

BE SAFE  
CHICAGO



सुरक्षित रहें।  
निर्माण

# सुरक्षित रहें। निर्माण

इस निर्देश-पुस्तिका में क्या है?



सावधानी से पुनः खोलें  
(चरण III)

## शिकागो को सावधानी से पुनः खोलने के लिए आवश्यक है:

### स्वस्थ क्रियाकलाप

#### शारीरिक दूरी



अन्य व्यक्तियों से  
शारीरिक दूरी की सीमाएँ

#### भीड़ का आकार



व्यक्तियों की भीड़  
की सीमाएँ

#### सुरक्षात्मक गियर



व्यक्तियों द्वारा  
सुरक्षात्मक गियर  
का उपयोग

#### स्वच्छता की आवश्यकताएँ



स्वच्छ क्रियाकलाप  
सुनिश्चित करना  
(जैसे, हाथ धोना)

### सुरक्षित स्थान और शर्तें

#### प्रवेश पहुँच



स्थान की पहुँच के लिए  
प्रवेश/निकास की शर्तें

#### सफाई मानक



स्थान की टाणुरहित करने  
के लिए उठाए गए कदम

#### दृश्य मार्गदर्शन



स्थान पर स्वच्छता  
संसाधन और मार्गदर्शन  
पोस्ट करना

#### कार्यस्थल स्थिति



पैदल आवागमन का  
मूल्यांकन, वेंटिलेशन, आदि

### संचालन सुलभता और निर्गरानी

#### लचीले मॉडल



बीमारी अवकाश, दूरस्थ  
कार्य (जब संभव हो)  
का लचीलापन

#### संचालन सुलभता



संचालन लचीलेपन  
का समर्थन  
(जैसे, कई पारियाँ)

#### यात्रा संबंधी दिशा-निर्देश



स्थानों के बीच लोगों के  
आवागमन पर प्रतिबंध

#### जाँच / निर्गरानी



जाँच और निर्गरानी  
की सुविधा

- अनुशासित मार्गदर्शन -

BE SAFE  
CHICAGO



## जब तक वे सुरक्षा खतरा पैदा नहीं करते, तब तक शारीरिक दूरी दिशानिर्देशों का अभ्यास करें

- उन क्षेत्रों की पहचान करें जहाँ श्रमिकों के एकत्र होने की संभावना है (ब्रेक क्षेत्र, हॉलवे, होइस्ट्स, सीढ़ियाँ, आदि), और बंद करें या सुनिश्चित करें कि नीतियों का पालन किया जा रहा है (जैसे, सीधी गतिविधियों के लिए मार्कर स्थापित करके)
- कर्मचारियों को निर्दिष्ट कार्य क्षेत्रों में निर्दिष्ट करें और कर्मचारियों के बीच शारीरिक संपर्क को मना करें (जैसे, हाथ न मिलाए जाएँ, गले न मिला जाए)
- शारीरिक दूरी को बढ़ावा देने के लिए एक ही समय में एक ही स्थान पर श्रमिकों की संख्या में कमी करने के लिए पारियों का अनुकूलन करें
- वाहनों के साझा उपयोग को मना करें; कर्मचारियों के साथ वर्कअराउंड और समाधान खोजने के लिए काम करें



## मीटिंग या "जमघट" के लिए छोटे समारोहों को अनुमति दें जिसमें 10 से अधिक लोग न हों और उचित दूरी के साथ हों

- साइट पर किसी भी मीटिंग या चोक पॉइंट में 10 से अधिक लोग न हों (जैसे, प्रवेश/निकास बिंदु)



## साइट के आधार पर उचित PPE प्रदान करें

- सभी बाहरी और भीतरी आम स्थानों पर, फ़ेस कवर नाक और मुँह पर पहना जाना चाहिए (मेडिकल कंडीशन या विकलांग लोगों को छोड़कर, जिन्हें सुरक्षित रूप से मुँह ढकने में परेशानी होती है या यदि कार्यस्थल पर सुरक्षा खतरा है)
- काम के दौरान PPE आवश्यक है जिसमें दूसरों के साथ लगातार संपर्क की आवश्यकता होती है, या जहाँ शारीरिक दूरी संभव नहीं है (जैसे, एलिवेटर या होइस्ट संचालन/निर्माण, या अन्य छोटे/सीमित स्थान)
- जहाँ तक संभव हो, जहाँ जनता मौजूद है, वहाँ देर से काम करें
- उपयुक्त PPE प्रदान करें, जिसमें शामिल हैं - लेकिन केवल फ़ेस मास्क, ढाल और राज्य या संघीय कानून द्वारा आवश्यक किसी भी अतिरिक्त उपकरण तक सीमित नहीं है



## स्वच्छता मानकों की स्थापना

- हाथ धोने की सुविधाओं तक पहुँच प्रदान करें
- श्रमिकों और कार्यस्थल आगंतुकों द्वारा साइट पर साबुन और पानी से बार-बार हाथ धोने को प्रोत्साहन दें
- कर्मचारियों को जॉबसाइट पर ले जाने के लिए उनके अपने अल्कोहल-आधारित हैंड रब्स और/या डिस्पोजेबल कीटाणुनाशक वाइप्स सप्लाई करें
- कर्मचारियों को काम पर लौटने पर COVID-19 से संबंधित स्वास्थ्य और सुरक्षा प्रशिक्षण पूरा करने के लिए प्रोत्साहित करें
- साझा भोजन (जैसे, बुफे शैली का भोजन) प्रतिबंधित करें और कर्मचारियों को घर का खाना लाने के लिए प्रोत्साहित करें
- विकेन्द्रीकृत टूल बॉक्स वार्ता का उपयोग करके सुरक्षा, साइट प्रोटोकॉल और COVID -19 पर दैनिक कार्य प्रणालियाँ संचालित करें
- सब-कॉन्ट्रैक्टर प्रशिक्षण और सुरक्षा प्रमाणन आवश्यकता बनाएँ, जिसमें COVID-19 विषयों की जानकारी शामिल होती है

# सुरक्षित रहें। निर्माण

सुरक्षित स्थान और कार्य स्थितियाँ



सावधानी से पुनः खोलें  
(चरण III)



प्रवेश पहुँच

## प्रवेश बिंदुओं की संख्या सीमित करें और कार्य स्थलों में प्रवेश करने वालों की जाँच करें

- कार्य स्थल पर प्रवेश या निकास बिंदु कम करें
- सार्वजनिक पहुँच को प्रतिबंधित करने के लिए बैरिकेड्स बनाएँ, और जहाँ संभव हो, देर से काम करें जहाँ अन्य मौजूद हैं
- घर छोड़ने से पहले, सभी व्यक्तियों को लक्षणों की स्व-पहचान करने और लक्षण होने पर घर रहने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है
- कार्यस्थल में प्रवेश करने से पहले, COVID-19 के कोई लक्षण नहीं हैं यह सुनिश्चित करने के लिए कर्मचारी स्व-जाँच करें (जैसे, प्रश्नावली - देखें परिशिष्ट)



सफाई मानक

## कार्यस्थल और उच्च स्पर्श सतहों के लिए सफाई मानक बनाएँ

- स्थलों और भारी पारगमन क्षेत्रों को कम से कम हर पारी के बाद साफ़ करें
- एक पॉजिटिव मामले की स्थिति में, CDC दिशानिर्देश पालक अन्य कर्मचारियों के संपर्क में आने की संभावना को कम करने के लिए सफाई और कीटाणुरहित करने से पहले 24 घंटे प्रतीक्षा करें
- उच्च स्पर्श सतहों (जैसे, साझा उपकरण, मशीन, वाहन, हैंडरेल, पोर्टेबल शौचालय) को हर 4 घंटे और/या कर्मियों के संचालन में किसी भी परिवर्तन के बाद साफ़ करें
- वाहनों को साझा किए जाने की स्थिति में, उचित सफाई सुनिश्चित करें

# सुरक्षित रहें। निर्माण

सुरक्षित स्थान और कार्य स्थितियाँ



सावधानी से पुनः खोलें  
(चरण III)



दृश्य मार्गदर्शन



कार्यस्थल

साइट पर प्रवेश करने के लिए ग्राहकों के लिए दिशा-निर्देश पोस्ट करें (जैसे PPE पहनना, हैंड सैनिटाइज़िंग आवश्यकताएँ), ग्राहक अपने जोखिम पर प्रवेश करें वाले कथन सहित

- कार्य स्थल की नई परिचालन स्थितियों पर दिशानिर्देश शामिल करें (जैसे, PPE पहनना, हैंड सैनिटाइज़िंग आवश्यकताएँ, आदि)
- ग्राहक अपने जोखिम पर प्रवेश करें वाले कथन शामिल करें

लोगों के बीच संपर्क को कम करने के लिए सरलीकृत कार्यस्थल की स्थितियों को बढ़ावा देना

- कार्य स्थान और आवागमन प्रवाह पैटर्न बनाएँ, जो शारीरिक दूरी के लिए CDC दिशानिर्देश का पालन करें, जहाँ संभव हो
- CDC दिशानिर्देश का पालन करने में असमर्थ गैर-आवश्यक सामान्य क्षेत्र बंद करें
- साइट पर कार्य स्थानों के बाहर की आवाजाही को कम करने के लिए सामग्री के रखने को व्यवस्थित करें



## लचीले मॉडल

### एक्सपोजर को कम करने के लिए व्यक्तिगत काम कम करें

- जगह की उपलब्धता और साइट तक पहुँच को प्रतिबंधित करने की क्षमता के आधार पर विभिन्न निर्माण स्थलों के लिए अलग-अलग प्रोटोकॉल बनाए
- कार्य स्थल पर भीड़ कम करने, कर्मचारियों के बीच संपर्क को कम करने, और प्रवेश बिंदुओं (विशेष रूप से जगह-अभाव या खुले कार्यस्थल में) पर भीड़ को रोकने के लिए काम के घंटे और पारियों (जैसे, ए/बी क्रू, नामित आगमन/प्रस्थान) को समायोजित करें
- सुरक्षित कार्यस्थल सुविधाएँ खोजने के लिए कमजोर/असहाय कर्मचारियों के साथ काम करें (जैसे, अन्य व्यक्तियों के साथ कम संपर्क वाले स्थानों पर जाएँ, जब संभव हो तब साइट से दूर रह कर काम करें)



## संचालन सुलभता

### क्रियाकलाप सीमित करने के व्यवहार को प्रोत्साहन दें

- जब संभव हो, कर्मचारियों की ओवरलैप शिफ्ट को सीमित करें



## यात्रा संबंधी दिशा-निर्देश

### गैर जरूरी यात्रा पर रोक लगाएँ

- केवल आवश्यक व्यावसायिक कार्यों के लिए यात्रा को सीमित करें (जैसे, उत्पाद वितरण, आपूर्ति श्रृंखला निरंतरता, महत्वपूर्ण बुनियादी ढांचे को बनाए रखना)





जाँच/  
निगरानी

## जाँच और अनुरेखण प्रोटोकॉल के लिए CDPH और CDC मार्गदर्शन का पालन करें

- यदि कर्मचारी COVID-19 अनुबंध करता है, तो उसे काम पर लौटने से पहले सभी CDC दिशानिर्देश का पालन करना होगा
- यदि किसी कर्मचारी को जाँच द्वारा COVID-19 पॉजिटिव के रूप में पहचाना जाता है, तो CDC दिशानिर्देशों के अनुसार सफाई और कीटाणनाशक का प्रयोग किया जाना चाहिए।
- कोई भी कर्मचारी जो सहकर्मी या किसी अन्य व्यक्ति के साथ उस व्यक्ति के निकट संपर्क में हो, जिसमें COVID-19 का पता चला है, तो उसे CDC दिशानिर्देश के अनुसार स्वयं एकांतवास करना चाहिए।
- यदि कोई इकाई संभवतः किसी 14 दिन की अवधि में उस स्थान के 2 या अधिक मामलों के बारे में जानती है, जो उनसे जुड़े हैं, तो नियोक्ताओं को आवश्यक रूप से CDPH को मामलों की रिपोर्ट करनी चाहिए
- कार्यस्थल के प्रकोप के जवाब में CDPH की सिफारिशों का पालन करते हुए निर्धारित अन्य सभी CDPH मार्गदर्शन का पालन करें



## शब्दावली

**भीड़:** एक नियोजित या सहज घटना जहाँ व्यक्ति निकट दूरी (<6 फीट) के लिए गैर-घरेलू सदस्यों के साथ बातचीत कर रहे हों

**हाथ धोना:** कम से कम 20 सेकंड के लिए साबुन और पानी से हाथों को अच्छे से धोना या एक निस्संक्रामक का उपयोग करना  
COVID-19 का कारण बनने वाले वायरस को खत्म करने में सक्षम है

**शारीरिक दूरी:** व्यक्तियों, या व्यक्तियों के समूहों के बीच कम से कम छह फीट की शारीरिक दूरी।

**पीपीई:** व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण (पर्सनल प्रोटेक्टिव इक्विपमेंट) (जैसे, चेहरे के कवर, काले चश्मे, चेहरे की ढाल); उद्योग और विशिष्ट परिस्थितियों के आधार पर आवश्यकताएँ भिन्न होती हैं

## स्व-जाँच नमूना प्रश्नावली

**स्व-जाँच:** एक प्रोटोकॉल जिसके द्वारा एक कर्मचारी एक पारी की शुरुआत में सवालियों के जवाब देता है। स्वास्थ्य आयुक्त के मार्गदर्शन के अधीन, प्रश्नों में शामिल हो सकते हैं:

- क्या आपके शरीर का तापमान 100 डिग्री फ़ारेनहाइट से अधिक है या आपने पिछले 24 घंटों में 100 डिग्री फ़ारेनहाइट से अधिक के शरीर के तापमान का इलाज करने के लिए बुखार निवारण का उपयोग किया है?
- क्या आपको कोई नई खांसी हुई है जिसे आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति से नहीं जोड़ सकते?
- क्या आपके गले में कोई नई खराबी हुई है या गला खराब है, जिसे आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति से नहीं जोड़ सकते?
- क्या आपको साँस की कोई नई तकलीफ हो रही है जिसे आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति से नहीं जोड़ सकते?
- क्या आप हाल ही में गंध या स्वाद समझने में पूरी तरह से मुश्किल अनुभव कर रहे हैं?

# सुरक्षित रहें। निर्माण

जन स्वास्थ्य संसाधन



सावधानी से पुनः खोलें  
(चरण III)

## सामान्य कार्यस्थल मार्गदर्शन

## निर्माण मार्गदर्शन

## अस्वीकरण

### अधिक मार्गदर्शन के लिए राष्ट्रीय संसाधन

CDC - COVID-19 प्रतिक्रिया का समर्थन करतीं गतिविधियाँ और पहल और अमेरिका को फिर से खोलने के लिए राष्ट्रपति की योजना:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/php/CDC-Activities-Initiatives-for-COVID-19-Response.pdf>

CDC - व्यवसाय और कार्यस्थलों के लिए मार्गदर्शन

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/businesses-employers.html>

OSHA COVID-19 के लिए कार्यस्थलों को तैयार करने पर मार्गदर्शन:

<https://www.osha.gov/Publications/OSHA3990.pdf>

एसोसिएटेड जनरल कॉन्ट्रैक्टर्स ऑफ़ अमेरिका - COVID 19 संसाधन:

<https://www.agc.org/coronavirus>

OSHA - निर्माण के लिए COVID 19 मार्गदर्शन:

<https://www.osha.gov/Publications/OSHA4000.pdf>

इस दस्तावेज़ में दिए गए सभी लिंक केवल सुविधा और सूचना के उद्देश्यों के लिए हैं; वे निगम या संगठन या व्यक्ति के किसी भी उत्पाद, सेवाओं या राय के लिए सिटी ऑफ़ शिकागो द्वारा मान्यता या अनुमोदन का गठन नहीं करते हैं। सिटी ऑफ़ शिकागो उस बाहरी साइट या उसके बाद के लिंक की सटीकता, वैधता या सामग्री के लिए कोई जिम्मेदारी नहीं लेता है। उसकी सामग्री के बारे में सवालों के जवाब के लिए बाहरी साइट से संपर्क करें।