

ပိုမိုကောင်းမွန်သောရပ်ရွာအဖွဲ့အစည်း...တစ်ကြိမ်လျှင် ကျောင်းသားတစ်ဦးစီ

**Michael G. Leichter, Ed.D.**  
အထူးစီမံကြီးကြပ်သူ ဌာနမှူး  
[mike.leichter@penmanor.net](mailto:mike.leichter@penmanor.net)

မတ်လ 2 ရက်၊ 2020

မိဘများ နှင့် အုပ်ထိန်းသူများထံသို့ -

Penn Manor ကျောင်းခရိုင်အနေနှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများ နှင့် ဝန်ထမ်းများတို့၏ ကျန်းမာရေး နှင့် လုံခြုံရေးတို့အတွက် ကတိကဝတ်ပြု နှစ်မြှုပ်ဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါသည်။ ကျောင်းခရိုင်အနေနှင့် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် COVID-19 နှင့်ပတ်သက်သည့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များအား အနီးကပ် လေ့လာစောင့်ကြည့်လျက် ရှိပါသည်။ ကျန်းမာရေးနှင့်သက်ဆိုင်သော ကိစ္စရပ်များအားလုံးတွင် ကျွန်ုပ်တို့ ဆောင်ရွက်နေကြဖြစ်သည့်အတိုင်းပင် ကျွန်ုပ်တို့သည် Pennsylvania ကျန်းမာရေးဌာန (DOH) ၊ ရောဂါ ထိန်းချုပ်ရေး နှင့် ကာကွယ်ရေး စင်တာများ (CDC) ၊ နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းခရိုင်မှ သမားတော်များတို့ဖြင့် အနီးကပ် လက်တွဲဆောင်ရွက်ကာ ၎င်းတို့ထံမှ နောက်ထပ်သော လမ်းညွှန်ချက်များကို လက်ခံရယူလျက် ရှိပါသည်။

ကျေးဇူးပြုပြီး သတိပြုစေလိုသည်မှာ - ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းခရိုင်အတွင်းတွင် ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အမှုများအား တွေ့ရှိရခြင်း မရှိသေးပေ။

ကျွန်ုပ်တို့အနေနှင့် သင့်ထံသို့ ဤသတင်းအချက်အလက်များအား ထောက်ပံ့ပေးခြင်းမှာ သင့်အနေနှင့် ဤအမှုကိစ္စအကြောင်း သတိပြုမိစေရန် နှင့် ကျွန်ုပ်တို့အပေါ်သို့ သက်ရောက်မှု ရှိကောင်း ရှိနိုင်သော ကျန်းမာရေး သို့မဟုတ် လုံခြုံရေးအန္တရာယ်ကင်းရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့်ပတ်သက်ပြီး ကျွန်ုပ်တို့၏ခရိုင်သည် အစီအစဉ်များအား နေရာတကျ စီစဉ်စောင့်ကြည့်မှုရှိကြောင်း၊ ကြိုတင် ပြင်ဆင်ထားကြောင်း၊ ထို့ပြင် တုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်မှုရှိကြောင်း သင် စိတ်ချယုံကြည်မှုရှိစေရန် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် ဤကျန်းမာရေးပြဿနာနှင့် ပတ်သက်ပြီး နောက်ဆုံးရ သတင်းအချက်အလက်များ နှင့် လမ်းညွှန်ချက်များကို ရယူရန်အတွက် [Centers for Disease Control \(ရောဂါထိန်းချုပ်ရေး စင်တာများ၊ CDC\)](http://CentersforDiseaseControl.org) နှင့် [Pennsylvania Department of Health \(ကျန်းမာရေးဌာန၊ DOH\)](http://PennsylvaniaDepartmentofHealth.org) တို့အားလည်း ယုံကြည်စိတ်ချရသော အရင်းအမြစ်များအနေဖြင့် အသုံးပြုရန် သင့်အား တိုက်တွန်းအားပေးလိုပါသည်။

အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဧရိယာအတွင်း ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပျံ့နှံ့ကူးစက်ခဲ့လျှင် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုး ပျံ့နှံ့မှုအား ကာကွယ်ရန်အတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်မည့် အရာမှန်သမျှအား ဆောင်ရွက်ရန်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ ကျောင်းခရိုင်၏ ဆန္ဒပင် ဖြစ်ပြီး၊ ဤသို့ဆောင်ရွက်ရာ၌ ကျွန်ုပ်တို့အနေနှင့် သင်၏ အကူအညီအား လိုအပ်ပါသည်။

Pennsylvania ကျန်းမာရေးဌာနသည် COVID-19 ကဲ့သို့သော အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှတစ်ဆင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့သော ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးများအား ကာကွယ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေရန်အတွက် ၎င်း၏ ဝက်ဘ်ဆိုဒ်ပေါ်၌ အောက်ဖော်ပြပါ အကြံပြုချက်များကို မျှဝေထားပါသည် -

- **ဖုံးအုပ်ပါ။** ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေသည့်အခါတွင် တစ်ရှူးဖြင့် ဖုံးအုပ်ပြီး၊ ထို့နောက် တစ်ရှူးအား အမှိုက်ပုံးထဲသို့ စွန့်ပစ်ပါ။ အကယ်၍ တစ်ရှူးအား မရရှိနိုင်လျှင် သင်၏ တံတောင်ဆစ်အတွင်းထဲသို့ ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေပါ။ သင်၏ လက်များအား အသုံးပြုပါနှင့်။
- **လက်များအား ဆေးကြောပါ။** ဆပ်ပြာ နှင့် ရေတို့ကို အသုံးပြုပြီး အနည်းဆုံး စက္ကန့် 20 ကြာခန့် လက်များအား ဆေးကြောပေးပါ။ အကယ်၍ ဆပ်ပြာ နှင့် ရေတို့အား မရရှိနိုင်လျှင် အရက်ပျံအခြေခံသော လက်သန့်စင်ဆေးအား အသုံးပြုပေးပါ။
- **သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ပါ။** ကောင်တာခုံများ၊ မီးခလုတ်များ၊ ဆဲလ်ဖုန်းများ နှင့် အခြားသော မကြာခဏ အထိအတွေ့များသည့် ဧရိယာများ အစရှိသည်တို့ကိုသို့သော မျက်နှာပြင်များကို မကြာခဏ သန့်ရှင်းရေး ဆောင်ရွက်ပေးပါ။
- **ထိန်းချုပ်ပါ။** ရောဂါပိုး ပျံ့နှံ့နိုင်ခြေအား ထိန်းချုပ်ပါ။ အကယ်၍ သင် နေမကောင်းဖြစ်နေလျှင် သင် သက်သာ ကောင်းမွန်လာသည့် အထိ နေအိမ်၌သာ နေထိုင်ပါ။ ဖျားနာမကျန်းဖြစ်နေသူများအား ရှောင်ရှားပါ။

Penn Manor ကျောင်းခရိုင်အနေနှင့် (ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အမှုကိုသာမက ဤနှစ်၏ တုပ်ကွေးအခြေအနေများ အပါအဝင်) အခြေအနေ တစ်ရပ်လုံးအား အနီးကပ် လေ့လာစောင့်ကြည့်လျက်ရှိပြီး၊ စဉ်ဆက်မပြတ် စောင့်ကြည့်ကြပ်မတ်မှု ဝန်ဆောင်မှုများ၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအနေနှင့်သာ စာသင်ကျောင်း

များအား နေ့စဉ် ပိုးသတ်သန့်စင်ကာ သန့်ရှင်းရေးများ ဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါသည်။ အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဧရိယာအတွင်း COVID-19 အတည်ပြုပြီး ဖြစ်သည့် အမှုများအား တွေ့ရှိခဲ့ရသည့် ဖြစ်စဉ်တွင်မူ ကျောင်းခရိုင်အနေနှင့် လိုအပ်သော နောက်ထပ် အရေးယူလုပ်ဆောင်မှုများနှင့်ပတ်သက်ပြီး ကျန်းမာရေး ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များမှ ထောက်ပံ့ပေးထားသော လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အညီ လိုက်နာဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

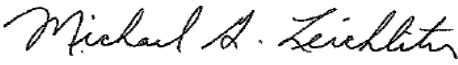
အကယ်၍ သင်၏ကလေးသည် ဖျားနာမကျန်းဖြစ်လာခဲ့လျှင် ကျောင်းသား ဖျားနာမကျန်းဖြစ်မှုနှင့်သက်ဆိုင်သည့် အောက်ဖော်ပြပါ လမ်းညွှန်ချက်များအား ကျေးဇူးပြုပြီး လိုက်နာဆောင်ရွက်ပေးပါ -

1. သင်၏ကလေးသည် ကျောင်းသို့ ပြန်လည်တက်ရောက်ခြင်း မပြုမီ၌ ဆေးဝါးများ၏ အကူအညီမပါဘဲ 24 နာရီကြာ အဖျားကင်းနေသင့်ပေသည်။
2. အော့အန်ပြီး၊ ဝမ်းလျော့သော ကလေးများအား ၎င်းတို့ နောက်ဆုံးအကြိမ် အော့အန်၊ ဝမ်းလျော့ပြီးနောက် 24 နာရီကြာအထိ နေအိမ်တွင် ထားရှိရမည် ဖြစ်သည်။
3. ကူးစက်ရောဂါဟု သံသယဖြစ်ဖွယ်သော (ဆိုလိုသည်မှာ - မျက်လုံးနီမြန်းပြီး၊ အမျိုးအမည်မသိ အဖုအပိန်ယားနာများ ထွက်သည့်) ကလေးများအား သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ထောက်ပံ့သူထံမှ အတည်ပြုပေးချက်အား ရယူပြီးချိန်အထိ နေအိမ်တွင်သာ ထားရှိသင့်ပေသည်။
4. အကယ်၍ သင်၏ကလေးသည် ဖျားနာမကျန်းဖြစ်နေလျှင် မည်သို့ပင် လေ့လာရေးခရီးစဉ်များ၊ ပါတီပွဲများ နှင့် အဆိုပါနေ့တွင် ကျောင်း၌ ကျင်းပကောင်း ကျင်းပမည်ဖြစ်သည့် အခြားသော အထူးပွဲအစီအစဉ်များတို့ ရှိနေသည်ဖြစ်ပါစေ သူ သို့မဟုတ် သူမအား နေအိမ်တွင်သာ ထားရှိပါ။

လက်ရှိတွင် ကျွန်ုပ်တို့ ထိန်းချုပ်မှုပြုနိုင်သည့် အရာများအပေါ် ဆက်လက်ပြီး အာရုံပြု လုပ်ဆောင်နိုင်စေရန်အတွက်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ အတူတကွ လက်တွဲ လုပ်ဆောင်ဖို့ အလွန်ပင် အရေးကြီးပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းဝန်ထမ်းများ နှင့် ကျောင်းသားများအပေါ် ခြိမ်းခြောက်မှုဖြစ်စေနိုင်သည့် ရောဂါ နာမကျန်းဖြစ်မှုများ အားလုံး၏ အခြေအနေအား ကျွန်ုပ်တို့ ဆက်လက် သတိပြု လေ့လာစောင့်ကြည့်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့၏ ခရိုင်၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ စာသင်ကျောင်းများ၊ ကျွန်ုပ်တို့၏ ဝန်ထမ်းများ နှင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ကျောင်းသားများတို့အတွက် သင်၏ ပံ့ပိုးထောက်ပံ့ပေးမှုများအတွက် သင့်အား ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

လေးစားစွာဖြင့်



Michael G. Leichter, Ed.D.  
စာသင်ကျောင်းများ၏ အထူးစီမံကြီးကြပ်သူ  
ဌာနမှူး