



BELVEDERE SCHOOL

OMSEND BRIEF 24 JULY 2020

COVID-19 - PERSONEELLEDE

Vrydag 24 Julie 2020

Beste Ouers, Voogde en Leerders

Ons wil al ons Leerders en hul gesinne inlig dat 6 van ons personeellede aan COVID-19 blootgestel is. Behalwe vir twee van hulle, is die ander van verskillende departemente in ons skool en hulle was nie aan mekaar, of die Leerders blootgestel nie. Ons wens hulle en hul gesinne goeie gesondheid toe en ons sal hulle in ons gedagtes en gebede hou gedurende die vakansie.

Ons het al die aanvaarde protokolle vir voorkoming van COVID-19 gevolg sedert die skool in Junie heropen het, en ons hele skool sal volgende week weer ontsmet word. Ons maak weer op 3 Augustus oop, slegs vir die Graad 12 Leerders.

GEEN INLIGTING OOR COVID-19 MAG OOR SOSIALE MEDIA GEDEEL WORD NIE:

Ons herinner ons Ouers, Voogde en ons Leerders dat ons 'n Stigmatisering-beleid het om al ons Personeel en ons Leerders en hul Gesinne, te beskerm teen om gestigmatiseer, geviktimizeer of geboelie te word deur om oor COVID-19 by ons skool, op enige sosiale media te bespreek.

WAAKSAAMHEID OOR DIE VOLGENDE 10 DAE:

Ons doen 'n beroep op al ons Ouers en Voogde om ons Kinders, en hulself, gedurende die volgende tien dae baie noukeurig te monitor. Bly weg van ander mense waar moontlik.

COVID-19-SIMPTOME:

Hier is 'n paar van die simptome wat ek in die media en van mense wat dit al gehad het, kon versamel. **(Dit is nie amptelike informasie nie, u dokter is die beste persoon om u inteling oor simptome en wat om te doen as u dink u, of u kind het COVID-19):** ernstige hoofpyn (veral as mens wakker word), sinuspyn, verlies aan reuk en / of smaak, 'n fyn uitslag in die mond, 'n hoes, voortdurende nies, 'n verstopte neus, 'n druppende neus, 'n droë neus en keel, 'n seer keel, liggaams- en / of gewrigspyne, 'n stywe bors, pyn op die bors, kortasem, uiterste moegheid, gevoelloosheid van ledemate of hande en voete, verwarring of 'n onvermoë om te konsentreer, sweet, en 'n algemene gevoel van ongesteldheid (malaise).

Indien u of u kind meer as een van die simptome ervaar kontak u dokter per telefoon of bel die **COVID-19 nommer 0800 029 999** vir amptelike instruksies en advies.

COVID-19 INKUBASIETYDPERK EN HOE LANK DIT DUUR:

Simptome verskyn tussen 2 - 8 dae na kontak. Nadat u die siekte vir 8 dae gehad het, sal u nie meer aansteeklik wees nie, al voel u nog nie goed nie, maar u moet 'n totaal van 10 dae in kwarantyn wees voordat u weer uit

u huis gaan. Na 2 - 3 weke dui die getuigenis daarop dat sommige mense die teenliggame gestort het en dit dus weer kan opdoen! Ons kan dus nooit ophou om voorsorgmaatreëls te neem tot ons nie meer nuwe gevalle in ons land sien nie. Ander lande het hieruit gekom en is nou COVID-19 vry, en ons sal dit ook doen.

WAT ONS KAN DOEN OM DIT TE VERMY SO VER AS MOONTLIK:

Hier is 'n paar dinge wat ek in die media gekry het wat deur mediese kundiges aanbeveel is om te verhoed dat u dit so ver as moontlik kan vermy:

- 1) Was, jou hande: palm tot palm vingers verweef, palm na agter van vingers inmekaar, dan die ander hand bo, vingerpunte na palm, dan die ander hand, vingers in mekaar gebuig, palm na duim, dan die ander hand, dan elke pols tot halfpad na die elmboog, spoel deeglik af en u hande deeglik droog met 'n papierhanddoek en gooi dit in die vullisblik, sorg dat die deksel van die vullisblik skoongemaak word voordat u begin.
- 2) Drink eerder warm drankies as koud - bly gehidreer.
- 3) Was u neus en sinusse twee keer per dag met gebufferde soutwater.
- 4) Spuit u keel met 'n goeie keelsproei, gebruik 'n mondspoelmiddel of gorrel met warm soutwater. Doen dit twee keer per dag
- 5) Maak u huis deeglik skoon en gebruik dan 'n ontsmetmiddel of was u hande voordat u die huis verlaat en weer onmiddellik as u tuis kom. Verwyder al u klere, neem 'n bad of stort en sit u klere elke dag in die was. Moet nie meer aan gebruikte klere raak as wat nodig is nie, was alles, en droog dit in die son of in die tuimeldroeër voordat u dit weer dra.
- 6) Vermy ander mense.
- 7) Bly so veel as moontlik tuis en wees ekstra versigtig as u moet uitgaan. Saniteer u hande gereeld.
- 8) **Dra 'n masker wat 'n drieledige materiaal bevat en waardeur u nie 'n kers kan uitblaas nie, oor u neus en mond.**
- 9) Bly so ver moontlik van ander mense af, maar moet nie langer as 15 minute nader as 2m wees nie.

Was u hande en u kind se hande, en geniet mekaar se geselskap terwyl julle iets lekker saam doen. Ontspan soveel as moontlik en hou die simptome dop!

Kontak my gerus by die nommer en e-pos hieronder indien daar iets is waaroor u besorg is.

Ons wens u, ons Belvedere Familie, sterkte, warmte en geluk toe met hierdie vakansie. Vir diegene wat siek is, mag julle vinnig en volledig herstel, ongeag wat u siekte is.

Die uwe in die onderwys,

Mev Lauren Roberts Mnr Hannes Du Plessis
SBL-voorsitter Skoolhoof
COVID-19-Komitee
Ouer Liason
074 125 7338
laurob@mweb.co.za

COVID-19-komitee, SBS en SBL