

# PRINCIPAL NEWS & NOTES

SUBJECT: Important Health Notice: Ongoing Flu Season

Dear Parents,

As this year's flu season continues longer than usual, with ongoing community transmission across the UAE, we would like to ask for your support in helping us keep our school community safe and healthy. Health experts have also reported a second peak in flu cases in January, raising concern due to the sustained spread of infections.

Typical flu symptoms include high-grade fever (37.8–40°C), extreme tiredness, sore throat, dry cough, muscle aches, and a runny nose.

To help reduce the spread of infection, we kindly ask parents to:

- Encourage frequent handwashing and good respiratory hygiene (covering coughs and sneezes).
- Keep children at home if they have a fever, cough, cold symptoms, or feel unwell.
- Avoid crowded gatherings when possible.
- Ensure children wear a mask if experiencing mild symptoms.

Please seek immediate medical attention if your child shows any warning signs such as difficulty breathing, persistent high fever, dizziness, confusion, or chest pain.

Health authorities also emphasize that it is not too late to receive the annual flu vaccine. The vaccine provides protection against Influenza A and B and significantly reduces the risk of severe illness and complications.

Thank you for your continued cooperation and support in maintaining a safe and healthy learning environment for all.

Sincerely,

School Nurse

# تحذيات مدير المدرسة والملاحظات

الموضوع: إشعار صحي هام: استمرار موسم الإنفلونزا  
أولياء الأمور الأعزاء،

مع استمرار موسم الإنفلونزا هذا العام لفترة أطول من المعتاد، وانتشار العدوى في المجتمع. نود طلب دعمكم للمساعدة في الحفاظ على صحة وسلامة مجتمع المدرسة. وقد أبلغ الخبراء الصحيون عن موجة ثانية من حالات الإنفلونزا في شهر يناير، مما يثير القلق بسبب استمرار انتشار العدوى.

تشمل أعراض الإنفلونزا الشائعة ارتفاع درجة الحرارة (37.8-40° م)، التعب الشديد، التهاب الحلق، السعال الجاف، آلام العضلات، وسيلان الأنف.

للمساعدة في الحد من انتشار العدوى، نرجو من أولياء الأمور:

- تشجيع غسل اليدين المتكرر وممارسات النظافة التنفسية الجيدة (تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس).
- إبقاء الأطفال في المنزل إذا كانوا يعانون من الحمى، السعال، أعراض البرد، أو شعورهم بالتوعق والافادة بشهادة مرضية.
- تجنب التجمعات المزدحمة قدر الإمكان.
- التأكد من ارتداء الأطفال للكمامات في حال ظهور أعراض خفيفة.

يرجى طلب الرعاية الطبية الفورية إذا ظهر على طفلك أي من علامات التحذير مثل صعوبة في التنفس، حمى شديدة مستمرة، دوار، ارتباك، أو ألم في الصدر.

كما تؤكد الجهات الصحية أنه لم يفت الأوان بعد للحصول على لقاح الإنفلونزا السنوي، والذي يوفر حماية ضد الإنفلونزا من النوعين A و B ويقلل بشكل كبير من خطر الإصابة بأمراض شديدة والمضاعفات.

شكراً لتعاونكم المستمر ودعمكم في الحفاظ على بيئة تعليمية آمنة وصحية للجميع.

مع خالص التحية،  
ممرضة المدرسة