

دليل أولياء الأمور للعام الدراسي 2021-2022

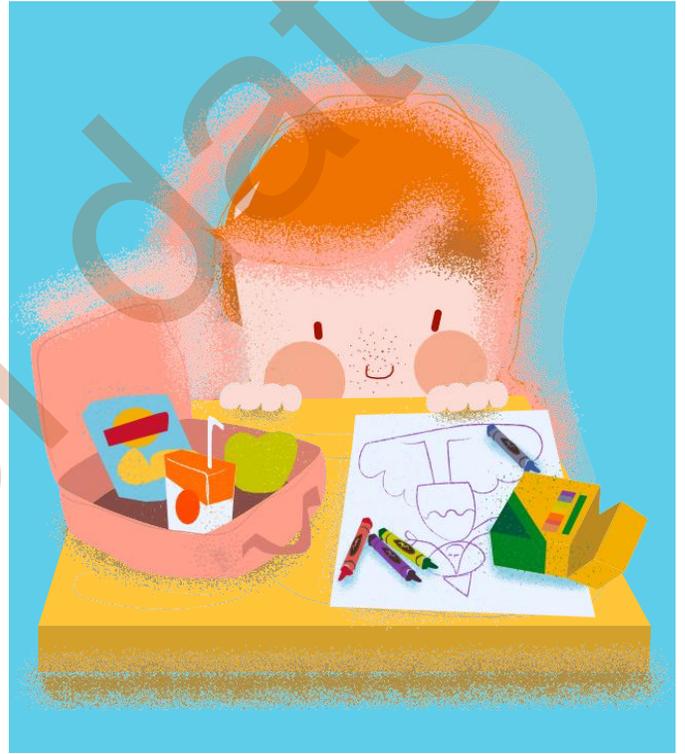
معلومات للآباء وأولياء الأمور للاستعداد للدراسة في سبتمبر/أيلول

ما الذي تتوقعه؟

الآن بعد أن أصبح بإمكان كل شخص ولد في عام 2009 أو ما قبله (12 عامًا فما فوق) الحصول على لقاح كوفيد-19، تتحول ألبرتا من الاستجابة الطارئة لوباء كوفيد-19 إلى الإدارة اليومية للصحة العامة للتعامل مع الفيروسات الأخرى، مثل الإنفلونزا. سيسمح ذلك للمقاطعة بالتصدي لأمراض الجهاز التنفسي الأخرى مع اقتراب فصلي الخريف والشتاء.

سيعود معظم طلاب ألبرتا إلى التعلم بالحضور الشخصي بالمدارس في خريف 2021. وللحد من انتشار كوفيد-19 وأمراض الجهاز التنفسي الأخرى. ستستخدم المدارس الممارسات الصحية الجيدة الموضحة في إرشادات الوقاية من الأمراض التنفسية وإدارتها في المدارس وسوف تتبع المدارس خطة العام الدراسي 2021-2022. ويشمل ذلك:

- التأكد من عمل أنظمة تدفئة وتهوية وتكييف الهواء بشكل صحيح
- فتح النوافذ والأبواب وتشجيع الأنشطة الخارجية عندما يسمح الطقس بذلك
- اتباع إجراءات التنظيف الروتيني، مثل المسح المنتظم للمناطق التي تلمس بشكل متكرر والتعقيم
- التشجيع على ممارسة النظافة الجيدة لليدين وتسهيلها على الجميع، مثلاً من خلال وجود محطات معقم لليدين في جميع أنحاء المدرسة
- دعم الطلاب والموظفين الذين يرغبون في ارتداء الأقنعة
- دعم الجميع للبقاء في المنزل عند المرض



لن يتعين على المدارس اتباع التدابير السابقة المستخدمة خلال العام الدراسي 2020-2021. تستمر سلطات المدارس في امتلاك القدرة لوضع تدابير خاصة بها ومن ثم المساءلة بشأن تلك التدابير، مثل التباعد الجسدي، وتكوين المجموعات الفعّالة، ومتطلبات ارتداء الكمامات التي قد تتجاوز التوجيه الإقليمي.



الأنشطة المدرسية

عندما يعود الطلاب إلى المدارس، يمكنهم التطلع إلى فصولهم وأنشطتهم المعتادة مثل أنشطة الأداء الفني والرحلات الميدانية والمسابقات الرياضية والفعاليات الاحتفالية. وإذا تغيرت الأمور، فهناك خطط لمواصلة التعلم مع المزيد من التدابير الصحية المعمول بها.

For more details: alberta.ca/returntoschool

©2021 Government of Alberta | Published: August 2021

Classification: Public

Alberta

الممارسات الجيدة للصحة العامة

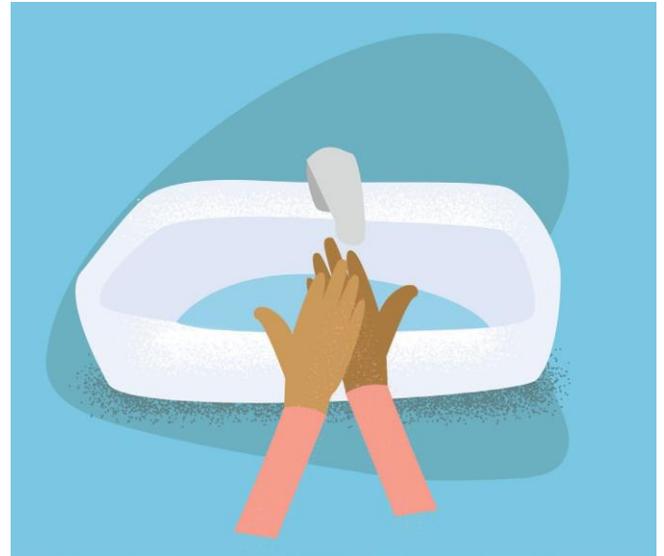
يعد غسل اليدين واتباع قواعد المدرسة طرقاً مهمة للحفاظ على أمان بعضنا البعض.

من المهم تشجيع الآداب الجيدة فيما يخص الجهاز التنفسي: العطس في الكوع أو منديل ورقي، والتخلص من المناديل فوراً في سلة مبطنة، وغسل اليدين قبل لمس أي شيء آخر.

كل يوم قبل أن تأخذ طفلك إلى المدرسة، اسأل طفلك عن حالته. يمكنك استخدام قائمة الفحص اليومية من ألبرتا للخدمات الصحية.

إذا ظهرت على طفلك علامات أو أعراض مرضية جديدة، فستساعدك قائمة الفحص اليومية من ألبرتا للخدمات الصحية على تحديد المدة التي يجب أن يبقى طفلك فيها داخل المنزل وبعيداً عن المدرسة وما إذا كان يجب عليك استخدام أداة تقييم ألبرتا للخدمات الصحية عبر الإنترنت أو الاتصال بخط الاستشارات الحسية 811 للحجز للاختبار.

يجب على الطلاب الذين يعانون من الحمى والسعال وضيق التنفس أو فقدان حاسة الشم أو التذوق البقاء في المنزل والانعزال لمدة 10 أيام. يمكنهم العودة إلى المدرسة قبل 10 أيام إذا كانت نتيجة اختبار كوفيد-19 الخاصة بهم سلبية.



اللقاحات تعمل

من المهم أن يتم تطعيم سكان ألبرتا لحماية أنفسهم والآخرين. اللقاحات آمنة وفعالة وتنفذ الأرواح. في كل خريف، يتوفر لقاح الإنفلونزا السنوي لكل شخص يبلغ من العمر ستة أشهر فما فوق.

كل شخص ولد في عام 2009 أو ما قبله مؤهل للحصول على جرعاته الأولى والثانية من لقاح كوفيد-19. ثبت أن جرعتين من لقاح كوفيد-19 توفران وقاية كبيرة للغاية من العدوى. يمكنك حجز موعد اليوم لك ولطفلك، إذا كنتما مؤهلين.

إذا كنت تريد المزيد من المعلومات حول اللقاحات، فيرجى معرفة سبب كون لقاح كوفيد-19 آمناً والتعرف على المزاعم الخاطئة الشائعة والحقائق الصحيحة حول اللقاح.

يجري التخطيط لإقامة عيادات التحصين ضد كوفيد-19 بالمدارس للصفوف من 7 إلى 12 مدرسة في جميع أنحاء المقاطعة. لن يتم تطعيم الطلاب الذين تقل أعمارهم عن 18 عاماً في المدارس دون موافقة ولي الأمر أو الوصي. من المهم أن يقوم الآباء أو الأوصياء بإعادة نماذج الموافقة المكتملة لأطفالهم في أسرع وقت ممكن. ستكون نماذج الموافقة متاحة للتحميل عبر الإنترنت أو يمكن طلبها من مدرسة طفلك.

كيف يمكننا حماية الأطفال الذين لا يستطيعون الحصول على اللقاح بعد؟

يقلل التطعيم من المخاطر التي يتعرض لها أولئك الذين لا يستطيعون الحصول على اللقاح حتى الآن، مثل الأطفال الذين ولدوا في عام 2010 أو بعد ذلك (11 عاماً فما أقل).

إن البقاء في المنزل عند المرض وغسل اليدين وتغطية السعال والعطس سيقلل من خطر الإصابة بـ كوفيد-19 وأمراض الجهاز التنفسي الأخرى.

يجب على الجميع اتخاذ الاحتياطات التي تناسبهم. قد يشمل ذلك ارتداء قناع للوجه (كماسة)، أو إبقاء دائرتك الاجتماعية محدودة، أو ترك مسافة بينك وبين الآخرين في التجمعات. ستدعم المدارس هذه الاختيارات الشخصية، كلما أمكن ذلك.

For more details: alberta.ca/returntoschool

©2021 Government of Alberta | Published: August 2021

Classification: Public

Alberta

تكوين المجموعات الفقاعية (Cohorting)

تكوين مجموعات فقاعية غير مطلوب للعام الدراسي 2021-2022. مع ذلك قد يوصى لفترة قصيرة إذا كان هناك تفشي لمرض تنفسي في المدرسة.

إذا مرض طفلك أو أحد الموظفين في المدرسة

إذا ظهرت على الطالب أو الموظف أعراض المرض في المدرسة، يجب أن يكون لدى المدرسة خطة. ستتواصل المدارس مع أولياء الأمور في حالة ظهور أعراض المرض على أطفالهم أثناء وجودهم في المدرسة. قد يعني هذا إرسال الطالب أو الموظف إلى المنزل، حيثما أمكن، ووجود منطقة منفصلة لهم حتى يتمكنوا من العودة إلى المنزل.

يجب إعطاء الطالب أو الموظف قناعًا إذا بدأت أعراض جديدة في الظهور عليهم (مثل السعال أو الحمى أو سيلان الأنف أو التهاب الحلق) وذلك أثناء انتظارهم للعودة إلى المنزل. يجب على الآباء التأكد من أن المدرسة لديها أحدث بيانات الاتصال الخاصة بهم.



سلامة الطلاب الذين يعانون من حالات طبية كامنة

بالنسبة للطلاب الذين يعانون من حالات طبية كامنة أو عوامل خطر مسيئة، يجب على الآباء استشارة طبيب أطفالهم للنظر في المخاطر الصحية واتخاذ قرار من شأنه أن يدعم الطفل بشكل أفضل. اتصل بمدرسة طفلك لمناقشة الخيارات والدعم المتاح.



الكمامات/ الأقنعة

الكمامات مطلوبة لجميع الطلاب والموظفين في الحافلات المدرسية.

ما لم تكن هناك قاعدة خاصة بالمدرسة، لا يتعين على الطلاب والموظفين ارتداء كمامة داخل المدرسة، ولكن سيتم دعمهم إذا اختاروا ذلك.

قد يوصى باستخدام الكمامات لفترة قصيرة في حالة تفشي مرض تنفسي في المدرسة. قد يكون لسلطات المدرسة قواعدها الخاصة لارتداء الكمامات، لذلك من المهم معرفة القواعد في مدرستك.

من المهم أيضًا التفكير في المخاطر الشخصية وفي حالة أسرتك عند اتخاذ قرار بارتداء كمامة، أو مطالبة طفلك بارتداء كمامة.

تعرف على المزيد على alberta.ca/masks.

تنظيف وتطهير الأسطح

يجب أن يكون لدى المدارس إجراءات للتنظيف والتطهير المنتظم للأسطح كثيرة اللمس. سيساعد هذا في منع انتشار أمراض الجهاز التنفسي وأمراض الجهاز الهضمي والأمراض المعدية الأخرى.

التباعد الجسدي أو الحفاظ على مسافة كافية

التباعد الجسدي أو الحفاظ على مسافة مع الآخرين غير مطلوب للعام الدراسي 2021-2022. قد يفضل بعض الناس الاحتفاظ بمساحة أكبر بينهم وبين الآخرين في مواقف معينة ويجب على المدارس دعم ذلك كلما أمكن.

For more details: alberta.ca/returntoschool

©2021 Government of Alberta | Published: August 2021

Classification: Public

Alberta

إذا كان هناك تفشي في مدرستك

ستواصل ألبرتا للخدمات الصحية (AHS) العمل مع السلطات المدرسية لإدارة تفشي أمراض الجهاز التنفسي في المدارس. ستخبر المدارس AHS ما إذا كان 10 بالمئة من الطلاب، أو أكثر، منعزلين بالمنزل لأنهم مرضى أو ربما يكونون مرضى. ستتحقق AHS وقد تعلن عن تفشي مرض تنفسي في المدرسة، وقد يشمل ذلك التوصية بتدابير صحية إضافية مثل:

- الفحوصات الصحية اليومية
- المزيد من التنظيف والتطهير
- البقاء في مجموعة فقاعية (مجموعة صغيرة)، مثل فصل دراسي
- ارتداء كمامة
- الحد من التجمعات الكبيرة و/ أو الأنشطة المدرسية غير التعليمية

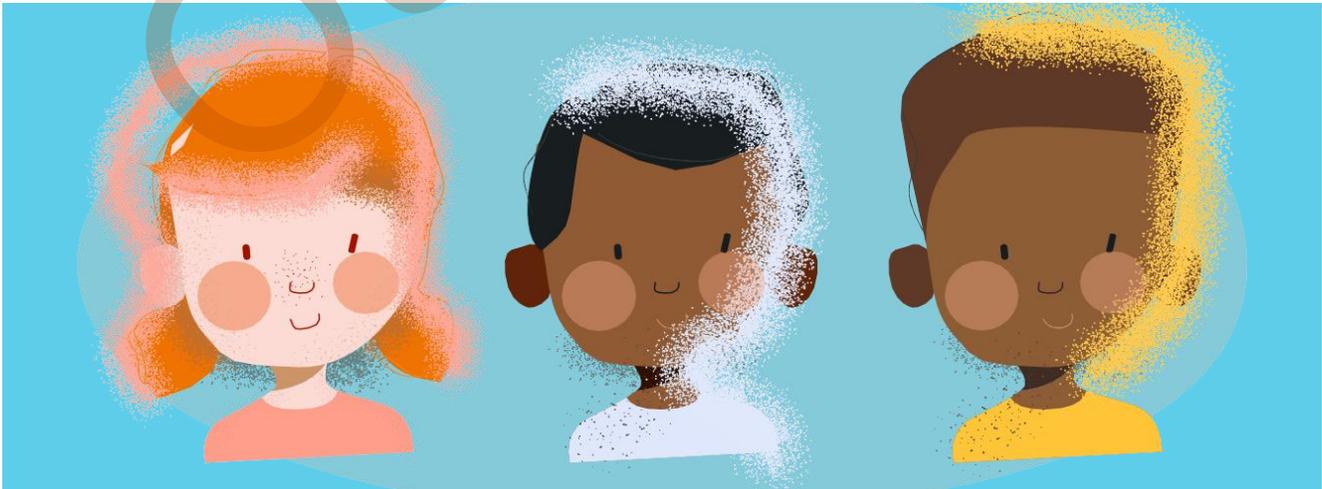


رعاية الصحة العقلية

يتم تشجيع الآباء على التحدث مع أطفالهم حول ما يشعرون به، وإعلامهم بأنهم موجودون من أجلهم.

إذا احتاج طفلك إلى شخص ما للتحدث معه، يمكنه إرسال رسالة نصية تحتوي على كلمة CONNECT إلى خط هاتف مساعدة الأطفال على الرقم 686868 أو الاتصال بالرقم 1-800-668-6868. هذه هي خدمة مجانية تعمل على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع لتقديم المشورة من خبراء والمعلومات والإحالات. تحتوي البوابة الإلكترونية [Jack.org Alberta COVID-19 Youth Mental Health Resource Hub](https://www.jack.org/alberta/covid-19/youth-mental-health-resource-hub) أيضاً على معلومات رائعة للمراهقين حول الصحة العقلية والرعاية الذاتية ودعم الآخرين.

إذا كنت، بصفتك أحد الوالدين، بحاجة إلى شخص للتحدث معه، فنحن نشجعك على الاتصال بخط مساعدة الصحة العقلية المجاني والسري على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع على 1-877-303-2642. يعمل بهذا الخط فريق يضم ممرضات و علماء نفس وأخصائيين اجتماعيين. يحتوي أيضاً موقع AHS على الويب على رابط [Help in Tough Times](#) وبه معلومات مفيدة – مثل أداة [Text4Hope](#)، والتي يمكنك الاشتراك فيها مجاناً عن طريق إرسال رسالة نصية تحتوي على كلمة COVID19HOPE إلى الرقم 393939. ويقدم هذا الخط ثلاثة أشهر من الرسائل النصية الداعمة التي يكتبها معالجون للصحة العقلية.



For more details: alberta.ca/returntoschool

©2021 Government of Alberta | Published: August 2021

Classification: Public

Alberta

اختبار كوفيد-19

ويتم تنفيذ ذلك النهج من خلال، على سبيل المثال عزل مجموعات كبيرة من الطلاب والموظفين.

لم تعد AHS تتعرف على جهات الاتصال الفردية أو تتبعها، ولم يعد الحجر الصحي لجهات الاتصال الوثيق إلزامياً من الناحية القانونية. يُطلب من جميع سكان ألبرتا، بمن فيهم أولئك الذين قد يتم إخبارهم بأنهم على اتصال وثيق، مراقبة الأعراض والبقاء في المنزل وإجراء الاختبارات إذا كانوا يشعرون بتوسعك.

ستستمر AHS في إدارة تفشي أمراض الجهاز التنفسي في البيئات المدرسية، على غرار إدارة أمراض الإنفلونزا أو الأمراض الشبيهة بالإنفلونزا.

إذا كانت هناك زيادة في الإصابات بـ كوفيد-19

ستراقب ألبرتا الزيادات في عدد المحتجزين بالمستشفيات والمضاعفات الشديدة. لدى ألبرتا أيضاً برامج لتحليل مياه الصرف الصحي لرصد فيروس كوفيد-19 بها.

ستقوم ألبرتا بمراجعة الأدلة والأبحاث الجديدة في جميع أنحاء كندا وحول العالم. إذا كان المرض الشديد من جراء الإصابة بـ كوفيد-19 يضع ضغطاً على نظام الرعاية الصحية، فقد تكون هناك حاجة إلى تطبيق تدابير الصحة العامة مرة أخرى.

سوف تواصل ألبرتا المراقبة عن كثب واتخاذ أية إجراءات ضرورية لإدارة أي تفشي عالي الخطورة، كما يحدث في حالة تفشي أي مرض معد.

يجب على أي شخص لديه أعراض كوفيد-19 ملء استمارة أداة التقييم عبر موقع AHS لتحديد ما إذا كان يجب اختبار الشخص وأين يمكنه إجراء الاختبار.

إذا كانت نتيجة اختبار كوفيد-19 إيجابية

يدرك سكان ألبرتا أن الانعزال (البقاء بالمنزل) والابتعاد عن الآخرين أمر مهم للحد من انتشار كوفيد-19 وأمراض الجهاز التنفسي الأخرى.

لا يزال الانعزال مطلوباً بعد الحصول على نتيجة إيجابية من اختبار كوفيد-19. يُطلب عزل حالات كوفيد-19 لمدة 10 أيام على الأقل من وقت ظهور الأعراض، أو حتى تتحسن الأعراض، أيهما أطول.

إذا كنت على اتصال وثيق

يساعد تتبع المخالطين، أو عملية تحديد المخالطين القريبين الذين تعرضوا لفرد مصاب، على تحديد الحالات المحتملة.

مع اقترابنا من فصل الخريف، سيكون هناك العديد من فيروسات الجهاز التنفسي المختلفة المنتشرة في ألبرتا. من المهم بناء نهج مستدام لهذه الأمراض ليس له تأثيرات كبيرة على عملية التعلم وفرص النمو.