8. **ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਕੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੀ ਨਾ ਕਰਨ**

- ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਇਹ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਲੂ ਤੋਂ ਬਚਾਵ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਕੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਕੀ ਨਾ ਕਰਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਨਿਮਨਲਿਖਿਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:-

ਕੀ ਕਰਨ:

- ਪਿਆਸ ਨਾ ਲਗਣ 'ਤੇ ਵੀ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ।
- ਖੁਦ ਦੇ ਸ਼ਰੀਰ ਵਿੱਚ ਨਿਰੰਤਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਾਣੀ ਰੱਖਣ ਦੇ ਲਈ ਓਆਰਐੱਸ (ਓਰਲ ਰਿਹਾਈਡ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੋਲਿਉਸ਼ਨ), ਘਰ ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਪੇਅ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੱਸੀ, ਤੋਰਾਨੀ (ਚਾਵਲ ਦਾ ਪਾਣੀ), ਨਿੰਬੂ ਪਾਣੀ, ਛਾਇਆ ਆਦਿ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ।
- ਹਲਕੇ ਤੇ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ, ਢਿੱਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਣ।
- ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਨੂੰ ਕੱਪੜੇ, ਟੋਪੀ ਜਾਂ ਛੱਤਰੀ ਆਦਿ ਨਾਲ ਢਕ ਕੇ ਰੱਖਣ।
- ਜਾਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਘਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਰਹਿਣ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਬੇਹੋਸ਼ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਰੰਤ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦਿਖਾਓ।

ਕੀ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਖਾਲੀ ਪੇਟ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰਾ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਜਾਓ।
- ਜੇਕਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਵਿੱਚ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਦੁਪਹਿਰ ਵਿੱਚ ਜਦੋਂ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਵੋ ਤਾਂ ਬਹੁਤ ਥਕਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਜੁਤਾ-ਚੱਪਲ ਪਹਿਨਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਘਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਾ ਜਾਓ
- ਜੰਕ ਫੂਡ/ਬਾਸੀ/ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਖਾਣ ਨਾ ਖਾਓ।

9. **ਪਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰ**

- ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪਰੀਖਿਆ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀ ਪਾਰਦਰਸ਼ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੋਤਲ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਅਨੁਮਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਪਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਪੇਅਜਲ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੇਂਦਰਾਂ 'ਤੇ ਪਰੀਖਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ।
- ਪਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪਰੀਖਿਆ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੀਆਂ ਸੀਟਾਂ 'ਤੇ ਮੰਗੇ ਜਾਣ 'ਤੇ ਪਰੀਖਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਪਾਣੀ ਦੀ ਪਹੁੰਚ ਹੋ ਜਾਵੇ।
- ਪਰੀਖਿਆ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਪੱਖੇ ਲੱਗੇ ਹੋਣ।
- ਪਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵੇਟਿੰਗ ਏਰੀਆ ਛਾਇਆਦਾਰ/ਧੁੱਪ ਰਹਿਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉੱਥੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਵੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਪਾਤ ਸਥਿਤੀ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਦੇ ਲਈ ਪਰੀਖਿਆ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨੂੰ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਕਰਮੀ ਅਤੇ ਮੈਡੀਕਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

10. **ਰੈਜੀਡੇਨਸ਼ਿਅਲ ਸਕੂਲ**

ਉਪਯੁਕਤ ਉਪਾਵਾਂ ਦੇ ਇਲਾਵਾ ਰੈਜੀਡੇਨਸ਼ਿਅਲ ਸਕੂਲ ਨਿਮਨਲਿਖਿਤ ਅਤਿਰਿਕਤ ਉਪਾਅ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਗਰਮੀ ਦੇ ਮੌਸਮ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਆਮ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਦਵਾਈਆਂ ਸਟਾਫ ਨਰਸ ਦੇ ਕੋਲ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।
- ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਲੂ ਤੋਂ ਬਚਾਵ ਬਾਰੇ ਜਾਗਰੂਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਹੋਸਟਲ ਵਿੱਚ ਖਿੜਕੀਆਂ 'ਤੇ ਪਰਦੇ ਲਗੇ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਨਿੰਬੂ, ਛਾਛ ਅਤੇ ਮੌਸਮੀ ਫਲ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਮੁਕਾਬਲਤਨ ਵੱਧ ਹੋਵੇ, ਨੂੰ ਆਹਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਮਸਾਲੇਦਾਰ ਖਾਣੇ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਜਮਾਤਾਂ, ਹੋਸਟਲਾਂ ਅਤੇ ਡਾਇਨਿੰਗ ਹੌਲ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਤੇ ਬਿਜਲੀ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਲਬਧਤਾ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।
- ਖੇਡ-ਕੁੱਦ ਅਤੇ ਵਿਭਿੰਨ ਖੇਡਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਸ਼ਾਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੀ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ।

Source: Ministry of Education, Posted On: 11 MAY 2022 7:00PM by PIB Chandigarh, https://pib.gov.in/PressReleasePage.aspx?PRID=1824841

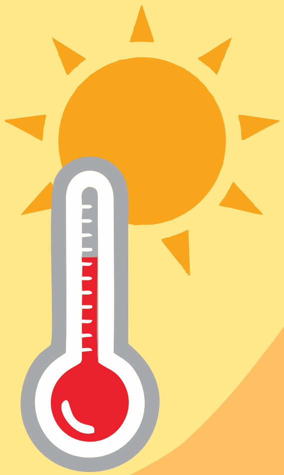
Does your school wants to have a session on "Heatwave Risk Education" for students?
Contact Nikeeta Prajapati at support@aidmi.org

Follow us on: @AIDMI_ORG aidmi_org AIDMI.ORG

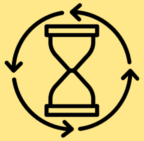
Designed by All India Disaster Mitigation Institute (AIDMI).

April 2024

ਲੂ ਦੇ ਦੁਸ਼ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਦੇ ਲਈ ਸਕੂਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਵਧਾਨੀਆਂ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼



1. **ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਡੇਅਲੀ ਰੁਟੀਨ ਵਿੱਚ ਸੰਸ਼ੋਧਨ**

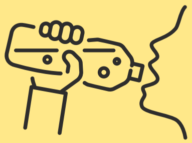


   - ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਜਲਦ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਮਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਸਕੂਲ ਖੁਲਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸਵੇਰੇ 7.00 ਵਜੇ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
   - ਪ੍ਰਤੀਦਿਨ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪੜ੍ਹਾਈ ਦੀ ਕੁੱਲ ਮਿਆਦ ਘਟਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
   - ਖੇਡ/ਹੋਰ ਆਊਟਡੋਰ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ, ਜੋ ਫਿਲਹਾਲ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਕੜੀ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਹੀ ਕਰਨੀਆਂ ਪੈਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਸਵੇਰ ਸਮੇਂ ਉਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮਾਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
   - ਸਕੂਲ ਅਸੈਂਬਲੀ ਜਾਂ ਤਾਂ ਧੁੱਪ ਰਹਿਤ ਖੇਤਰ ਜਾਂ ਜਮਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੀ ਮਿਆਦ ਵੀ ਘਟਾ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
   - ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਛੁੱਟੀ ਹੋਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਠੀਕ ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

2. **ਟਰਾਂਸਪੋਰਟੇਸ਼ਨ/ਆਵਾਗਮਨ**

   - ਸਕੂਲ ਬਸ/ਵੈਨ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਬੱਚੇ ਨਹੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ। ਉਸ ਵਿੱਚ ਓਨੇ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਜਿੰਨੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਬੈਠਣ ਦੀ ਕੁੱਲ ਸਮਰੱਥਾ ਹੈ।
   - ਬਸ/ਵੈਨ ਵਿੱਚ ਪੇਅਜਲ ਅਤੇ ਫਰਸਟ ਏਡ ਕਿਟ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
   - ਪੈਦਲ/ਸਾਈਕਲ ਤੋਂ ਸਕੂਲ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣਾ ਸਿਰ ਢਕ ਕੇ ਰੱਖਣ।
   - ਪਬਲਿਕ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਤੋਂ ਬਚਣ ਅਤੇ ਧੁੱਪ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਰਹਿਣ ਦੇ ਲਈ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਜਾਗਰੂਕ ਕਰੋ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਹੀ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਲੈਣ ਦੇ ਲਈ ਸਕੂਲ ਆਇਆ ਕਰਨ।
   - ਸਕੂਲ ਬਸ/ਵੈਨ ਦੀ ਪਾਰਕਿੰਗ ਛਾਇਆਦਾਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

3. **ਲਗਾਤਾਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ**



   - ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ, ਟੋਪੀਆਂ ਅਤੇ ਛਤਰੀਆਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਹੀ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਖੁੱਲੇ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰ ਜਾਣ 'ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕਰਨ।
   - ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਈ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪੇਅਜਲ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਣ ਜਿੱਥੇ ਆਸਪਾਸ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ ਹੋਵੇ।
   - ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਲਈ ਵਾਰਟ ਕੂਲਰ/ਮਿੱਟੀ ਦੇ ਬਰਤਨ (ਘੜੇ) ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
   - ਹਰ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਅਧਿਆਪਕ ਨੂੰ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ-ਆਪਣੀਆਂ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਤੋਂ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੇ ਲਈ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
   - ਘਰ ਵਾਪਸ ਜਾਂਦੇ ਸਮੇਂ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀਆਂ ਬੋਤਲਾਂ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਜ਼ਰੂਰ ਹੋਵੇ।
   - ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਲੂ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੇ ਲਈ ਨਿਰੰਤਰ ਉਚਿਤ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮਹੱਤਵ ਨਾਲ ਜਾਣੂ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
   - ਨਿਰੰਤਰ ਲੋੜੀਂਦਾ ਪਾਣੀ ਪੀਣ ਨਾਲ ਸ਼ੌਚਾਲਯਾਂ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਇੱਥੇ ਸ਼ੌਚਾਲਯਾਂ ਨੂੰ ਸਵੱਛ ਤੇ ਸਾਫ-ਸੁਥਰਾ ਰੱਖ ਕੇ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

4. **ਖੁਰਾਕ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਭੋਜਨ**

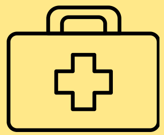
   ਪੀਐੱਮ ਪੋਸ਼ਣ:
   - ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਭੋਜਨ ਜਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਤਿਆਰ ਖਾਣਾ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਪੀਐੱਮ ਪੋਸ਼ਣ ਦੇ ਤਹਿਤ ਗਰਮ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਭੋਜਨ ਗਰਮ ਅਤੇ ਤਾਜ਼ਾ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਭਾਰੀ ਸਿੱਖਿਅਕ/ਅਧਿਆਪਕ ਪਰੋਸੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਭੋਜਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
   - ਟਿਫਿਨ ਲਿਆਉਣ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਖਾਣਾ ਨਾ ਲਿਆਉਣ ਜੋ ਬਹੁਤ ਜਲਦੀ ਬਾਸੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
   - ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਟੀਨਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤਾਜ਼ਾ ਅਤੇ ਸਿਹਤਵਰਧਕ ਭੋਜਨ ਹੀ ਪਰੋਸਿਆ ਜਾਵੇ।
   - ਲੰਚ/ਟਿਫਿਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਭੋਜਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

5. **ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਜਮਾਤਾਂ**

   - ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਾਰੇ ਪੱਖੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਾਰੀਆਂ ਜਮਾਤਾਂ ਉਚਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹਵਾਦਾਰ ਹਨ।
   - ਜੇਕਰ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਵੈਕਲਪਿਕ ਪਾਵਰ ਬੈਕਅਪ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
   - ਸੂਰਜ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਨੂੰ ਸਿੱਧੇ ਜਮਾਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਕਰਨ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਦੇ ਲਈ ਪਰਦੇ/ਬਲਾਇੰਡ/ਅਖਬਾਰ ਦਾ ਉਪਯੋਗ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
   - ਜੇਕਰ ਸਕੂਲ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਦੇ ਮਾਹੌਲ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣ ਦੇ ਲਈ 'ਖਸ' ਦੇ ਪਰਦੇ, ਬਾਂਸ/ਜੂਟ ਦੀ ਚਿਕ ਜਿਹਾ ਕੋਈ ਸਥਾਨਕ ਪਾਰੰਪਰਿਕ ਤਰੀਕਾ ਅਪਣਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

6. **ਯੂਨੀਫੌਰਮ**
   - ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਢਿੱਲੇ ਅਤੇ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ ਸੂਤੀ ਪਰਿਧਾਨ ਪਹਿਣਨ ਦੀ ਅਨੁਮਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
   - ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਯੂਨੀਫੌਰਮ ਜਾਂ ਪੋਸ਼ਾਕ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੇਕ ਟਾਈ ਦੇ ਸੰਬੰਧ ਵਿੱਚ ਮਾਪਦੰਡਾਂ ਵਿੱਚ ਢਿੱਲ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ।
   - ਚਮੜੇ ਦੇ ਜੁਤਿਆਂ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕੈਨਵਾਸ ਦੇ ਜੂਤੇ ਪਹਿਨਣ ਦੀ ਅਨੁਮਤੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
   - ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪੂਰੀ ਬਾਜੂ ਦੀ ਕਮੀਜ਼/ਸ਼ਰਟ ਪਹਿਨਣ।

7. **ਫਰਸਟ ਏਡ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ**



   - ਹਲਕੀ ਲੂ ਲਗਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਉਪਚਾਰ ਦੇ ਲਈ ਓਆਰਐੱਸ ਘੋਲ ਦੇ ਪਾਉਚ ਜਾਂ ਨਮਕ ਅਤੇ ਚੀਨੀ ਦੇ ਘੋਲ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
   - ਹਲਕੀ ਲੂ ਲਗਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਥਮਿਕ ਉਪਚਾਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਲਈ ਟੀਚਿੰਗ ਅਤੇ ਨੌਨ-ਟੀਚਿੰਗ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਟ੍ਰੇਂਡ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
   - ਲੂ ਲਗਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਕੂਲਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ/ਕਲਿਨਿਕ/ਡਾਕਟਰ/ਨਰਸ ਆਦਿ ਦੇ ਕੋਲ ਤੁਰੰਤ ਪਹੁੰਚ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
   - ਸਕੂਲਾਂ ਵਿੱਚ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮੈਡੀਕਲ ਕਿਟ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।