කොවිඩ් -19 වසංගතය තුල පාසැල් යලි විවෘත කිරීමේ ප්‍රායෝගික මාර්ගෝපදේශය

හැඳින්වීම

වසර දෙකකට ආසන්න කොවිඩ් -19 වසංගතය තුල පාසල් යලි විවෘත කිරීම හදිසි අවශ්‍යතාවයක් වී ඇත (1). පාසල තුල කොවිඩ් -19 පැතිරීම අවම කිරීම සඳහා ප්‍රායෝගිකව කළ හැකි, විද්‍යාත්මක, බහු විධ ආරක්ෂක පියවරයන් ක්‍රියාත්මක කිරීම ඉතාමත් වැදගත් වේ (2). එම නිසා, බෝවන රෝග පිළිබඳව කටයුතු කරන වෘත්තීය ආයතනයක් වන ශ්‍රී ලංකා ක්ෂුද්‍රජීව විද්‍යායතනය, පාසල් තුළ කොවිඩ් -19 සම්ප්‍රේෂණය අවම කිරීම සඳහා ශ්‍රී ලංකාවට අදාළ වන කරුණු පදනම් කරගත් ප්‍රායෝගික මාර්ගෝපදේශනයක් සකස් කිරීමට තීරණය කළඅතර මෙම මාර්ගෝපදේශනයේ අරමුණ වන්නේ දරුවන්ගේ අධ්‍යාපනය සඳහා කායික හා මානසිකව වඩා සෞඛ්‍යාරක්ෂිත පරිසරයක් පාසල් තුළ නිර්මාණය කර දීමයි.

COVID-19 වැළැක්වීමේ ප්‍රධාන අංග

සෑම අයෙක්ම අනිවාර්යෙන්ම මුව ආවරණයක් පැළඳීම, ශාරීරික දුරස්ථභාවය, ප්‍රමාණවත් වාතාශ්‍රය, අත් සනීපාරක්ෂාව/සේදීම, යහපත් සෞඛ්‍ය පුරුදු සහ ශ්වසන ආචාර විධි, සුදුසුකම් ලත් සිසුන්ට, ගුරුවරුන්ට සහ කාර්ය මණ්ඩලයට එන්නත් ලබා දීම, “අසනීප වූ විට නිවසේ රැඳී සිටින්න” යන පිළිවෙත අනුගමනය කිරීම සහ පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණය කිරීම පාසල් වලක්‍රි යාත්මක කළ යුතු ප්‍රධාන වැළැක්වීමේ පියවර වේ. මෙම ප්‍රධාන අංගයන් ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා වන ප්‍රායෝගික ක්‍රියාමාර්ග, පාසල් සඳහා පූර්ව විවෘත කිරීමේ චෙක් ලැයිස්තුව (ඇමුණුම 1) සහ ශ්වසන ආචාර විධි පිළිබඳ ආදර්ශ පෝස්ටරයක් (ඇමුණුම 2) මෙම මාර්ගෝපදේශයෙහි දක්වා ඇත.

අනිවාර්ය මුව ආවරණ

- සියලුම සිසුන් සහ කාර්ය මණ්ඩලය පාසල් භූමිය තුළ මුව ආවරණ පැළඳිය යුතුය.
- සිසුන්ට සහ ගුරුවරුන්ට නාසය සහ මුඛය හොඳින් ආවරණය වන එක් මුව ආවරණයක් පැළඳීම ප්‍රමාණවත්ය.
- මුව ආවරණය පැළඳ සිටිමින්ම ශබ්ද නඟා පැහැදිලිව කථා කිරීමට සිසුන් හා ගුරුවරුන් පුරුදු විය යුතුය.
- ස්ථර තුනේ රෙදි මුව ආවරණයක් හෝ ශල්‍ය මුව ආවරණයක් සිසුන් සඳහා පිළිගත හැකිය.
- ආහාර ගැනීමේදී තාවකාලිකව මුව ආවරණය තබා ගැනීම සඳහා ශිෂ්‍යයන්ට පිරිසුදු බෑගයක් (වඩාත් සුදුසු කඩදාසි/රෙදි බෑගයක්) තිබිය යුතුය.
- කලින් තිබූ මුව ආවරණය තෙත් වී හෝ ගැලවී ගියහොත් භාවිතා කිරීමට පිරිසිදු අමතර ආවරණයක් රැගෙන එන ලෙස සිසුන් උනන්දු කළ යුතුය.
- අවශ්‍ය අයෙකුට මිලදී ගත හැකිවීම සඳහා පාසල් ආපනශාලා/සමූපකාර සාප්පු වල මුව ආවරණ තිබීම සහතික කළ යුතුය.
- පාවිච්චි කළ ශල්‍ය මුව ආවරණ බැහැර කිරීම සඳහා වෙනම කසළ බඳුන් (පියන සමඟ) තැබීම යෝග්‍ය වේ.
- නිවැරදි මුව ආවරණ භාවිතය අවධාරණය කිරීම සඳහා පාසල්වලට පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කළ හැකිය.
- ගුරුවරුන් නිතරම ප්‍රාථමික ශ්‍රේණියේ ළමුන් සඳහා නිවැරදිව මුව ආවරණ අඳින්නේ කෙසේද, ඉවත් කරන්නේ කෙසේද සහ බැහැර කරන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව නිතරම කියා දීම සහ මතක් කර දීම කළ යුතුය.

ශාරීරික දුරස්ථභාවය

- සිසුන්, ගුරුවරුන්, සහායක කාර්ය මණ්ඩලය සහ දෙමාපියන් හැකිතාක් දුරට අවම වශයෙන් මීටර 1 ක්වත් ශාරීරික දුරස්ථභාවය පවත්වාගත යුතුය.

- ප්‍රමාණවත් ශාරීරික දුරස් වීමකට පහසුකම් සැලසීම සඳහා, පවතින අවකාශය සහ යටිතල පහසුකම් මත පදනම්ව ඕනෑම වේලාවක පාසැලේ සිටිය හැකි ශිෂ්‍ය සංඛ්‍යාව/සහායක කාර්ය මණ්ඩලය/ගුරුවරුන් සහ දෙමාපියන් සංඛ්‍යාව තීරණය කිරීමට පාසල්වලට ස්වයං තක්සේරුවක් තිබිය යුතුය.
- ශාරීරික දුරස්ථභාවය පහසු කිරීම සඳහා පන්තියක සිසුන්ගේ සංඛ්‍යාව අඩු කිරීම සඳහා පාසල් පහත සඳහන් ක්‍රියාමාර්ග සලකා බැලිය යුතුය:
    - පන්ති කණ්ඩායම් වලට බෙදීම සහ විකල්ප වශයෙන් එක් එක් කණ්ඩායම සඳහා පුද්ගල පන්ති පැවැත්වීම.
    - විවිධ ශ්‍රේණි සඳහා විකල්ප වශයෙන් පුද්ගල පන්ති පැවැත්වීම.
- පාසල් එළිමහන් පන්ති පැවැත්වීම සඳහා ගුරුවරුන් උනන්දු කළ යුතුය. එළිමහන් පන්ති පැවැත්වීම සඳහා අඩු වියදම් සහිත, පහසුවෙන් සාදා ගත හැකි විවෘත hut-ආකාර පන්ති කාමර ප්‍රයෝජනවත් වේ.
- විවිධ වයස් කාණ්ඩ සඳහා වෙනස් පාසල් කාල වෙන් කිරීමත් විවිධ ශ්‍රේණි සඳහා වෙනස් පිටවීමේ දොරටු භාවිතයත් කාර්‍ය බහුල වෙලාවන්හිදී තදබදය අවම කරගැනීමට උපයෝගී වේ.
- විවිධ වෙලාවන්ට යෙදුනු කෙටි විවේක කාලයන්ද වැසිකිළි කාමර වල සෙනඟ අවම කිරීම සඳහා ප්‍රයෝජනවත් වේ.
- සිසුන් හා ගුරුවරුන් ආහාර ගැනීමේදී ශාරීරික දුරස්ථභාවය පුරුදු කළ යුතු අතර ආහාර හවුලේ අනුභව නොකළ යුතුය.
- අනවශ්‍ය තදබදයක් ඇති වේ නම් පාසලට ඇතුලු වීමේදී සාමාන්‍ය උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කිරීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය.
- විවිධ ශ්‍රේණිවල සිසුන් මිශ්‍ර වීම මෙන්ම ජනාකීර්ණ වීම වැළැක්වීම සඳහා පාසල් පොදු රැස්වීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය.
- පාසල් රැස්වීම් පොදු සන්නිවේදන පද්ධතියක් හරහා සිදු කළ හැකිය.

- ගුරුවරුන්ට සහ සහායක කාර්ය මණ්ඩලයට ද කායීාල කාමරවල තදබදය අවම කිරීම සඳහා රාජකාරි වේලාව පදනම් කරගත් කාලසටහනක් අනුගමනය කළ හැකිය.

ප්‍රමාණවත් වාතාශ්‍රය

- පන්ති කාමර/කාර්යාල කාමර/මාණ්ඩලික කාමර ජනේල හැකි සෑම විටම විවෘතව තැබිය යුතුය.
- පන්ති කාමර/මාණ්ඩලික කාමර/කාර්යාල කාමර වල අනවශ්‍ය බෙදීම් බිත්ති (partitions) ඉවත් කළ යුතුය.
- අඩු වාතාශ්‍රයක් ඇති පන්ති කාමර සහ කාර්යාල හා කාර්ය මණ්ඩල කාමරවල වාතාශ්‍රය වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා වාතය පිටකරන විදුලි පංකා (exhaust fans) සුදුසු ස්ථානවල සවි කළ හැකිය
- එළිමහන් පන්ති දිරිමත් කළ යුතුය.
- වායුසමීකරණ යන්ත්‍ර ක්‍රියා විරහිත කිරීම වඩාත් සුදුසුය.

අත් සනීපාරක්ෂාව/ අත් සේදීම

- අත් සනීපාරක්ෂාව අඛණ්ඩ ව සිදුකළයුතු ක්‍රියාවලියක් වන අතර එම නිසා සිසුන්ට ඇතුල් වීමේ දොරටුව අසලදී අත් සේදීම අනුගමනය කරන ලෙස බල කිරීම සැබෑ අරමුණ සාක්ෂාත් කර ගන්නවාට වඩා අනවශ්‍ය ලෙස තදබදයක් ඇති කරයි.
- පාසැල් පරිශ්‍රය තුළ අත් සනීපාරක්ෂක පහසුකම් වැඩිපුර සකස් කිරීමට පාසල් පියවර ගත යුතු අතර, පිවිසුම් දොරටුව අසල පමණක් නොව, සෑම බ්ලොක් එකක් සඳහාම වෙනම අත් සනීපාරක්ෂක ස්ථාන වෙන් කර තැබීමට කටයුතු කළ යුතුය.
- සේදීමෙන් පසු දෑත් පිස දැමීම සඳහා තමන්ගේම සර්වියට් එකක් රැගෙන එන ලෙස ශිෂ්‍යයින් උනන්දු කරවිය යුතුය.
- අත් සනීපාරක්ෂක ස්ථාන සඳහා පිරිසිදු ජලය සහ සබන් සැපයිය යුතුය.

- අත් සනීපාරක්ෂක මධ්‍යස්ථාන වලින් ජලය අවහිරයකින් තොරව බැස යාම කළමනාකරණය කළ යුතුය.
- පාසල් දරුවන්ට තමන්ගේම අත් පිරිසිදුකාරකය (විදින ආකාර නොවන - non-spray type) රැගෙන එන ලෙස දිරිමත් කළ යුතුය.
- අත් සනීපාරක්ෂක මධ්‍යස්ථාන අසලදී අත් පිරිසිදු කිරීමේ නිවැරදි ක්‍රම පිළිබඳ පෝස්ටර් පාසැල් වල ප්‍රදර්ශනය කළ හැකිය.
- සබන් හා වතුරෙන් අත් සෝදා ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව විශේෂයෙන් ප්‍රාථමික ශ්‍රේණියේ සිසුන් සඳහා ගුරුවරු නිතරම කියාදිය යුතුය.
- මධ්‍යසාර මත පදනම් වූ අත් සනීපාරක්‍ෂක (alcohol-based sanitizers) භාවිතය නුසුදුසු ලෙස භාවිතා කිරීමේ අන්තරායන් පිළිබඳව ගුරුවරුන් ද සිසුන් දැනුවත් කළ යුතුය:
  - බීමට සුදුසු නොවේ
  - පහසුවෙන් ගිනිගන්නා සුලුය
  - ඇස්වලට ඉසින්න එපා

සෞඛ්‍යාරක්‍ෂිත ශ්වසන ආචාර විධි

- ශ්වසන ආචාර විධි පුරුදු කිරීම ගැන සිසුන්ට, ගුරුවරුන්ට, උපකාරක කාර්ය මණ්ඩලයට සහ දෙමාපියන්ට උපදෙස් දිය යුතුය. ශ්වසන ආචාර විධි වල පෝස්ටරය සම්බන්ධ කර ඇත (ඇමුණුම 2).
- කැස්ස සහ කිවිසුම් යාමේදී මුඛය සහ නාසය ටිෂූ එකකින් හෝ පිරිසිදු අත් ලේන්සුවකින් ආවරණය කරගත යුතුය. මුව ආවරණය නොපළඳින ආහාර ගන්නා වේලාවල මෙය විශේෂයෙන් වැදගත් වේ.
- භාවිතයෙන් පසු ටිෂූ ඉවත් කිරීම සඳහා ළඟම ඇති අපද්‍රව්‍ය භාජනය භාවිතා කරන්න; අත් සනීපාරක්ෂාව සිදු කරන්න

- "පිටත කෙළ නොගසන්න" ඇතුළු ස්වසන ආචාර විධි විදහා දැක්වෙන පැහැදිලි සංඥා පුවරු පාසල් දොරටුවල මෙන්ම පරිශ්‍රය තුළද ප්‍රදර්ශනය කළ හැකිය.

රෝගී ශිෂ්‍යයින් සහ කාර්‍ය මණ්ඩලය කළමනාකරණය

- සුළු රෝග ලක්ෂණ පෙන්නුම් කළත් රෝග ලක්ෂණ සහිත දරුවන් එදිනට පාසල් නොයැවීමේ වැදගත්කම පිළිබඳව දෙමාපියන්ට නිතරම අවධාරණය කළ යුතුයි.
- රෝග ලක්ෂණ සහිත දරුවන් වෛද්‍ය උපදෙස් සඳහා රැගෙන යන ලෙස දෙමාපියන්ට උපදෙස් දිය යුතුය.
- තම දරුවා හෝ තම පවුලේ අයෙකුට කොවිඩ් රෝගය වැළඳී ඇතැයි තහවුරු වුවොත් ඒ බව දෙමාපියන් විසින් නොපමාව පන්තියේ ගුරුවරයාට දැනුම් දිය යුතුය. එසේම ඒ බව පාසල් බලධාරීන් විසින් ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරියාට (MOH) දැනුම් දිය යුතුය.
- රෝග ලක්ෂණ ඇති විට පාසල් නොයාමේ වැදගත්කම පිළිබඳව ගුරුවරුන්ද අවධාරණය කළ යුතුය.
- ගුරුවරුන් සහ සහායක කාර්ය මණ්ඩලය පාසල් කාලය තුළ රෝග ලක්ෂණ ඇති සිසුන් හඳුනා ගැනීම සඳහා විමසිලිමත් විය යුතුය.
- කොවිඩ් -19 රෝගය වැළඳී ඇතැයි වරක් තහවුරු වුවොත් යළි මතුවන රෝග ලක්ෂණ සඳහා වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර අවශ්‍ය නම් මිස ඉදිරි මාස 3 ඇතුළත නැවත කොවිඩ් -19 සඳහා පරීක්ෂා නොකළ යුතුය.
- ආසාදන වැළැක්වීමේ පියවරයන් අනුගමනය කරමින්ම කිසිදු භේදයකින් තොරව රෝගී සිසුන් රැක බලාගැනීමේ වැදගත්කම පිළිබඳව ශිෂ්‍යයින්ට, ගුරුවරුන්ට සහ සහායක කාර්ය මණ්ඩලයට නිතර අවධාරණය කළ යුතුය.
- පාසල් කාලය තුළ හඳුනා ගන්නා ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ සහිත ළමුන් වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගන්නා තෙක් තාවකාලිකව වෙන්කර තැබීම සඳහා පාසල්වලට වෙනම අසනීප කාමර පහසුකම් තිබිය යුතුය. මෙම අසනීප කාමර හොඳින් වාතාශ්‍රය සහ හොඳින් ආලෝකමත් විය

යුතු අතර වෙනම වැසිකිළි කාමර පහසුකම් තිබිය යුතුය. රෝගී කාමරයේ රෝගී සිසු සිසුවියන් බලාගැනීම සඳහා පැමිණෙන කාර්ය මණ්ඩලය ඒප්‍රනයක් හෝ ඕවරෝල් ඇඳුමක්, ශල්‍ය මුව ආවරණයක්, සහ මුහුණු ආවරණයක් (face shield) පැළඳීමද නිරන්තර අත් සේදීම/ අත් සනීපාරක්ෂාවද සිදු කළ යුතුය.

- ප්‍රදේශයේ එම්ඕඑච් සහ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක (පීඑච්අයි) ට අප්‍රමාදව දැන්වීම මගින් රෝග ලක්ෂණ සහිත සිසුන්ගේ/කාර්ය මණ්ඩලයේ කොවිඩ් රෝග නිශ්චය වඩා ඉක්මනින් සිදුකර ගත හැක.
- නිවැසියෙකුට කොවිඩ් -19 වැළදී හෝ නිරෝධායනය වියයුතු බවට සැක කෙරේ නම් හෝ තහවුරු වුවහොත් ගුරුවරුන් සහ සහායක කාර්ය මණ්ඩලයද පාසලට නොපැමිණිය යුතුය.

COVID-19 එන්නත

- කොවිඩ් -19 එන්නත ප්‍රාදේශීය මහජන සෞඛ්‍ය කණ්ඩායම මඟින් ප්‍රමාදයකින් තොරව ලබා ගැනීමට ගුරුවරුන් සහ සහායක කාර්ය මණ්ඩලය දිරිමත් කළ යුතුය.
- සෞඛ්‍ය අමාත්‍යංශයේ නිර්දේශයන්ට අනුකූලව තම දරුවන්ට එන්නත ලබා දීමට දෙමාපියන් උනන්දු කළ යුතුයි.
- කොවිඩ් -19 ට එරෙහිව එන්නත ලබා ගැනීමට දෙමාපියන් ද උනන්දු කළ යුතුයි.
- සේවකයින්ගේ සහ සිසුන්ගේ එන්නත් කිරීමේ තත්ව වාර්තාවක් පාසල් වල තිබිය යුතුය.

පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණය

- පන්ති කාමර/මාණ්ඩලික කාමර/කාර්යාල කාමරවල නිරන්තරයෙන් ස්පර්ශ වන පෘෂ්ඨයන් අවම වශයෙන් දිනකට එක් වරක්වත් සබන් මිශ්‍ර ජලයෙන් හෝ වෙනත් විෂබීජ නාශකයක් (general purpose detergent) මඟින් පිරිසිදු කළ යුතුයි.
- අවම වශයෙන් දිනකට දෙවරක්වත් විෂබීජ නාශකයක් සමඟ වැසිකිළි පිරිසිදු කිරීම සිදු කළ යුතුය, උදා. දිවා කාලයේ සහ අවසානයේ.

- පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලයට සුදුසු පුද්ගලික ආරක්ෂක උපකරණ (වැඩ අත්වැසුම් සහ මුව ආවරණ) ලබා දිය යුතුය.
- වැසිකිළි නිවැරදි ආකාරයෙන් භාවිතා කිරීමට සිසුන් උනන්දු කළ යුතුයි.
- වැසිකිළි සඳහා අඛණ්ඩ ජල සැපයීමත් නිසි නඩත්තු කටයුතු කිරීමත් කළ යුතුයි.
- කිසිදු අවස්ථාවක විෂබීජ නාශක ඉසීම දිරිමත් නොකළ යුතුය.
- පිවිසුම් දොරටුවලදී සපත්තු විෂබීජහරණය කොවිඩ් පාලනය කෙරෙහි සෘජු දායකත්වයක් නොසපයන අතර කිසි විටක එවැන්නක් සඳහා අනුබල නොදිය යුතුය.
- කොවිඩ් -19 මෙන්ම ඩෙංගු අවදානම ද සැලකිල්ලට ගෙන පාසල් විවෘත කිරීමට පෙර පාසල්වල සාමාන්‍ය පිරිසිදු කිරීමේ කටයුතු සැලසුම් කළ යුතුය. ඒ සඳහා එකවරකදී දෙමාපියන් සහ සහායක කාර්ය මණ්ඩලය කොපමණ සංඛ්‍යාවක් වැඩෙහි යොදවනවාද යන්න පිළිබඳව සලකා බැලිය යුතුය.

<u>විශේෂ සලකා බැලීම්</u>

විෂය බාහිර ක්‍රියාකාරකම්

- ගායනා කණ්ඩායම, කණ්ඩායම් ක්‍රීඩා, පිහිනුම් යනාදිය වැනි ශිෂ්‍යයින්ගේ සමීප සම්බන්ධතා අවශ්‍ය වන ඕනෑම කටයුත්තකින් වැළකී සිටිය යුතුය.
- ප්‍රජාව තුළ කොවිඩ් -19 ව්‍යාප්තිය සැලකිල්ලට ගනිමින් විෂය බාහිර ක්‍රියාකාරකම් ආරම්භ කිරීම පියවරෙන් පියවර සලකා බැලිය හැකිය.
- මාගීගතව සිදු කළ හැකි ක්‍රියාකාරකම්, උදා. චෙස්, වාද විවාද, දැනුම මිනුම වැනි දේ දිරිමත් කළ යුතුය.

කැන්ටීන්, පුස්තකාලය, පරිගණක ඒකක සහ පාසලේ වෙනත් පොදු ප්‍රදේශ භාවිතා කිරීම

- මෙම පහසුකම් විවෘතව ඇත්නම් ශාරීරික දුරස්ථභාවය, සෞඛ්‍යාරක්ෂිත ශ්වසන ආචාර විධි වැනි පියවරයන් අනුගමනය කළ යුතුය.
- නිතර අත් සනීපාරක්ෂාව පහසු කිරීම සඳහා අත් පිරිසිදුකාරක (alcohol based) හා අත් සේදීමේ පහසුකම් තිබිය යුතුය.
- මෙම පොදු ප්‍රදේශවල නිරන්තරයෙන් ස්පර්ශ වන පෘෂ්ඨයන් අවම වශයෙන් දිනකට දෙවරක්වත් පිරිසිදු කළ යුතුය.

පාසල් ප්‍රවාහන සේවා

- රෝග ලක්ෂණ සහිත දරුවන් පාසල් ප්‍රවාහන සේවාවේ ගමන් කිරීමට නොගත යුතුය.
- රියදුරන් සහ සහායකයින්ට කොවිඩ් -19 එන්නත ලබා දිය යුතුය.
- රියදුරන් සහ සහායකයින් සුදුසු පරිදි මුව ආවරණ පැළඳිය යුතුය.
- වායුසමීකරණ යන්ත්‍ර ක්‍රියා විරහිත කර ජනේල විවෘත කළ යුතුය.

විශේෂ අවශ්‍යතා සහිත දරුවන්

- විශේෂ අවශ්‍යතා ඇති දරුවන් එන්නත් ලබා ගැනීමට උනන්දු කළ යුතුයි.
- මුව ආවරණ භාවිතා කිරීමට නොහැකි දරුවන් සඳහා දෙමාපියන් සුදුසුකම් ලත් වෛද්‍යවරයකුගෙන් නිර්දේශ ලබා ගත යුතුය.
- මෙම දරුවන් ගේ අධ්‍යාපන කටයුතු හා ක්‍රියාකාරකම් භාරව සිටින ගුරුවරුන්ට මුව ආවරණ මෙන්ම මුහුණු ආවරණද (face shields) පළඳින්නට දිරිමත් කළ යුතුයි.

පාසැලේදී කොවිඩ් -19 රෝගියෙකු අහම්බයෙන් හඳුනා ගත් පසු ගතයුතු පියවර

- ප්‍රාදේශීය මහජන සෞඛ්‍ය කණ්ඩායමේ සහාය ඇතිව රෝගියා සමග අවදානම් ගණයට ගැනෙන සම්බන්ධතා ඇති අය හඳුනා ගත යුතුය.

- නිරෝධායනය සම්බන්ධයෙන් ප්‍රාදේශීය මහජන සෞඛ්‍ය කණ්ඩායමේ උපදෙස් පිළිපැදිය යුතුය.
- පන්ති කාමරය පිරිසිදු කිරීම 0.1% හයිපොක්ලෝරයිට් ද්‍රාවණය භාවිතයෙන් කළ හැකිය.

නේවාසිකාගාර

- නේවාසිකාගාර තුළ හැකි සෑම විටම ශ්‍රේණි අනුව කණ්ඩායම් සෑදීම දිරිමත් කළ යුතුය.
- දිවා ආහාරය පැකට් ලෙස ලබා දීමෙන් නේවාසිකාගාරයේ පොදු කෑම කාමර භාවිතා කිරීම අවම කළ හැකිය.
- අවශ්‍ය වුවහොත් රෝග ලක්ෂණ සහිත දරුවන් තබා ගැනීම සඳහා වෙනම වැසිකිළි, නාන කාමර සහිත රෝගී කාමර හඳුනා තබා ගත යුතුය.
- කාමර තුළට රැස් වීමට වඩා එළිමහන් ප්‍රදේශවල ඉගෙනීමට හා ක්‍රීඩා කිරීමට ශිෂ්‍යයන් උනන්දු කළ හැකිය.

ඇමුණුම 1:

<u>පාසැල් විවෘත කිරීමට පෙර පරීක්ෂා කරන්න (Check list)</u>

1. පාසැල් පරිශ්‍රයේ වරකට පැමිණිය හැකි සිසුන්, ගුරුවරුන්, ආචාර්ය මණ්ඩලය සහ දෙමාපියන් සංඛ්‍යාව පාසල විසින් තීරණය කර තිබේද?
2. පන්ති කාමර, කාර්ය මණ්ඩල කාමර සහ කාර්යාල කාමර පරීක්ෂාකර බලා ප්‍රමාණවත් වාතාශ්‍රයක් නොමැති ප්‍රදේශ හඳුනාගෙන තිබේද?
3. ප්‍රමාණවත් ස්වාභාවික වාතාශ්‍රයක් නොමැති හඳුනාගත් පන්ති කාමරවල වාතාශ්‍රය වැඩිදියුණු කළ හැකි ක්‍රම පාසල විසින් හඳුනාගෙන තිබේද?
4. විවෘත පන්ති පැවැත්වීම සඳහා පාසලේ එළිමහන් ප්‍රදේශ හඳුනාගෙන තිබේද?
5. සියලුම පන්ති කාමර සකස් කර ඇත්තේ සිසුන්ට සහ ගුරුවරුන්ට අවම වශයෙන් මීටර් 1 ක දුරක්වත් පවත්වා ගත හැකි අයුරින් ද?

6. පාසලේ සිසුන්, ගුරුවරුන් සහ කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා අත් සනීපාරක්ෂක/ අත් සේදීමේ පහසුකම් ප්‍රමාණවත්ද?
7. පිරිසිදු කිරීමේ හා විෂබීජ නාශක ක්‍රමවේද ගැන පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලය දැනුවත්ද?
8. පාසලේ විවිධ ශ්‍රේණිවල සිසුන් සහ කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා පිවිසුම්/පිටවීමේ දොරටු හඳුනාගෙන තිබේද?
9. පාසැලේ සිසුන්ට සහ කාර්ය මණ්ඩලයට වෙනස් පාසල් කාල සහ විවිධ වෙලාවන්ට යෙදුනු කෙටි විවේක කාල සූදානම් කර තිබේද?
10. කාලසටහන ගැන පාසල දෙමාපියන්ට දැනුම් දී තිබේද?
11. ස්වසන ආචාර විධි, අත් සනීපාරක්ෂාව සහ මුව ආවරණ පැළඳීම දැනුවත් කිරීම සඳහා ප්‍රමාණවත් දැන්වීම් පුවරු සහ පෝස්ටර් තිබේද?
12. වෙන් කරන ලද අසනීප කාමරයක් සහ අසනීප කාමර සේවකයින් පාසල විසින් හඳුනාගෙන තිබේද?
13. ප්‍රදේශයේ මහජන සෞඛ්‍ය කණ්ඩායමේ (PHI සහ MOH) සම්බන්ධතා විස්තර පාසලේ තිබේද?
14. පාසලට පහසු සන්නිවේදන මාර්ග තිබේ ද, උදා. දෙමාපියන් සමඟ WhatsApp කණ්ඩායම්/ විද්‍යුත් තැපැල් ජාල(email)

ඇමුණුම 2:

පරිශීලනය (References)

1. WHO. (2021, June 11). *School reopening Can't wait*. World Health Organization. https://www.who.int/westernpacific/news/commentaries/detail-hq/school-reopening-can-t-wait

2. CDC. (2021, July 9). *Science Brief: Transmission of SARS-CoV-2 in K-12 Schools and Early Care and Education Programs - Updated*. Centers for Disease Control and Prevention. https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/transmission_k_12_schools.html

ශ්‍රී ලංකා ක්ෂුද්‍රජීව විද්‍යායතනය (Sri Lanka College of Microbiologists)