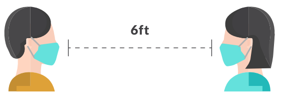
ઑફિસની જગ્યાઓ

MA COVID-19 ચેકલિસ્ટ



સા મા જિ ક અં ત ર

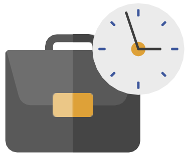
વ્યક્તિઓ વચ્ચે 6 ફૂટથી વધુ અંતરની ખાતરી કરો

- ☐ વ્યાપારી સંસ્થાઓ અને અન્ય સંગઠનોએ પોતાની ઑફિસ સ્પેસમાં માણસોની સંખ્યા
  - (a) મહત્તમ સંખ્યાના કોઈ પણ પ્રમાણપત્રમાં સૂચવેલ મહત્તમ સંખ્યાના સ્તરના 25 ટકાથી વધારે ન હોવી જોઈએ અથવા રાજ્યના બિલ્ડિંગ કાનૂન હેઠળની જોગવાઈ પ્રમાણે હોવી જોઈએ; અથવા (b) 1 માર્ચ 2020 પ્રમાણે વ્યાપારી સંસ્થા અથવા સંગઠનમાં માણસોની વિશિષ્ટ સંખ્યા
  - કોઈ પણ વ્યાપારી સંસ્થા અથવા અન્ય સંગઠન કે જે 18 મે 2020 મુજબ "COVID-19 આવશ્યક સેવા" તરીકે સંચાલન કરતા હોય તેઓ પાસે આ માણસોની સંખ્યાની મર્યાદાઓનું પાલન કરવા માટે 1 જુલાઈ 2020 સુધીનો સમય હશે.
- ☐ વ્યાપારી સંસ્થાઓ અને અન્ય સંસ્થાઓ સાર્વજનિક સ્વાસ્થ્ય અથવા સાર્વજનિક સુરક્ષાની વિચારણાઓના આધારે અથવા જ્યાં કડક અનુપાલનથી મહત્ત્વની સેવાઓની ડિલિવરી ચાલુ રહે તેમાં હસ્તક્ષેપ થતો હોય તો તેના આધારે રાહતની દર્શાવવામાં આવેલી જરૂરિયાતના આધારે માણસોની મહત્તમ સંખ્યાના સ્તરને વધારી શકે છે.
- ☐ વ્યક્તિઓ વચ્ચે 6 ફૂટ કે તેથી વધુ અંતરની ખાતરી કરો, સિવાય કે તેનાથી કામના પ્રકાર અથવા કામની જગ્યાની સંરચનાના કારણે સુરક્ષાનું જોખમ ઊભું થતું હોય
- ☐ કામદારો માટે કૉમન અને ભારે અવરજવરવાળા વિસ્તારો કે જ્યાં કામદારો ભેગા થવાની સંભાવના હોય એવા વિસ્તારો બંધ કરો અથવા ફરીથી તેની સંરચના સ્પષ્ટ કરો (દા.ત., બ્રેક રૂમ, ભોજનના વિસ્તારો) જેથી 6 ફૂટનું શારીરિક અંતર જાળવવું શક્ય બને; વર્ક સ્ટેશનોની ડિઝાઇન ફરીથી બનાવો જેથી શારીરિક અંતર જાળવવું શક્ય બને (દા.ત. અલગ અલગ ટેબલો, ડિસ્ટન્સ માર્કર્સનો ઉપયોગ કરો જેથી સ્પેસિંગની ખાતરી કરી શકાય)
- ☐ કૅફેટેરિયા પહેલેથી પૅકેજિંગ કરેલા ખોરાક સાથે જ ઑપરેટ કરી શકે છે, જેમાં શારીરિક અંતર અને સ્વચ્છતાનાં યોગ્ય પગલાંઓ પર અમલ કરવામાં આવે
- ☐ જે વર્કસ્ટેશનો વચ્ચે જગ્યા રાખી ન શકાય તેમને અલગ કરવા માટે ફિઝિકલ પાર્ટિશન હોવાં જોઈએ (તે ઊભેલા કામદાર કરતાં ઊંચાં હોવાં જોઈએ)
- ☐ બેઠકોનું કદ મર્યાદિત કરો, 6 ફૂટના સામાજિક અંતરની ખાતરી કરો, દૂરથી ભાગ લેવાની પ્રક્રિયાને પ્રોત્સાહન આપો
- ☐ છૂટાછવાયાં કામનાં સમયપત્રકો, ભોજન અને વિરામના સમય રાખો, એક જગ્યાએ ભેગા થઈ શકે એવી મહત્તમ વ્યક્તિઓની સંખ્યાનું નિયમન કરો અને ઓછામાં ઓછા 6 ફૂટનું શારીરિક અંતર જળવાય તેની ખાતરી કરો
- ☐ એક સમયે એકથી વધુ વ્યક્તિ દ્વારા નાની જગ્યાઓમાં અવરજવર શક્ય તેટલી ઓછી કરો (દા.ત., લિફ્ટ, કન્ટ્રોલ રૂમ, વાહનો). આવી જગ્યાઓએ એક જ સમયે બધા કામદારો ફેસ કવરિંગ પહેરે તે આવશ્યક છે
- ☐ જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં બંધ જગ્યાઓ માટે વાતાનુકૂલનમાં સુધારો કરો (દા.ત., બારણાં અને બારીઓ ખોલો)
- ☐ સમગ્ર સુવિધામાં હલનચલન મર્યાદિત કરવા અને કામદારોની વચ્ચે સંપર્ક સીમિત રાખવા માટે જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં વ્યક્તિઓને તેમના ફાળવેલા કામકાજના વિસ્તારોની સોંપણી કરો (દા.ત. ફ્લોર, બિલ્ડિંગ)
- ☐ શક્ય હોય તો સંપર્ક ઓછો કરવા માટે ફૂટ ટ્રાફિક માટે દિશાસૂચક હૉલવે અને પસાર થવાના રસ્તાઓ તૈયાર કરો. આ નીતિઓ વિશે સ્પષ્ટ રીતે દેખાય એવાં પાટિયાં મૂકો
- ☐ જ્યાં અનુકૂળ હોય ત્યાં મુલાકાતીઓની સંખ્યા મર્યાદિત કરો અને કૉમન વિસ્તારોમાં ભેગા થવાનું ટાળો (દા.ત. લૉબી)

આરોગ્યના પ્રોટોકૉલ્સ

આરોગ્યના સખ્ત પ્રોટોકૉલ્સ લાગુ કરો

- ☐ જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં સાબુ અને નળના પાણી સહિત સાઇટ પર હાથ ધોવાની સુવિધા સરળતાથી મળી શકે તેની ખાતરી કરો અને વારંવાર હાથ ધોવાનો આગ્રહ કરો; ઓછામાં ઓછા 60% આલ્કોહૉલ સાથે આલ્કોહૉલ આધારિત હેન્ડ સૅનિટાઇઝર્સનો વિકલ્પ તરીકે ઉપયોગ થઈ શકે
- ☐ કાર્યસ્થળના સ્થાને કામદારોને પૂરતી ક્લીનિંગ પ્રૉડક્ટ્સ પૂરી પાડો (દા.ત. સૅનિટાઇઝર, ડિસઇન્ફેક્ટિંગ વાઇપ્સ)
- ☐ વર્કસ્ટેશનો, બારણાનાં હૅન્ડલો અને રેસ્ટરૂમો જેવા વિસ્તારો કે જ્યાં સૌથી વધુ સ્પર્શ થતો હોય ત્યાં નિયમિત અને દિવસમાં ઓછામાં ઓછી એક વખત સફાઈકામ અને સૅનિટેશન જરૂરી બનાવવું
- ☐ ઑફિસ મટીરિયલ્સ / ઉપકરણનો સહિયારો ઉપયોગ ટાળો અથવા વપરાશની વચ્ચે ઉપકરણને ડિસઇન્ફેક્ટ કરો (દા.ત., ટેલિફોન, ફૅક્સ મશીન)
- ☐ કામદારોને આરોગ્ય અને સુરક્ષાના પ્રોટોકૉલ્સ અંગે યાદ કરાવવા માટે સમગ્ર સાઇટમાં દેખાય એવી રીતે પોસ્ટરો મૂકવાં



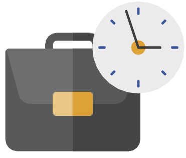
સ્ટાફ અને કામગીરીઓ

કામગીરીઓમાં સુરક્ષાની કાર્યપ્રણાલીઓનો સમાવેશ કરો

- ☐ નીચેના સહિત ઑફિસનાં તમામ સ્થાનો માટે કામની જે તે સાઇટ માટેની વિશિષ્ટ COVID-19 નિષેધ યોજના બનાવો અને તે અંગે પ્રચાર કરો:
  - MA ડિપાર્ટમેન્ટ ઑફ પબ્લિક હેલ્થ અને તમારા સ્થાનિક / મ્યુનિસિપલ સ્વાસ્થ્ય તંત્ર સહિતનાં સ્થાનિક સ્વાસ્થ્ય તંત્રો માટે સંપર્કની માહિતી
  - તમામ ફેડરલ, રાજ્ય અને સ્થાનિક સ્તરના નિર્દેશોનું પાલન થાય છે તેની ખાતરી કરવા માટે બધાં કાર્યસ્થળોનું નિયમિતપણે મૂલ્યાંકન કરો
  - જો કોઈ કામદારનું COVID-19 પૉઝિટિવ તરીકે નિદાન થયું હોય અથવા COVID-19નું નિદાન થયેલ વ્યક્તિના નજીકના સંપર્કમાં આવે (10 મિનિટ કે વધુ સમય માટે 6 ફૂટની અંદર) તો એકાંતવાસ, કૉન્ટેક્ટ ટ્રેસિંગ અને સંવાદની યોજના

ઑફિસની જગ્યાઓ

MA COVID-19 ચેકલિસ્ટ



સ્ટાફ અને કામગીરીઓ

કામગીરીઓમાં સુરક્ષાની કાર્યપ્રણાલીઓનો સમાવેશ કરો

☐ સ્વચ્છતા જાળવવા તથા રોગનું પ્રસારણ ઘટાડવાના ઉદ્દેશ્યથી લેવાયેલાં અન્ય પગલાંઓ સહિત કામદારોને સુરક્ષાની અદ્યતન માહિતી અને તકેદારીઓ અંગે તાલીમ પૂરી પાડો, જેમાં નીચેનાનો પણ સમાવેશ થાય છે:

- સામાજિક અંતર, હાથ ધોવાની ક્રિયા, ફેસ કવરિંગનો યોગ્ય ઉપયોગ
- તાપમાન અથવા લક્ષણોની તપાસ સહિત ઘરે જાતે સ્ક્રીનિંગ
- બિમાર હો તો કામ પર ન આવવાનું મહત્ત્વ
- જો લક્ષણો તીવ્ર બને તો તબીબી સારવાર ક્યારે મેળવવી
- પહેલેથી હોય એવો કયો રોગ વ્યક્તિઓને વાઇરસના સંક્રમણ સામે અને વાઇરસના ગંભીર કેસથી ગ્રસ્ત થવાના જોખમમાં મૂકી શકે

☐ જ્યારે 6 ફૂટનું સામાજિક અંતર રાખવું શક્ય ન હોય ત્યારે કામદારો ફેસ કવરિંગ પહેરે તે અનિવાર્ય છે, સિવાય કે જ્યાં રોગ કે વિકલાંગતાના કારણે તેમ કરવું સુરક્ષિત ન હોય

☐ જો અનુકૂળ હોય તો કામદારોએ ટેલિવર્ક ચાલુ રાખવું જોઈએ; ઑફિસમાં ગીચતા ઓછી કરવા માટે બહારની બેઠકો દૂરથી થવી જોઈએ

☐ નિયોજકોએ બધા કામદારોમાં સંપર્ક ઓછો કરવા અને ઍન્ટ્રી પૉઇન્ટ્સ પર ગીચતા ઓછી કરવા માટે કાર્યસ્થળનાં કલાકો અને શિફ્ટ્સમાં ફેરફારો કરવા જોઈએ (જો રૂબરૂમાં કામ કરતા હો તો વિવિધ સમયપત્રકો અથવા છૂટાછવાયા આગમન / પ્રસ્થાન સાથે કામ કરતી ટીમોનો મહત્તમ ઉપયોગ કરો)

☐ સાઇટ પર મુલાકાતીઓ અને સર્વિસ પ્રોવાઇડર્સની સંખ્યા સીમિત કરો; શિપિંગ અને ડિલિવરીની પ્રક્રિયાઓ નિયત વિસ્તારોમાં પૂરી કરવામાં આવવી જોઈએ

☐ વ્યાપાર દ્વારા પ્રાયોજિત પ્રવાસ મર્યાદિત કરો અને રાજ્ય તથા ફેડરલ તંત્ર દ્વારા લાગુ પ્રવાસના અંકુશો / નિર્દેશોનું પાલન કરો

☐ કામદારોને બિમારી જેવું લાગતું હોય તો તેઓ ઘરે રહે તે જરૂરી છે

☐ સેન્ટર્સ ફૉર ડિસીઝ કન્ટ્રોલના અનુસાર જેઓના પર વિશિષ્ટપણે COVID-19નું જોખમ (દા.ત. ઉંમર અથવા પહેલેથી હોય એવા રોગને કારણે) હોય એવા કામદારોને ઘરે રહેવા માટે અથવા કામની સોંપણીની વૈકલ્પિક વ્યવસ્થા ગોઠવવા માટે આગ્રહ કરવામાં આવે છે

☐ લક્ષણોની સ્વ-ઓળખ કરવા માટે અથવા જાણીતા કે શંકાસ્પદ COVID-19 કેસની કોઈ પણ નજીકના સંપર્ક અંગે નિયોજકને જાણ કરવા માટે કામદારોને ભારે આગ્રહ કરવામાં આવે છે

☐ જેઓનો COVID-19 પૉઝિટિવ આવ્યો હોય એવા કામદારોને સફાઈ / રોગાણુનાશન અને કૉન્ટેક્ટ ટ્રેસિંગના હેતુઓ માટે ઑફિસના નિયોજકને માહિતી આપવા માટે આગ્રહ કરો. જો નિયોજકને કાર્યસ્થળ પર પૉઝિટિવ કેસ અંગે જાણ કરવામાં આવે તો નિયોજકે કાર્યસ્થળ જ્યાં આવેલું હોય તે જગ્યાના સ્થાનિક સ્વાસ્થ્ય બૉર્ડ (LBOH)ને જાણ કરવી જોઈએ અને કાર્યસ્થળ પર સંભવિત સંપર્કોને ટ્રેસ કરવા માટે તેઓની સાથે કામ કરવાનું રહેશે અને કામદારોને એકાંતવાસ અને સેલ્ફ-ક્વોરન્ટીન કરવાની સલાહ આપશે. માર્ગદર્શન અનુસાર અને / અથવા LBOHની વિનંતી પર અન્ય કામદારોના પરીક્ષણની ભલામણ કરવામાં આવે છે

☐ સરકારી નિર્દેશોમાં આપેલી રૂપરેખા પ્રમાણે સ્વાસ્થ્યની અગત્યની માહિતી અને સુરક્ષાનાં સંબંધિત પગલાંઓ અંગે કામદારો અને ગ્રાહકોને નોટિસ પોસ્ટ કરવી

☐ સાઇટના સંપર્કમાં આવતી દરેક વ્યક્તિની નોંધ રાખો, જેથી કૉન્ટક્ટ ટ્રેસિંગ શક્ય બને, જેમાં કામચલાઉ મુલાકાતીઓનો પણ સમાવેશ થાય છે (દા.ત., એવા લોકો જેઓ વસ્તુઓ મૂકવા આવતા હોય)

સફાઈ અને રોગાણુનાશન

આરોગ્યના સખ્ત પ્રોટોકૉલ્સની વ્યવસ્થા કરવી

☐ સાઇટની અવારનવાર સફાઈ અને રોગાણુનાશનની પ્રક્રિયા કરો (ઓછામાં ઓછો રોજ એક વખત અને અનુકૂળ હોય તો વધુ વખત)

☐ જેમાં તારીખ, સમય અને સફાઈના વ્યાપનો સમાવેશ થતો હોય એવી સફાઈની નોંધવહીઓ રાખો

☐ બહુ અવરજવર થતી હોય એવા વિસ્તારો અને બહુ સ્પર્શ થતો હોય એવી સપાટીઓમાં અવારનવાર રોગાણુનાશનની પ્રક્રિયા કરો (દા.ત. બારણાનાં નૉબ, ઍલિવેટર બટન, દાદરા, વેન્ડિંગ મશીનો, બાથરૂમ)

☐ વપરાશની વચ્ચે સહિયારી જગ્યાઓ સાફ કરો (દા.ત., કૉન્ફરન્સ રૂમો) અને સફાઈની પ્રૉડક્ટ્સ પૂરી પાડો (દા.ત. સૅનિટાઇઝર, ડિસઇન્ફેક્ટિંગ વાઇપ્સ)

☐ કોઈ પૉઝિટિવ કેસ આવે તેવી સ્થિતિમાં હાલના CDC નિર્દેશો અનુસાર ઊંડી સફાઈ અને રોગાણુનાશન કરવા માટે સાઇટ બંધ કરો