BE SAFE CHICAGO

सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा

CHICAGO

सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा

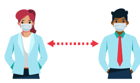
इस निर्देश-पुस्तिका में क्या है?

धीरे-धीरे फिर से शुरू करें
(चरण IV)

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 स्थितियां

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 स्थितियां

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

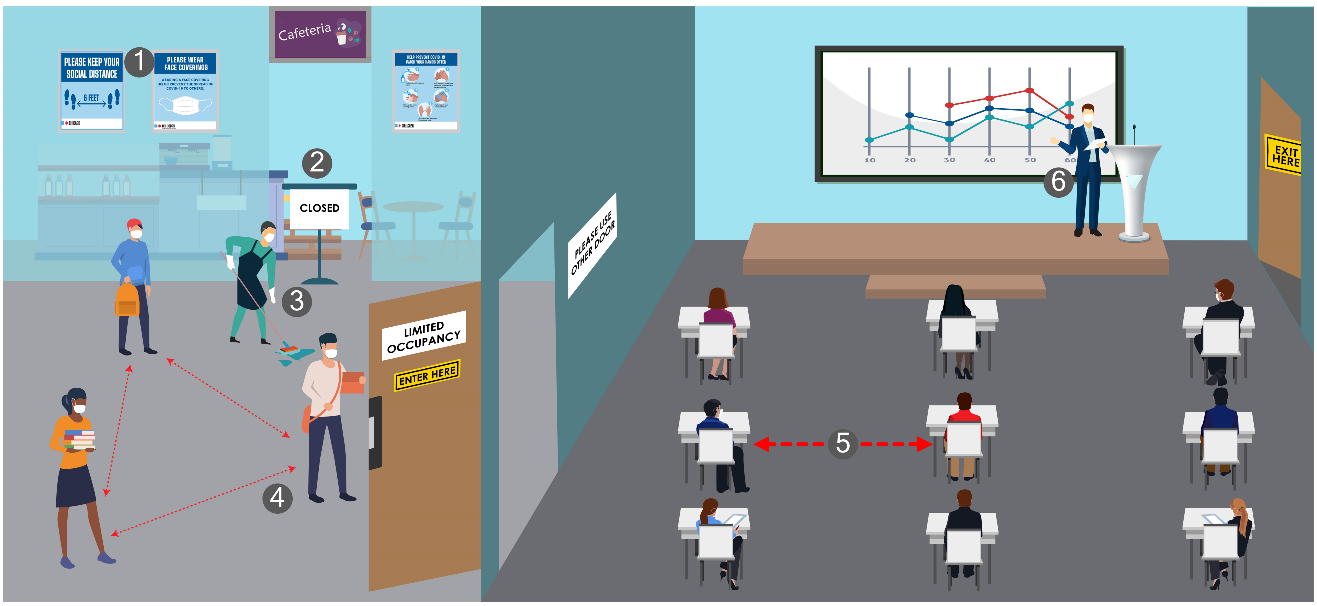
BE SAFE CHICAGO

- अनुशंसित मार्गदर्शन -

सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा

दर्शाए गए उदाहरण

धीरे-धीरे फिर से शुरू करें (चरण IV)



क्या अलग हो सकता है?

1. स्वच्छता, सामाजिक दूरी, PPE, और अन्य से संबंधित **दृश्य संकेत** पूरी इकाई में पोस्ट किये गए है

2. **सहायक सेवाएं** (जैसे, खाद्य सेवा) प्रासंगिक उद्योग दिशानिर्देशों के अनुसार काम कर रही हैं

3. प्रत्येक कक्षा, कैफ़ेटेरिया या अन्य सभा स्थल में **सफाई उत्पाद उपलब्ध**

4. भीड़ को सीमित करने के लिए **हॉलवे व्यवस्थित किया या सुझाया गया आवागमन प्रवाह**

5. कक्षा में **सभी छात्रों** के बीच **कम से कम 6 फुट की दूरी** बनाएं रखें

6. सभी व्यक्तियों को **हमेशा फेस कवरिंग** पहनना चाहिए

BE SAFE CHICAGO

सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा
स्वस्थ क्रियाकलाप

धीरे-धीरे फिर से शुरू करें (चरण IV)

आम क्षेत्रों (जैसे, लॉबी, हॉलवे, कमरे) में >6 फीट शारीरिक दूरी पर जोर दें

- 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
- रहने वाले छात्रों के एक ही छात्रावास/अपार्टमेंट को एक घर के रूप में माना जा सकता है जहाँ प्रति कमरा एक से अधिक के रहने की अनुमति है
- सुनिश्चित करें कि व्यक्तिगत कक्षाएँ पूरे क्षेत्र में कम से कम 6 फीट की शारीरिक दूरी (Social Distancing) बनाएँ रखती हैं, जिसमें प्रवेश/निकास शामिल हैं

कक्षा की क्षमता को 40% 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 40% तक सीमित कर सकते हैं।
- कैफ़ेटेरिया, मीटिंग रूम, और अन्य व्यक्तिगत भीड़ (जैसे, कर्मचारी, छात्र, आम जनता) और अन्य भीड़ बिंदुओं को सीमित करें जहाँ 50 से अधिक व्यक्तियों न हों[1]
- हॉलवेज़ में छात्र और संकाय की मण्डली सीमित करें
- एलिवेटर के उपयोग को बेहतर करें, फर्श चिह्नों और/या संकेत का उपयोग करें, और जब व्यावहारिक हो एलिवेटर लॉबी और अन्य सार्वजनिक क्षेत्रों में भीड़ के आकार को कम करें

1. पूरे चरण 4 के दौरान एकत्र होने और क्षमता संबंधी प्रतिबंध में वृद्धि CDPH की स्वास्थ्य मैट्रिक्स और मार्गदर्शन के रुझान के अधीन है

सुरक्षात्मक गियर

सभी व्यक्तियों के लिए फेस कवरिंग आवश्यक करें

- नाक और मुंह के ऊपर फेस कवरिंग आवश्यक है (मेडिकल कंडीशन या विकलांग लोगों को छोड़कर, जिन्हें फेस कवरिंग और अन्य ADA समस्याओं के कारण सुरक्षित तरीके से मुँह ढकने में परेशानी होती है)
- वैसे किसी भी ऐसे स्थान पर चेहरे को ढंकने की आवश्यकता नहीं है जहां यह एक सुरक्षा खतरा उत्पन्न कर सकता है (जैसे, विशेष प्रयोगशाला); यदि चेहरे को ढंकना संभव नहीं है, तो अतिरिक्त सावधानी बरतें (जैसे, सामाजिक दूरी)
- व्यक्तिगत ऑफ़िस स्थानों या व्यक्तियों के कमरे में स्टाफ़, फैकल्टी, और छात्र अकेले आने पर फ़ेस कवरिंग हटा सकते हैं लेकिन इन स्थानों को छोड़ते समय उन्हें पहनना चाहिए या यदि जब कोई उनसे जुड़ता है

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

प्रवेश करने के लिए पहुँच

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

- घर छोड़ने से पहले, सभी व्यक्तियों को लक्षणों की स्व-पहचान करने और लक्षण होने पर घर रहने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है
- COVID 19 के कोई लक्षण नहीं हैं यह सुनिश्चित करने के लिए परिसर या इमारतों में प्रवेश करने से पहले, या स्कूल के अन्य समारोह में भाग लेने से पहले, स्टाफ और छात्रों को स्व-स्क्रीनिंग (जैसे प्रश्नावली, परिशिष्ट देखें) करनी चाहिए
- 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
- आगंतुक को परिसर में जाने की अनुमति दें यदि मानक सार्वजनिक स्वास्थ्य मार्गदर्शन (जैसे, फ़ेस कवरिंग, शारीरिक दूरी (Social Distancing), हाथ धोना) का पालन किया जा रहा है
- हर इमारत के लिए एक तरफ़ा प्रवेश/निकास प्रदान करें, जहाँ संभव हो

सफाई के मानक

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

- CDC द्वारा उल्लिखित सफाई दिशानिर्देशों का पालन करें
- सुनिश्चित करें कि प्रत्येक कक्षा, कैफ़ेटेरिया या अन्य भीड़ स्थलों में सफाई के उत्पाद उपलब्ध हैं, और छात्रों को प्रत्येक उपयोग के पहले और बाद में शेयर किए गए उपकरण या फर्नीचर कीटाणुरहित करने का निर्देश दें
- उपयोग के बीच-बीच में कक्षाओं, प्रयोगशालाओं और सम्मेलन कक्ष को साफ और कीटाणुरहित बनाएं
- हर पारी के बीच शेयर कार्यस्थलों (जैसे, सुरक्षा पोस्ट) कीटाणुरहित करें
- बाथरूम, डोर नॉब, लाइट-स्विच, कार्यालय और अन्य ज्यादा स्पर्श होने वाले क्षेत्रों को बार-बार धोएं/ कीटाणुरहित बनाएं
- शेयर बाथरूम वाले आवास परिसर के लिए, लगातार सफाई और स्थान कीटाणुरहित करना सुनिश्चित करें; छात्र उपयोग के लिए शेयर बाथरूम में सफाई उत्पाद प्रदान करें, जहाँ संभव हो
- •व्यक्तिगत/सूट-शैली के बाथरूम वाले आवास परिसर के लिए, छात्रों को उचित सफाई प्रक्रियाओं की याद दिलाने के लिए और लगातार सफाई और कीटाणुशोधन के लिए प्रोत्साहित करने के लिए संकेत प्रदान करें

दृश्य मार्गदर्शन

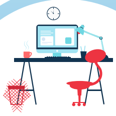
किसी भी प्रवेश/निकास बिंदु और किसी भी अन्य उच्च आवागमन वाले सामान्य क्षेत्रों में संकेत प्रदर्शित करें

- 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

- प्रत्येक को पुन: प्रयोज्य पानी की बोतलों का उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करें, और जहाँ संभव हो, पीने के फव्वारे के पास डिस्पोजेबल कप प्रदान करें; पीने के फव्वारे के उचित उपयोग को बढ़ावा दें (जैसे, सतहों को छूने के बाद टोंटी पर मुँह न रखें और हाथ साफ करें)
- जहाँ संभव हो, शारीरिक दूरी (Social Distancing) को बढ़ावा देने के लिए फर्नीचर आम क्षेत्रों में ले जाएँ (जैसे, लॉबी और निवास हॉल)
- सीढ़ियों का उपयोग पर ओर दें, और यदि संभव हो, तो आवागमन प्रवाह को यूनिडायरेक्शनल होने के लिए पुन: व्यवस्थित करें
- प्रासंगिक उद्योग दिशानिर्देशों के अनुसार सहायक सेवाएँ (जैसे, खाद्य सेवा, खुदरा, फ़िटनेस केंद्र) संचालित करें



कार्यस्थल

परिसर आवास को सुरक्षित रूप से फिर से खोलने के लिए रणनीतियाँ अपना

- एक ऐसी चलने की नीति बनाएँ जो अंतःक्रियाओं को कम करे (जैसे, आवागमन प्रवाह को नियंत्रित करना, चालन समय को निर्धारित करना)
- परिसर में रहने वाले छात्रों के आइसोलेशन और क्वारंटाइन के लिए व्यावहारिक और उचित स्थान उपलब्ध कराएँ
- परिसर के निवासी हॉल में मेहमानों को सीमित करें; सभी मेहमानों को स्वास्थ्य दिशानिर्देशों का पालन करना चाहिए (जैसे, फ़ेस कवरिंग, हाथ की सफाई, शारीरिक दूरी) (Social Distancing)
- शेयर आवास हॉल के स्थानों में मण्डली को सीमित करें जिसमें 50 से अधिक व्यक्ति न हों, शारीरिक दूरी (Social Distancing) बनाए रखते हुए; छात्रों को सामाजिक गतिविधियों में शामिल होने के लिए प्रोत्साहित करें, जहाँ उपयुक्त हो
- समर्पित स्टाफ़ (जैसे, RAs) के निवासियों के हॉल में व्यक्तियों की भीड़ मॉनिटर करें, जहाँ उपयुक्त हो
- आवास हॉल के संचालन पर अतिरिक्त मार्गदर्शन के लिए आवासीय भवनों और/या होटल के लिए सिटी ऑफ़ शिकागो दिशानिर्देशों का संदर्भ लें, जहाँ आवश्यक हो (जैसे, सामान्य स्थान निवासी हॉल टूर्स, मेलरूम)

सुरक्षित रहें। उच्च शिक्षा
संचालन और निगरानी

धीरे-धीरे फिर से शुरू करें (चरण IV)

जितना हो सके घर से काम करते रहें

- दूरस्थ कार्य और छात्रोंकी लर्निंग, फैकल्टी और कर्मचारियों के लिए व्यावहारिक और उचित स्थान प्रदान करें, जो गंभीर बीमारी के उच्च जोखिम में हों
- यथासंभव संकाय को घर से काम करने के लिए प्रोत्साहित करें
- जब व्यक्तिगत कार्यालयों में दूरी संभव नहीं है तो फ़ैकल्टी को वर्चुअल कार्यालय के कामकाजी समय में मेजबानी के लिए प्रोत्साहित किया जाता है

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

स्कूल प्रायोजित यात्रा सीमित करें; यात्रा से लौटने पर CDC मार्गदर्शन का पालन करें

- घरेलू और अंतर्राष्ट्रीय यात्रा स्थगित करें; अपवाद के लिए केवल महत्वपूर्ण उद्देश्यों के लिए पूर्व अनुमोदन के साथ आवश्यक यात्रा करें
- यात्रा से लौटते समय छात्रों, संकायों और स्टाफ के स्वयं क्वारंटाइन की प्रक्रियाओं और संचार को CDC मार्गदर्शन के अनुसार तैयार करें
- कैंपस में वापस आने वाला कोई भी अंतर्राष्ट्रीय कर्मचारी या छात्र CDC मार्गदर्शन (सामान्य यात्रा मार्गदर्शन और देश विशिष्ट मार्गदर्शन के आधार पर) के अनुसार स्वयं क्वारंटाइन होना चाहिए

जाँच/ निगरानी

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

- यदि कर्मचारी या छात्र COVID 19 के संपर्क में आते हैं, तो उन्हें काम / कक्षाओं में 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 या छात्र जिसका किसी अन्य व्यक्ति से निकट संपर्क है, जिसमें COVID 19 का पता चला है, या CDC द्वारा निर्धारित उच्च जोखिम वाले क्षेत्र में यात्रा की है, को CDC दिशानिर्देशों के अनुसार स्वयं क्वारंटाइन होना 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

जनसमूह: किसी एक घर के बाहर व्यक्तियों का एक समूह जो एक सहज या नियोजित कार्यक्रम का हिस्सा है और एक दूसरे से 10 मिनट से अधिक समय तक बातचीत कर रहे हैं

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 इक्युप्मेंट) (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।