ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਵਾਪਸ ਪਰਤਣ ਦੀ ਚੁਣੌਤੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਾਪਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਟੂਲ, ਸੁਝਾਅ ਅਤੇ ਅੱਪਡੇਟਜ਼

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੌਰਾਨ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਸਰੱਖਿਅਤ ਵਾਪਸੀ

SACRAMENTO COUNTY | SACRAMENTO COUNTY PUBLIC HEALTH Promote • Prevent • Protect

ਇਸ ਅੰਕ ਵਿੱਚ

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਾਸਕਿੰਗ 2
ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਲਾਗ 2
ਸਕੂਲ ਸਪੋਰਟਸ ਅਪਡੇਟ 3
ਟੀਕੇ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ 3

ਸਕੂਲ ਦੁਬਾਰਾ ਕਦੋਂ ਖੁੱਲ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਹੁਣ ਪ੍ਰਤੀ 100,000 ਆਬਾਦੀ ਵਿਚ 25 ਤੋਂ ਘੱਟ ਦਾ ਐਡਜਸਟਡ ਕੇਸ ਰੇਟ (ਵਿਵਸਥਤ ਕੇਸ ਦਰ) ਹੈ, ਜੋ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਕਾਉਂਟੀ ਨੂੰ ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਖੋਲਣ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਲਈ ਯੋਗ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਕਾਉਂਟੀ ਹਾਲੇ ਵੀ ਪਰਪਲ ਟੀਅਰ ਵਿੱਚ ਹੈ, K-6 ਗ੍ਰੇਡਜ਼ ਨੂੰ ਸੇਵਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਕੂਲ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਾਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਖੁੱਲ੍ਹ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪੰਨੇ ਤੇ ਇਕ ਕੋਵਿਡ -19 ਸੇਫਟੀ ਪਲਾਨ (CSP) ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਪੋਸਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਅਫਸਰ ਅਤੇ ਸਟੇਟ ਸੇਫ ਸਕੂਲ ਫ਼ਾਰਜ਼ ਆਲ ਟੀਮ (State Safe Schools for All Team) ਨੂੰ CSP ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਥੇ ਕੋਈ ਪਛਾਣੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਮੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹਨ।

CDPH ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਵਿੱਚ K-12 ਸਕੂਲਾਂ, ਐਲੀਮੈਂਟਰੀ ਸਕੂਲਾਂ (K -6) ਲਈ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਾਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਫਰੇਮਵਰਕ ਅਤੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਗਾਈਡੈਂਸ ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਾਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਗਏ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਾਈਡੈਂਸ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦੇ ***ਬਾਅਦ*** ਹੀ ਖੋਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਸਕੂਲ ਜੋ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਾਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਇਕ

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਵਿਭਾਗ (CDPH) ਨੂੰ। ਜੇ ਸਕੂਲਾਂ ਦੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੈ ਤਾਂ SCPH ਸੱਤ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗੀ।

ਮਿਡਲ ਅਤੇ ਹਾਈ ਸਕੂਲ (ਗ੍ਰੇਡ 7-12) ਜੋ ਪਹਿਲਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਾਜ਼ਰੀ ਵਾਲੀ ਪੜ੍ਹਾਈ ਲਈ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਖੋਲ੍ਹੇ ਗਏ ਉਹ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਕਾਉਂਟੀ ਦੇ ਰੈੱਡ ਟੀਅਰ 2 ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅਜਿਹਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਲਈ ਇਸ ਵੇਲੇ ਲਗਾਤਾਰ ਦੋ ਹਫਤਿਆਂ ਲਈ ਪ੍ਰਤੀ 100,000 ਆਬਾਦੀ ਲਈ 7 ਤੋਂ ਘੱਟ ਕੇਸ ਦੀ ਦਰ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਵਿਵਸਥਤ ਕੇਸ ਦਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਐਡਜਸਟਡ ਕੇਸ ਰੇਟ

ਆਗਿਆਯੋਗ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਉੱਚਤਮ ਸੀਮਾ ਬਾਰੇ ਨਿਰਣਾ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਸਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਆਰਥਿਕਤਾ ਲਈ CA ਬਲੂਪ੍ਰਿੰਟ ਵੈੱਬਪੇਜ ਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਤ ਕੀਤੇ ਐਡਜਸਟਡ ਕੇਸ ਰੇਟ (ACR) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ SCPH ਡੈਸ਼ਬੋਰਡ ਦੀ, ਜੋ ਇੱਕ ਛੋਟੇ ਲੈਗ ਪੀਰੀਅਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ। CDPH ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਮੰਗਲਵਾਰ ਨੂੰ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ ਆਸ ਪਾਸ ACR ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਕੂਲ ਸਾਈਟ ਦੇ ਦੌਰੇ

ਮਾਸਕ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਪਹਿਨਣਾ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ

ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਮਾਸਕਿੰਗ

ਇਸ ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਇੱਥੇ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਹੈ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਿਲੀ ਸਫਲਤਾ ਉਪਾਵਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਹੀ ਅਤੇ ਵਿਆਪਕ ਮਾਸਕਿੰਗ (ਅਤੇ ਹੋਰ ਉਪਾਅ) ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਅਤੇ **ਨਾਲ ਹੀ** ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਵਿੱਚ ਸੰਚਾਰ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਾਡੀ ਪੂਰੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੁੰਦੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦਾ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਵਿਭਾਗ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਡਾਕਟਰੀ ਅਪਵਾਦ ਦੇ ਬਿਨਾਂ ਵਾਲੇ 2 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਅਤੇ ਸਕੂਲ ਸਟਾਫ ਦੇ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਕਵਰ ਪਹਿਨਣ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੈਕਰਾਮੈਂਟੋ ਕਾਉਂਟੀ ਖੇਤਰ ਦੇ ਬਹੁਤੇ ਸਕੂਲ ਦੁਬਾਰਾ ਖੁੱਲਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਤਸਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਜਿਹੇ ਸਕੂਲੀ ਸਾਲ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਜੋ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲਾਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖਰਾ ਦਿਖਾਈ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਪੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਾਉਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਮਾਸਕਿੰਗ ਦਾ ਨਮੂਨਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੇਠਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਸਹੀ ਮਾਸਕਿੰਗ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਨ ਵਾਲੇ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਗਲਤ ਮਾਸਕਿੰਗ ਨਾਲੋਂ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਦਿਖਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਬਣਨ ਲਈ, ਮਾਸਕ:

- ਨੱ ... ਜੀਦੇ ਹ
- ਇ ... ਪਰ ਅ ... ਤੇ ਹ
- ਕੰ ... ਹੀਦੇ ਹ
- ਫੈ ਚ

ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ

ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਸਟੇਟ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਦਰ ਨਿਰੰਤਰ ਵੱਧ ਰਹੀ ਹੈ ਪਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਲਾਗ ਦੀ ਸਹੀ ਦਰ ਵਿਆਪਕ ਟੈਸਟ ਦੀ ਘਾਟ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਟੈਸਟਿੰਗ ਦੀ ਤਰਜੀਹ ਕਾਰਨ ਨਹੀਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਾਲੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੀਆਂ ਦਰਾਂ ਨਾਲੋਂ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਨ, ਜੋ ਇਹ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਬਾਲਗਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਤੋਂ ਘੱਟ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਫੁੱਲਤ ਹੋਣ ਦੀ ਅਵਧੀ, ਲੱਗਭੱਗ ਬਾਲਗਾਂ ਵਾਂਗ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚ ਔਸਤਨ 6 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ 2-14 ਦਿਨ ਦੀ ਜਾਪਦੀ ਹੈ। ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਸੰਕਰਮਿਤ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਸਿਰਫ ਕੁਝ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਿਰਫ ਉਪਰਲੀ ਸਾਹ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਲੱਛਣ ਜਾਂ ਸਿਰਫ ਗੈਸਟ੍ਰੋਇੰਟੇਸਟਾਈਨਲ ਲੱਛਣ), ਜਾਂ ਇਹ ਬਿਨਾਂ ਲੱਛਣ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। CDC ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸਭ ਤੋਂ ਆਮ ਲੱਛਣ ਖੰਘ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬੁਖਾਰ ਹਨ। ਸਬੂਤ ਇਸ ਗੱਲ ਵੱਲ ਇਸ਼ਾਰਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਤਕਰੀਬਨ ਅੱਧੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਬਿਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ (*Clin Infect Dis*। 2020). ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਸੰਕੇਤ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਦੂਜੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਲਾਗ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਫਲੂ, ਸਟ੍ਰੈੱਪ ਥਰੋਟ, ਅਤੇ ਐਲਰਜੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਖਾਸ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀ ਘਾਟ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਦੀਆਂ ਲਾਗਾਂ ਦਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਅਨੁਪਾਤ, ਬੱਚਿਆਂ ਵਿੱਚ SARS-CoV -2 ਦੀ ਪਛਾਣ ਲਈ ਲੱਛਣ-ਅਧਾਰਤ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨੂੰ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਚੁਣੌਤੀਪੂਰਨ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ।

ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਕੂਲ, ਨਿਗਰਾਨੀ, ਤਸ਼ਖੀਸ, ਜਾਂਚ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਫੈਲਣ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਦੇ ਸੰਦਰਭ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ, ਅਧਿਆਪਕਾਂ, ਜਾਂ ਸਟਾਫ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ।

ਸਕੂਲ ਦੀਆਂ ਖੇਡਾਂ ਬਾਰੇ ਕੀ ?

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਨੇ ਨਵੀਂ ਗਾਈਡੈਂਸ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀ, ਜੋ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਗਠਿਤ ਯੁਵਕ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਲਈ 26 ਫਰਵਰੀ ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਹੈ। 5 ਮਾਰਚ ਨੂੰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਪਡੇਟ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਜੋ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਯੁਵਕ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਖੇਡਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਭਾਗੀਆਂ, ਕੋਚਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਸਟਾਫ ਲਈ ਮਾਸਕਿੰਗ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿ ਟੀਮਾਂ ਸਿਰਫ ਉਦੋਂ ਮੁਕਾਬਲੇ ਵਿੱਚ ਪਰਤ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਾਲਜ ਦੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਲਈ ਲਾਗੂ ਸਖ਼ਤ ਜਰੂਰਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹਰੇਕ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਸਖਤ ਟੈਸਟਿੰਗ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ, ਸੰਪਰਕ ਟਰੇਸਿੰਗ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਦੀ ਪਾਲਣਾ, ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਸਟੇਟ ਗਾਈਡੈਂਸ ਇਨ੍ਹਾਂ ਖੇਡਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਾਤਾਵਰਣ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਲਈ ਬਾਹਰੀ ਅਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਯੁਵਕ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਸੰਬੰਧੀ ਬਾਲਗ ਖੇਡਾਂ ਦੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਦਿਸ਼ਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਗਾਈਡੈਂਸ ਸਾਰੀਆਂ ਸੰਗਠਿਤ ਯੁਵਕ ਖੇਡਾਂ ਅਤੇ ਮਨੋਰੰਜਨ ਤੇ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ- ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲ- ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਦੁਆਰਾ ਸਪਾਂਸਰ ਕੀਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਅਤੇ ਨਿਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਸੰਗਠਿਤ ਕਲੱਬ ਅਤੇ ਲੀਗ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਸਟੇਟ ਗਾਈਡੈਂਸ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਇਸ ਤੇ ਜਾਓ:

https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx

ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਿਸ ਉਮਰ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ?

Pfizer ਦੇ ਟੀਕੇ ਨੂੰ 16 ਸਾਲ ਅਤੇ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਮੋਡੇਰਨਾ ਅਤੇ ਜਾਨਸਨ ਐਂਡ ਜਾਨਸਨ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕ੍ਰਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਕੰਪਨੀਆਂ ਨੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕਲੀਨਿਕਲ ਅਜ਼ਮਾਇਸ਼ਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀਆਂ ਹਨ।

ਕਿਉਂਕਿ PFIZER ਦੇ ਟੀਕੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ 16 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕ੍ਰਿਤ ਹੈ, ਇਸ ਉਮਰ ਵਰਗ ਦੇ ਕਿਸ਼ੋਰ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਕਦੋਂ ਹੋਣਗੇ?

ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖੋ, ਨੌਜਵਾਨ ਬਾਲਗ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਉਹ ਕਿਸ਼ੋਰ ਵੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ Pfizer ਦਾ ਕੋਵਿਡ -19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹੈ, ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਅੰਤਮ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਹੋਣਗੇ। ਇੱਥੇ ਕੁਝ ਅਪਵਾਦ ਹਨ: ਜੋਖਮ ਵਾਲੀਆਂ ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ 16 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ 16 ਸਾਲ ਜਾਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਛੇਤੀ ਹੀ ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਾਨਸਨ ਐਂਡ ਜਾਨਸਨ ਨਵਾਂ ਟੀਕਾ

ਜਾਨਸਨ ਐਂਡ ਜਾਨਸਨ ਟੀਕੇ ਇਸ ਵੇਲੇ 18 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਅਧਿਕ੍ਰਿਤ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਕਾ ਉਹ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਵਾਇਰਲ ਵੈਕਟਰ ਟੀਕਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਟੀਕੇ ਨੂੰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਜਾਨਸਨ ਐਂਡ ਜਾਨਸਨ ਦੀ ਟੀਮ ਨੇ ਇੱਕ ਨੁਕਸਾਨ ਰਹਿਤ ਐਡੀਨੋਵਾਇਰਸ - ਵਾਇਰਲ ਵੈਕਟਰ ਲਿਆ - ਅਤੇ SARAS -Cov -2 ਸਪਾਈਕ ਪ੍ਰੋਟੀਨ ਲਈ ਇਸਦੇ ਜੈਨੇਟਿਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਇੱਕ

ਅਤਿਰਿਕਤ ਸਰੋਤ ਸਾਡੇ ਸਕੂਲ ਦੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਪੇਜ ਤੇ ਇੱਥੇ ਦੇਖੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ