

ਜੇਕਰ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ COVID-19 ਹੈ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਨੂੰ COVID-19 ਹੈ, ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਤੁਰੰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਣ ਤੱਕ ਦੀ ਉਡੀਕ ਨਾ ਕਰੋ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ। ਫਿਰ ਵੀ, ਤੁਸੀਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ [ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ \(state or territory public health department\)](#) ਦੀ ਸਲਾਹ ਦੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ।

ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਲੱਛਣ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਔਖਿਆਈ, 000 ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।

1. ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਵੱਖਰਾ ਕਰੋ

ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਖ ਕਰ ਦਿਓ। ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਨੂੰ ਉਚਿੱਤ ਨਿੱਜੀ ਬਚਾਅ ਵਾਲੇ ਉਪਕਰਣ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਓ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਕ ਵਾਰੀ ਵਰਤ ਕੇ ਸੁੱਟਣ ਵਾਲੇ ਸਰਜੀਕਲ ਮਾਸਕ ਅਤੇ ਹੱਥ ਸਾਫ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੈਨੇਟਾਈਜ਼ਰ।

2. ਸਲਾਹ ਲਵੋ ਅਤੇ ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ [ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ \(state or territory helpline\)](#), ਜਾਂ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਕਰੋਨਾਵਾਇਰਸ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ (1800 020 080) ਕੋਲੋਂ ਸਰਕਾਰੀ ਸਿਹਤ ਸਲਾਹ ਲਵੋ।

ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵੇਰਵੇ ਹੋਣ। ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਅਤੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਣੂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਨੂੰ ਲਿਖ ਲਵੋ ਕਿ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਉਹ ਕਿਹੜੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਸਨ, ਉਹ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਸਨ, ਅਤੇ ਕਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਲਈ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ [ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਸਿਹਤ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਿਗਰਾਨ \(state or territory work health and safety regulator\)](#) ਨੂੰ ਵੀ ਸੂਚਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

3. ਆਵਾਜਾਈ

ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਘਰ ਤੱਕ, ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜਗ੍ਹਾ, ਜਾਂ ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹੂਲਤ ਤੱਕ ਜਾਣ ਵਾਸਤੇ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ ਹੋਵੇ। ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਨਿੱਜੀ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਸਾਧਨ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

4. ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕਰਨਾ

ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਸਾਰੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿਓ ਜਦ ਤੱਕ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹਵਾ ਦਾ ਪਰਵਾਹ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਬਾਹਰਲੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਅਤੇ ਖਿੜਕੀਆਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹ ਦਿਓ।

ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਵਰਤੇ ਗਏ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਨੂੰ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਫਤਰ, ਗੁਸਲਖਾਨੇ, ਰਸੋਈਆਂ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ ਖੇਤਰ।

ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਨਿੱਜੀ ਬਚਾਅ ਵਾਲੇ ਉਚਿੱਤ ਉਪਕਰਣ ਪਹਿਨਣ, ਉਦਾਹਰਣ ਵਜੋਂ ਦਸਤਾਨੇ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਐਨਕਾਂ ਅਤੇ ਇਕ ਵਾਰੀ ਪਹਿਨ ਕੇ ਸੁੱਟਣ ਵਾਲਾ ਐਪਰਨ।

5. ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣੋ ਅਤੇ ਦੱਸ ਦਿਓ

ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦਾ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਯੂਨਿਟ COVID-19 ਦੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਏ ਮਾਮਲੇ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੇਗਾ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਪਤਾ ਲਗਾਓ ਕਿ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ ਵਿੱਚ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਕਿੰਨ੍ਹੀ ਦੇਰ ਲਈ, ਅਤੇ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨੇੜਲੇ ਸੰਪਰਕ, ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਕਿੱਥੇ ਕਿੱਥੇ ਸਨ।

ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵਿਤ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ, ਅਤੇ ਵਾਧੂ ਖੇਤਰਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੇਗਾ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

6. ਖਤਰੇ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ COVID-19 ਦੇ ਖਤਰੇ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਨਿਗਰਾਨਾਂ ਦੀ ਆਪਣੇ ਕਾਮਿਆਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰਕੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਦਮ ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਚਿੰਤਾਤੁਰ ਹੋ ਉਹ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸੀ

ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਜੋ ਹਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਮੇ ਜਾਂ ਗਾਹਕ ਵਜੋਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ COVID-19 ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੋਚੋ ਕਿ ਉਹ ਕਿੰਨੀ ਕੁ ਦੇਰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਕੀ ਉਸ ਦਾ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨਾਲ ਨੇੜਲਾ ਸੰਪਰਕ ਹੋਇਆ ਸੀ।

ਭਾਵੇਂ ਕਿ ਉਹ ਇਸ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਫਿਰ ਵੀ ਉਪਰ ਲਿਖੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਪੈ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਆਪਣੇ [ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ \(state or territory helpline\)](#) ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲਵੋ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

COVID-19 ਦੇ ਸ਼ੱਕੀ ਜਾਂ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਏ ਮਾਮਲੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਬੰਦ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਗੈਰ-ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ ਵਿਅਕਤੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿੱਚ ਗਿਆ ਸੀ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਕਿ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹੈ।

ਕੀ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਹ ਕਈ ਚੀਜ਼ਾਂ ਉੱਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਆਕਾਰ, ਕੰਮ ਦੀ ਕਿਸਮ, ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਇਆ ਸ਼ੱਕੀ ਖੇਤਰ।

ਮੁੜ ਬਹਾਲੀ ਜਾਂ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਮੇ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਵਾਪਸ ਕਦੋਂ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਕਾਮੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਤੋਂ ਬਾਅਦ COVID-19 ਵਾਸਤੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਈ ਸੀ ਉਹ ਇਕੱਲੇ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਉਦੋਂ ਹੀ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਉਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਠੀਕ ਹੋ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਵੱਲੋਂ ਆਗਿਆ ਮਿਲ ਜਾਵੇ।

ਕਾਮੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੂਸਰਿਆਂ ਤੋਂ ਪਰ੍ਹੇ ਰਹਿਣ ਦੌਰਾਨ ਲੱਛਣ ਵਿਕਸਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਉਹ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਵਾਪਸ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੇ 14-ਦਿਨ ਦੀ ਮਿਆਦ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲਈ ਹੋਵੇ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਆਗਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [Safe Work Australia ਵੈਬਸਾਈਟ \(Safe Work Australia website\)](https://www.swa.gov.au/coronavirus) ਉੱਤੇ ਜਾਓ।