

BE SAFE
CHICAGO



محفوظ رہیں۔ پارک اور
بیرون میں پرکشش مقامات

محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات اس گائیڈ میں کیا ہے؟

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



احتیاط سے دوبارہ کھولنے پر شکاگو درج ذیل کا طالب ہے:

عمل آوری سے متعلق سکڑاؤ اور نگرانی

لچک پذیر ماڈلز



بیماری کی چھٹی کے ساتھ
لچک، ریموٹ کام
(ممکن ہونے پر)

عمل آوری سے متعلق سکڑاؤ



عمل آوری سے متعلق لچک
پذیری کے لیے تعاون
(جیسے، متعدد شفٹس)

سفر سے متعلق رہنما خطوط



مقامات کے بیچ لوگوں کی نقل و
حرکت پر پابندی

جانچ کرنا / ٹریک کرنا



جانچ کرنے اور ٹریک کرنے کی
سہولت رسانی

محفوظ جگہیں اور حالات

داخلہ تک رسائی



جگہ تک رسائی حاصل کرنے کے
لیے داخلہ/نکاسی کی حالت

صفائی کے معیارات



جگہ کی جراثیم ربائی کے لیے
اختیار کردہ اقدامات

مرئی رہنمائی



جگہ میں پوسٹ کردہ حفظان
صحت کے وسائل اور رہنمائی

جائے کار کے حالات



پیدل ٹریفک، ہوا داری، وغیرہ کی
قدر پیمائی

صحت مندانہ میل جول

سماجی دوری



دوسرے افراد سے سماجی دوری
پر تحدیدات

مجمع کا سائز



افراد کے مجمع پر تحدیدات

حفاظتی پوشش



افراد کے ذریعے حفاظتی پوشش کا
استعمال

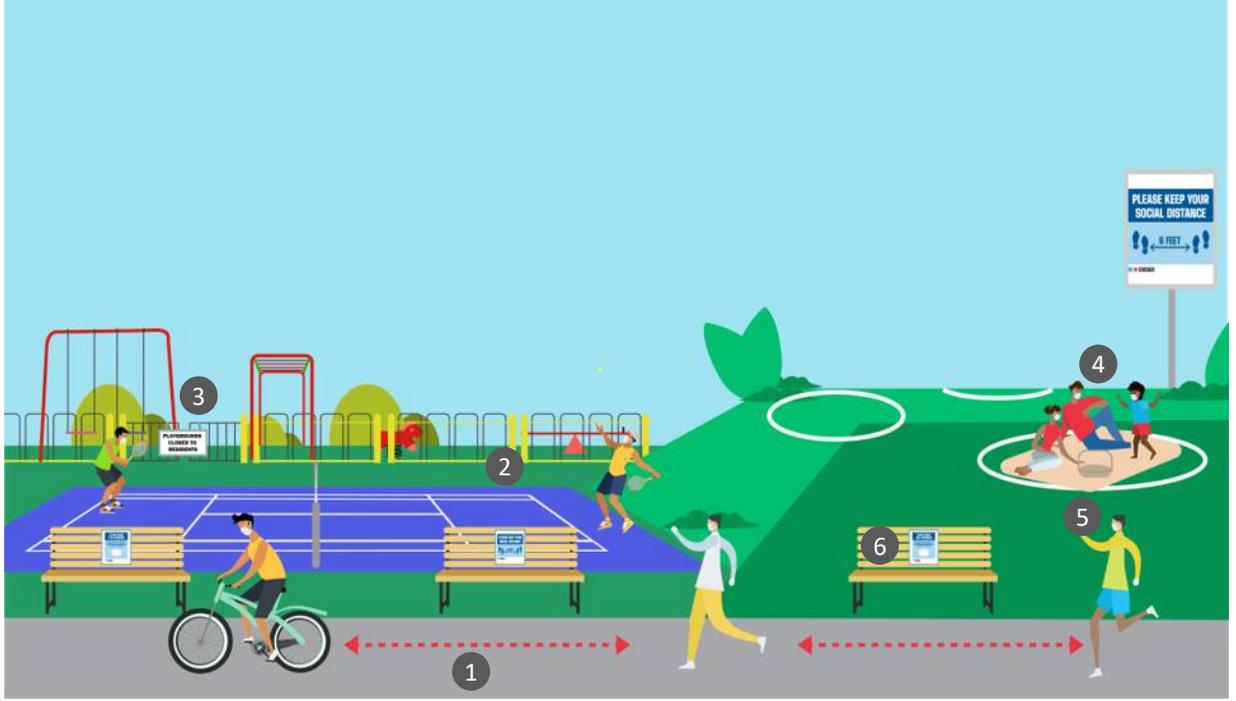
حفظان صحت کے تقاضے



حفظان صحت سے متعلق میل
جول کو یقینی بنانا
(جیسے، ہاتھ دھونا)

محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات عکاسی کرنے والی مثال

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



کیا چیز مختلف ہو سکتی ہے؟

4 کھلی جگہوں میں سماجی گروپس جسمانی
دوری برقرار رکھیں

1 دوڑنے والوں، جاگنگ کرنے والوں، بائیک
چلانے والوں اور پیدل چلنے والوں کو ورزش
کرتے وقت >6 فٹ کی دوری برقرار رکھنے کی
ترغیب دی جاتی ہے

5 پارکوں اور بیرون کی پرکشش مقامات
کے شرکاء / حاضرین سے ہمہ وقت فیس
کورنگ پہننے کا تقاضا کیا جاتا ہے

2 بیرون کی سرگرمیاں صرف چھوٹے گروپوں
میں بلا رابطہ اسپورٹس تک محدود ہیں

6 مرئی علامتی تختی جو حفظان صحت،
سماجی دوری، مناسب PPE وغیرہ کے سلسلے
میں پورے پارک میں آویزاں کی گئی ہو

3 پلے گراؤنڈز عارضی طور پر بند ہیں

محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات صحت مندانہ میل جول

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



جہاں ممکن ہو وہاں تمام افراد کے بیچ 6 > یقینی بنائیں

- وقف شدہ عملہ کی معرفت بڑی، عوامی جگہوں (جیسے پارکوں) میں سماجی دوری کو یقینی بنائیں
- اگر قابل اطلاق ہو تو، پرکشش مقامات کے گیٹ/داخلے کو کنٹرول کریں
- گھٹن والے مقامات میں پیدل ٹریفک کی روانی منضبط کرنے میں مدد کے لیے طبعی رکاوٹیں (جیسے، عارضی گیٹس) استعمال کریں
- دوڑنے والوں، جاگنگ کرنے والوں اور پیدل چلنے والوں کو علامتی تختی کی مدد سے ورزش کرتے وقت 6 فٹ کی دوری برقرار رکھنے کی یاد دہانی کرائیں
- بیرون کی سرگرمیاں صرف بلا رابطہ اسپورٹس تک محدود کریں؛ دیگر کورٹس / فیلڈز (جیسے، باسکٹ بال) بند کر دیں



سماجی دوری

کھلی جگہوں میں گنجائش اور مجمع کو زیادہ سے زیادہ 10 افراد تک محدود کریں

- وقف شدہ عملہ کی معرفت بڑی عوامی اور نجی بیرون کی جگہوں (جیسے پارکوں میں) مجمع زیادہ سے زیادہ 10 افراد تک محدود رکھیں
- بیرون کی پرکشش فسیلیٹیز کے لیے اعزازی اندرون کے اجزا کے لیے گنجائش کو ہمہ وقت 25% تک محدود کریں (جیسے آرام گاہ والی فسیلیٹیز، فیلڈز ہاؤس اور اندرون میں نمائش کی جگہیں) بشمول خراب موسم کے دوران (الّا یہ کہ افراد کو پناہ گاہوں سے ممنوع قرار دینے سے حفاظتی خطرہ پیدا ہوگا)



مجمع کا سائز

محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات صحت مندانہ میل جول

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



تمام افراد کے لیے فیس کورنگ یقینی بنائیں؛ تمام عملہ کو حفاظتی پوشش فراہم کیا جائے

- کسی عمومی اندرون اور بیرون کی جگہوں پر، ناک اور منہ پر فیس کورنگز پہننا ضروری ہے (ایسی طبی کیفیات یا معذوریوں کے حامل افراد کے لیے استثناء ہو سکتے ہیں جو انہیں بحفاظت فیس کورنگ پہننے سے باز رکھتی ہیں)
- اگر قابل عمل ہو تو، جہاں قریبی رابطہ مطلوب ہو (جیسے، ٹکننگ بوتھ) وہاں طبی رکاوٹیں (جیسے، پلیکسی گلاس) یا ذاتی فیس شیلڈ استعمال کریں



حفاظتی پوشش

تمام مہمانوں کے لیے ہاتھ دھونے اور سینٹیٹائزنگ کی ترغیب دیں

- حاضرین اور عملہ کو حفظان صحت کے مناسب پروٹوکولز کی یاد دہانی کے لیے علامتی تختی استعمال کریں
- الگ تھلگ کردہ پرکشش مقامات کے لیے، حاضرین اور عملہ کے لیے آسانی سے قابل رسائی ہینڈ سینٹیٹائزر یا ہاتھ دھونے کے اسٹیشنز ترتیب دیں
- شروع میں کام پر واپس آنے پر ملازمین کے لیے COVID-19 سے متعلق صحت و سلامتی کی تربیت فراہم کریں



حفظان صحت
کے تقاضے

محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات محفوظ جگہیں اور کام کرنے کے حالات

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



افراد اور ملازمین کے داخل ہونے کے لیے صحت کے تقاضے طے کریں

- گھر چھوڑنے سے پہلے تمام افراد کو علامات کو از خود شناخت کرنے اور علامات موجود ہونے کے صورت میں گھر پر رہنے کی ترغیب دی جاتی ہے
- داخلہ کے مقامات پر نشانیاں ڈال کر حاضرین سے یہ درخواست کریں کہ اگر ان کی طبیعت ناساز ہو یا ان میں COVID-19 کی علامات ہوں تو وہ اس حصے میں داخل نہ ہوں (جیسے، غیر زبانی معاہدہ)
- اسٹبلشمنٹ میں داخل ہونے سے پہلے، ملازمین از خود اسکریننگ کر کے COVID-19 کی علامات نہیں ہونے کو یقینی بنائیں (جیسے، سوالنامہ - ضمیمہ دیکھیں)
- پولز اور اسپرے پولز بند کر دیں



زیادہ ٹچ ہونے والے آئٹمز کے لیے صفائی کے سخت معیارات برقرار رکھیں

- کثرت سے ٹچ ہونے والے آئٹمز (جیسے، کراس واک کال بٹن، دروازے کے دستے) کی کثرت سے جراثیم ربائی کریں
- وہ حصے بند کر دیں جہاں روزانہ کثرت سے صفائی ممکن نہیں ہے (جیسے، پلے گراؤنڈز)
- زیادہ ٹچ ہونے والی اور غیر ضروری سطحوں تک رسائی ختم کریں (جیسے، متعامل گرافکس)



محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات محفوظ جگہیں اور کام کرنے کے حالات

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



علامتی تختی، اعلانات، اور مرئی مارکرز استعمال میں لائیں

- صحت سے متعلق پروٹوکولز اور تجاویز کے سلسلے میں حاضرین کے لیے علامتی تختی آویزاں کریں
- معیارات اور حاضرین سے متوقع چیزوں (جیسے، فیس کورنگ، سماجی دوری) پر ممکن ہونے پر آمد سے پہلے (جیسے، ویب سائٹ، یا ای میل کی معرفت) فعال انداز میں مواصلت کریں
- غیر زبانی معاہدے آویزاں کریں کہ حاضرین میں اگر COVID-19 کی کوئی علامت ہے تو انہیں بیرون کی جگہ/پرکشش مقام پر نہیں آنا ہے



مرئی رہنمائی

ٹریفک کی روانی بہتر بنائیں

- گھٹن والے مقامات میں پیدل ٹریفک کی روانی منضبط کریں
- اگر قابل عمل اور قابل اطلاق ہو تو، پیدل ٹریفک کے لیے ڈائریکشن والے راستے، گلیارے، دروازے یا گزرگاہیں (اندرون اور/یا بیرون میں) متعین کریں
- اندرون کی جگہوں کے لیے حرارت، ہوا داری اور ایئر کنڈیشننگ سسٹم کے لیے انجینئرنگ کے مناسب رہنما خطوط پر عمل کریں
- اگر قابل عمل ہو تو، اندرون کی جگہوں (جیسے کھڑکیاں، ہوا داری) میں CDC کے رہنما خطوط کے مطابق ہوا کی روانی بڑھائیں



جاؤ کار



جہاں بھی ممکن ہو بذات خود کام کو محدود کریں

- ممکن ہونے پر غیر لازمی عملہ کے لیے ریموٹ طریقے سے کام کرنے کا موقع فراہم کریں
- افرادی قوت میں اوورلیپنگ کو کم کرنے کے لیے لازمی عملہ کی ٹیموں کو شناخت کریں

ادائیگی کے احتیاطی اقدامات لاگو کریں، جیسے

- اگر قابل عمل اور قابل اطلاق ہو تو، بلا نقدی ٹرانزیکشن کی ترغیب دیں (جیسے ٹکٹ لگنے والے پرکشش مقامات کے لیے)
- اگر قابل اطلاق ہو تو، حاضری صرف ریزرویشن تک محدود کریں (جیسے ٹکٹ لگنے والے پرکشش مقامات کے لیے)

کمپنی کے غیر ضروری سفر کو محدود کریں

- اگر قابل عمل ہو تو، متعدد مقامات پر عملہ کے سفر کو محدود کریں



لچک پذیر ماڈلز



عمل کا سکڑاؤ



سفر سے متعلق
رہنما خطوط



جانچ کرنے اور پتہ لگانے کے پروٹوکول کے مدنظر CDC اور CDPH کی رہنمائی پر عمل کریں

- اگر ملازم COVID-19 کی زد میں آتا ہی ہے تو انہیں کام پر واپسی سے پہلے تمام CDC کے رہنما خطوط پر عمل کرنا ضروری ہے
- جانچ کے ذریعے COVID-19 مثبت کے بطور شناخت شدہ تمام ملازمین کی صفائی اور جراثیم ربائی CDC کے رہنما خطوط کے مطابق ہونا ضروری ہے
- جس کسی ملازم کا بھی ایسے ساتھی کارکن یا دیگر فرد سے قریبی رابطہ رہا ہے جس میں COVID-19 کی شناخت ہوئی ہے اسے CDC کے رہنما خطوط کے مطابق از خود کورنٹین کرنا چاہیے
- اگر کسی فسیلیٹی کو 14 دنوں کے اندر اسٹبلشمنٹ سے وابستہ امکانی طور پر 2 یا زائد کیسز کا علم ہو جاتا ہے تو ملازمین سے CDPH کے پاس ان کیسز کی رپورٹ کرنے کا تقاضا کیا جاتا ہے
- CDPH کی دیگر تمام طے شدہ رہنما خطوط پر عمل کریں اور جائے کار میں وبا کے جواب میں CDPH کی سفارشات کی تعمیل کریں





مجمع: منصوبہ بند یا برجستہ ایونٹس جہاں افراد قریبی معیت (6 فٹ) میں ایک توسیعی وقت کے لیے گھرانے کے باہر کے افراد سے میل جول کرتے ہیں

ہاتھ دھونا: کم از کم 20 سیکنڈ تک صابن اور پانی سے یا COVID-19 کا سبب بننے والے وائرس کو ختم کرنے کے قابل جراثیم ربا کا استعمال کر کے کسی فرد کا ہاتھوں کو خوب اچھی طرح دھونے کا عمل

سماجی دوری: افراد، یا افراد کے گروپ کے بیچ کم از کم چھ فٹ کی جسمانی جگہ۔

PPE: ذاتی حفاظتی آلات (جیسے، فیس کورنگز، چشمے، فیس شیلڈ)؛ صنعت اور مخصوص حالات کی بنیاد پر تقاضے مختلف ہیں

فرہنگ

از خود اسکریننگ: ایک پروٹوکول جس کے ذریعے کوئی ملازم شفٹ کے شروع میں سوالوں کا جواب دیتا ہے۔ کمشنر برائے صحت کی رہنمائی کے مطابق، سوالات میں شامل ہو سکتے ہیں:

- کیا آپ کے جسم کا درجہ حرارت 100 ڈگری فارن ہائٹ سے زائد رہا ہے یا آپ نے 100 ڈگری فارن ہائٹ سے زائد جسم کے درجہ حرارت کا علاج کرنے کے لیے پچھلے 24 گھنٹے میں بخار کم کرنے والی دوا استعمال کی ہے؟
- کیا آپ کو کوئی ایسی نئی کھانسی ہے جیسے آپ صحت کی دیگر کیفیت سے منسوب نہیں کر سکتے ہیں؟
- کیا آپ کو کوئی ایسی نئی یا خراب ہوتی گئے کی خراش ہے جیسے آپ صحت کی دیگر کیفیت سے منسوب نہیں کر سکتے ہیں؟
- کیا آپ کو کوئی ایسی نئی سانس لینے میں دقت ہے جیسے آپ صحت کی دیگر کیفیت سے منسوب نہیں کر سکتے ہیں؟
- کیا آپ میں حالیہ دنوں میں بو یا ذائقے کا مکمل فقدان پیدا ہوا ہے؟

سیلف اسکریننگ کا نمونہ سوالنامہ

محفوظ رہیں۔ پارک اور بیرون میں پرکشش مقامات صحت عامہ کے وسائل

احتیاط سے دوبارہ کھولیں
(مرحلہ III)



مزید رہنمائی کے لیے ملکی وسائل

CDC – COVID-19 کے جوابی کی تائید کرنے والی سرگرمیاں اور پیشقدمیاں اور امریکہ کو دوبارہ کھولنے کے لیے
صدر کا منصوبہ: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/php/CDC-Activities-Initiatives-for-COVID-19-Response.pdf>

CDC – کاروبار اور جائے کار کے لیے رہنمائی - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/businesses-employers.html>

OSHA جائے کار کو COVID-19 کے لیے تیار کرنے سے متعلق رہنمائی:
<https://www.osha.gov/Publications/OSHA3990.pdf>

CDC مجمع اور کمیونٹی ایونٹس کے لیے رہنمائی:

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

CDC – پارکوں اور تفریحی سہولیات کے لیے رہنمائی:

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

اس دستاویز میں فراہم کردہ کوئی بھی لنکس صرف سہولت اور معلوماتی مقاصد کے لیے ہیں؛ ان سے کسی پروڈکٹ، خدمات یا کارپوریشن یا تنظیم یا فرد کی آراء کی سٹی آف شکاگو کی جانب سے تائید یا منظوری لازم نہیں آتی ہے۔ سٹی آف شکاگو خارجی سائٹ کی درستگی، قانونی جواز یا مشمولات کی یا مابعد کے لنکس کی کوئی ذمہ داری قبول نہیں کرتی ہے۔ خارجی سائٹس کے مشمولات کے سلسلے میں سوالوں کے جوابات کے لیے ان سے رابطہ کریں۔

جائے کار سے متعلق
عام رہنمائی

بیرون سے متعلق
رہنمائی

اعلان دستبرداری