

12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਮਾਸਕ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ



ਸੀਡੀਸੀ ਅਤੇ ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਾਜ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਅੰਦਰੂਨੀ ਅਤੇ ਬਾਹਰੀ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੂੰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ . ਕਿੰਗ ਕਾਊਂਟੀ ਨੇ ਹੁਣ ਸਥਾਨਕ ਮਾਸਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਨੂੰ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਕਿੰਗ ਕਾਊਂਟੀ ਦੇ 16 ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਉਮਰ ਦੇ 70% ਵਸਨੀਕਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਵੈਕਸੀਨ ਲੜੀ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਕਾ ਲਗਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਇਹ ਪੱਧਰ ਹੈਰਾਨੀਜਨਕ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਹੀ 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚੇ ਅਜੇ ਟੀਕੇ ਨਹੀਂ ਲਗਵਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਹੈ ਕਿ ਕਿੰਗ ਕਾਊਂਟੀ ਵਿੱਚ 300,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੱਚੇ ਹਨ ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਲਾਗ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਮਾਸਕ ਅਜੇ ਵੀ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਤਰੀਕਾ ਹਨ. ਕਿਉਂਕਿ ਟੀਕਾਕਰਨ ਤੋਂ ਵਾਂਝੇ ਬੱਚੇ ਅਜੇ ਵੀ ਵਾਇਰਸ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੱਕ ਫੈਲਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਲਈ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਵੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਇਸ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਇੱਕ ਦੂਜੇ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਸਾਰੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਸਕੂਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਲ-ਸੰਭਾਲ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਨਤਕ, ਇਨਡੋਰ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜਿਥੇ ਬੱਚੇ ਵੱਡੀ ਗਿਣਤੀ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੁੰਦੇ ਹਨ.

ਮਾਪਿਆਂ, ਸੰਭਾਲ ਕਰਤਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ, ਇਹ ਕੁਝ ਤਰੀਕੇ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਵਾਸਤੇ ਯੋਗ ਹੋ ਤਾਂ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਓ

**ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਵਾਲੇ ਰਵਿਏ ਦੀ
ਮਾਡਲਿੰਗ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ.**

ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਟੀਕੇ ਲਗ ਗਏ ਹੋਣ ਤਾਂ ਵੀ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਸਾਰੇ ਇਕੱਠੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦਿਖਾ ਸਕਦੇ ਹੋ



**ਦਸੋਂ ਕਿ ਇਹ ਅਜੇ ਵੀ
ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਿਉਂ ਹੈ**

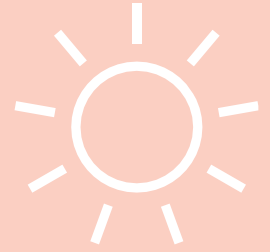
ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਉਲਝਣ ਵਿੱਚ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਦੋਂ ਵੱਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਬਾਲਗਾਂ ਨੂੰ ਹੁਣ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਕਿਉਂ ਹੈ. ਦਸੋਂ ਕਿ ਚੀਜ਼ਾਂ ਬਿਹਤਰ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਗੇ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਵੈਕਸੀਨ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ.

ਕਿਰਿਆ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਤੇ ਸੈਟਿੰਗ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਸਾਪੇਖਿਕ ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ।

ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਜੋਖਿਮ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜੋ 12 ਸਾਲ ਤੋਂ ਘੱਟ ਉਮਰ ਦੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਭਾਗ ਲੈਣ ਦੇ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸੰਚਾਰ ਜੋਖਮਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ, ਬਿਨਾਂ ਟੀਕੇ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹੋ, ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਮਾਸਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਅਤੇ ਯੋਗਤਾ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਬਾਹਰ ਚੁਣੋ

ਕੋਵਿਡ-19 ਫੈਲਾਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਅੰਦਰੋਂ ਨਾਲੋਂ ਬਾਹਰ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ।



ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰਕ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ।

ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਧੇਰੇ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਉਂਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨੇ ਹੋਏ ਹਨ ਅਤੇ ਨਹੀਂ ਪਹਿਨ ਰਹੇ ਹਨ, ਵੱਖ-ਵੱਖ ਇਕੱਠਾਂ ਜਾਂ ਸਥਾਨਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਯੋਜਨਾ ਬੰਨਾ ਕੇ ਰੱਖਣਾ, ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ।

- ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਅਤੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਨਾਲ ਜੋਖਿਮ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਆਰਾਮ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹ ਕੇ ਵਿਚਾਰ-ਵਟਾਂਦਰਾ ਕਰੋ।
- ਸਥਿਰ ਰਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚੇ ਜਾਣ ਸਕਣ ਕਿ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਥਾਪਤ ਰੁਟੀਨ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸਹਿਯੋਗ ਕਰਨ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਯੋਗ ਹਨ।
- ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਇਹ ਸਥਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:
 - ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਕਰਿਆਨੇ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਆਦਿ 'ਤੇ ਜਾਣ ਵੇਲੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣਗੇ।
 - ਦੋਸਤਾਂ ਨਾਲ ਬਾਹਰ ਖੇਡਣ ਵੇਲੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਰੁਝੇਵੇਂ ਵਾਲੇ, ਜਨਤਕ ਖੇਡ ਮੈਦਾਨਾਂ ਅਤੇ ਅੰਦਰ ਖੇਡਣ ਵੇਲੇ ਵਾਸਤੇ ਅਜੇ ਵੀ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।
 - ਬਿਨਾਂ ਟੀਕੇ ਲਗਾਏ ਬੱਚਿਆਂ (ਅਕਸਰ ਇੱਕ ਪੇਡ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਸਮੇਤ ਦੋਸਤਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਛੋਟੇ, ਚੋਣਵੇਂ ਗਰੁੱਪ ਨਾਲ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਜਾਂ ਬਾਹਰ ਮਾਸਕ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

For more information visit:

[KINGCOUNTY.GOV/VACCINE/YOUTH](https://www.kingcounty.gov/vaccine/youth)

Public Health
Seattle & King County 