

बाट: **Jake Baggott**, सहायक उपकुलपति र युनिभर्सिटी स्वास्थ्य सेवाका (**University Health Services**)
कार्यकारी निर्देशक

लागि: सबै **UW-Madison** का कर्मचारीहरू

विषय: क्याम्पसको **COVID-19** अपडेट

मिति: अक्टोबर २९, २०२०

राज्य भरी, र डेन काउन्टीमा, **COVID-19** भएर अस्पताल भर्ना भएका र नयाँ **COVID-19** का केसहरू उच्च रेकर्डमा छन्।
क्याम्पसका केस र पोजिटिभ दरहरू काउन्टी र राज्यव्यापी स्तर भन्दा कम प्रवृत्ति भएतापनि, हाम्रा कर्मचारीहरू सामुदायिक
सङ्क्रमणका कारण **COVID-19** को सम्पर्कमा आउने जोखिम बढ्दो छ।

गएका दुई हप्ताहरूमा, हामीले कर्मचारीको केस र कर्मचारीको पोजिटिभ दरहरूमा वृद्धि देखेका छौं। प्रमाणले लगातार देखाउँछ कि
हामीले हाम्रो कुनै पनि शैक्षिक र अनुसन्धान टाउँहरूमा भाइरल सङ्क्रमण भेटेका छैनौं। हाम्रो *contact tracing* ले सुझाव दिन्छ कि
प्रायः जसो व्यक्तिहरूले उनीहरूको व्यक्तिगत जीवनका गतिविधिहरू र कार्यक्रमहरू मार्फत भाइरस सङ्क्रमण भएको देखिन्छ। हामी
हाम्रो क्याम्पस समुदायमा सबैलाई क्याम्पस सुरक्षा प्रोटोकलको पालना जारी राखेर रोग फैलना सीमित राख्न र एक अर्कालाई सुरक्षित
राख्नको लागि आफ्नो व्यक्तिगत प्रयासहरूमा अझै मेहेनत गर्न आग्रह गर्दछौं।

म हाम्रो समुदायलाई अनुरोध गर्दछु:

- तपाईंको नजिकको परिवारमा नभएका कसैसँग पनि सामाजिक जमघट नगर्नुहोस्, विशेष गरी कतै भित्र।
- सबै क्याम्पस सुरक्षा प्रोटोकलहरू पालना गर्नुहोस् र तपाईंको क्याम्पस बाहिरका र भित्रका गतिविधिहरूमा सावधानीहरू
अपनाउनुहोस्, जसमा समावेश छन्:
 - सार्वजनिक टाउँहरूमा हुँदा र तपाईंसँग नबस्ने मान्छेहरूको नजिक हुँदा मास्क लगाउने;
 - तपाईं र तपाईंसँग नबस्ने मान्छेहरूका बीच मास्क लगाएतापनि कम्तिमा छ फिटको दूरी कायम राख्ने;
 - २० सेकेन्ड भन्दा बढि साबुन र पानीले बारम्बार हात धुने, वा धुन नमिलेमा सेनिटाइजर लगाउने
- पैदल र ड्राइभ अप परीक्षण विकल्पहरू जस्ता क्याम्पसका निःशुल्क **COVID-19** परीक्षणको फाइदा लिन जारी राख्ने।
- पहिले नै फल्लूको खोप लगाएका १७,००० भन्दा बढी संकाय, कर्मचारी, र विद्यार्थीहरू जस्तै खोप लगाउनुहोस्। तपाईं
नजिकैको टाउँ खोज्नुहोस्।

Halloween र निर्वाचनको दिन नजिकै आईपुग्दा, निश्चित गर्नुहोस् कि तपाईं दुबै कार्यक्रमहरूमा सुरक्षित रूपमा सहभागी हुन
सक्नुहुन्छ।

मलाई थाहा छ यो शरद सेमेस्टर सजिलो भएको छैन, र हामी हाम्रो काम र दैनिक जीवनमा अवरोधहरू अनुभव गरीरहनेछौं। व्यायाम
गर्न जारी राखेर तपाईंको स्वास्थ्य कायम राख्नुहोला। तपाईं अनुहार ढाक्ने चीज लगाएर बाहिर जान सक्नुहुन्छ, वा Recreation
and Wellbeing को धेरै अन्लाईन कक्षा मध्य एक लिन सक्नुहुन्छ।

थप रूपमा, *UHS* ले गोपनीय, चौबीसै घण्टा सातै दिन [SilverCloud](#) भन्ने अन्लाईन संसाधन प्रदान गर्दछ, जहाँ तपाईंले चिन्ता, डिप्रेसन, तनाव, आत्मबल, र अरू थप कुराहरूका बारेमा सिक्न सक्नुहुनेछ ।

कर्मचारी सहायता कार्यालय [Employee Assistance Office](#) मार्फत, जसमा *LifeMatters* पनि समावेश छ, कर्मचारीहरूका लागि संसाधन र परामर्शको पहुँच पनि छ ।

हामी सबै हाम्रो क्याम्पस समुदायको स्वास्थ्य प्रति प्रतिबद्ध छौं र हाम्रो सामूहिक प्रयासहरूको साथ हामी हाम्रो समुदायलाई सुरक्षित राख्न जारी राख्न सक्छौं ।