

શાળાએ પાછા જવા સંબંધિત માર્ગદર્શિકા

સપ્ટેમ્બર 2020

ચિલ્ડ્રન્સ કમીશ્નર ફોર ઇંગ્લેન્ડ દ્વારા મૂળ માર્ગદર્શિકાનું પ્રકાશન થયેલ છે

જે વિદ્યાર્થીઓ અંગ્રેજીને અતિરિક્ત ભાષા (EAL) તરીકે વાપરે છે, તેવા અધ્યેતાઓ માટે બેલ ફાઉન્ડેશન દ્વારા સ્વીકારેલ છે

શાળા એ પાછા જવાનું છે

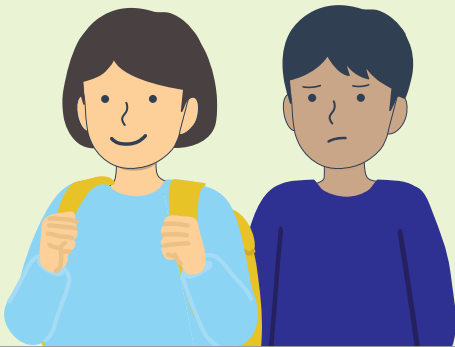
કોરોના વાયરસને કારણે અત્યારનું જીવન ખરેખર અલગ છે. અનેક બાળકોએ શાળાએ જવાનું બંધ કરી દીધું અને બધાએ ઘરે વધુ સમય પસાર કરવો પડ્યો છે.

પણ હવે, ઇંગ્લેન્ડમાં મોટાભાગનાં બાળકો ફરી શાળાએ જાય છે. આની પાછળનું કારણ એ છે કે સામાન્યતઃ બાળકો કોરોનાવાયરસથી બીમાર થતા નથી.

‘ફરી શાળાએ જવા વિષે તમે કેવું અનુભવી રહ્યા છો?’

ગ્રીષ્મકાલીન રજાઓ પહેલા જ કેટલાક બાળકો પાછા શાળાએ જવા માંડ્યા હતા, તેથી તેઓ પહેલેથી જ જાણે છે કે કેટલીક બાબતો પહેલા જેવી જ હતી અને કેટલીક બાબતો બદલાઈ હતી.

જો તમે ઘરમાં જ હતા, તો તમે કદાચ ઉત્સાહિત હોવાની સાથે પાછા શાળાએ જવા વિષે તમે થોડા ચિંતામાં પણ હશો.



એવો અનુભવ થવો સામાન્ય છે.

જ્યારે તમે શાળાએ પાછા ફરશો, ત્યારે કેટલીક બાબતો પહેલા જેવી જ હશે અને કેટલીક બાબતો અલગ હશે.

આ માર્ગદર્શિકામાં અમે તમને જણાવીશું કે:

શાળામાં કઈ બાબતો બદલાઈ તે જણાવવું

તમારી ચિંતાનું નિરાકરણ કેવી રીતે લાવવું તે જણાવવું

શું શાળાએ જવું સુરક્ષિત છે?

સામાન્યતઃ બાળકો કોરોનાવાયરસથી બીમાર પડતા નથી.

કોરોનાવાયરસ હજુ પણ છે, પણ લોકો ઘરે રહે છે, તેથી ઓછા લોકો બીમાર પડે છે. તેથી સરકારનું માનવું છે કે બાળકો માટે શાળાએ પાછા ફરવું હવે સુરક્ષિત બન્યું છે.

શાળાને વધુમાં વધુ સુરક્ષિત કરવા માટે, કેટલાક પરિવર્તનો કરવામાં આવશે.

શાળાએ શું અલગ હશે?

બધી જ શાળાઓ એકસરખી રીતે નહીં ચાલે. તમારી શાળા તમને જણાવે કે કઈ બાબતો સમાન રહેશે અને કઈ બાબતો અલગ રહેશે. જો એ ન જણાવે, તો તેમને પૂછો.

ફરી પાછા શાળાએ જવાનું છે

કદાચ તમને તમારા મિત્રોને મળીને ઘણો આનંદ થશે, પણ એ પણ શક્ય છે કે જ્યારે તમે ફરી શાળાએ જાઓ, ત્યારે તમે તમારા માતા/પિતા/અભિભાવકો ને યાદ કરો. આ બરાબર છે!

શાળામાં અનેક બાબતો અલગ હશે અને કેટલાક બાળકો માટે શાળાનું આરંભિક વર્ષ મુશ્કેલ હશે. પરંતુ પોતાની જાતને થોડો સમય આપો અને શીઘ્ર જ તમે સારું અનુભવશો.



શું મારે માસ્ક પહેરવું પડશે?

વર્ગખંડમાં તમારે માસ્ક પહેરવું પડશે નહીં. પણ ક્યારેક તમારા શિક્ષક માસ્ક પહેરી શકે છે માધિક શાળાઓમાં કેટલીક જગ્યાઓએ કોરિડોર અને અન્ય સાર્વજનિક જગ્યાઓમાં તમારે માસ્ક પહેરવાની જરૂર પડી શકે. આ બધાને સુરક્ષિત રાખવા માટે છે.

જો તમે 11 વર્ષ કે તેથી મોટા હો, તો તમારે શાળાએ જતા-આવતા માર્ગમાં માસ્ક પહેરવું પડશે.



કેટલીક શાળાઓમાં કેવી રીતે અમુક બાબતો અલગ હશે

આરંભ સમય કેટલાક બાળકો માટે શાળાનો આરંભ અલગ સમયે થશે. આનાથી અન્ય લોકોથી યથાસંભવ દૂર રહેવામાં વ્યક્તિને સહયતા મળશે.



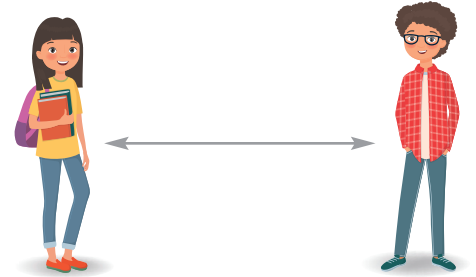
તમારા હાથ ધોવા તમારે વારંવાર તમારા હાથ ધોવાનાં રહેશે - જ્યારે તમે શાળાએ પહોંચો, જ્યારે તમે બેઠકમાંથી પાછા ફરો, જ્યારે તમે વર્ગખંડ બદલો અને ભોજન કરતાં પૂર્વ અને પછી.



કોની સાથે તમારે સમય પસાર કરવો ઓછા લોકોને મળવું એ કોરોનાવાયરને નિયંત્રિત રાખવાનો એક માર્ગ છે. કેટલીક શાળાઓ બાળકોને સમૂહોમાં અથવા 'બબલ્સ'માં મુકશે. તમે બીજા સમૂહનાં/બબલ્સનાં લોકોને મળી શકશો નહીં. એ સમૂહ/બબલ તમારો વર્ગ હોઈ શકે છે અથવા તમારા વર્ષનો સમૂહ. અન્ય સમૂહો/બબલ્સથી જુદા સમયે તમારો વિરામ અને બપોરનું ભોજન હશે.



મોટા બાળકોને તેમના સમૂહનાં બીજા લોકોથી દૂર રહેવા માટે પણ કહેવામાં આવી શકે.

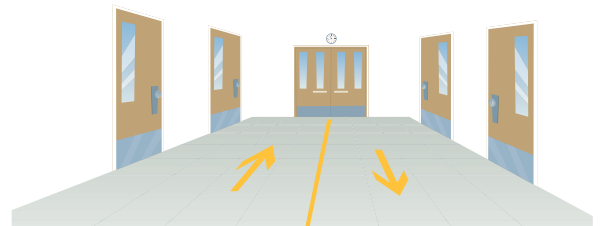


તમારા વર્ગખંડમાં કેટલાક ખંડોમાં ઓછા વિદ્યાર્થીઓ હશે. વર્ગખંડમાં, તમારા ડેસ્ક અલગ જગ્યાએ હોઈ શકે છે. ઉદાહરણ તરીકે, બે ડેસ્ક વચ્ચે વધારે જગ્યા હશે.

કેટલીક રમતો, રમકડાઓ, અન્ય વસ્તુઓ, નો ઉપયોગ કરી શકાશે નહીં.



શાળાની આસ-પાસ ફરવું કેટલીક શાળાઓ પાસે શાળાની આસ-પાસ ફરવા માટે એક-માર્ગ પ્રણાલી જ હશે



શાળાએ જવા અને આવવા માટે

જો તમે કરી શકો તો, ફપયા ચાલીને કે સાઇકલ ચલાવીને શાળાએ જાઓ

જો તમે શાળાની બસનો ઉપયોગ કરો (એક બસ જે માત્ર શાળાનાં બાળકો માટે જ હોય), તો તમારા સમૂહનાં અથવા બબલનાં લોકો સાથે યાત્રા કરવા માટે શાળા તમને સૂચના આપી શકે છે. તમારે બીજા બાળકોથી બસમાં દૂર રહેવાની આવશ્યકતા નથી, પણ એ એક સારો ઉપાય છે. બસમાં બેસતા પહેલા અને પછી તમારે તમારા હાથને હેન્ડ સેનેટાઇઝરથી સાફ કરવા પડશે.



જો તમે 11 કે તેથી વધુ વયનાં હો અને તમે તમારા સમૂહ/બબલની બહારનાં લોકોને મળો, તો શાળાની બસમાં માસ્ક પહેરવું એક સારો ઉપાય હશે. જો તમે સાર્વજનિક બસ અથવા ટ્રેનનો ઉપયોગ કરો છો, તો તમારે અન્ય યાત્રીઓથી 2 મિટર દૂર રહેવાનો પ્રયાસ કરવો જોઈએ અને તમે 11 કે તેથી વધુ વર્ષનાં છો, તો તમારે માસ્ક પહેરવું જોઈએ.

એ કામો જે તમે ચૂકી ગયા છો

જ્યારે ઘરે હતા, ત્યારે અમુક છૂટેલા (ન કરેલા) કાર્યો વિષે કેટલાક બાળકો ઘણાં ચિંતિત છે. યાદ રાખો - તમારા કેટલાય મિત્રો આવું જ અનુભવે છે, કારણ કે છ મહિના માટે મોટાભાગનાં બાળકોએ ઘરે જ રહેવું પડ્યું હતું.

જે કાર્યો બાળકોથી છૂટી ગયેલ છે, તે કાર્યો માટે સહાયતા માટે સરકારે શાળાઓને અમુક ધનરાશિ આપી છે. જો તમે ચિંતિત હો, તો તમારા માતા, પિતા અથવા અભિભાવકોને કહો કે શાળા કેવી રીતે સહાયતા કરી શકે, એ વિષે તેમને પૂછો.

જો તમે ચિંતિત હો, તો તમે શું કરી શકો

તમે શું અનુભવો છો?

તમે કઈ બાબતે ઉત્સાહિત છો? બધું જ અહીં લખો:

તમે શેનાં વિષે ચિંતિત છો? બધું જ અહીં લખો:

તમે તમારા જવાબો કોઈ મોટાને (જમ કે તમારા માતા/પિતા/અભિભાવકો) બતાવી શકો છો અને તેઓ આ વિષે તમારી સાથે ચર્ચા કરી શકે છે. આપણે અમુકવાર કઈક નવા વિષે ચિંતા કરીએ છીએ, કારણકે એ કેવું હશે એ આપણે જાણતા નથી. જ્યારે એ સામે આવે છે, ત્યારે આપણા વિચાર જેટલું એ ખરાબ હોતું નથી. અને એ બધી ચિંતાઓ કશા માટે ન હતી!

સજ્જ રહેવું એ ઉમદા ઉપાય છે. જે બાબતો અલગ હોય, તે વિષે તમને જણાવવા માટે તમારી શાળાને કહો. તમે આ પરિવર્તનો વિષે વિચારી શકો છો અને જ્યારે ફરી તમે શાળાએ જાઓ, ત્યારે તમે એ માટે તૈયાર રહેશો.

કોની સાથે વાત કરવી

જો તમારી શાળામાં સલાહકાર હોય, તો એ તમારી વાત સાંભળી તમારી સહાયતા કરશે.

બાળકોને ઓનલાઇન અને ટેલિફોનિક સહાયતા આપે છે:

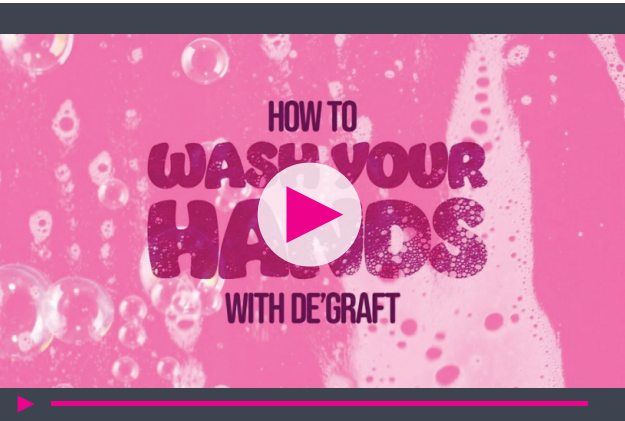
www.childline.org.uk

0800 1111

સ્વચ્છતા માટે કેટલાક ઉપાયો

આપણે બધાએ વારંવાર હાથ ધોવાનાં રહેશે.

નીચેનાં વિડિયો પર ક્લિક કરો. એ બતાવશે કે સારી રીતે તમારા હાથ કેવી રીતે ધોવા.

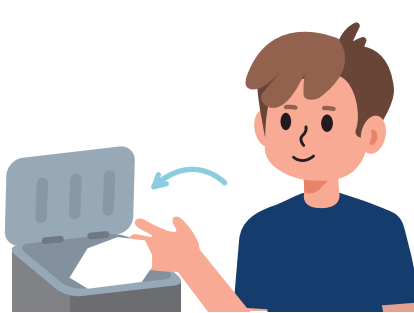


જ્યારે આપણે ખાંસી કે છીંક ખાઈએ છીએ, ત્યારે આપણે બીજા લોકોને બીમાર પાડીએ છીએ.

યાદ રાખો:



ખાંસી કે છીંક માટે
ટિશ્યુ વાપરો



કચરાપેટીમાં
ટિશ્યુને ફેંકો



સાવધાનીથી તમારા
હાથ સાફ કરો

આ માર્ગદર્શિકાને નિમ્ન દ્વારા સ્વીકારાઈ છે

ધ બેલ ફાઉન્ડેશન
રેડ ક્રોસ લેન
કેમ્બ્રિજ
CB2 0QU
યુનાઇટેડ કિંગડમ

ઈમેલ: info@bell-foundation.org.uk
વિઝિટ કરો: www.bell-foundation.org.uk
Twitter: @BellFoundation

મૂળ માર્ગદર્શિકા નિમ્ન દ્વારા પ્રકાશિત કર્યાથી

ચિલ્ડ્રન્સ કમિશનર ફોર ઇંગ્લેન્ડ
સેન્ટ્યુરી બિલ્ડિંગ્સ
20 ગ્રેટ સ્મિથ સ્ટ્રીટ
લંડન SW1P 3BT

ટેલ: 020 7783 8330
ઈમેલ: info.request@childrenscommissioner.gov.uk
વિઝિટ કરો: www.childrenscommissioner.gov.uk
Twitter: @ChildrensComm

ધ બેલ ફાઉન્ડેશન

હિલ્ક્રોસ
રેડ ક્રોસ લેન
કેમ્બ્રિજ
CB2 0QU

www.bell-foundation.org.uk

પ્રતિકૃતિ-અધિકાર

બધા અધિકારો સુરક્ષિત છે. પ્રતિકૃતિ-અધિકાર ધારકની વિખિત અનુમતિ વિના આ પ્રકાશનનો કોઈપણ ભાગ કોઈપણ પ્રકારે (ફોટોકોપી અથવા ઇલેક્ટ્રોનિક્સ-રીતે કોઈપણ માધ્યમમાં) આને સંગ્રહિત કરવું અને સ્થાયિરીતે કે અસ્થાયિરીતે અથવા આ પ્રકાશનનો અન્ય ઉપયોગ કરવામાટે સંકેતિત કરવું પુનઃ રચિત થઈ શકે નહીં. આ પ્રકાશનનાં કોઈપણ ભાગની પુનઃ રચના કરવા માટે પ્રતિકૃતિ-અધિકારનાં સ્વામીની વિખિત અનુમતિ માટેનાં આવેદનોમાં પ્રકાશકને સંબોધિત કરવા જોઈએ.

પ્રતિકૃતિ-અધિકારી © ધ બેલ એજ્યુકેશન ટ્રસ્ટ લિમિટેડ (ધ બેલ ફાઉન્ડેશન રૂપે પ્રચલિત)

1048465 ગેરેન્ટી ક્રમાંક દ્વારા સીમિત ધ બેલ એજ્યુકેશન ટ્રસ્ટ લિમિટેડ એક સેવાભાવી સંસ્થા છે, જે 5 એપ્રિલ 1972 નાં રોજ સ્થાપિત થઈ અને ચેરિટી કમિશન ક્રમાંક 311585 સાથે નોંધાયેલ એક ચેરિટી છે.