fraserhealth
Better health.
Best in health care.

Urdu

ستمبر 2022

Re: Fraser Health's Healthy Back to School Guide

بابت: فریزر ہیلتھ کی صحت کے ساتھ اسکول واپسی کے لئے رہنمائی

محترم والدین / سرپرستگان اور طلباء و طالبات جو کہ فریزر ہیلتھ ریجن میں سے ہیں

ہم اسکول کے سال 2022/2023 کی راہ دیکھ رہے ہیں اور اپنے ریجن میں اسکول کمیونیٹیز کی صحت اور تندرستی کے لئے مدد جاری رکھنے کے لئے کوشاں ہیں۔ ہم آپ کے ساتھ پبلک ہیلتھ سروسز کے بارے میں مندرجہ ذیل ویب ریسورسز اور معلومات شئیر کر رہے ہیں تا کہ تمام طلبا و طالبات اور ان کے خاندان ، سرپرستگان کی صحت مندانہ اور محفوظ اسکول واپسی میں مددگار ہوں۔

اسکول ہیلتھ ریسورسز:

معلومات کے لئے براہ مہربانی ہماری (fraserhealth.ca/schools)Healthy Back to School Guide چیک کریں کہ کس طرح اپنے بچوں کو اسکول واپسی کی بے چینی، صحت مند کھانا کھانے، حفاظت سے اسکول کی طرف اور اسکول سے واپسی اور نیند پوری کرنے سے متعلق مدد کرنی ہے۔ آپ اس میں والدین / سرپرستگان اور بچوں کے لئے ریسورسز بھی پائیں گے جو کہ ارد گرد اوورڈوز یعنی خوراک سے زیادہ دوا لینے کی آگاہی اور بچاؤ ، نشہ آور مادہ کا استعمال، جنس اور جنسی شناخت اور صحت مندانہ تعلقات کے بارے میں ہوں گے۔

کووڈ -19 رہنمائی برائے اسکولز

تازہ ترین صوبائی رہنمائی اوراسکول اور کووڈ -19 کے بارے میں معلومات کے لئے ویب ریسورسز British Columbia Centre for Disease Control (BCCDC) Schools کو ملاحظہ کریں۔

حفاظتی ٹیکے:
حفاظتی ٹیکے – کنڈرگارٹن داخلہ، گریڈ 6 اور گریڈ 9

- بچے اپنے کنڈر گارٹن داخلہ کے حفاظتی ٹیکے 4 سال کی عمر میں شروع کر سکتے ہیں اور اسکول داخلہ سے پہلے ہی ان بچوں کو تجویز کردہ ویکسینز لگوا لینی چاہیئے۔ کنڈر گارٹن حفاظتی ٹیکے کی بکنگ کیسے کرانی ہے سے متعلق معلومات ہمارے children and youth immunizations پیج پر دستیاب ہیں۔

- B.C میں school-aged children and teensگریڈ 6 اور گریڈ 9 میں ویکسین کی پیشکش کرتے ہیں۔ گریڈ 6اور گریڈ 9 کے طلبا و طالبات یہ حاصل کر سکتے ہیں immunizations by public health nurses at school clinics ۔ معلومات اور رضا

2022
BC's Top Employers

Urdu

ستمبر 2022

مندی کے فارم گریڈ 6 اور گریڈ 9 کے طلبا و طالبات کے لئے اسکول سال کے آغاز میں گھر بھیج دیئے جائیں گے۔ والدین/ سرپرستگان کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ consent for immunization سے متعلق اپنے بچوں سے بات کریں۔

کووڈ -19 کے حفاظتی ٹیکے

- مندرجہ بالا تمام حفاظتی ٹیکوں کے ساتھ ساتھ تمام بچوں اور نوجوانوں کی حوصلہ افزائی کی جاتی ہے کہ وہ کووڈ -19 کے حفاظتی ٹیکے لگوانے میں تازہ ترین رہیں۔ موجودہ صورت حال میں ہر 6 ماہ یا اس سے زائد عمر والے کووڈ -19 کے حفاظتی ٹیکے لگانے کے اہل ہیں۔
  - بوسٹر شاٹ ہر اس شخص کے لئے موجود ہیں جس کی عمر اس سال موسم خزاں میں 5 سال یا اس سے زائد ہو۔
  - **کووڈ -19 ویکسینز اسکول کلینکس میں مہیا نہیں کی جائیں گی۔**
- ہم تمام بچوں اور نوجوانوں کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں کہ وہ اپنے آپ کو یہاں رجسٹر کرائیں gov.bc.ca/GetVaccinated تا کہ جب ویکسین اپوائنمنٹ بک کرانے کا وقت ہو تو انہیں آگاہ کیا جا سکے ۔

فلو کے حفاظتی ٹیکے

- ہر 6 ماہ یا اس سے زائد عمر والے کو ہر سال فلو ویکسین لگوانے کی تجویز دی جاتی ہے ۔
- فلو ویکسین عام طور پر اکتوبر میں دستیاب ہوتی ہے۔
- **فلو ویکسینز اسکول کلینکس میں فراہم نہیں کی جاتیں۔**
- فلو کلینک تلاش کرنے کے لئے وزٹ کریں immunizebc.ca/clinics/flu

بچوں کی صحت کے معائنہ جات:

دندان

کنڈرگارٹن دانتوں کی اسکریننگ جاری رہے گی ہمارے پبلک ہیلتھ ڈینٹل ٹیم کی جانب سے۔اسکول کے سال 2022/2023 کے دوران وہ تمام کنڈرگارٹن کے طلبا و طالبات کو اسکریننگ مہیا کریں گے۔ جن طلبا و طالبات کی نشاندہی ہوگی کہ ان کو دانتوں کے مسائل ہیں ان کو علاج کے لئے حوالے اور ذرائع مہیا کئیے جائیں گے تا کہ وہ حفظان دندان تک رسائی حاصل کر سکیں۔

بصارت

بچوں کو ہر سالا ایک ماہر بصارت سے اپنی آنکھوں کا معا ئنہ کرانا چاہئیے جب وہ اسکول میں داخل ہو جائیں۔**B.C**میں 18 سال تک کی عمر کے بچےسال میں ایک بار مفت آنکھوں کے معائنہ کے اہل ہیں۔ والدین / سرپرستگان اپنے بچے کی بصارت کے ٹیسٹ کے لئے اپنے لوکل آپٹومیٹرسٹ سے بکنگ کرا سکتے ہیں **Find an Optometrist**ڈیٹا بیس استعمال کر کے یا بی سی ڈاکٹرز آف آپٹومیٹری (**BC Doctors of Optometry**) کے نمبر **604-737-9907** پر کال کر کے۔

سماعت

Urdu

ستمبر 2022

اچھی سماعت بولنے اور زبان کی نشونما کے لئے نہایت ضروری ہے اور آغاز میں سماعت کے نقصان کی نشاندہی اہم ہے۔ سماعت کے نقصان کی علامات کے بارے میں اور کس طرح طلبا و طالبات کو حوالے کیا جائے ، لوکل پبلک ہیلتھ آڈیالوجی کلینک میں ہمارے hearing services پیج پرجائیں ۔

ڈینٹل کئیر، بصارت اور سماعت کے ٹیسٹ کے بارے میں مزید معلومات حاصل کرنے کے لئے یہاں ہمارے پیج کو ملاحظه فرمائیں:

(fraserhealth.ca/childhealthscreenings) child health screenings page

B.C کے بچوں کی صحت کا پروگرام ***Healthy Kids Program***

Healthy Kids Program بچوں کی صحت کا پروگرام کم آمدنی والے خاندان میں ہونے والے بچوں کو بنیادی ڈینٹل ٹریٹمنٹ، بصارت کی دیکھ بھال اور سماعت کی مدد مہیا کرتا ہے ۔

اگر آپ کو اس خط میں فراہم کی گئی معلومات کے بارے میں سوالات ہوں تو براہ مہربانی مندرجہ ذیل لوکل پبلک ہیلتھ یونٹ سے رابطہ کریں۔

Public Health Units:					پبلک ہیلتھ یونٹس
Abbotsford Tel: 604-864-3400 Fax: 604-864-3410	**Agassiz** Tel: 604-793-7160 Fax: 604-796-8587	**Burnaby** Tel: 604-918-7605 Fax: 604-918-7630	**Chilliwack** Tel: 604-702-4900 Fax: 604-702-4901	**Cloverdale, Surrey** Tel: 604-575-5100 Fax: 604-574-3738	**Guildford, Surrey** Tel: 604-587-4750 Fax: 604-587-4777
Hope Tel: 604-860-7630 Fax: 604-869-2332	**Langley** Tel: 604-539-2900 Fax: 604-514-8036	**Maple Ridge** Tel: 604-476-7000 Fax: 604-476-7077	**Mission** Tel: 604-814-5500 Fax: 604-814-5517	**New Westminster** Tel: 604-777-6740 Fax: 604-525-0878	**Tri-Cities** Tel: 604-949-7200 Fax: 604-949-7211
Newton, Surrey Tel: 604-592-2000 Fax: 604-501-4814	**North Delta** Tel: 604-507-5400 Fax: 604-507-4617	**North Surrey** Tel: 604-587-7900 Fax: 604-582-4811	**South Delta** Tel: 604-952-3550 Fax: 604-946-6953	**White Rock** Tel: 604-542-4000 Fax: 604-542-4009	