BE SAFE CHICAGO

محفوظ رہیں۔ نقل و حمل اور ویئر ہاؤسنگ

CHICAGO

محفوظ رہیں۔ ویئر ہاؤسنگ
اس گائیڈ میں کیا ہے؟

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

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 جگہیں اور حالات

داخلہ تک رسائی

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

صفائی کے معیارات

جگہ کی جراثیم رہائی 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

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 رسائی

BE SAFE CHICAGO

محفوظ رہیں- ویئر ہاؤسنگ
صحت مندانہ میل جول

آہستہ آہستہ دوبارہ شروع کریں
(مرحلہ IV)

جہاں ممکن ہو وہاں، ہمہ وقت 6 فٹ کی سماجی دوری برقرار رکھیں

- افراد کے مابین جسمانی رابطے سے منع کریں
- جب کام کرنے والے عملہ میں اور کام کے مقامات پر 10 سے زیادہ افراد ہو جائیں تب بھی، 6 فٹ کی سماجی دوری کا مشاہدہ کرنا جاری رکھیں

جسمانی دوری برقرار رکھتے ہوئے ذاتی طور پر ملاقاتوں کو زیادہ سے زیادہ 50 افراد تک محدود رکھیں

- کیفے ٹیریا، میٹنگ کے کمروں، اور دیگر اجتماعی مقامات پر ملازمین کے اجتماعات کو زیادہ سے زیادہ 50 افراد تک محدود رکھیں (6 فٹ کا فاصلہ یہاں بھی برقرار رکھیں)

جہاں 6 فٹ کی سماجی دوری ممکن نہ ہو وہاں فیس کورنگ مطلوب ہے

- 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)
- فیس کورنگ اگر واضح مواصلت، کام کرنے کے مخصوص ماحول میں بصارت میں رکاوٹ ہو (جیسے، چہرے کے ماسک یا چشموں پر دھند ہو جانے پر)، یا کام محفوظ طریقے سے انحام نہیں دیا جا سکے تو یہ مطلوب نہیں ہے

BE SAFE CHICAGO

محفوظ رہیں- ویئر ہاؤسنگ

صحت مندانہ میل جول

صفائی اور حفظان صحت کے معیارات

- اگر ممکن ہو تو، ہاتھوں کو باقاعدگی سے اور عمومی سطحوں کو ٹچ کرنے سے پہلے اور اس کے بعد دھوئیں
- اگر ہاتھ دھونا ممکن نہ ہو تو ہینڈ سینیٹائزر استعمال کریں
- اگر ممکن ہو تو، سطحوں کی صفائی کرتے وقت EPA کا تجویز کردہ جراثیم ربا (جیسے جراثیم ربا صافیاں) استعمال کریں
- کھانا شیئر نہ کیا جائے (جیسے، بفے طرز کے کھانے)؛ ملازمین کو گھر سے کھانے لانے کی ترغیب دیں
- ملازمین کو کام پر واپس آتے وقت COVID-19 سے متعلق صحت و سلامتی کی تربیت مکمل کرنے کو یقینی بنائیں

محفوظ رہیں- ویئر ہاؤسنگ

محفوظ جگہیں اور کام کرنے کے حالات

داخلہ کے مقامات کی تعداد محدود کریں اور داخلہ سے قبل ملازمین کی اسکریننگ کریں

- اگر ممکن ہو تو، احاطوں میں داخل یا وہاں سے خارج ہونے کے مقامات کی تعداد کم کریں
- رسائی کے مقامات یا عوام کے لیے کھلے حصوں کی تعداد محدود 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
- اسٹبلشمنٹ میں داخل ہونے سے پہلے، ملازمین از خود اسکریننگ کرکے COVID-19 کی علامات نہیں ہونے کو یقینی بنائیں (جیسے، سوالنامہ – ضمیمہ دیکھیں)

کام کرنے کی صاف جگہوں پر فوکس کریں اور یقینی بنائیں کہ زیادہ ٹچ ہونے والی/عمومی جگہوں، ٹولز، اور آلات کی باقاعدگی سے صفائی ہوتی ہے

- سائٹ کو باقاعدگی سے صاف کریں (جیسے، کم از کم ہر شفٹ میں ایک بار)
- مثبت کیس کی صورت میں، زد میں آنے والے حصوں کی صفائی اور جراثیم ربائی کرنے سے قبل 24 گھنٹے انتظار کریں تاکہ CDC کے رہنما خطوط کے مطابق دوسرے ملازمین کو اس کے لاحق ہونے کا احتمال کم ہو جائے
- بھاری ٹرانزٹ والے حصوں اور زیادہ ٹچ ہونے والی سطحوں (جیسے، مشترک ٹولز، مشینیں، گاڑیوں، دستی سہارے، قابل منتقلی ٹوائلٹ) کی کثرت سے جراثیم ربائی کریں
- مشترک گاڑیوں کی صحیح سے صفائی یقینی بنائیں

محفوظ رہیں- ویئر ہاؤسنگ

محفوظ جگہیں اور کام کرنے کے حالات

داخلہ کے لیے رہنما خطوط شائع کریں

- آپریٹنگ کے نئے حالات (جیسے PPE پہننے اور ہینڈ سینیٹائزر کے تقاضوں) سے متعلق علامتی تختی شائع کریں
- ایک علامتی تختی شائع کریں جس میں یہ تحریر ہو کہ کسٹمرز خود اپنی ذمہ داری پر داخل ہو رہے ہیں

لوگوں کے بیچ رابطہ کم سے کم کرنے کے لیے جائے کار سے متعلق آسان کردہ شرائط کو فروغ دیں

- جہاں ممکن ہو وہاں، کام کی جگہوں اور ردوبدل کردہ ٹریفک کی روانی کے طرز کے استعمال کی ترغیب دیں جس سے سماجی دوری کو فروغ دینے کے لیے CDC کے رہنما خطوط کی تعمیل ہو
- کام کی سائٹ پر نقل و حرکت کم کرنے کے لیے سامان کے پلیسمنٹ کا نظم کریں

محفوظ رہیں- ویئر ہاؤسنگ
اعمال اور نگرانی

جہاں ممکن ہو وہاں ملازم کا رابطہ کم کریں

- جگہ کی بندشوں اور سائٹس پر رسائی پر پابندی لگانے کی اہلیت کی بنیاد پر نقل و حمل کی مختلف فسیلیٹیز کے لیے پروٹوکولز طے کریں
- ممکن ہونے پر، کام کرنے کی سائٹ پر کثافت کم کرنے کے لیے کام کی شیڈولنگ، اوقات اور شفٹوں کو ایڈجسٹ کریں، ملازمین کے بیچ رابطہ کم کریں، اور داخلے کے مقامات پر بھیڑ بھاڑ روکیں (خاص طور پر جگہ کی بندش یا بغیر کنٹرول والی کام کی سائٹس پر)
- مصیبت زدہ/مصالحت شدہ ملازمین کے ساتھ کام کرکے جائے کار کی محفوظ تر سہولیات پتہ کریں (جیسے، دوسرے افراد کے ساتھ رابطہ کم کرنے کے لیے پوزیشن کی شفٹنگ، ممکن ہونے پر آف سائٹ کام)
- متبادل کام کی پالیسیوں/مقامات کی ترغیب دیں جن سے سماجی دوری کا تعاون ہوتا ہو

رویے کو ذاتی میل جول تک محدود کرنے کی ترغیب دیں

- ممکن ہونے پر، ملازمین کی شفٹ اورلیپنگ کو محدود کریں

لازمی سفر جاری رکھیں؛ غیر ضروری سفر احتیاط سے کریں

- لازمی سفر/نقل و حمل جاری رکھیں، لیکن غیر ضروری سفر محدود کریں (جہاں ممکن ہو)

محفوظ رہیں۔ ویئر ہاؤسنگ
اعمال اور نگرانی

جانچ کرنے اور پتہ لگانے کے پروٹوکول کے مدنظر CDPH اور CDC 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 قرنطینہ میں رکھنا چاہیئے
- 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

محفوظ رہیں- ویئر ہاؤسنگ

ضمیمہ

فرہنگ

مجمع: واحد گھر سے باہر افراد کا ایک گروپ جو دس منٹ سے زیادہ وقت تک منعقد ہونے والے کسی برجستہ یا منصوبہ بند پروگرام کا حصہ ہوتا ہے

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 کرکے 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

سیلف اسکریننگ کا نمونہ سوالنامہ

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 درجۂ حرارت 100 ڈگری فارن ہائٹ سے زائد رہا ہے یا آپ نے 100 ڈگری فارن ہائٹ سے زائد جسم کے درجۂ 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 جسے آپ صحت کی دیگر کیفیت سے منسوب نہیں کر سکتے ہیں؟
- کیا آپ کو کوئی ایسی نئی یا خراب ہوتی گلے کی خراش ہے جسے آپ صحت کی دیگر کیفیت سے منسوب نہیں کر سکتے ہیں؟
- کیا آپ کو کوئی ایسی نئی سانس لینے میں دقت ہے جسے 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؟

محفوظ رہیں۔ ویئر ہاؤسنگ
صحت عامہ کے وسائل

مزید رہنمائی کے لیے ملکی وسائل

جائے کار سے متعلق عام رہنمائی

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

ٹرانسپورٹیشن اور ویئر ہاؤسنگ سے متعلق رہنمائی

امریکی محکمۂ نقل و حمل – *کورونا وائرس سے متعلق وسائل:* https://www.transportation.gov/coronavirus

امریکی عوامی نقل و حمل – *کورونا وائرس یا COVID-19 کے حوالے سے ایسوسی ایشن پبلک ٹرانزٹ کا جوابی اقدام* https://www.apta.com/public-transit-response-to-coronavirus/

OSHA – *رائیڈ شیئر، ٹیکسی اور کار سروس والے کارکنان کے لیے رہنمائی:* https://www.osha.gov/Publications/OSHA4021.pdf

اعلان دستبرداری

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۔