

स्वच्छता

यह सुनिश्चित करने के लिए कि कर्मचारी अच्छी स्वच्छता को अमल में लाते हैं, आप नीचे दिए गए उपाय लागू करके कर्मचारियों और अन्य लोगों को COVID-19 की चपेट में आने के खतरे से सुरक्षित कर सकते हैं।

आपके लिए यह ज़रूरी है कि आप COVID-19 से सम्बन्धित स्वास्थ्य एवं सुरक्षा मामलों पर कर्मचारियों और स्वास्थ्य एवं सुरक्षा प्रतिनिधियों से सलाह-मशवरा करें, इसमें आपके कार्यस्थल में नियंत्रण उपाय लागू किए जाने शामिल हैं।

कर्मचारी और विज़िटर (आगतुक) स्वच्छता

आपके लिए यह ज़रूरी है कि आप कार्यस्थल में कर्मचारियों और विज़िटर्स को अच्छी स्वच्छता को अमल में लाने के निर्देश दें, इसमें नियमित रूप से कम से कम 20 सेकेंड के लिए साबुन और पानी के साथ अपने हाथ धोने और फिर एक साफ पेपर टावल से इन्हें सुखाना शामिल है।

निम्नलिखित प्रत्येक स्थिति में हाथ धोने चाहिए:

- भोजन करने से पहले और इसके बाद
- खांसने और छींकने के बाद
- शौचालय जाने के बाद, और
- एक काम छोड़कर दूसरा काम शुरू करते समय और संभावित रूप से संदूषित सतहों को छूने से पहले।

आपके लिए यह ज़रूरी है कि आप उस परिस्थिति में एल्कोहल-आधारित हैंड सैनीटाइज़र उपलब्ध कराएँ जब हाथ धोने संभव न हों, और उस हैंड सैनीटाइज़र में सक्रिय संघटक के तौर पर कम से कम 60% इथेनॉल या 70% आइसोप्रोपेनॉल होना चाहिए।

अच्छी स्वच्छता का अनुपालन करते हुए कर्मचारियों और विज़िटर्स के लिए निम्नलिखित काम करने आवश्यक हैं:

- खांसते और छींकते हुए अपनी कोहनी या टिशु से इसे ढकें (थूके न)
- अपने चेहरे, आंखों, नाक और मुंह को छूने से परहेज करें
- टिशु तथा सिगरेट-बट किसी ढक्कन लगे कूड़ेदान में डालें।
- सिगरेट पीने से पहले और इसके बाद अपने हाथ धोएँ
- उपकरणों का प्रयोग करके के बाद इन्हें साफ और कीटाणुरहित करें
- हर रोज़ अपना शरीर, बाल, मूँछ-दाढ़ी, और कपड़े अच्छे से धोएँ, और
- मर्जी से किए जाने वाले शारीरिक संपर्क से परहेज करें, जैसे कि हाथ मिलाना

अच्छी स्वच्छता के परिणामों में सुधार करने के लिए:

- संक्रामक रोक के फैलाव की रोकथाम करने के लिए तैयार की जाने वाली नीतियाँ बनाते समय अपने कर्मचारियों के साथ सलाह-मशवरा करें और इन नीतियों का संचार कर्मचारियों को करें

- किसी सांझे क्षेत्र में प्रवेश करने और वहाँ से बाहर जाने से पहले सही ढंग से हाथ धोने की महत्ता के बारे में कर्मचारियों को प्रशिक्षित करें
- [पोस्टर \(posters\)](#) लगाएँ जिनमें यह दर्शाया जाता हो कि सही ढंग से हाथ कैसे धोने और सुखाने हैं और सैनीटाइज़र का प्रयोग कैसे करना है, और
- सांझे क्षेत्रों का प्रयोग करते समय कर्मचारियों से प्रत्याशित स्वच्छता के मानकों की सूचना उन्हें दें (जैसे कि किसी स्थान का प्रयोग करने के बाद उसे साफ करना, कूड़ा-करकट उपलब्ध कराए गए कूड़ेदानों में डालना, फोन जैसी वस्तुओं को उन सतहों पर रखने से परहेज करना जहाँ लोग खाना खाते हैं)

आपको नियमित रूप से स्वच्छता उपायों को लागू किए जाने पर नज़र रखनी चाहिए और उनकी समीक्षा करनी चाहिए ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि इनका अनुपालन हो रहा है और ये प्रभावी बने रहते हैं।

स्वच्छता संबंधी सुविधाएँ

आपके लिए यह सुनिश्चित करना ज़रूरी है कि स्वच्छता संबंधी सुविधाएँ पर्याप्त हैं, सुलभ हैं, काम करने वाली स्थिति में हैं और प्रयोग करने के लिए सुरक्षित हैं।

आपके लिए यह आकलन करना ज़रूरी है कि क्या आपको अतिरिक्त वॉशिंग सुविधाएँ, चेंज़ रुम (कपड़े बदलने के कक्ष) और डाइनिंग (खाना खाने के) क्षेत्र उपलब्ध कराने की आवश्यकता है। आपके लिए यह सुनिश्चित करना ज़रूरी है कि सुलभ स्थानों पर उचित मात्रा में हाथ धोने की सुविधाएँ हैं ताकि अच्छी स्वच्छता को अमल में लाया जा सके। यदि हाथ धोने की सुविधाएँ सीमित हों, तो प्रवेश और निकास स्थानों पर हैंड सैनीटाइज़िंग स्टेशन उपलब्ध कराए जा सकते हैं।

यह ज़रूरी है कि वॉशिंग सुविधाओं की सप्लाइयाँ जैसे कि टॉयलेट पेपर, साबुन, पानी और पेपर टावल पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध हैं।

यह निर्धारित करने के लिए कि कितनी सुविधाओं की आवश्यकता है, स्थल पर मौजूद कर्मचारियों की संख्या, शिफ्टों के प्रबंध और एक्सेस (पहुँच) की ज़रूरत कब है, इसपर विचार करें, इसमें अस्थायी तौर पर कर्मचारियों की संख्या कम किए जाने के बाद काम पर वापिस आने वाले किन्हीं कर्मचारियों को भी शामिल करें।

यदि आप शारीरिक दूरी सक्षम बनाने के लिए भोजन करने वाले नए या नए सामान्य क्षेत्रों का निर्माण कर रहे हों, तो सुनिश्चित करें कि ये क्षेत्र कार्यस्थल से सुलभ, पर्याप्त रूप से सुसज्जित (जैसे कि इनमें पीने का पानी, कूड़ेदान उपलब्ध हैं) और तत्वों, संदूषकों और खतरों से सुरक्षित हैं। सामान्य क्षेत्रों में अधिक वायु-संचालन के लिए खिड़कियाँ खोलने या एयर-कंडीशन के तापमान को बदलने, और जहाँ संभव हो पुनःप्रसारित एयर-कंडीशनिंग को सीमित या कम करने पर गौर करें।

और अधिक जानकारी

और अधिक जानकारी के लिए, [Safe Work Australia की वेबसाइट \(Safe Work Australia website\)](#) देखें।