कोरोना भाइरस (COVID-19) को रोकथाम:

कार्यस्थलका साधारण आवश्यकताहरू - सारांश

Department of Labor & Industries (L&I) ले कोरोना भाइरस फैलिन नदिनका लागि रोजगारदाताहरूलाई सुरक्षित तथा स्वस्थ कार्यस्थलहरू उपलब्ध गराउन र गभर्नरको आदेशलाई कार्यान्वियन गर्न आवश्यक गराउँछ।

रोजगारदाताहरूका लागि अनिवार्य साधारण आवश्यकताहरू

सामाजिक दूरी

- कर्मचारीहरूले सम्भव भएसम्म सह-कामदारहरू तथा सर्वसाधारणहरूसँग कम्तीमा पनि छ फिटको दूरी कायम राख्छन् भन्ने कुरालाई सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- यदि सामाजिक दूरी सम्भव हुँदैन भने कोरोना भाइरस फैलिन नदिनका लागि बचाव तथा अन्य प्रमाणित रोकथामका विधिहरू प्रयोग गर्नुहोस्।
- सामाजिक दूरी सम्भव नभएका ठाउँहरूमा कपडाका अनुहार छोप्ने, मास्क वा श्वासयन्त्रहरूको प्रयोगलाई सुनिश्चित गर्नुहोस्।

बारम्बार तथा पर्याप्त मात्रामा हात धुने

- हात धुनका लागि सफा र तातो वा मनतातो पानी, साबुन र पेपर टावेलहरूका साथमा निश्चित वा चलायमान सुविधाहरू उपलब्ध गराउनुहोस्।
- काममा आइपुगेपछि, विश्राम लिएपछि, बाथरूम प्रयोग गरेपछि, खाना खानुभन्दा अगाडि र खाइसकेपछि, मदिरा वा सुर्तीजन्य उत्पादनहरू सेवन गरेपछि र दूषित सतहरूलाई छोइसकेपछि हात धुन आवश्यक गराउनुहोस्।
- अन्यले छोएका वस्तुहरू चलाइसकेपछि बारम्बार हातको सफाईलाई सहज बनाउनका लागि (हात धुने कार्यको बीचमा) ह्याण्ड सेनिटाइजर स्टेसन/आपूर्ति, वाइप, टावेलेटहरू उपलब्ध गराउनुहोस्।

नियमित तथा अतिरिक्त सफाई तथा सरसफाई

- बारम्बार सफाई तथा सरसफाई समावेश गर्ने गृह-व्यवस्था तालिका स्थापना गर्नुहोस्।
- COVID-19 को शंकास्पद मामिलापछि पूर्ण रूपमा सफाई तथा सरसफाईका लागि पर्याप्त आपूर्तिहरू सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- धेरै छोइने सतहरूलाई बारम्बार कीटाणुरहित बनाउनुहोस्।
- कर्मचारीहरूले रसायनहरूलाई चलाउँदा सुरक्षात्मक पञ्जाहरू तथा आँखा/अनुहार रक्षकको प्रयोग गर्छन् भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- साझा गरिएका कार्य सवारी साधनहरूलाई भिन्न-भिन्न व्यक्तिहरूले प्रयोग गर्दा प्रत्येक पटक र समान व्यक्तिले प्रयोग गर्दा नियमित रूपमा सफा तथा कीटाणुरहित बनाइन्छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- सबै कीटाणुनाशकहरूका सुरक्षा डेटा पानाहरू (SDSs) लाई साइटमा राख्नुहोस्।

बिरामी कामदारहरूका लागि कार्यविधिहरू स्थापना गर्ने

- बिरामी कामदारहरूलाई घरमै बस्न तथा उनीहरू फार्म गृहमा छन् भने छुट्टै बस्न आवश्यक गराउनुहोस्।
- COVID-19 बिमारीका संकेतहरू विकास गर्ने कामदारहरूलाई पहिचान गरी घर पठाउनुहोस् वा छुट्टै राख्नुहोस्।
- कर्मचारीका रिपोर्टहरूमा COVID-19 को शंका लागेको वा पुष्टि भएको देखिएपछि क्षेत्रहरूलाई पूर्ण रूपमा सफाई वा सरसफाई नगरिँदासमम्म तिनीहरूमा बार लगाउनुहोस्।

कार्यस्थलमा COVID-19 का खतराहरू बारे कर्मचारी शिक्षा

कर्मचारीहरूले उत्कृष्ट रूपमा बुझ्ने भाषामा उनीहरूलाई निम्न कुरा थाहा छ भनी सुनिश्चित गर्नुहोस्:

- COVID-19 बिमारीसँग सम्बन्धित संकेत, लक्षण तथा जोखिमका कारकहरू।

- कार्यमा रहँदा कोरोना भाइरसलाई फैलिन नदिने तरिका।
- हातहरूलाई कम्तीमा पनि 20 सेकेण्डसम्म साबुन र पानीले प्रभावकारी रूपमा धुने तरिका।
- खोकी र हाच्छिउँहरूलाई छोप्नु तथा नधोएका हातहरूले अनुहारमा नछुनुको महत्त्व।

* यो सरांश हो। थप विवरणहरूका लागि, यो हेर्नुहोस् F414-164-000 *Coronavirus (COVID-19) Prevention: General Requirements and Prevention Ideas for Workplaces*।