

ሜይ (May) 12 ቀን 2021

ውድ የተብማን (Tubman) የመጀመሪያ ደረጃ ትምህርት ቤት፡

ይህ ደብዳቤ፣ በሜይ (May) 11 ቀን 2021፣ በተብማን (Tubman) ውስጥ በመጨረሻ የነበረ ግለሰብ፣ የኮሮናቫይረስ (COVID-19) የተገኘበት (positive test) መሆኑ ሪፖርት መደረጉን ለመግለጽ ነው። ግለሰቡ በአሁኑ ጊዜ በካንታራቸው ውስጥ የማይገኝ እና በሕክምና ነፃ መሆኑን እስከሚረጋገጥ አይመለስም። በሽታው መኖሩ (positive case መኖሩ) በታወቀ ጊዜ፣ እና መጠነ-ሰፊ ጥንቃቄ ለመውሰድ ሲባል፣ ክፍሎችን፣ የቢሮ አካባቢዎችን፣ የስብሰባ ክፍሎችን፣ እና ሌሎች የጋራ መጠቀሚያ ቦታዎችን ጨምሮ፣ ህንፃዎቹ የተጻፉ እና ከብክለት ነፃ (disinfected) ተደርገዋል።

በተጨማሪም፣ በአካል ተገኝቶ (in-person) ክፍሎች ጥምረቶች (cohorts) ውስጥ ያሉ ሁሉ ለ10 ቀን ለብቻ-ተገልለው መቆየት (quarantine ማድረግ) ስለላባቸው፣ በክፍል ውስጥ የሚገኙ ተማሪዎች ወደ መኖሪያ ቤት፣ በርቀት (virtual) መማር ለጊዜው አሸጋግረዋል። ሌሎች በህንፃው ውስጥ ያሉ በአካል-ተገኝቶ (in-person) ፕሮግራሞች በሙሉ እንደተለመደው ይቀጥላሉ።

ከግለሰቡ ጋር የቅርብ ግንኙነት (close contact) እንደነበራቸው ያወቅናቸውን ሰዎች ወዲያውኑ ያሳወቅናቸው እና በዲሲ ጤና (DC Health) እና በCDC መመሪያዎች መሠረት፣ መመሪያዎችን ሰጥተናቸዋል። 'የቅርብ ግንኙነት' የሚባለው፣ እንደ፡ (1) COVID-19 ከታየበት ግለሰብ ጋር በግምት በ6-ጨማ (feet) (2 ሜትር) ርቀት ውስጥ፣ ለተራዘሙ-ጊዜያት አብረው ከነበሩ (ለምሳሌ፣ በአንድ ቢሮ ውስጥ ወይም ክፍል ውስጥ በሽታው ካለበት (positive ከሆነ) እና ምልክቶችን ከሚያሳዩው ግለሰብ ጋር ከነበረ) ወይም (2) በCOVID-19 ከታመመው ግለሰብ ከወጣው የተበከለ ፈሳሽ (infectious secretions) ጋር ቀጥተኛ ግንኙነት ከነበረው (ለምሳሌ፣ ካሣለበት)። ማስታወሻ፡ "የቅርብ ግንኙነት (close contact)" ለሚለው አባባል፣ በሽታው ካለበት (positive ከሆነው) ግለሰብ ጋር፣ መስፈርት ቁጥር (1) ወይም (2) ላይ ያሉትን ካላካተተ በስተቀር፣ በአንድ ፎቅ ላይ ወይም በአንድ ህንፃ ውስጥ የነበሩትን ሌሎች ግለሰቦችን በሙሉ የሚያካትት አይደለም።

ሙሉ-ለሙሉ የተከተቡ ሰዎች፣ COVID-19 ካለው ሰው ጋር የቅርብ ግንኙነት ከነበራቸው፣ ምልክቶች እስካልታዩባቸው ድረስ፣ ለብቻ-ተገልለው መቆየት (quarantine ማድረግ) አያስፈልጋቸውም። ማንኛውንም COVID-19ን የሚጠቁም ምልክት የሚያሳዩ ሙሉ-ለሙሉ የተከተቡ ሰዎች፣ እራሳቸውን ማግለል እና ምርመራ እንዲያደርጉ - የጤና እንክብካቤ ሰጪያቸውን ማነጋገር አለባቸው። አንድ ሰው ሙሉ-ለሙሉ ተከትቧል ለማለት የሚቻለው፣ የCOVID-19ን ተከታታይ ክትባት (የባለ '2-dose' ተከታታይ ክትባት ከሆነ፣ ከሁለተኛው ክትባት-በኋላ፣ ወይም ባለ አንድ ክትባት (single-dose) ክትባት ከሆነ ደግሞ ከዚያ ከአንዱ ክትባት በኋላ) ካጠናቀቀ ከ14 ቀን በኋላ ነው።

በአሁኑ ጊዜ ባለው የዲሲ የጤና መመሪያ (DC Health guidance) መሠረት፣ የመጋለጥ ሁኔታ ሊኖር ይችላል በሚል ምክንያት፣ ምርመራ ማድረግ እና የውዴታ ለብቻ ተገልጦ መቆየት (voluntary quarantine) ውስጥ ማለፍ አያስፈልጋችሁም። ሆኖም ግን፣ ለማንኛውም የCOVID-19 ምልክቶች፣ እንደ ትኩሳት፣ ሣል፣ እና ትንፋሽ ማጠር ያሉ ምልክቶችን፣ ራስዎን እና ቤተሰቦችዎን በቅርብ እንዲከታተሉ፣ አጥብቀን እናሳስባለን። ከእነዚህ ማናቸውንም ምልክቶች ከታዩ፣ እባክዎን በመኖሪያ ቤትዎ ውስጥ ይቆዩ እና የጤና እንክብካቤ ሰጪዎን ወዲያውኑ ለምክር ያነጋግሩ። ትምህርት ቤትዎንም በማነጋገር፣ ተማሪዎ በመኖሪያ ቤት ውስጥ የሚቆይ መሆኑን ያሳውቋቸው።

እንደማስታወሻ እንዲሆናችሁ፣ እራሳችንን፣ ቤተሰቦቻችንን፣ እና በዙሪያችን ያሉ ሌሎችን፣ ከCOVID-19 ደህንነትን ለመጠበቅ፣ ሁላችንም ልናደርግ የሚገቡትን የጥንቃቄ እርምጃዎችን እነሆ ቀርባናል፡

- እጃችሁን በሣሙና እና ውሃ፣ በተለይ ደግሞ ከመመገባችሁ በፊት፣ የመታጠቢያ ቤት ከተጠቀማችሁ በኋላ፣ እና ወደ መኖሪያ ቤታችሁ ተመልሳችሁ ስትገቡ፣ ደጋግሞችሁ ታጠቡ፤
- ስታስሉ እና/ወይም ስታስነጥሱ በወረቀት (tissue) ሸፍኑ፣ ከዚያም ወደ ቆሻሻ መጣያ ጥላችሁ ወዲያውኑ እጃችሁን ለ20 ሰከንዶች ታጠቡ ወይም የእጅ ማጽጃ (hand sanitizer) ተጠቀሙ
- ዐይናችሁን፣ ፊታችሁን እና አፋችሁን ከመነካካት ተቆጠቡ
- ተደጋግመው የሚነኩ ቦታዎችን (surfaces) ማጽዳት እና እንዳይበከል በማድረጊያ (disinfect) ማጽዳት

- ሕመም ከተሰማችሁ በመኖሪያ ቤታችሁ ቆዩ
- ማህበራዊ ርቀትን (social distancing) ጠብቁ
- አዲስና የማሻሻያ መረጃዎችን (updated information) ለማግኘት፣ coronavirus.dc.gov ይጎብኙ

አሁን ያለንበት ጊዜ፣ በጣም አስቸጋሪ እና የማያስተማምኑ ጊዜያቶች ናቸው። በዚህ ከባድ ጊዜ ሁላችንም አብረን ነን፤ ይህን አስቸጋሪ ጊዜ፣ አብረን እንወጣለን።

እናመሰግናለን!

አማንዳ ዴላባር (Amanda Delabar)

ርዕሰ መምህርት፣ ተብማን (Tubman) የመጀመሪያ ደረጃ ትምህርት ቤት