

BE SAFE  
CHICAGO



सुरक्षित रहें। उच्च  
शिक्षा

# सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा

इस निर्देश-पुस्तिका में क्या है?



सावधानी से पुनः खोलें  
(चरण III)

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

### स्वस्थ क्रियाकलाप

#### सामाजिक 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 स्थितियाँ

#### प्रवेश करने के लिए पहुँच



स्थान की पहुँच के लिए प्रवेश/निकास की स्थिति

#### सफाई के मानक



स्थान को कीटाणुरहित करने के लिए उठाए गए कदम

#### दृश्य मार्गदर्शन



स्थान पर पोस्ट किये गए स्वच्छता संसाधन और मार्गदर्शन

#### कार्यस्थल स्थितियाँ



पैदल आवागमन, हवा के प्रवाह, आदि का मूल्यांकन

### संचालन सुलभता और निगरानी

#### लचीले मॉडल



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

#### संचालन सुलभता



संचालन के लिए लचीलेपन का समर्थन (जैसे, कई पारियाँ)

#### यात्रा संबंधी दिशा-निर्देश



स्थानों के बीच लोगों के आवागमन पर प्रतिबंध

#### जाँच / निगरानी



जाँच और निगरानी की सुविधा

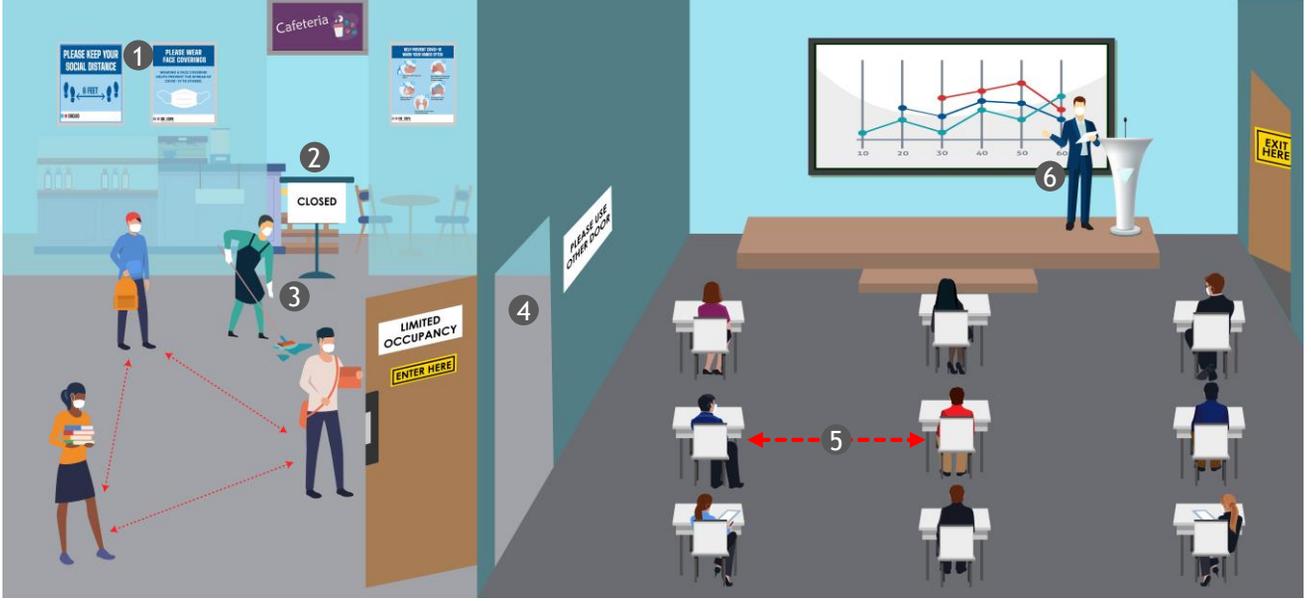
- अनुशंसित मार्गदर्शन -

BE SAFE  
CHICAGO

# सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा दर्शाए गए उदाहरण



सावधानी से पुनः खोलें  
(चरण III)



## क्या अलग हो सकता है?

- 1 स्वच्छता, सामाजिक दूरी, PPE, और अन्य से संबंधित दृश्य संकेत पूरी इकाई में पोस्ट किये गए हैं
- 2 कैफेटेरिया सहित सभी सामान्य क्षेत्रों तक पहुंच को प्रतिबंधित करें
- 3 कर्मचारी अक्सर प्रत्येक उपयोग के बाद भवन और कक्षाओं को साफ करते हैं और उन्हें कीटाणुरहित बनाते हैं
- 4 प्रवेश / निकास बिंदु पर जोखिम को कम करने के लिए ट्रैफिक प्रवाह को समायोजित करें
- 5 कक्षा में सभी छात्रों के बीच कम से कम 6 फुट की दूरी बनाएं रखें
- 6 सभी व्यक्तियों को हमेशा फेस कवरींग पहनना चाहिए



सामाजिक दूरी

## बातचीत को कम करें और सामाजिक दूरी सुनिश्चित करें

- पूरे परिसर में स्टाफ, फैकल्टी और छात्रों के बीच कम से कम 6 फीट की दूरी सुनिश्चित करें (जैसे, लॉबी, कमरे में)
- स्टेशनों (जैसे, कंप्यूटर) के बीच सुरक्षात्मक अवरोध स्थापित करें जहां सामाजिक दूरी का पालन करना संभव नहीं है
- जब तक असाधारण परिस्थितियों में संस्था द्वारा अनुमति नहीं दी जाती है, तब तक परिसर में ठहरने के हॉल के उपयोग की अनुमति न दें



भीड़ का आकार

## कक्षा की क्षमता को 25% तक सीमित करें, और 50 से अधिक व्यक्तियों को अनुमति नहीं दें

- व्यक्तिगत कक्षाओं के लिए, अधिकतम 50 व्यक्तियों (अभी भी 6 फीट की दूरी बनाए रखते हुए) के साथ, कमरे के इस्तेमाल को 25% तक सीमित कर सकते हैं।
- व्यक्तिगत कक्षाओं के बाहर सभी भीड़ को 10 से अधिक व्यक्तियों के लिए सीमित करें -जहां एक सभा को एक नियोजित या सहज घटना के रूप में परिभाषित किया जाता है जहां व्यक्ति एक विस्तारित अवधि के दौरान करीब (<6 फीट) के भीतर गैर-घरेलू सदस्यों - और (घर के अंदर रिक्त स्थान के लिए) 25% क्षमता के साथ बातचीत कर रहे हो
- ब्रेक-रूम (विश्राम कमरे) और कैफेटेरिया सहित सभी सामान्य क्षेत्रों तक पहुंच को प्रतिबंधित करें



सुरक्षात्मक  
गियर

## सभी व्यक्तियों के लिए फेस कवरींग आवश्यक करें

- नाक और मुंह के ऊपर फेस कवरींग आवश्यक है (मेडिकल कंडीशन या विकलांग लोगों को छोड़कर, जिन्हें फेस कवरींग और अन्य ADA समस्याओं के कारण सुरक्षित तरीके से मुँह ढकने में परेशानी होती है)
- वैसे किसी भी ऐसे स्थान पर चेहरे को ढकने की आवश्यकता नहीं है जहां यह एक सुरक्षा खतरा उत्पन्न कर सकता है (जैसे, विशेष प्रयोगशाला); यदि चेहरे को ढकना संभव नहीं है, तो अतिरिक्त सावधानी बरतें (जैसे, सामाजिक दूरी)



स्वच्छता की  
आवश्यकताएँ

## प्रवेश और निकास द्वार पर और संपूर्ण केंद्र में हैंड सैनिटाइज़र उपलब्ध कराएं

- सुनिश्चित करें कि साबुन और पानी या हैंड सैनिटाइज़र स्टेशन सभी प्रवेश द्वारों/निकास, टाइमक्लॉक, सामान्य क्षेत्रों, और अन्य ज्यादा-स्पर्श वाली सतहों पर/व्यापक रूप से उपलब्ध हैं।
- कर्मचारियों और विद्यार्थियों को नियमित रूप से दिन भर और परिसर में प्रवेश करने के लिए हाथ धोने के लिए प्रोत्साहित करें
- साझा किए गए आइटम, उपकरण (जैसे, कीबोर्ड) का उपयोग सीमित करें
- कर्मचारियों को परिसर पर लौटने पर COVID-19 से संबंधित स्वास्थ्य और सुरक्षा प्रशिक्षण पूरा करने के लिए प्रोत्साहित करें



## अधिकतम सामाजिक दूरी सुनिश्चित करने और शारीरिक संपर्क को सीमित करने के लिए निकास और प्रवेश बिन्दुओं का मूल्यांकन करें

- प्रतिष्ठान में प्रवेश से पहले, COVID-19 के कोई लक्षण नहीं है यह सुनिश्चित करने के लिए कर्मचारी स्व-जाँच करें (जैसे, प्रश्नावली – परिशिष्ट देखें)
- घर छोड़ने से पहले, सभी व्यक्तियों को लक्षणों की स्व-पहचान करने और लक्षण होने पर घर रहने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है
- भवन/परिसर में प्रवेश करने का प्रयास करने वाले किसी भी व्यक्ति को प्रवेश से इनकार करना जो बीमार हैं या COVID-19 लक्षणों का प्रदर्शन करते हैं
- केवल उन व्यक्तियों के लिए केंद्रों तक पहुंच की अनुमति दें जिनके पास

एक वैध I.D. (जो स्पष्ट रूप से दिखाई जाए) हो; सभी कर्मचारी, संकाय और छात्रों को केवल आवश्यक गतिविधियों के लिए पूर्व-अनुमोदित और स्वीकृत होना चाहिए (जैसे, कार्य पूरा करने के लिए कंप्यूटर तक पहुंच)

अनुमति प्राप्त व्यक्तियों के आवागमन को सीमित करें



## उच्च आवागमन वाले क्षेत्रों के अंदर, आस-पास के क्षेत्रों, को प्रतिदिन/अधिक बार साफ़ करें

- CDC द्वारा उल्लिखित सफाई दिशानिर्देशों का पालन करें
- उपयोग के बीच-बीच में कक्षाओं, प्रयोगशालाओं और सम्मेलन कक्ष को साफ और कीटाणुरहित बनाएं
- बाथरूम, डोर नॉब, लाइट-स्विच, कार्यालय और अन्य ज्यादा स्पर्श होने वाले क्षेत्रों को बार-बार धोएं/ कीटाणुरहित बनाएं
- उपयोग के बाद साझा किए गए उपकरण/फर्नीचर (जैसे, टेबल, कुर्सियाँ, फोन, कॉपी मशीन) को पोंछें
- सुनिश्चित करें कि हर बार उपयोग करने के बाद विद्यार्थी पुस्तकालय के स्थान को साफ करें



दृश्य  
मार्गदर्शन

## किसी भी प्रवेश/निकास बिंदु और किसी भी अन्य उच्च आवागमन वाले सामान्य क्षेत्रों में संकेत प्रदर्शित करें

- स्वच्छता मानकों, दूरी और सफाई रखने पर दृश्य मार्गदर्शन प्रदान करें
- जहां व्यावहारिक हो, वहां सामाजिक दूरी बनाएं रखने को प्रोत्साहित करने के लिए दृश्य मार्करों को 6 फीट की दूरी पर रखें
- जहां संभव हो, व्यक्तियों के बीच संपर्क को कम करने के लिए आवागमन प्रवाह बदलने के लिए दृश्य संकेतों का उपयोग करें (जैसे, विशेष प्रवेश और निकास क्षेत्र को निर्दिष्ट करना)
- इस्तेमाल किए जाने वाले सभी कक्षाओं के अधिकतम भराव का संकेत प्रदर्शित करें



कार्यस्थल

## चोक बिंदु पहचानें (जैसे, गलियारे, प्रवेश द्वार/निकास), और यह सुनिश्चित करें कि दूरी नियम बनाए रखे जा रहे हैं

- सामाजिक दूरी के लिए सीडीसी दिशानिर्देशों का पालन करने वाले ट्रैफिक प्रवाह को प्रोत्साहित करें
- जहां तक संभव हो, सामाजिक दूरी को बढ़ावा देने के लिए सामान्य क्षेत्रों में से फर्नीचर को हटाएं (जैसे, लॉबी)
- सीढ़ी के उपयोग को प्रोत्साहित करें, और यदि संभव हो, तो यातायात प्रवाह को एक दिशा में व्यवस्थित करें
- लिफ्ट का उपयोग सीमित करें, और (यथासंभव) कोशिश करें की लिफ्ट की क्षमता को 25% से कम रखें
- सुनिश्चित करें कि कोई भी साझा कार्यस्थान चालू नहीं है, सिवाय इसके कि जहां सामाजिक दूरी का अनुपालन किया जा सकता है
- स्पर्श रहित पानी की बोतल भरने वाले स्टेशनों को छोड़कर, पानी के फव्वारे बंद करें
- डिस्पोजेबल कप, थाली, बर्तन के उपयोग को बढ़ावा दें



लचीले मॉडल



संचालन  
सुलभता



यात्रा-  
निर्देश

## जितना हो सके घर से काम करते रहें

- केवल आवश्यक कर्मचारियों को सुविधाओं तक पहुंचने को प्राथमिकता दें; जिसके लिए काम पर लौटने से पहले पर्यवेक्षक से अनुमति की आवश्यकता होती है
- यथासंभव संकाय को घर से काम करने के लिए प्रोत्साहित करें
- सभी विद्यार्थियों को दूरस्थ शिक्षा संसाधनों तक पहुँच प्रदान करें

## काम की पारी को समय अवधि में वितरित करें और समूह विकसित करें

- यदि संभव हो, तो काम की पारी को समय अवधि में वितरित करें और व्यक्तियों को स्थिर समूह में रखें
- स्थान की कम क्षमता को ध्यान में रखते हुए चरणबद्ध कार्य दिवस/कार्य सप्ताह अपनाने के लिए प्रोत्साहित करें

## जरूरी होने पर ही यात्रा करें

- घरेलू और अंतर्राष्ट्रीय यात्रा स्थगित करें; अपवाद के लिए केवल महत्वपूर्ण उद्देश्यों के लिए पूर्व अनुमोदन के साथ आवश्यक यात्रा करें



## जाँच और खोजने से संबंधित प्रोटोकॉल के लिए CDPH और CDC निर्देशों का पालन करें

- यदि कर्मचारी COVID-19 से पीड़ित होता है, तो उसे काम पर लौटने से पहले सभी CDC दिशानिर्देशों 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 कीटाणुनाशन किया जाना चाहिए
- कोई भी कर्मचारी जो सहकर्मी या किसी अन्य व्यक्ति के साथ उस व्यक्ति के निकट संपर्क में था, जिसमें COVID-19 का पता चला है, तो उसे CDC दिशानिर्देश के अनुसार स्वयं क्वारंटाइन 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 होगी
- कार्यस्थल पर 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 अधिकतम समय तक कम दूरी (6 फुट से कम) पर गैर-घरेलू सदस्यों के साथ बातचीत कर रहे हों

**हाथ धोना:** कम से कम 20 सेकेंड तक साबुन और पानी से हाथों को अच्छे से धोना या एक ऐसे कीटाणुनाशक का उपयोग करना जो COVID-19 का कारण बनने वाले वायरस को खत्म करने में सक्षम हो

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

**PPE:** व्यक्तिगत सुरक्षात्मक उपकरण (पर्सनल प्रोटेक्टिव इक्विपमेंट) (जैसे, चेहरे के कवर, चश्मा, चेहरे की ढाल); उद्योग और विशिष्ट परिस्थितियों के आधार पर आवश्यकताएँ भिन्न हो सकती हैं

## स्व-जाँच नमूना प्रश्नावली

**स्व-जाँच:** एक प्रोटोकॉल जिसके द्वारा एक कर्मचारी एक पारी की शुरुआत में सवालों 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-नई खांसी हुई है जिसे आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति से नहीं जोड़ सकते हैं?
- क्या आपके गले में कोई नई खराबी हुई है या गला खराब है, जिसे आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति से नहीं जोड़ सकते हैं?
- क्या आपको साँस की कोई नई तकलीफ हो रही है जिसे आप किसी अन्य स्वास्थ्य स्थिति से नहीं जोड़ सकते हैं?
- क्या आप हाल ही में गंध या स्वाद समझने में पूरी तरह से मुश्किल अनुभव कर रहे हैं?



## अधिक मार्गदर्शन के लिए राष्ट्रीय संसाधन

### सामान्य कार्यस्थल मार्गदर्शन

**CDC – COVID-19 के खिलाफ प्रतिक्रिया तथा अमेरिका को फिर से खोलने के लिए राष्ट्रपति की योजना का समर्थन करने वाली गतिविधियाँ और प्रतिक्रियाएं:**

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

**CDC – व्यापारों 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>

### उच्च शिक्षा मार्गदर्शन

**यूएस डिपार्टमेंट ऑफ़ एजुकेशन– स्कूलों और स्कूल कर्मियों के लिए COVID-19 जानकारी और संसाधन:** <https://www.ed.gov/coronavirus>

**CDC – कॉलेज और यूनिवर्सिटीज के लिए मार्गदर्शन:**

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/colleges-universities/index.html>

**CDC से पूरक मार्गदर्शन – सफाई हो जाने पर पुनः खोलने पर मार्गदर्शन:**

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/reopen-guidance.html>

### अस्वीकरण

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 City of Chicago द्वारा मान्यता नहीं देते या अनुमोदन नहीं करते हैं। The City of Chicago बाहरी साइट या उसके आगे के लिंक की सटीकता, वैधता या सामग्री की कोई जिम्मेदारी नहीं लेती है। बाहरी साइट से उनकी सामग्री के बारे में सवालों के जवाब के लिए उनसे संपर्क करें।