Burmese

မြန်မာ

2021 VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲများဖြေဆိုသည့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများအတွက် လမ်းညွှန်

သင်သည် အောက်ပါအချက်အလက်များကို [2021 VCE စာမေးပွဲများ လမ်းပြပုံအညွှန်း](https://www.vcaa.vic.edu.au/studentguides/ExamsNavigator/Pages/index.aspx) တွင်ပါရှိသည့် VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲများနှင့်စပ်လျဥ်းသည့် အကြံပြုချက်နှင့်တွဲဖက်၍ ဖတ်ရှုသင့်သည်။ ကျေးဇူးပြုပြီး [VCE ပြင်ပစာမေးပွဲများအတွက် ခွင့်ပြုထားသော အရာပစ္စည်းများနှင့် ကိရိယာ](https://www.vcaa.vic.edu.au/assessment/vce-assessment/materials/Pages/index.aspx) ၊ [VCAA စည်းမျဥ်းများ](https://vcaa.vic.edu.au/assessment/vce-assessment/Pages/ExaminationRules.aspx) ၊ [2021 VCE စာမေးပွဲ အချိန်ဇယား](https://vcaa.vic.edu.au/administration/Key-dates/Pages/VCE-exam-timetable.aspx) နှင့် [အထူး ပြဌာန်းချက်](https://www.vcaa.vic.edu.au/administration/special-provision/Pages/SpecialProvisionVCEandVCAL.aspx) တို့နှင့်စပ်လျဥ်းသည့် အပိုင်းများကို အထူးဂရုစိုက်ဖတ်ရှုပေးပါ။

*ဤအချက်အလက်များမှာ ကျောင်းသူကျောင်းသားများအတွက် လမ်းညွှန်ထားသည်၊ ကိုဗစ်-ဘေးကင်းရေး (COVIDSafe) အနေအထား၌ ကျင်းပပေးသည့် စာမေးပွဲများသေချာစေရန် ချမှတ်ထားမည့် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများကို မိသားစုများ/စောင့်ရှောက်သူများ သိရှိရန်အတွက်လည်း လမ်းညွှန်ထားပါသည်။*

VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲများမှာ VCE အတွက် အပြီးသတ်နောက်ဆုံး အောင်စာရင်းများကို ဆုံးဖြတ်ရာ၌ အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍတွင်ရှိစဉ်၊ အကယ်၍ COVID-19 ကြောင့် သင်၏ VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲများကို မဖြေဆိုနိုင်လျှင် သင့်အနေဖြင့် အခြားရင်းမြစ်မှစာမေးပွဲရမှတ် (Derived Examination Score (DES)) ကို လျှောက်ထားနိုင်ပါလိမ့်မည်။

အဆိုပါရမှတ် DES ကို ကျောင်းတွင်ကျင်းပသည့် စာမေးပွဲများ၊ ပညာသင်ယူရေး၌ အခြား ပြင်ပစာမေးပွဲတစ်ခုခု၊ သင်၏ အထွေထွေ အောင်မြင်မှု စာမေးပွဲ ရမှတ်များ (General Achievement Test (GAT)) နှင့် သင့်ကျောင်းမှ ပေထားသည့် အပိုအချက်အလက် အမျိုးမျိုးတို့ကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် တွက်ချက်ပေးပါသည်။

အဆိုပါ VCAA သည် သင့်အနေဖြင့် မျှတပြီး စိတ်ချရသည့် အောင်စာရင်းများ ရရှိစေရန် သေချာအောင် လုပ်ငန်းဖြစ်စဉ်ကိုချမှတ်ပေးထားသည်။

သင့်ကျောင်းမှ သင့်အား အောက်ပါတို့ကို ပေးထားကြောင်း သင် သေချာအောင်လုပ်သင့်သည်-

* သင့်စာမေးပွဲတစ်ခုစီအတွက် ရက်စွဲ၊ အချိန်နှင့် တည်နေရာ ရေးထားသည့် သင်၏တစ်ကိုယ်ရေ **ကျောင်းသား စာမေးပွဲ/စိစစ်မှု အချိန်ဇယား** မိတ္တူတစ်စောင်အပြင် စာမေးပွဲတစ်ခုစီအတွက် DES လျှောက်လွှာတင်သွင်းရန် နောက်ဆုံးရက်စွဲများ၊ နှင့် သက်ဆိုင်ပါက
* VCAA က အထူးစာမေးပွဲအစီအမံများကို အတည်ပြုထားသည့် စာမေးပွဲတစ်ခုခုအတွက် သင့် **အထူးစာမေးပွဲ အစီအမံ အကြောင်းကြားစာ ဖြတ်ပိုင်း** မိတ္တူတစ်စောင်။

**VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲများ COVIDSafe ဖြစ်နေစေရန် မည်သည့်အစီအမံများကို ချမှတ်ထားမည်နည်း။**

VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲများကို သင့်ကျောင်း သို့မဟုတ် သင့်ပညာရေးပို့ချသူမှ အကြောင်းကြားပေးသည့် အခြားတစ်နေရာတွင် ကျင်းပပေးပါမည်။ ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ် ကျောင်းအားလုံးနှင့် အခြား အထက်တန်းကျောင်းအားလုံးကို COVIDSafe အစီအစဉ် ချမှတ်ထားရှိရန် သတ်မှတ်ပေးထားသည်။

ကျန်းမာရေးဌာန (Department of Health) မှ အတည်ပြုထားသည့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးအစီအမံအမျိုးမျိုးကို ကျောင်းသူကျောင်းသားများ၊ ကြီးကြပ်ရေးမှူးများနှင့် ကျောင်းဝန်ထမ်းများ အားလုံး၏သာယာကောင်းမွန်ရေးအတွက် စာမေးပွဲကျင်းပရာဝန်းကျင်များမှာ COVIDSafe ဖြစ်နေစေရန်သေချာအောင်အတွက် ချမှတ်ထားပါလိမ့်မည်။ အဆိုပါ ဘေးကင်းလုံခြုံရေး အစီအမံများမှာ-

* ရောက်ရှိချိန်၌ စာရင်းသွင်းခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်
* လူချင်းခပ်ခွာခွာနေရမည့်လိုအပ်ချက်များ၊ ကျောင်းသားတစ်ဦးလျှင် 4 စတုရန်းမီတာ နေရာအကျယ်အဝန်း သတ်မှတ်ချက် ထိန်းသိမ်းထားခြင်းတို့နှင့်ကိုက်ညီသည့်နည်းလမ်းဖြင့် ဖြေဆိုခန်းကို နေရာချပေးထားခြင်း၊ နှင့်
* စာမေးပွဲ မဖြေဆိုမီနှင့် ဖြေဆိုပြီးနောက် စားပွဲများနှင့် ကုလားထိုင်များကိုအပြင် အခြား ထိတွေ့သည့် မျက်နှာပြင်မြင့်မြင့်တို့ကိုလည်း တစ်နေ့လုံး ပိုးသတ်ဆေးရည်ဖြင့်သန့်စင်ပေးခြင်း။

**COVIDSafe ဖြစ်နေစေရန်အတွက် ကျွန်ုပ် မည်သည့်အရာလုပ်ရန် လိုအပ်ပါသလဲ။**

**သင် လုပ်ရမည်မှာ-**

* မသန်စွမ်းမှု သို့မဟုတ် ရောဂါတ်တစ်ခုကြောင့် သင် ကင်းလွတ်ခွင့်ရသည်မှလွဲ၍ သင့်နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်ကိုဖုံးနေသည့် နှာခေါင်းစည်းကို ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ် ကျောင်းများအတွက် လက်ရှိလမ်းညွှန်နှင့်အညီ ဝတ်ရမည်။ သင်သည် သင့်မျက်နှာကို သင် ရောက်ရှိသည့်အခါ၊ စာမေးပွဲဖြေဆိုနေစဉ်နှင့် သင် ပြန်သည့်အခါ အပါအဝင်အမြဲတမ်း နှာခေါင်းစည်းဖြင့် ဖုံးထားရမည်။
* ဖြေဆိုမည့်နေရာသို့ ဝင်ရောက်သည့်အခါ၊ နှင့် ထွက်ခွာသည့်အခါ အပါအဝင် ပုံမှန် လက်သန့်စင်ပေးရမည်၊ ထို့ပြင်
* လူချင်းခပ်ခွာခွာနေပေးရမည်၊ အမြဲတမ်း အခြားလူများထံမှ အနည်းဆုံး 1.5 မီတာအကွာတွင် နေပေးရမည်။

**အကယ်၍ ကျွန်ုပ်တွင် COVID-19 ကူးစက်လွယ်မည့် မသန်စွမ်းမှု၊ နာမကျန်းမှု သို့မဟုတ် အခြားအခြေအနေများရှိလျှင် ကျွန်ုပ် မည်သည့်အရာလုပ်သင့်သနည်း။**

အကယ်၍ သင့်တွင် COVID-19 ရောဂါဖြင့် အလွန်နာမကျန်းဖြစ်လာရန် ပိုမိုဖြစ်နိုင်ခြေရှိမည့် မသန်စွမ်းမှု၊ နာမကျန်းမှု သို့မဟုတ် အခြားအခြေအနေများရှိလျှင် သင်သည် အထူးစာမေးပွဲအစီအမံများတစ်ခုခုနှင့်ပတ်သက်၍ သင့်ကျောင်းနှင့် ဆွေးနွေးသင့်သည်။ ဤသို့ဖြင့် သင့်အား ရေးဖြေစာမေးပွဲ (များ)ကို ကျောင်းပရဝန်တွင် ချမှတ်ထားသည့်သင့်တော်သော ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းရေး ထိန်းချုပ်မှုများဖြင့် သီးခြားခွဲနေ၍ ဖြေဆိုစေနိုင်သည်။

**အကယ်၍ ကျွန်ုပ် စာမေးပွဲဖြေမည့်အပတ်တွင် သို့မဟုတ် နေ့တွင် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေလျှင် ဘာလုပ်သင့်ပါသလဲ။**

အကယ်၍ သင် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေလျှင် သို့မဟုတ် COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများ အောက်ပါတို့အပါအဝင် မည်မျှပင်အပျော့စားဖြစ်စေ တစ်ခုခုဖြစ်နေလျှင် သင် စာမေးပွဲသို့ **မတက်ရောက်ရ-**

* အနံ့ သို့မဟုတ် အရသာ ခံစားမှု ပျောက်ဆုံးခြင်း သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲခြင်း
* ကိုယ်ပူအဖျားတက်ခြင်း၊ ချမ်းဖျားခြင်း သို့မဟုတ် ချွေးထွက်ခြင်း
* ချောင်းဆိုးခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း သို့မဟုတ် နှာရည်ယိုခြင်း၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်း၊ နှင့်
* အချို့ အခြေအနေများ၌ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကြွက်သားနာခြင်း၊ အော့အန်ချင်စဖွယ်ဖြစ်ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်းနှင့် ဝမ်းလျှောခြင်းတို့ကိုလည်း ရောဂါလက္ခဏာများအဖြစ် ထည့်သွင်းစဥ်းစားနိုင်သည်။

အကယ်၍ သင့်တွင် ဤရောဂါလက္ခဏာများအနက် တစ်ခုခုရှိလျှင် နောက်ထပ်အကြံပြုချက်အတွက် သင့်ကျောင်းကို ဆက်သွယ်ပါ။ COVID-19 စစ်ဆေးမှုကို အမြန်ဆုံးခံယူပြီး အဖြေမရမချင်း အိမ်၌နေပါ။ VCE ကျောင်းသူကျောင်းသားများကို ဖြစ်နိုင်သမျှ အဖြေအမြန်ဆုံးရစေရန် စစ်ဆေးပေးခြင်းကိုဦးစားပေးထားသောကြောင့် သင် VCE ကျောင်းသူကျောင်းသားတစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း စစ်ဆေးသည့်နေရာ သို့မဟုတ် စစ်ဆေးမှုနမူနာထုတ်ယူသူကို အကြောင်းကြားပါ။

အကယ်၍ သင် **ရောဂါလက္ခဏာပြသသည့်** COVID-19 စစ်ဆေးမှုအဖြေကိုစောင့်ဆိုင်းနေလျှင် သင် အိမ်၌နေရမည်။

အကယ်၍ သင် စာမေးပွဲသို့ရောက်ရှိချိန်၌ COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာတစ်ခုခု ဖြစ်နေလျှင် သို့မဟုတ် စာမေးပွဲဖြေနေစဉ် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်လာလျှင် သင့်အား သီးသန့်နေရာတစ်ခုတွင် စောင့်ဆိုင်းခိုင်းမည်ဖြစ်ပြီး သင့်အား လာရောက်ခေါ်ယူရန် သင့်မိဘ သို့မဟုတ် စောင့်ရှောက်သူကို ဖုန်းဆက်ခေါ်ပါမည်။

**အကယ်၍ သင် စာမေးပွဲဖြေဆိုမည့်နေ့ရက်၌ COVID-19 ရောဂါလက္ခဏာများဖြင့် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေလျှင် သင် စာမေးပွဲသို့ မတက်ရောက်ရ။**

သင် ကိုဗစ်စစ်ဆေးသင့်ပြီး အဖြေမရမချင်း အိမ်၌နေသင့်သည်။ အကယ်၍ သင် စာမေးပွဲ ဝင်ရောက်မဖြေဆိုနိုင်လျှင် သင် DES ကို လျှောက်ရန်အတွက် လျှောက်ခွင့်ရှိပါလိမ့်မည်။

VCE ရေးဖြေစာမေးပွဲကို တက်ရောက်ဖြေဆိုခြင်းဖြင့် သင့်တွင် COVID-19 ရောဂါမရှိကြောင်းနှင့် COVID-19 ကြောင့်ဖြစ်သည့် မည်သည့်ရောဂါလက္ခဏာမျှ မရှိကြောင်း သင် အတည်ပြုရာရောက်ပါသည်။

**စာမေးပွဲသို့ ကျွန်ုပ် မတက်ရောက်သင့်သည့် အခြားအခြေအနေများမှာ မည်သည်နည်း။**

စာမေးပွဲဖြေဆိုမည့်နေ့ရက်တွင် နေထိုင်မကောင်းဖြစ်နေခြင်းအပြင် အကယ်၍ သင့်တွင် COVID-19 ရောဂါရှိကြောင်း စစ်ဆေးအဖြေရရှိခဲ့လျှင် သို့မဟုတ် သင် **ရောဂါလက္ခဏာပြသသည့်** COVID-19 စစ်ဆေးမှု အဖြေကို စောင့်ဆိုင်းနေရလျှင် သင် ရေးဖြေစာမေးပွဲသို့ **မတက်ရောက်ရ။** ဤအခြေအနေများတွင် သင်သည် DES ကိုလျှောက်ထားရန် လျှောက်ခွင့်ရှိပါလိမ့်မည်။

**အကယ်၍ ကျွန်ုပ်အား လက်ဦးအနီးကပ်ထိတွေ့သူ (Primary Close Contact (PCC)) တစ်ဦးအဖြစ် သတ်မှတ်လိုက်လျှင် ဘာဖြစ်မည်နည်း။**

လက်ဦးအနီးကပ်ထိတွေ့သူ (Primary Close Contact) အဖြစ် သတ်မှတ်ခံရသည့် ကျောင်းသူကျောင်းသားများမှာ မိမိတို့၏ ရေးဖြေစာမေးပွဲများကို ကျောင်းရှိ သီးသန့်အခန်းတစ်ခုတွင် ဖြေဆိုနိုင်ပါလိမ့်မည်ဟု ကျန်းမာရေးဌာန (Department of Health) က အတည်ပြုခဲ့သည်။

အကယ်၍ သင့်အား လက်ဦးအနီးကပ်ထိတွေ့သူ (Primary Close Contact) အဖြစ် သတ်မှတ်လိုက်လျှင် သင် ကျန်းမာရေးဌာန (Department of Health) ၏ လမ်းညွှန်ချက်များကို လိုက်နာရန်လိုအပ်မည်ဖြစ်ပြီး သင်၏ကျောင်းသည် သင် လိုက်နာရမည့် အောက်ပါတို့အပါအဝင် အစီအမံများကို သင်နားလည်ကြောင်းသေချာစေရန် ဆက်သွယ်ပါလိမ့်မည်-

* ကွာရင်တင်းလုပ်ခြင်းနှင့် အပြည့်အစုံကာကွယ်ဆေး ထိုးထားသည်ဖြစ်စေ သို့မဟုတ် အပြည့်အစုံကာကွယ်ဆေး မထိုးထားသည်ဖြစ်စေ COVID-19 စစ်ဆေးမှု သတ်မှတ်ချက်များ၊ နှင့်
* ရေးဖြေစာမေးပွဲရှိသည့်တစ်နေ့ချင်းတွင် ခရီးသွားနှင့်ကျန်းမာရေးနှင့်ဘေးကင်းလုံခြုံရေး သတ်မှတ်ချက်များ။

**ကျွန်ုပ်သည် COVID-19 ကြောင့် DES ကိုလျှောက်ထားရန်အတွက် မည်သည့်အထောက်အထား လိုအပ်ပါသလဲ။**

အကယ်၍ သင်သည် COVID-19 ကြောင့် စာမေးပွဲဖြေဆိုရာမှ ဟန့်တားခံနေရလျှင် သို့မဟုတ် သင်၏ စွမ်းဆောင်ရည်ကို သိသိသာသာ ထိခိုက်လျှင် DES ကိုလျှောက်ထားရန်အတွက် လျှောက်ခွင့်ရှိပါလိမ့်မည်။

အထောက်အထားအတွက် သတ်မှတ်ချက်များမှာ-

* ထောက်ခံစာ/ကျောင်းမှ အဖြစ်အပျက် မှတ်တမ်း၊ နှင့်
* COVID-19 စစ်ဆေးမှု အထောက်အထား– စစ်ဆေးရန် အကြံပြုသည့် သီးခြား ကျန်းမာရေးပညာရှင်ထံမှ ဆေးထောက်ခံစာ

**COVID-19 ကြောင့် ကျောင်းပိတ်ခြင်း**

အကယ်၍ သင့်ကျောင်းသည် COVID-19 ကြောင့် ခေတ္တကျောင်းပိတ်ထားပြီး တစ်ခု သို့မဟုတ် တစ်ခုထက်ပိုသော စာမေးပွဲများကို မကျင်းပပေးနိုင်လျှင် သင့်အား အခွင့်အလမ်းမထိခိုက်စေရန် သင့်ကျောင်းသည် VCAA နှင့်လုပ်ကိုင်ပေးပါလိမ့်မည်။ ဤသို့ဖြစ်လျှင် သင်သည် DES ကိုလျှောက်ထားရန် လိုအပ်မည် မဟုတ်ပါ။

**မည်သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးနှင့် သာယာကောင်းမွန်ရေးးဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှု ကျွန်ုပ်အတွက် ရှိပါသလဲ။**

သင်နှင့်သင့်မိသားစုအပေါ် VCE ပြင်ပ စာမေးပွဲကျင်းပချိန်အတွင်း အထွေထွေ စိတ်အတင်းအကျပ်ဖြစ်မှုနှင့် စိတ်သောကရောက်မှု ကြုံတွေ့နိုင်ပါသည်။ သင်တို့ထဲမှတစ်ချို့သည် ဤခံစားချက်များမှ စိတ်တက်ကြွနိုင်သော်လည်း အခြားသူများမှာ မိသားစု၊ မိတ်ဆွေများ၊ ယုံကြည်အားကိုးရသည့် ဆရာဆရာမ သို့မဟုတ် ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေးပညာရှင်ထံမှ အပိုပံ့ပိုးမှုလိုအပ်နိုင်သည်။

အကယ်၍ သင် ယခင်က ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး ပညာရှင်နှင့် ပြသခဲ့လျှင် သင်၊ သင့်မိသားစု၊ မိတ်ဆွေများ သို့မဟုတ် ကျောင်းတွင်ရှိနိုင်သည့် စိုးရိမ်မှုတစ်စုံတစ်ရာကို ထိထိရောက်ရောက် စီမံပေးစေရန်အတွက် ဆရာဝန်နှင့်ပြသရန် ယခု အကောင်းဆုံးအချိန်ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

သင့်အတွက် ပံ့ပိုးမှု အမျိုးမျိုးရရှိနိုင်ပါသည်၊ ၎င်းတို့မှာ-

* [စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး လက်စွဲ (education.vic.gov.au)](HTTPS://WWW.EDUCATION.VIC.GOV.AU/SCHOOL/TEACHERS/HEALTH/MENTALHEALTH/PAGES/MENTALHEALTHTOOLKIT.ASPX)

[https://www.education.vic.gov.au/Documents/school/teachers/health/mentalhealth/quick-guide-to-student-mental-health-and-wellbeing-resources.pdf](HTTPS://WWW.EDUCATION.VIC.GOV.AU/DOCUMENTS/SCHOOL/TEACHERS/HEALTH/MENTALHEALTH/QUICK-GUIDE-TO-STUDENT-MENTAL-HEALTH-AND-WELLBEING-RESOURCES.PDF)

**ကျွန်ုပ်၏ စာမေးပွဲမတိုင်မီ ကျွန်ုပ် မည်ကဲ့သို့ ဘေးကင်းလုံခြုံအောင် နေနိုင်ပါသလဲ။**

အသက် 12 နှစ်နှင့်အထက်အရွယ် ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ်ပြည်သူလူထုအားလုံးသည် ယခုအခါ  [COVID-19 ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် ထိုးနှံခွင့်](https://www.coronavirus.vic.gov.au/vaccine) ရှိပြီဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံခြင်းသည် သင်ကိုယ်တိုင်၊ သင့်မိသားစုနှင့် သင်၏ ကျောင်းအသိုင်းအဝိုင်းတို့အား COVID-19 ရောဂါ နောက်ထပ်ဖြစ်ပွားမှုများနှင့် ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်သည့် အကောင်းဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။

စာမေးပွဲများအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းမှာ မဖြစ်မနေထိုးရမည် မဟုတ်သော်လည်း သင့်အား ဆရာဝန်က အခြားနည်း ညွှန်ကြားထားသည်မှအပ ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် အပြင်းအထန် တိုက်တွန်းပါသည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းနှင့် သင်၏ ကိုယ်ပိုင်ကျန်းမာရေး အခြေအနေများနှင့်ပတ်သက်၍ သင့်တွင် မေးစရာများရှိလျှင် ကျေးဇူးပြု၍ သင့်ဆရာဝန်နှင့်ပြောဆိုပါ။

ကျောင်းသူကျောင်းသားအားလုံးအား ၎င်းတို့၏စာမေးပွဲမတိုင်မီ ပထမအကြိမ်ကာကွယ်ဆေးထိုးရန်အတွက် ရက်ချိန်းယူရန် တိုက်တွန်းပါသည်။ သင့်စာမေးပွဲအတွင်း ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ကြွက်သားနာခြင်း၊ ကိုယ်ပူအဖျားတက်ခြင်းနှင့် ချမ်းဖျားခြင်း နှင့်/သို့မဟုတ် အဆစ်နာခြင်းကဲ့သို့သော ဖြစ်လေ့ရှိသော်လည်း အပျော့စားဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများကို ရှောက်ရှားစေရန်အတွက် စာမေးပွဲဖြေဆိုမည့်နေ့ရက်တွင် သို့မဟုတ် မဖြေဆိုမီ တစ်ရက်တွင် သင်၏ ပထမအကြိမ်ထိုးဆေးကို မထိုးရန် အကြံပြုပါသည်။

ပိုမိုသိရှိရန် ကျန်းမာရေးဌာနဝက်ဘ်ဆိုက် [ကလေးများနှင့်ဆယ်ကျော်သက်အရွယ်များအတွက် ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းအချက်အလက်များ| ကိုရိုနာဗိုင်းရပ် ဗစ်တိုးရီးယား](HTTPS://WWW.CORONAVIRUS.VIC.GOV.AU/VACCINATION-INFORMATION-CHILDREN-AND-TEENAGERS) တွင်ကြည့်ပါ- ၎င်းတွင် [COVID-19 ကာကွယ်ဆေးများအကြောင်း ဘာသာပြန်အချက်အလက်များ| ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ဗစ်တိုးရီးယား](HTTPS://WWW.CORONAVIRUS.VIC.GOV.AU/TRANSLATED-INFORMATION-ABOUT-COVID-19-VACCINES) ရှိသည်။

COVID-19 နှင့်ထိတွေ့မှု ရှောင်ရှားစေရန်အတွက် သင့်ရေးဖြေစာမေးပွဲများ မဖြေဆိုမီ နေ့ရက်များနှင့်အပတ်များတွင် ဖြစ်နိုင်သမျှ COVID-Safe ဖြစ်နေစေရန် သင့်အား တိုက်တွန်းပါသည်။ ၎င်းတွင် ဖြစ်နိုင်သမျှ လူအသွားအလာများသည့်နေရာများ၊ အလုပ်များသည့်နေရာများ၊ သို့မဟုတ် အများပြည်သူသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးတို့ကို ရှောင်ကြဥ်ခြင်းပါဝင်သည်။

**မိဘများ/စောင့်ရှောက်သူများအတွက် မည်သည့်ရင်းမြစ်များကို ရရှိနိုင်ပါသလဲ။**

မိဘများအဖို့ မိမိတို့၏ ကလေးများအား မည်သို့အကောင်းဆုံး ပံပိုးနိုင်မည်ကိုသိရှိရန် ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။ မိဘများနှင့်စောင့်ရှောက်သူများအတွက် ရင်းမြစ်များမှာ-

* [မိဘများအတွက် မိမိတို့ကလေး၏ ကျန်းမာရေးနှင့်သာယာကောင်းမွန်ရေးအား ပံ့ပိုးပေးရန် အကြံဉာဏ်များ](https://www.education.vic.gov.au/parents/family-health/Pages/your-childs-wellbeing.aspx" \l ":~:text=Maintain%20good%20relationships%201%20Share%20family%20memories%20and,your%20child%20stay%20connected%20to%20friends%20is%20important.)
* [ပညာသင်ယူသူများ ပေါ့ဒ်ကတ်စ် စီးရင်း မြှင့်တင်ပေးခြင်း](HTTPS://RAISINGCHILDREN.NET.AU/GUIDES/PODCASTS-AND-WEBINARS/PODCASTS)

**နောက်ထပ်အချက်အလက်များကို ကျွန်ုပ် မည်သည့်နေရာတွင် ရှာနိုင်သနည်း။**

နောက်ထပ် ကျန်းမာရေး အကြံပြုချက်အတွက် သင် 24-နာရီ COVID-19 တိုက်ရိုက်ဖုန်းလိုင်း 1800 675 398 ကိုဆက်သွယ်နိုင်သည်၊ သင့် ဆရာဝန်ကို ဆက်သွယ်နိုင်သည် သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးဌာန (Department of Health) ဝက်ဘ်ဆိုက် [https://www.dhhs.vic.gov.au/victorian-public-coronavirus-disease-covid-19#what-are-the-symptoms-of-coronavirus-covid-19](HTTPS://WWW.DHHS.VIC.GOV.AU/VICTORIAN-PUBLIC-CORONAVIRUS-DISEASE-COVID-19#WHAT-ARE-THE-SYMPTOMS-OF-CORONAVIRUS-COVID-19) တွင် ကြည့်နိုင်သည်။