

विषय: नजिकको सम्पर्क, परीक्षण र अरू कुराहरूको अपडेट

यस सन्देशमा समेटिएको छ:

- क्याम्पस र क्याम्पस बाहिरका COVID-19 का केसहरू
- परीक्षणको अपडेट
- नजिकको सम्पर्क सम्बन्धी नयाँ FAQs
- कसरी आफूलाई र अरूलाई बचाउने
- कसरी सहयोग पाउने र सूचित रहने

संकाय र कर्मचारीहरू,

खोप लगाएर, भवनहरू भित्र मास्क लगाएर, बारम्बार हात धुने/स्यानिटाइज गरेर र यदि तपाईंमा लक्षणहरू देखिएर वा अझै पूरा रूपमा खोप लगाउनु नभएकोले परीक्षण गरी हाम्रो क्याम्पस समुदायलाई स्वस्थ राख्नुभएकोमा तपाईं सबैलाई धन्यवाद । तपाईंका प्रयासले गर्दा, UW–Madison ले अघिल्लो वर्ष भन्दा COVID-19 का एकदम कम केसहरू देखिरहेको छ ।

विस्कन्सिन भरी डेल्टा प्रजाति फैलने क्रममा, ७२ मध्य ७१ काउन्टीहरूमा सङ्क्रमणको उच्च स्तर देखिएको छ जसमा डेन काउन्टीमा अरू क्षेत्रहरू भन्दा धेरै कम दर रहेको छ । अपेक्षा गरे अनुसार, क्याम्पसमा केसहरू बढी रहेका छन्, जुन आउने केही हप्ताहरूमा जारी रहने सम्भावना छ ।

कृपया हामी सबैले क्याम्पसमा लिइरहेका सावधानीहरूप्रति ध्यान दिनुहोस् **जस्तै कि खोप लगाउने, भवनहरू भित्र मास्क लगाउने र बिरामी परेमा घर बस्ने**, यी सावधानीहरू कक्षाकोठामा, कार्यालय र प्रयोगशालामा आफैलाई बचाउने उचित प्रतिक्रिया रहेका छन् । थप रूपमा, हाम्रो परीक्षणको सल्लाह र खोप नलगाएकाहरूका लागि विशेष आवश्यकताहरूले सकेसम्म धेरै केसहरू पहिचान गरेर सकेसम्म चाँडो सङ्क्रमणलाई सीमित राख्ने लक्ष्य राखेको छ । हाम्रो क्याम्पसको उच्च खोप लगाउने दरले (91.5 प्रतिशत र बढ्दै) क्याम्पसका प्राय केसहरू हल्का रहनेछन् । त्यहीपनि, यी सावधानीहरू खोप लगाउन नपाएका बच्चाहरू र हाम्रो समुदायको अरू जोखिम हुने सदस्यहरूलाई बचाउन महत्त्वपूर्ण छन् ।

कृपया सतर्क रहनुहोस् कि **COVID-19 बाहेकका अन्य श्वासप्रश्वास सम्बन्धी भाइरसहरू पनि सङ्क्रमण भइरहेका छन्** । युनिभर्सिटीमा लक्षणहरू रिपोर्ट गर्ने तर COVID-19 नेगेटिभ देखिने मान्छेहरूको सङ्ख्या पनि बढेका छन् । कृपया परीक्षण गर्न र लक्षणहरू देखिएमा घेरै बस्ने कुरा जारी राख्नुहोला ।

परीक्षणको अपडेट

- यदि तपाईंमा लक्षणहरू देखिएमा, तपाईंले परीक्षण गर्न आवश्यक छ किनकि UHS सँग तपाईंले खोप लगाउनु भएको रेकर्ड फाईलमा छैन वा यदि तपाईं COVID-19 लागेको कसैको नजिकको सम्पर्कमा आउनुभएको छ भने, MyUHS app वा वेबसाईटबाट परीक्षणको समय बनाउनुहोला । (नजिकको सम्पर्कको बारेमा थप जानकारी तल हेर्नुहोला ।)
- **परीक्षणका उपलब्ध समयहरूका लागि सबै परीक्षण स्थलहरू चेक गर्नुहोला** किनकि *University Club* जस्ता स्थलहरू अरू स्थल भन्दा कम व्यस्त हुन्छन् ।
- यदि तपाईंले हप्ते पिच्छे परीक्षण गर्न आवश्यक छ भने, तपाईंको एक हप्ताको परीक्षण गर्ने बित्तिकै **अर्को परीक्षणको समय बनाउनुहोला** ।

नजिकको सम्पर्क सम्बन्धी नयाँ FAQs

- ["नजिकको सम्पर्क" भनेको के हो र मलाई कसरी थाहा हुन्छ/मैले के गर्न सक्दछु यदि म परेँ भने ?](#)
- (प्रशिक्षकहरूका लागि) [यदि मेरो कक्षाको कुनै विद्यार्थीले आफूमा COVID-19 पोजिटिभ देखिएको छ भने भने मैले के गर्न पर्दछ ? के मैले अन्य विद्यार्थीहरूलाई सूचित गर्नु पर्दछ ? के मैले कक्षा रद्द गर्नु पर्दछ ?](#)
- [म नजिकको सम्पर्कमा आएको कुनै व्यक्तिले मलाई वहाँमा पोजिटिभ देखिएको बताउनुभयो, तर मलाई MyUHS मार्फत contact tracer ले सम्पर्क गरेको छैन भने मैले के गर्न सक्दछु ?](#)

कसरी आफूलाई र अरूलाई बचाउने

- **राप्ती गुणस्तरको मास्क ठीक तरिकाले लगाउनुहोस्:** *Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* को अनुसार, बहु-तहको कपडा वा डिस्पोजेबल मास्क जसमा नाकको तार हुन्छ र तपाईंको नाक र जसमा मुखमा ठीक तरिकाले अट्छ, ती मास्कहरूले [सबैभन्दा राम्रो सुरक्षा प्रदान गर्दछन्।](#)
- **यदि तपाईंमा COVID-19 का लक्षणहरू देखिएका छन् भने,** तपाईंले खोप लगाउनु भएपनि, **घरै बस्नुहोस्।** *CDC* को [कोरोनाभाइरस आत्म-मूल्याङ्कन](#) चलाउनुहोला।
- **यदि तपाईंमा पोजिटिभ देखिएमा,** [isolation](#) को लागि यी निर्देशनहरूको पालना गर्नुहोला। क्याम्पसका *contact tracers* हरूलाई जानकारी प्रदान गर्न तयार रहनुहोला, ताकि उनीहरूले तपाईंको [नजिकको सम्पर्कमा](#) आएका व्यक्तिहरूलाई सम्पर्क गरेर के गर्नुपर्दछ खबर गर्न सक्नु।
- यदि तपाईंलाई परीक्षण गर्न आवश्यक भएमा, तपाईंमा लक्षणहरू देखिएमा वा COVID-19 भएको कोही व्यक्तिको नजिकको सम्पर्कमा आउनुभएमा, [क्याम्पसमा निःशुल्क परीक्षण](#) गर्नुहोला।
- यदि तपाईं वा तपाईंसँग बस्ने कसैलाई पोजिटिभ देखिएमा वा तपाईं नजिकको सम्पर्कमा आउनुभएको पहिचान गरिएमा [के गर्ने थाहा पाउनुहोस्।](#)

कसरी सहयोग पाउने र सूचित रहने

- तपाईं वा तपाईंको परिवारमा COVID-19 को असरको कारण यदि तपाईं बिदा लिन वा कार्यस्थलामा लचिलोपनाको अनुरोध गर्न चाहनु हुन्छ भने मानव संसाधनको वेबसाईटमा रहेका [यी संसाधनहरू हेर्नुहोस्।](#)
- नियमित रूपमा अपडेट गरिने [COVID-19 प्रतिक्रिया वेबसाईट, FAQs, र dashboard](#) हेर्नुहोला।
- शिक्षकहरूले [Teaching and Learning वेबसाईटमा](#) थप जानकारी र संसाधनहरू पाउन सक्दछन्।
- भविष्यमा यस्तै ईमेलहरूको अपेक्षा गर्नुहोला।
- तपाईंलाई चाहिने जानकारी भेट्नु भएन ? covidresponse@vc.wisc.edu मा ईमेल वा (608) 262-7777 मा फोन गर्नुहोला।