

विषय: यात्रा सम्बन्धित स्वास्थ्य चेतावनी, खोप कसरी पाउने, परीक्षणको अपडेट

यस सन्देशमा समेटिएको छ

- यात्रा सम्बन्धित स्वास्थ्य चेतावनी
- खोप कसरी पाउने
- खोप लगाउने बारेमा कुरा गर्ने
- परीक्षणको अपडेट

## यात्रा सम्बन्धित स्वास्थ्य चेतावनी

- यात्रा गर्नाले तपाईंलाई **COVID-19** लाग्ने र फैलाउने सम्भावना बढ्दछ । **COVID-19** को अझै सङ्क्रामक प्रजातिहरू देशभरी र विस्कन्सिन भित्र फैला परेका छन् । यसले बिरामी, अस्पतालमा भर्ती हुने र मृत्युमा अर्को वृद्धि हुने खतरा निम्त्याउँदछ । यी कारणहरूले गर्दा खोप लगाएका व्यक्तिहरूलाई पनि यात्रा नगर्न एकदम प्रोत्साहन गरिन्छ ।
- यदि यात्रा गर्ने पर्दछ भने, [आफ्नो जोखिम कसरी घटाउने जान्नुहोस्](#) ।
- यदि तपाईं यात्रा गर्दै हुनुहुन्छ भने, म्याडिसन क्षेत्र वरपर फर्केँदा, तपाईंको यात्राको ३-५ दिन पछि परीक्षण गर्न र नेगेटिभ देखिएपनि आफैँलाई यात्राको ७ दिन सम्म क्वारेन्टाइनमा राख्न (कक्षा र काम बाहेक घरैमा रहने) अपेक्षा गरिन्छ । यदि तपाईंले परीक्षण गर्नु भएन भने, यात्रा पछिको १० दिनसम्म आफैँलाई क्वारेन्टाइनमा राख्नुहोला ।

## खोप कसरी पाउने

*UW–Madison* ले खोप लगाउन चाहने सबै कर्मचारीहरू र योग्य विद्यार्थीहरूलाई **क्याम्पसमा र बाहिर खोप लगाउने समय बनाउन** प्रोत्साहित गर्दछ । किनकि *University Health Services* को खोप आपूर्ति अहिलेसम्म सीमित रहेको छ, तपाईंले क्याम्पस बाहिर अझै चाँडो खोप लगाउन सक्नुहुन्छ ।

- **को योग्य छ:** *UW–Madison* का सबै कर्मचारीहरू, जसमा विद्यार्थी कर्मचारीहरू र व्यक्तिगत र घरबाट काम गर्ने कर्मचारीहरू खोपको लागि योग्य छन् । थप रूपमा, राज्यका [अन्य मापदण्डहरू पूरा गर्ने](#) विद्यार्थीहरू योग्य छन्, जसमा केही स्वास्थ्य अवस्थाहरू वा केही सेटिङ्गहरूमा काम गर्ने कुराहरू समावेश छ । **अप्रिल ५ देखि, १६ वर्ष उमेर र माथिका विस्कन्सिनमा बस्ने, काम गर्ने र पढ्ने व्यक्तिहरू योग्य हुनेछन् ।**
- **शुरू गर्ने:** [MyUHS portal](#) हेर्नुहोला । यसले तपाईंलाई **क्याम्पसमा खोपको समय बनाउन** र [Wisconsin Department of Health Services खोपको रेजिस्ट्रीमा साइन अप गर्न](#) अनुमति दिँदछ । एकपटक तपाईंले दर्ता गर्नुभएपछि, *DHS* ले तपाईंलाई क्याम्पस बाहिर खोप लगाउने समय बनाउने विकल्पहरूको साथ ईमेल पठाउनेछ । विद्यार्थी कर्मचारीहरू लगायत कर्मचारीहरू, राज्यको परिभाषा अन्तर्गत विद्यार्थीका साथ संकारी र कर्मचारीको प्रत्यक्ष सम्पर्कको वा [अघिल्लो योग्यता मापदण्ड](#) अन्तर्गत खोपका लागि योग्य छन् ।

- **क्याम्पस बाहिरका थप विकल्पहरू:** तपाईंको स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग खोप लगाउने समय बनाउने कुरा बुझ्नुहोला । थपमा, अझै धेरै फार्मसीहरूले, जसमा ठूला खुद्रा विक्रेताहरूमा पनि समावेश छन्, खोप दिन शुरू गरेका छन् । सहभागी फार्मसीहरूको सूची र खोप लगाउने समयको निर्देशनहरूको लागि [DHS को वेबसाईट हेर्नुहोला](#) ।
- **MyUHS हेर्दै गर्नुहोला:** आउने हप्ताहरूमा UHS ले खोपको आपूर्ति बढ्ने अपेक्षा गरेको छ, त्यसैले तपाईंले [MyUHS portal हेर्दै गर्नुपर्नेछ](#) ।
- **खोप लगाउँदा के अपेक्षा गर्ने जान्नुहोस् ।**
- यदि तपाईंले क्याम्पस बाहिर खोप लगाउनु भयो भने, **MyUHS मा तपाईंको रेकर्ड अपलोड गर्न याद गर्नुहोला ।** तपाईंले क्याम्पसको नियमित COVID-19 परीक्षणबाट छूट पाउनको लागि यो गर्नुपर्दछ ।
- यो हप्ता, UHS ले यी विभागहरूमा दोस्रो र तेस्रो शिफ्टका कर्मचारीहरूका लागि बढाईएका घण्टाहरू प्रदान गर्दैछ: *Facilities Planning and Management, Athletics, Wisconsin Unions, Conference Centers and Mail Services, Housing, Mouse Breeding Core and Research Services, University Health Services* । [थप जान्नुहोस्](#)
- दोस्रो र तेस्रो शिफ्टका अन्य कर्मचारीहरूका लागि थप क्लिनिक विकल्पहरू चाँडै उपलब्ध हुनेछन् । विवरणहरू उपलब्ध हुना साथ UHS ले यी कर्मचारीहरूलाई थप जानकारी प्रदान गर्नेछ ।

## खोप लगाउने बारेमा कुरा गर्ने

के कुनै कर्मचारीले खोप लगाएको कुरा आफ्नो सुपरभाईजर वा व्यवस्थापकलाई बताउनु पर्दछ ?

पर्दैन । अन्य चिकित्सा समस्या वा अवस्था जस्तै कुनै व्यक्तिको खोपको स्थिति निजी हुँदछ । कर्मचारीहरूले यो जानकारी सुपरभाईजरहरू वा प्रबन्धकहरूलाई साझेदारी गर्न आवश्यक छैन । यसमा सीमित छूटहरू छन् (जस्तै स्वास्थ्य सेवा भूमिकाहरू) जहाँ खोप स्थितिको जानकारी साझा गर्न आवश्यक छ, तर यी सीमित मामिलाहरूमा कर्मचारीहरूलाई औपचारिक रूपमा यस आवश्यकताको बारे सूचित गरिन्छ । सामान्यतया, विशेष गरी स्वास्थ्य अवस्थाका कारण अझै धेरै व्यक्तिहरू खोपका लागि योग्य हुँदा यस किसिमका प्रश्नहरू कर्मचारीहरूलाई सोध्नु हुँदैन, यसो गर्दा कुनै कर्मचारीले मेडिकल वा अशक्तता सूचना साझा गर्न बाध्य भएको महसुस गर्न सक्दछन् । तर, सुपरभाईजर र प्रबन्धकहरूले *Safer Badger app* को रङ्ग वा अवस्थाको (हरियो भवन पहुँच स्वीकृत) बारेमा सोध्न सक्नेछन् ।

के मसँग काम गर्ने कसैलाई उनीहरूले खोप लगाएका छन् कि छैनन् सोध्नु ठीक छ ?

हुँदैन । अन्य चिकित्सा समस्या वा अवस्था जस्तै कुनै व्यक्तिको खोपको स्थिति निजी हुँदछ र कर्मचारीहरूलाई यो कुरा साझा गर्न सोध्न पाइँदैन । सामान्यतया, विशेष गरी स्वास्थ्य अवस्थाका कारण अझै धेरै व्यक्तिहरू खोपका लागि योग्य हुँदा उनीहरूलाई खोपको स्थिति नसोध्नु [राम्रो व्यवहार हो](#) । कसैले आफ्नो खोप स्थितिको जानकारी अरुलाई साझा गर्न चाहन्छ भने त्यसो गर्न स्वतन्त्र छ, तर यो जानकारी काम गर्ने वा कामको रिपोर्ट गर्ने अरूसँग साझा गर्ने कुनै पनि आवश्यकता छैन ।

## परीक्षणको अपडेट

- हाम्रो परीक्षण स्थलहरूमा र पर्दा पछाडिका कर्मचारीहरू प्रक्रियालाई सकेसम्म सुरक्षित र सजिलो बनाउनको लागि लगनशील भई काम गरिरहेका छन्। उनीहरूसँग अन्तर्क्रिया गर्ने क्रममा हामी तपाईंहरूको धैर्यता र समझदारीलाई धन्यवाद दिँदछौं।
- यदि तपाईंले परीक्षणको नमूना प्रदान गर्दा तपाईंको शीशी धेरै भरियो भने, कृपया **यसलाई खाली गर्न नखोज्नुहोला**; त्यसो गर्दा नमूना दूषित हुने जोखिम हुन्छ। कर्मचारीले तपाईंलाई शीशी फ्याल्न सहयोग गरेर तपाईंलाई नयाँ शीशी दिनेछन्।
- किनभने बढ्दो सङ्ख्यामा कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले खोप लगाएका छन् र नियमित परीक्षणको आवश्यक पर्दैन, क्याम्पसले पर्याप्त पहुँच प्रदान गर्दै परीक्षण स्थलहरूको सङ्ख्या घटाउन सकेको छ।

यी परीक्षण स्थलहरू अप्रिल १ को दिनको अन्त्यमा बन्द हुनेछन्; नजिकका स्थलहरू विकल्पका रूपमा दिईएको छ: *Health Sciences Learning Center* (वैकल्पिक स्थल: *Nielsen Tennis Stadium*), *Carson Gulley Center* (वैकल्पिक स्थल: *Dejope Residence Hall*), *Helen C. White* (वैकल्पिक स्थल: *Pyle Center*)।

अरू सबै परीक्षण स्थलहरू उही सञ्चालन समयका साथ खुला रहनेछन्। परीक्षण स्थलहरू शुक्रबार, शनिबार, आइतबार, अप्रिल २-४ मा खुला रहनेछन्। कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले आफ्नो नियमित समयमा परीक्षण गर्न जारी राख्नुपर्नेछ।

## सहयोग कसरी पाउने

- यदि तपाईंसँग धेरै सोधिएका प्रश्नहरूमा सम्बोधन नगरिएका प्रश्नहरू छन् भने [covidresponse@vc.wisc.edu](mailto:covidresponse@vc.wisc.edu) मा ईमेल पठाउनुहोला वा *UW-Madison* को *COVID-19* सहायता लाईन (608) 262-7777 मा फोन गर्नुहोला।
- अपडेटको लागि कृपया [COVID-19 प्रतिक्रिया वेबसाईट](#) हेर्दै गर्नुहोला।