કામના સ્થળે આરોગ્ય અને સલામતી – શારીરિક અંતર

ખૂબ નજીક રહીને કામ કરવાથી COVID-19ના સંપર્કમાં આવવાનું જોખમ વધે છે.

વર્તમાન આરોગ્ય સલાહ એ છે કે, કામના સ્થળ સહિત જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં બધે જ, દરેક વ્યક્તિએ શારીરિક અંતર જાળવવા માટેના યોગ્ય પગલાં અમલમાં મૂકવા જ જોઇએ.

COVID-19ને લગતી આરોગ્ય અને સલામતીની બાબતોમાં તમારે કામદારો અને આરોગ્ય અને સલામતી પ્રતિનિધિઓ સાથે ચર્ચા કરવી જોઇએ.

શારીરિક અંતર શું છે?

જ્યાં શક્ય હોય ત્યાં દરેકે અન્ય લોકોથી(કુટુંબનાં સભ્યો સિવાય) ઓછામાં ઓછું ૧.૫ મીટરનું અંતર રાખવું જોઇએ

અમુક રાજ્યો અને પ્રદેશોમાં કામના સ્થળે એક સમયે એકસાથે કેટલા લોકો હોય શકે, તેના પર નિયંત્રણ પણ હોય શકે છે.

નોકરીદાતાઓ કામના સ્થળે શારીરિક અંતર જાળવવા શું પગલાં અમલમાં મૂકી શકે છે?

ભૌતિક ફેરફાર

શારીરિક અંતર જળવાઈ શકે તે માટે, તમારે તમારા કામના સ્થળે ભૌતિક ફેરફાર (ટેબલ-ખુરશીઓ ઇ.ની ગોઠવણી) અને કામની પદ્ધતિમાં ફેરફારો કરવાની જરૂર પડી શકે છે. અંતર જાળવવાની જરૂરિયાતને દર્શાવવા, જમીન પર કે દિવાલો પર ચિન્હો બનાવવાનું ધ્યાનમાં લો.

જો કામના સ્થળે ભૌતિક ફેરફાર કરી રહ્યા હો તો, તમારી નવી ગોઠવણ કામદારોને, કામના સામાન્ય સંજોગોમાં અને કટોકટીમાં પણ સલામતપણે કામના સ્થળે આવી-જઈ અને આજુબાજુ ફરી શકે તેવી હોવી જોઇએ.

સભાઓ અને તાલીમ

જ્યાં કર્મચારીઓએ ભેગા થઇ ચર્ચા કરવી આવશ્યક હોય ત્યાં, પ્રત્યક્ષ હાજરીની જરૂર ન હોય તેવા, ફોન અથવા વીડિયો કોન્ફરન્સીંગ જેવા અપ્રત્યક્ષ વાતચીતના સાધનોનો ઉપયોગ કરો.

જો અપ્રત્યક્ષ ઉપાયો શક્ય ના હોય તો, સભાનો સમય અને તેમાં હાજર રહેનારા વ્યક્તિઓની સંખ્યા મર્યાદિત રાખો.

લોકો એકબીજાથી ઓછામાં ઓછા ૧.૫ મીટર દૂર રહે, તે સુનિશ્ચિત કરો. જો (સભા) ઓરડામાં હોય તો, હવાની અવરજવર પર્યાપ્ત હોય તે સુનિશ્ચિત કરો.

કામના સ્થળે સુવિધાઓ

ખુરશી કે ટેબલો એકબીજાથી દૂર મૂકો અને બધાના ઉપયોગના વિસ્તારોનો, એક જ સમયે ઉપયોગ કરતાં કામદારોની સંખ્યા ઘટાડો, જેમકે, ભોજન વિરામ એકસાથે ન આપતાં વારાફરતી આપો.

લિફ્ટમાં જો શક્ય હોય તો, કામદારો એકબીજાથી ૧.૫ મીટર દૂર રહે તે સુનિશ્ચિત કરો.

શારીરિક અંતર જાળવવા બાબતની સૂચના આપતું પાટિયું લગાવો. સેફ વર્ક ઓસ્ટ્રેલિયાની વેબસાઇટ પર વિવિધ પોસ્ટરો અને સંસાધનો માટેની લિંક છે.

જુદી-જુદી સુવિધાઓ આપવાનું વિચારો, જેમકે, કામદારો અને મુલાકાતીઓ માટે જુદા-જુદા શૌચાલયો.

માલ ઉતારવા આવેલાઓ, ઠેકેદારો અને મુલાકાતીઓ

તમારા કામના સ્થળે આવનાર દરેકને, તે તમારે ત્યાં છે ત્યારે અનુસરવા માટેની સ્પષ્ટ સૂચનાઓ આપો. ઉદાહરણ તરીકે, વાહનમાં જ રહેવું, સંપર્ક કરવા ફોનનો ઉપયોગ કરવો અને ઇલેક્ટ્રોનીક રીતે કાગળીયાં કરવા.

માલ ઉતારવા આવેલાઓ અને ઠેકેદારો સાથે કામ લેતાં કામદારોની સંખ્યા લઘુતમ રાખો. હાથેથી માલ લીધા પછી, હાથ ધોવાની અથવા જો તેમ કરવું શક્ય ના હોય તો, આલ્કોહોલ મુખ્ય ઘટક હોય તેવા હેન્ડસેનીટાઇઝરની સુવિધા ઉપલબ્ધ હોય, તે સુનિશ્ચિત કરો.

કામ કરતી વખતે મારા કામદારો માટે, શારીરિક અંતર જાળવી રાખવું શક્ય નથી, શું તેનો અર્થ એ છે કે, તેઓ કામ ના કરી શકે?

કામ કરતી વખતે હંમેશા ૧.૫ મીટરનું શારીરિક અંતર જાળવી રાખવું, કામદારો અને અન્ય લોકો માટે શક્ય નહિં હોય.

જો આવું હોય તો, જુઓ કે કામ પતાવવું જ પડે તેમ છે, કે તેને ફરી કોઇ સમયે કરવાનું ગોઠવી શકાય છે.

જો કામ પતાવવું જ પડે તેમ હોય અને કામદારો એકબીજાનાં નજીકના સંપર્કમાં આવશે તો, નોકરીદાતાએ, આરોગ્ય અને સલામતીનું જોખમ દૂર કરવા અથવા ઘટાડવા તેઓ શું કરી શકે તેમ છે તે નક્કી કરવા, જોખમની આકારણી કરવી પડશે.

જો તેમ કરવું વ્યવહારું અને સલામત હોય તો, જે કાર્યો અને પ્રક્રિયાઓમાં નજીકથી સંપર્ક થઈ શકે તેમ હોય તેની સમીક્ષા કરો. અંતર વધારવા માટે આમાં ફેરફાર કરવાના રસ્તા શોધી કાઢો.

જ્યાં શક્ય ના હોય ત્યાં, કામદારો એકબીજાની નજીક રહે તે સમયગાળો ઘટાડો અને નિયંત્રણના બીજા પગલાં અમલમાં મૂકો.

ઉદાહરણ તરીકે:

- કોઇ એક સમયે એક વિસ્તારમાં હાજર લોકોની સંખ્યા ઓછામાં ઓછી રાખો.
- શરૂ કરવાનો, પૂર્ણ કરવાનો અને વિરામનો સમય વારાફરતી રાખો (જેથી વધુ લોકો ભેગા ના થઈ જાય)
- કાર્યો કામના સ્થળના જુદા ભાગમાં ખસેડો અથવા કામના સ્થળથી બીજે દૂરના સ્થળે ખસેડો
- એક જ પાળીમાં અથવા એક જ ભાગમાં કામ કરતા કામદારોને ટૂકડીઓમાં અલગ કરો – દરેક ટૂકડીને પોતાનો અલગ ભોજનનો વિસ્તાર અથવા વિરામની સુવિધાઓ મેળવી શકે કે કેમ, તે વિચારો, અને

- દરેક કામદાર પાસે તેના પોતાના સાધનો અને ઓજારો હોય તે સુનિશ્ચિત કરો.

સતત સમીક્ષા અને નિરીક્ષણ

લેવાયેલ પગલાનું પાલન થાય છે અને તે અસરકારક રહે છે, તે સુનિશ્ચિત કરવા શારીરિક અંતર જળવાય છે કે કેમ, તેનું નિરીક્ષણ અને સમીક્ષા કરતા રહો.

જો શારીરિક અંતર જાળવવા માટે લેવાયેલા પગલાં થકી આરોગ્ય અને સલામતીના નવા જોખમો ઊભા થતાં હોય, જેમકે, તેનાથી માહિતી સંચારને અસર થાય છે અથવા તેના પરિણામે ઓછા લોકો જે તે કામ કરી રહ્યા છે, તો તમારે તે જોખમોનો પણ ઉપાય કરવો પડશે.

વધુ માહિતી

COVID-19 અને કામના સ્થળે આરોગ્ય અને સલામતી વિષે વધુ માહિતી માટે, Safe Work Australia website પર જશો.