات رقابتی، مسابقات قهرمانی و جشنواره‌ها در این دوران نباید برگزار شوند. این مورد در اواسط پاییز ۲۰۲۰ دوباره ارزیابی خواهد شد.

خدمات غذایی

مدارس می‌توانند همچنان تهیه و آماده‌سازی غذا را به عنوان بخشی از آموزش قرار داده و خدمات غذایی ارائه دهند، که شامل برنامه‌های فروش و وعده‌های غذایی است.

- اگر غذایی به عنوان بخشی از آموزش تهیه شود و توسط همان دانش‌آموزی (دانش‌آموزانی) که آن را تهیه کرده مصرف شود، لازم نیست که هیچ اقدام اضافی فراتر از آنچه در این سند بیان شده و اقدامات و الزامات معمولی ایمنی مواد غذایی، اعمال شود. (به عنوان مثال، کادر آموزش دیده ایمنی غذا [FOODSAFE]، طرح ایمنی مواد غذایی، و غیره).

- ارائه غذاهای تهیه شده در داخل یا خارج از مدرسه برای مصرف افرادی غیر از کسانی که آن را آماده کرده‌اند (از جمله برای فروش)، با استفاده از [ایمنی کار بی‌سی در رستوران‌ها، کافه‌ها، بارها و کلوپ‌های شبانه: پروتکل‌هایی برای بازگشت به عملیات کاری](#).
- در این دوران، مدارس اجازه نخواهند داد که مواد غذایی خانگی در دسترس سایر دانش‌آموزان قرار گیرد (به عنوان مثال پذیرایی‌های تولد، اقامت فروش پختنی).

مدارس همچنان به تأکید این که نباید مواد غذایی و نوشیدنی‌ها را با یکدیگر سهیم شد، ادامه می‌دهند.

اقدامات شخصی

اگر بیماری در خانه بماند

- دانش‌آموز، کارمند یا سایر افراد مدرسه، که دارای علائم COVID-19 بوده یا در ۱۴ روز گذشته به خارج از کانادا سفر کرده یا مشخص شده که در تماس نزدیک با یک مورد تأیید شده یا شیوع بیماری بوده‌اند باید در خانه بماند و خود را منزوی کند، از جمله فرزندان کارمندان خدمات اساسی.
- دانش‌آموز، کارمند یا سایر افراد مدرسه، که دارای علائم سرماخوردگی، آنفولانزا یا مشابه علائم COVID-19 است، باید توسط یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی ارزیابی شود.
 - اگر یکی از اعضای خانواده دانش‌آموز یا کارمندی علائم سرماخوردگی، آنفولانزا یا مشابه علائم COVID-19 داشته باشد، مشروط بر این‌که دانش‌آموز/کارمند بدون علائم باشد، ممکن است هنوز در مدرسه حاضر شود. انتظار می‌رود که عضو خانواده دارای علائم، پیگیر ارزیابی خود توسط یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی باشد.
 - دانش‌آموزان و کارمندانی که با حساسیت فصلی یا سایر علائم مشابه COVID-19 مواجهند که مربوط به وضعیتی است که از قبل وجود داشته است، هنگام بروز این علائم به حالت عادی، می‌توانند به حضور در مدرسه ادامه دهند. در صورت بروز هرگونه تغییر در آن علائم، باید بخواهند که توسط ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی ارزیابی شوند.
- والدین و مراقبین قبل از فرستادن کودک خود به مدرسه، باید به طور روزانه علائم سرماخوردگی، آنفولانزا، COVID-19 یا سایر بیماری‌های عفونی تنفسی را بررسی کنند.
 - اگر کودکی هرگونه علائم داشته باشد، نباید به مدرسه برود.
- کارکنان و سایر بزرگسالان، پیش از ورود به مدرسه، باید روزانه خود را برای علائم سرماخوردگی، آنفولانزا یا COVID-19 مورد ارزیابی قرار دهند.
 - اگر کارکنان یا بزرگسالان هرگونه علائم داشته باشند، نباید وارد مدرسه شوند.
- کسانی که مطمئن نیستند که آیا ایشان یا دانش‌آموزی باید خود را منزوی کنند یا تست COVID-19 دهد، باید از [ایزار خود-ارزیابی COVID-19 بی‌سی](#) استفاده کنند.
 - همچنین به ایشان توصیه می‌شود با ۸۱۱، پزشک خانواده یا پرستار تأیید شده تماس بگیرند تا برای COVID-19 و سایر بیماری‌های عفونی دستگاه تنفسی ارزیابی شوند.
 - در صورت وجود نگرانی، می‌توان به ایشان توصیه کرد که برای دریافت راهنمایی‌های بیشتر با واحد بهداشت عمومی محلی تماس بگیرند.
- جهت اسکرین دانش‌آموزان یا کارکنان برای علائم بیماری، چک کردن درجه حرارت یا تست COVID-19 مسئول وظیفه‌ای وجود ندارد. این‌گونه فعالیت‌ها برای متخصصان مراقبت‌های بهداشتی محفوظ است.

یک برگه اطلاعاتی در مورد این‌که اگر دانش‌آموز یا کارمندان در مدرسه بیمار شد چه باید کرد، با عنوان ضمیمه ج [C] درج شده است.

بهداشت دست‌ها

شستشوی دقیق دست‌ها با آب و صابون ساده موثرترین روش برای کاهش انتشار بیماری است. هم دانش‌آموزان و هم کارکنان می‌توانند از اشیاء، سطوح، مواد غذایی و سایر افراد میکرووب را گرفته و پخش کنند. همه باید بهداشت دقیق دست‌ها را انجام دهند. والدین و کارکنان می‌توانند شیوه‌های این تمرین را بین دانش‌آموزان آموزش داده و تقویت کنند.

چگونه می‌توان بهداشت دقیق دست‌ها را انجام داد:

- دست‌های خود را با آب و صابون ساده حداقل ۲۰ ثانیه بشویید. برای COVID-19 صابون ضد باکتری لازم نیست.
- دما تأثیر شستشوی دست‌ها با آب و صابون ساده را تغییر نمی‌دهد.
- اگر سینک دستشویی در دسترس نیست (به عنوان مثال: دانش‌آموزان و کارمندان در فضای بیرون هستند)، از محلول پاک‌کننده دست حاوی الکل حداقل ۶۰٪ استفاده کنید.
- اگر کثیفی دست‌ها به وضوح دیده شود، ممکن است محلول پاک‌کننده دست حاوی الکل برای از بین بردن میکرووب‌ها مؤثر نباشد. اگر چرک دست‌ها به وضوح دیده می‌شود ترجیحاً از آب و صابون استفاده شود. اگر در دسترس نبود، ابتدا از یک دستمال دست حاوی الکل و به دنبال آن از محلول پاک‌کننده دست حاوی الکل استفاده کنید.
- برای کسب اطلاعات در مورد نحوه انجام بهداشت دست‌ها، لطفاً به [پوستر شستشوی دست بی‌سی‌دی‌سی](#) مراجعه کنید.

یک برگه اطلاعاتی در مورد این‌که دانش‌آموزان یا کارمندان چه مواقعی باید عمل بهداشت دست‌ها را انجام دهند، با عنوان ضمیمه ب [B] درج شده است.

- در آرنج خمیده یا دستمال کاغذی سرفه یا عطسه کنند. دستمال‌های استفاده شده را دور ریخته و بلافاصله بهداشت دست را انجام دهند.
 - از دست زدن به چشم، بینی یا دهان خود با دست‌های نشسته، خودداری کنند.
 - از سهیم شدن هرگونه مواد غذایی و نوشیدنی و استفاده مشترک از کارد، قاشق و چنگال نشسته، سیگار یا دستگاه‌های دود کردن [vaping] خودداری کنند.
- والدین و کارکنان می‌توانند این شیوه‌ها و تمرین‌ها را به دانش‌آموزان آموزش داده و تقویت کنند.

تجهیزات محافظ شخصی (PPE)

ماسک‌های غیرپزشکی

ماسک غیرپزشکی باید در شرایطی که فرد نتواند فاصله‌گذاری فیزیکی را حفظ کند و در نزدیکی فردی خارج از گروه آموزشی یا خانواده هم‌خانه خود باشد، استفاده شود.

دانش‌آموزان مقطع راهنمایی و متوسطه موظفند در فضاهای پر تردد مانند اتوبوس‌ها و مکان‌های مشترک مانند راهروها، یا هر زمان که خارج از گروه آموزشی خود هستند، جایی که امکان حفظ فاصله‌گذاری فیزیکی وجود ندارد، ماسک‌های غیرپزشکی بپوشند.

به دلیل افزایش احتمال لمس صورت و چشم‌ها، همچنین نیاز به کمک برای گذاشتن و برداشتن صحیح ماسک به و از روی صورت (نیاز به افزایش تماس فردی نزدیک کارکنان مدرسه) برای دانش‌آموزان دبستانی ماسک‌های غیرپزشکی توصیه نمی‌شود.

اگر دانشجویی تحمل ماسک غیرپزشکی را ندارد، نیازی به پوشیدن آن ندارد.

پوشیدن ماسک غیرپزشکی، پوشش صورت یا محافظ صورت در مدارس خارج از موقعیت‌هایی که در بالا ذکر شد یک انتخاب شخصی برای دانش‌آموزان و بزرگسالان است. بسیار مهم است که با افرادی که ماسک می‌زنند، با احترام رفتار شود. حتی در صورت پوشیدن ماسک‌های غیرپزشکی، نباید از دحام جمعیت، گرده‌آبی یا اجتماعات مذهبی در گروه‌های مختلف آموزشی وجود داشته باشند.

پوشیدن ماسک‌های غیرپزشکی در تمام زمان‌های حضور در مدرسه توصیه نمی‌شود زیرا اقدامات چندگانه مؤثرتری در پیشگیری از ابتلا و کنترل در معرض بیماری قرار گرفتن وجود دارد، مانند:

- اطمینان از این‌که دانش‌آموزان و کارکنان هنگام بیماری در خانه مانده و در صورت نیاز خود را در خانه منزوی کنند، از جمله اطمینان از این‌که هر کسی که وارد مدرسه می‌شود، بررسی روزانه بهداشت را انجام دهد؛
 - بالا بردن سطح نظافت و ضدعفونی؛
 - قرار دادن دانش‌آموزان و کارکنان در گروه‌های ثابتی از افراد (گروه‌های آموزشی)؛
 - تطبیق محیط‌های آموزشی برای استفاده حداکثر از فضا؛
 - اطمینان از حفظ فاصله‌گذاری فیزیکی بین گروه‌های آموزشی؛ و
 - بهداشت مکرر دست‌ها
- این اقدامات چندین لایه محافظت ایجاد کرده که خطر انتقال را کاهش می‌دهد.

کارکنان ارائه‌دهنده خدمات مراقبت‌های بهداشتی و سایر ارائه‌دهندگان مراقبت‌های بهداشتی موظفند هنگام کار در نزدیکی دانش‌آموزان، ماسک بپوشند، البته در صورتی که از قبل، فردی از گروه آموزشی دانش‌آموزان نباشند.

والدین و مراقبین کودکانی که به دلیل COVID-19 در معرض خطر بیشتر بیماری شدید قرار دارند، ترغیب می‌شوند برای تعیین سطح ریسک فرزندشان، با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی خود مشورت کنند.

ضمیمه الف [A]: خلاصه اقدامات کنترل کننده مدارس

۴- فاصله‌گذاری فیزیکی و به حداقل رساندن تماس فیزیکی

در صورت امکان دانش‌آموزان و کارکنان را در مکان‌های مختلف پراکنده کنید.

دانش‌آموزان را بیشتر به فضای باز ببرید.

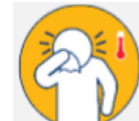
زمان‌های زنگ تفریح و انتقال متناوب. گنجاندن فعالیت‌های فردی.

به دانش‌آموزان یادآور شوید که دست‌هایشان را نزدیک خود نگه دارند.



۱- اگر بیمارید در خانه بمانید

تمام دانش‌آموزان و کارکنان با سرماخوردگی معمولی، آنفلوآنزا، COVID-19، یا هر بیماری تنفسی دیگر باید در خانه مانده و خود را منزوی کنند.



۲- بهداشت دست‌ها

همه باید دست‌های خود را به طور مکرر بشویند! مؤثرترین راه کاهش انتشار بیماری شستن کامل دست‌ها با آب و صابون ساده برای مدت حداقل ۲۰ ثانیه است.



۳- بهداشت شخصی و دستگاه تنفسی

سرفه‌های خود را بپوشانید. صورت خود را لمس نکنید. مواد غذایی، نوشیدنی یا وسایل شخصی را با یکدیگر سهیم نشوید.



۵- نظافت و ضدعفونی

سطوحی که زیاد لمس می‌شوند را حداقل دو بار در ۲۴ ساعت نظافت و ضدعفونی کنید (یک نوبت در طول روز مدرسه).

نظافت عمومی مدرسه حداقل باید یک بار در روز انجام شود.

از محصولات تمیز کننده و ضدعفونی کننده رایج استفاده شود.



ضمیمه ب [B]: زمان‌های الزام به انجام بهداشت دست‌ها در مدرسه

زمان‌هایی که دانش‌آموزان باید بهداشت دست‌ها را انجام دهند:

- هنگام ورود به مدرسه.
- قبل و بعد از اوقات استراحت (به عنوان مثال، زنگ تفریح، وقت ناهار).
- قبل و بعد از خوردن و آشامیدن (به استثنای نوشیدنی‌هایی که روی میز یا در قفسه دانش‌آموز نگهداری می‌شوند).
- قبل و بعد از استفاده از یک فضای آموزشی سرپوشیده که توسط گروه‌های آموزشی متعدد مورد استفاده قرار گرفته می‌شود (به عنوان مثال سالن ورزشی، اتاق موسیقی، آزمایشگاه علوم و غیره).
- بعد از استفاده از توالت.
- بعد از عطسه یا سرفه درون دست‌ها.
- هر وقت دست‌ها به وضوح کثیف هستند.

ضمیمه ج [C]: اگر دانش‌آموزی علائم بیماری داشت، چه کاری باید انجام شود.

اگر دانش‌آموزی علائم بیماری داشت:

والدین یا مراقبین باید دانش‌آموز را در خانه نگه دارند
اگر دانش‌آموز در مدرسه علائمی نشان داد:

کارکنان باید مراحل زیر را انجام دهند:

- ۱- بلافاصله دانش‌آموز دارای علائم را از دیگران جدا کرده و به یک مکان تحت نظارت ببرند.
 - ۲- با والدین یا مراقب دانش‌آموز تماس گرفته تا در اسرع وقت به دنبال وی به مدرسه بیایند.
 - ۳- در صورت امکان، فاصله‌ی ۲ متری از دانش‌آموز بیمار را حفظ نمایید. در صورت عدم امکان، کارکنان باید ماسک غیرپزشکی پوشیده و با صورت خود را بپوشانند البته اگر موجود بوده و بتوانند آن را تحمل کنند، در غیر این صورت برای پوشاندن بینی و دهان خود از یک دستمال کاغذی استفاده کنند.
 - ۴- به دانش‌آموز ماسک غیرپزشکی یا یک دستمال کاغذی داده تا سرفه یا عطسه‌های خود را بپوشاند. بلافاصله دستمال‌های استفاده شده را دور انداخته و بهداشت دست‌ها انجام داده شود.
 - ۵- از تماس با مایعات بدن دانش‌آموز (مانند مخاط، بزاق) اجتناب کنند. اگر تماس داشتند، بهداشت دقیق دست‌ها را انجام دهند.
 - ۶- به محض این که دانش‌آموز را از مدرسه بردند، بهداشت دقیق دست‌ها را انجام دهند.
 - ۷- کارکنان مسئول نظافت مرکز آموزشی باید فضایی که دانش‌آموز در آن به صورت جداگانه مانده بود و مناطقی که اخیراً توسط وی استفاده شده بود را، نظافت و ضدعفونی کنند. (به عنوان مثال، کلاس، دستشویی، مناطق مشترک).
- اگر به والدین یا مراقبین اطلاع دادند که فرزندشان بیمار است، باید در اسرع وقت به دنبال فرزندشان از مدرسه بیایند.
- آستانه گزارش بیماری دانش‌آموزان و یا کارکنان به بهداشت عمومی باید با مشورت با مسئول بهداشت پزشکی مدرسه تعیین شود.
- هر فردی که علائم بیماری را تجربه می‌کند، تا زمانی که توسط یک متخصص مراقبت‌های بهداشتی ارزیابی نشده، مبنی بر این که علائم غیر از COVID-19 یا سایر بیماری‌های عفونی بوده و تا وقتی که علائم ایشان برطرف نشود، نمی‌تواند دوباره به مدرسه بازگردد.

پیوست د [D]: بررسی روزانه سلامت

والدین و مراقبین، لطفاً قبل از آمدن کودکان به مدرسه وقت گذاشته و با وی مرور کنید.

۱- علائم بیماری: آیا کودک شما هر یک از علائم زیر دارد؟

- تب
- لرز
- سرفه یا بدتر شدن سرفه مزمن
- تنگی نفس
- گلودرد
- آبریزش بینی / گرفتگی بینی
- از بین رفتن حس بویایی یا چشایی
- سردرد
- خستگی
- اسهال
- از دست دادن اشتها
- تهوع و استفراغ
- درد عضلانی
- ورم ملتحمه (چشم صورتی)
- سرگیجه
- سردرگمی
- درد شکم
- بثورات پوستی یا تغییر رنگ انگشتان دست یا پا

۲- سفر بین‌المللی: آیا شما یا یکی از اعضای خانواده همخانه‌تان در ۱۴ روز گذشته از سفر به خارج از کانادا بازگشته‌اید؟

۳- تأیید تماس: آیا تأیید شده که شما یا یکی از اعضای خانواده همخانه‌تان، با شخصی که ابتلا به COVID-19 وی تأیید شده، تماس داشته‌اید؟

اگر پاسخ‌تان به هر یک از این سوالات "بله" باشد و علائم آن مربوط به وضعیتی که از قبل وجود داشته نباشد (به عنوان مثال، حساسیت)، فرزند شما نباید به مدرسه بیاید.

اگر هر یک از علائم بیماری در آن‌ها بروز داشت، برای بررسی بیشتر با ارائه‌دهنده مراقبت‌های بهداشتی تماس بگیرید، که شامل شماره ۸۱۱، یا یک ارائه‌دهنده مراقبت‌های اولیه مانند پزشک یا پرستار مورد تأیید، نیز می‌شود.

اگر به سوالات ۲ یا ۳ پاسخ "بله" داده‌اید، از ابزار خود-ارزیابی COVID-19 استفاده کنید تا مشخص شود آیا باید تست COVID-19 بدهید یا خیر.