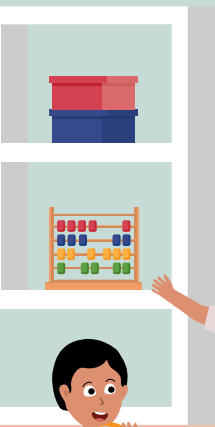


පෙරපාසලට හෝ දිවාසුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයට දරුවන් රැගෙන යන දෙමාපියන්ට/භාරකරුවන්ට පණිවිඩයක්

'කොවිඩ් 19' ට එරෙහිව නව ජීවන රටාවක් දරුවාට කුර්තෘතික පෙරපාසල දිවියක්

දරුවාගේ නම: _____
 පෙරපාසලේ නම: _____
 ගුරුකුමියගේ නම: _____
 ගුරුකුමියගේ දුරකතන අංකය: _____



සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාලය
 සෞඛ්‍ය සහ දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය



ළමා ලේකම් කාර්යාලය
 කාන්තා හා ළමා කටයුතු සහ සමාජ ආරක්ෂණ අමාත්‍යාංශය



World Health Organization
 Sri Lanka



for every child
 සෑම දරුවෙක් වෙනුවෙන්ම
 ஒவ்வொரு சிறுவர்களுக்காகவும்

'කොවිඩ් 19' රෝග තත්ත්වය පැතිරීම වැළැක්වීමට ගන්නා විශේෂ ආරක්‍ෂිත ක්‍රියාමාර්ග සමගින් පෙරපාසල්/දිවාසුරැකුම් මධ්‍යස්ථාන නැවත විවෘත කිරීමට සැලසුම් කර ඇත.

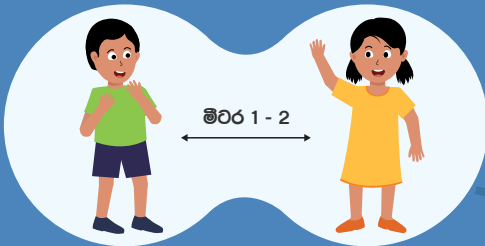
දරුවා, පෙරපාසල්/දිවාසුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයේ ගතකරන කාලය තුළ දරුවාට සුරක්ෂිත පරිසරයක් සකසා දීමට ඔබගේ සහය ඉතා වැදගත් වේ.

සෑම අවස්ථාවකදීම 'කොවිඩ් 19' රෝග තත්ත්වය පැතිරීම වැළැක්වීමට අනුගමනය කළයුතු ක්‍රියාපිළිවෙත් පිළිපැදීමට මතක තබාගන්න. පෙර පාසල තුළ මෙම ක්‍රියාපිළිවෙත් ක්‍රියාවට නැංවීම සඳහා ගුරුතුමියට සහාය වන්න.



සබන් යොදා නිසි පරිදි අත් සේදීම

කැස්සකදි/කිවිසුමකදි නිසි පරිදි ආවරණය කරගැනීම



එකිනෙකා අතර මීටර 1 - 2 ක පුද්ගල දුරස්ථභාවය පවත්වාගැනීම

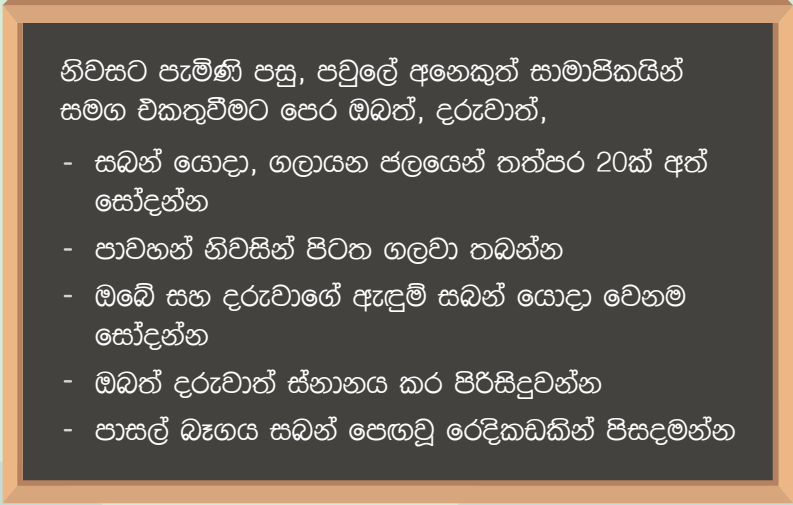
දරුවා තුළද මෙම කුසලතා වර්ධනයට උදව්වන්න

පෙරපාසලට/දිවාසුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයට දරුවා රැගෙන ඒමේදී සැලකිලිමත් විය යුතු කරුණු

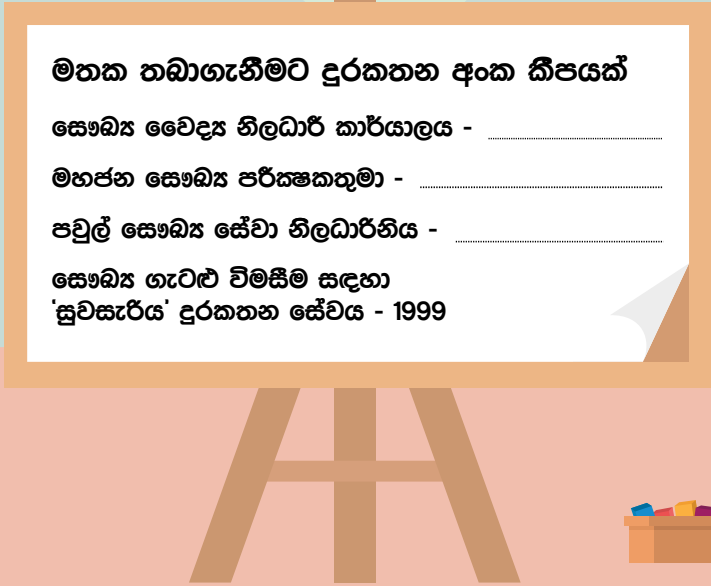
- ඔබේ දරුවාට හෝ නිවසේ සාමාජිකයෙකුට උණ, සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව, කැස්ස පවතිනම් දරුවා පෙරපාසලට/ දිවාසුරැකුම් මධ්‍යස්ථානයට රැගෙන ඒමෙන් වලකින්න
- ඔබේ දරුවා දිගුකාලීන රෝග තත්ත්වයන්ට ප්‍රතිකාර ලබාගන්නේනම්, පෙරපාසලට එවීමට පෙර වෛද්‍ය උපදෙස් ලබාගන්න
- පහසුවෙන් සේදීමට හැකි සරල, පහසු ඇඳුමක් දරුවාට අන්දවන්න (හිල ඇඳුම අනිවාර්ය නොවේ)
- නිවසේදී සකසාගත් ආහාරයක් සහිත කෂම පෙට්ටිය, වතුර බෝතලය සමග දරුවා පෙරපාසලට එවන්න
- පෙරපාසලෙන් උපදෙස් දී ඇති පරිදි නියමිත දිනවල පමණක් නියමිත වේලාවට දරුවා පෙරපාසලට රැගෙන එන්න
- නියමිත වේලාවට දරුවා රැගෙන යාමට පැමිණෙන්න (දරුවා රැගෙනයාමට අවස්ථාව ලැබෙනතුරු පෙරපාසල් ගේට්ටුව අසල කණ්ඩායම් ලෙස රැදීසිටීමෙන් වලකින්න)
- දරුවා පෙරපාසලට රැගෙන ඒමට පෙර, පෙරපාසලේ දැන් පවතින වෙනස්කම් ගැන දරුවාට කියාදෙන්න



- නිතර අත් සබන් යොදා සේදිය යුතු බව
- ඇස්, නාසය, කට සහ මුණ ඇල්ලීමෙන් වැළකිය යුතු බව
- සෙල්ලම් කිරීමේදී යහළුවන්ව ඇල්ලීමෙන් වැළකිය යුතු බව
- වෙනදාමෙන් පන්තියේ යහළුවන් සියළුම දෙනා හැකි බව
- ගුරුතුමිය මුඛ ආවරණයක් පැළඳ සිටින බව



- නිවසට පැමිණි පසු, පවුලේ අනෙකුත් සාමාජිකයින් සමඟ චිකිත්සාවට පෙර ඔබත්, දරුවාත්,
- සබන් යොදා, ගලායන ජලයෙන් තත්පර 20ක් අත් සෝදන්න
 - පාවහන් නිවසින් පිටත ගලවා තබන්න
 - ඔබේ සහ දරුවාගේ ඇඳුම් සබන් යොදා වෙනම සෝදන්න
 - ඔබත් දරුවාත් ස්නානය කර පිරිසිදුවන්න
 - පාසල් බැඳගිය සබන් පෙඟවූ රෙදිකඩකින් පිසදමන්න



මතක තබාගැනීමට දුරකතන අංක කීපයක්

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී කාර්යාලය -
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකතුමා -
- පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිලධාරියා -
- සෞඛ්‍ය ගැටළු විමසීම සඳහා 'සුවසැරිය' දුරකතන සේවය - 1999



සටහන්

.....

.....

.....

.....

.....