IMPORTANT ANNOUNCEMENT (3/4)

03/24/2020

RUSSIAN

Уважаемое сообщество ISD,

После обращения губернатора «Оставайтесь дома - будьте здоровы», обращенного к жителям Вашингтона, мы хотим, чтобы вы знали, что ISD продолжит предоставлять услуги питания, ухода за детьми, ноутбуки и точки доступа Wi-Fi. Мы поддерживаем усилия нашего государства по социальному дистанцированию и соблюдению правил гигиены, признавая при этом важную роль, которую мы играем в обеспечении питания и поддержки нашего школьного сообщества.

Канцелярия губернатора опубликовала документ, в котором подробно описываются основные трудовые ресурсы, такие как: «Работники, поддерживающие государственные и частные учреждения по уходу за детьми, лицензированные учреждения дошкольного образования, школы, колледжи и университеты K12 в целях дистанционного обучения или предоставления школьного питания или ухода за детьми, а также для детей основных работников во всех секторах и для детей с уникальной уязвимостью ». Посетите coronavirus.wa.gov для получения дополнительной информации об указе губернатора.

Мы все должны внести свой вклад в предотвращение распространения COVID-19. Пожалуйста, не забудьте соблюдать следующее:

• Даже если вы не больны, по возможности избегайте посещения больниц, учреждений долгосрочного ухода или домов престарелых. Если вам нужно посетить одно из этих учреждений, ограничьте свое время и держитесь на расстоянии 6 футов от пациентов.

• Не ходите в отделение неотложной помощи, если в этом нет необходимости. Отделения неотложной помощи должны быть в состоянии обслуживать тех, кто наиболее остро нуждается. Если у вас есть такие симптомы, как кашель, лихорадка или другие респираторные проблемы, сначала обратитесь к своему обычному врачу.

• Оставайся дома, когда больны.

• Соблюдайте правила личной гигиены, включая частое мытье рук с мылом и водой, кашель в ткань или локоть, избегайте касания глаз, носа или рта.

• Держитесь подальше от людей, которые болеют, особенно если вы подвержены более высокому риску коронавируса

• Очищайте часто прикасающиеся поверхности и предметы (например, дверные ручки и выключатели). Обычные бытовые чистящие средства эффективны.

• Старайтесь не касаться глаз, носа и рта, если только вы не помыли руки.

• Много отдыхайте, пейте много жидкости, ешьте здоровую пищу и справляйтесь со стрессом, чтобы сохранить свой иммунитет.

Пожалуйста, посетите веб-сайт Public Health Seattle & King County для получения дополнительной информации: https://kingcounty.gov/depts/health/communicable-diseases/disease-control/novel-coronavirus/protection/russian.aspx

SPANISH

Estimada comunidad de ISD:

Siguiendo las indicaciones del gobernador "Quédese en casa - Manténgase saludable" para los habitantes de Washington, queremos informarle que el ISD continuará brindando servicios de alimentos, cuidado infantil, computadoras portátiles y/o puntos de acceso Wi-Fi. Apoyamos los esfuerzos de nuestro estado para disminuir los efectos negativos causados por el coronavirus mediante el distanciamiento social y la práctica de una buena higiene, al tiempo que reconocemos el papel esencial que desempeñamos para proporcionar nutrición y apoyo a nuestra comunidad.

La oficina del Gobernador emitió un documento donde detalla que la fuerza laboral esencial incluye a: "Trabajadores que apoyan establecimientos de cuidado infantil públicos y privados, establecimientos con licencia de preescolar, escuelas, colegios y universidades con fines de aprendizaje a distancia, o la provisión de comidas escolares o cuidado infantil de los hijos de trabajadores esenciales en todos los sectores y para niños especialmente vulnerables". Visite el sitio coronavirus.wa.gov para obtener más información sobre la orden del gobernador.

Todos debemos poner de nuestra parte para evitar la propagación del coronavirus. Tome en cuenta lo siguiente:

• Incluso si no está enfermo, evite visitar hospitales, centros de atención a largo plazo u hogares de ancianos, en la medida de lo posible. Si necesita visitar una de estas instalaciones, limite su tiempo allí y manténgase a 6 pies de distancia de los pacientes.

• No vaya a la sala de emergencias a menos que sea esencial. Las salas de emergencia deben poder atender a las personas con las necesidades más críticas. Si tiene síntomas como tos, fiebre u otros problemas respiratorios, comuníquese primero con su médico habitual.

• Quédese en casa cuando esté enfermo.

• Practique excelentes hábitos de higiene personal, como lavarse las manos con agua y jabón con frecuencia, toser en un pañuelo o en el codo, y evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.

• Manténgase alejado de las personas que están enfermas, especialmente si tiene un mayor riesgo de coronavirus.

• Limpie las superficies y objetos que se tocan con frecuencia (como cerraduras de las puertas e interruptores de luz). Los limpiadores domésticos regulares son efectivos.

• Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca a menos que se haya lavado las manos.

Descanse mucho, tome muchos líquidos, coma alimentos saludables y controle su estrés para mantener fuerte su inmunidad.

Visita el sitio de Public Health Seattle & King County para obtener más información: https://kingcounty.gov/depts/health/communicable-diseases/disease-control/novel-coronavirus/protection/spanish.aspx

Cultural Bridges
Issaquah Schools Foundation

ISSAQUAH SCHOOLS FOUNDATION