

## COVID-19 နှင့် အလုပ်ခွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး - အသေးစား စီးပွားလုပ်ငန်း

### အန္တရာယ်များကို စိစစ်ခြင်းနှင့် စီမံခန့်ခွဲခြင်း

COVID-19 သည် ကျွန်ုပ် အားလုံး နေထိုင်သည့် နည်းလမ်းနှင့် အလုပ်လုပ်ကိုင်သည့် နည်းလမ်းကို ပြောင်းလဲခဲ့ပါသည်။ သို့သော်လည်း အသေးစား စီးပွားလုပ်ငန်းကမ္ဘာမှာ ဆက်လက်လုပ်ကိုင်လျက်ပင် ရှိပါသည်။

COVID-19 အလုပ်ခွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး အန္တရာယ် စိစစ်ခြင်းမှာ သင်၊ သင့်ဝန်ထမ်းများ၊ နှင့် သင့်ဖောက်သည်များအပေါ် ကျရောက်မည့်အန္တရာယ်များကို ဖော်ထုတ်ရန်နှင့် စီမံခန့်ခွဲရန် အသေးစား စီးပွားလုပ်ငန်းများ အတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည့် လုပ်ရမည့်အဆင့်ဖြစ်ပါသည်။

အန္တရာယ် စိစစ်ခြင်း ဆောင်ရွက်နေသည့်အခါ သင် မိမိကိုယ်တိုင်ကို မေးပါ-

- ဘေးအန္တရာယ်များမှာ အဘယ်နည်း။
- တစ်စုံတစ်ယောက်အား ဖြစ်ပွားစေနိုင်သည့် ထိခိုက်မှုမှာ အဘယ်နည်း၊ ထိုပြင် ၎င်းမှာ မည်မျှလောက် ဖြစ်နိုင်ဖွယ်ရှိသနည်း။
- အန္တရာယ်၏ အတိုင်းအဆအဆင့်မှာ အဘယ်နည်း။
- အန္တရာယ်များကို စီမံရန် ကျွန်ုပ် မည်သည့်အရာကို လုပ်နိုင်သနည်း။
- ထိန်းချုပ်မည့် အရေးယူဆောင်ရွက်မှုများမှာ အလုပ်ဖြစ်ကြောင်း၊ နှင့် ဘေးအန္တရာယ် အသစ်များကို စစ်ဆေးရန်အတွက် သေချာစေရန် အန္တရာယ်များကို မည်ကဲ့သို့ သုံးသပ်ပြီး စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုမည်နည်း။

အန္တရာယ် စီမံရေးမှာ ဆက်တိုက်လုပ်နေရမည့်ကိစ္စဖြစ်သည် - COVID-19 မှ ပေါ်ပေါက်သည့် အန္တရာယ် အသစ်တစ်ခုခု သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်လာသည့် အန္တရာယ် တစ်ခုခုကို စိစစ်ရန်သေချာစေပါ။ ဖောက်သည် ရန်လိုမှု၊ အလုပ် ပို၍များများလုပ်ရန် တောင်းဆိုမှု သို့မဟုတ် အထိအတွေ့မဲ့ အထီးကျန်ပြီး လုပ်ကိုင်ခြင်းစသည့် အန္တရာယ်များကဲ့သို့ဖြစ်ပါသည်။

သင်သည် သင့်အလုပ်သမားများနှင့် စကားပြောဆိုရမည်။ အတူအကွအားဖြင့် သင်သည် အန္တရာယ်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ၎င်းတို့ကို မည်သို့စီမံရန် အဖြေထုတ်နိုင်မည် ဖြစ်သည်။

အားလုံးသော အသေးစား စီးပွားလုပ်ငန်းကမ္ဘာကို ဆက်လက်လုပ်ကိုင်လျက်ရှိကြပါစို့။ ပိုမိုသိရှိလိုသော အချက်အလက်များကို - [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) တွင်ကြည့်ရှုပါ။

### လူချင်း ခပ်ခွာခွာနေခြင်း

အခြားသူများနှင့် နီးနီးကပ်ကပ် အထိအတွေ့ရှိစွာ အလုပ်လုပ်ကိုင်နေသည့်အခါ COVID-19 နှင့်ထိတွေ့မှု အန္တရာယ်မှာ ပိုမို၍ တိုးမြှင့်လာသည်။ ဖြစ်နိုင်သည့်ကိစ္စ၌ လူချင်း ခပ်ခွာခွာ နေခြင်းကို လုပ်ပါ။

အောက်ပါတို့ကို စဉ်းစားပါ-

- အလုပ်ခွင်နေရာ အပြင်အဆင်အနေအထားကို ပုံစံပြန်ပြောင်းပေးခြင်း။
- မျက်နှာချင်း-ဆိုင်- မဟုတ်သော အစည်းအဝေးများကို ကျင်းပပေးခြင်း။
- အများသုံးနေရာများ၌ လူအရေအတွက်ကို လျှော့ချပေးခြင်း။
- လူစီတန်းများနှင့် ဖောက်သည် အရေအတွက်ကို စီမံပေးပါ။

ထို့ပြင် ဖြစ်နိုင်သည့်ကိစ္စ၌ လူချင်း အပြန်အလှန်ဆက်ဆံမှုများကို ကန့်သတ်စေရန် ရက်ချိန်းများ အကြား၌ အချိန်ခြားပေးပြီး အလုပ်သမားများတွင် သူတို့၏ ကိုယ်ပိုင် ပံ့ပိုးပစ္စည်းများ သို့မဟုတ် ကိရိယာရှိကြောင်း သေချာစေပါ။

COVID-19 နှင့်ပတ်သက်၍ လုပ်ငန်းကဏ္ဍ-သီးခြား လမ်းညွှန်အတွက် [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) တွင်ကြည့်ပါ။

### သင့် အလုပ်ခွင်နေရာကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပေးခြင်း

ရောဂါကူးစက်ခံရသူတစ်ဦး ချောင်းဆိုး သို့မဟုတ် နှာချေသည့်အခါ ထွက်ကျလာသည့် အရည်စက်များမှ တစ်ဆင့် COVID-19 ကူးစက်ပျံ့နှံ့သည်။

လူများသည် ပိုးမွှားများရှိနေသည့် မျက်နှာပြင်ကို ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ခြင်းအားဖြင့် COVID-19 ရနိုင်ပါသည်။

သင့် အလုပ်ခွင်နေရာကို ဆပ်ပြာမှုန့်နှင့်ရေဖြင့် အနည်ဆုံး နေ့စဉ် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ပေးရန် သေချာစေပါ။

မျက်နှာပြင်ကို သန့်ရှင်းပြီးပြီးချင်း သင် ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးနိုင်သည်။

မကြာခဏ ထိတွေ့ခံရသည့် မျက်နှာပြင်များကို သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်းအား ဦးစားပေးပါ။

အကယ်၍ သင့်အလုပ်ခွင်တွင် COVID-19 ရောဂါရှိလျှင် လူများ ပြန်မလာနိုင်မီ သင့် အလုပ်ခွင်နေရာကို အသေအချာ သန့်ရှင်းပေးပြီး ပိုးသတ်သန့်စင်ပေးရန် လိုအပ်ပါမည်။

COVID-19 နှင့်ပတ်သက်၍ လုပ်ငန်းကဏ္ဍ-သီးခြား လမ်းညွှန်အတွက် [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) တွင်ကြည့်ပါ။

**Safe Work Australia COVID-19 ဝက်ဘ်ဆိုက်**



Safe Work Australia သည် အသေးစား စီးပွားလုပ်ငန်းများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ အလုပ်ခွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေး တာဝန်များကို နားလည်စေရန်နှင့် COVID-19 မှ ပေါ်ပေါက်လာသည့် အန္တရာယ်များကို စီမံစေရန် လမ်းညွှန် အသစ်ကို ထူထောင်ပေးထားသည်။

[safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) တွင် အန္တရာယ် စိစစ်မှု၊ လူချင်း ခပ်ခွာခွာနေခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေ သန့်စင်ရေး၊ ကိုယ်ရေးကိုယ်တာ အကာအကွယ်ပေး ကိရိယာ၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး၊ နှင့် သန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းတို့ကို မည်သို့ဆောင်ရွက်မည်ကဲ့သို့ ခေါင်းစဉ်အကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်၍ သတင်းအချက်အလက်များ ရှိပါသည်။

သင့် အသေးစား စီးပွားလုပ်ငန်းနှင့် စီးပွားလုပ်ငန်းကဏ္ဍအပြင် အလုပ်ခွင်နေရာ စစ်ဆေးရမည့်စာရင်းများနှင့် ကြော်ငြာများကဲ့သို့ လက်တွေ့ကျကျ ပံ့ပိုးရင်းမြစ်များအပါအဝင် သက်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များကို လွယ်ကူစွာ ရှာရန် အကြောင်းအရာ ဇယားစစ်ရှာသည့် နည်းကို သုံးပါ။

သင့် လုပ်ငန်းကဏ္ဍအတွက် သီးခြား လမ်းညွှန်ကို [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) တွင်ကြည့်ပါ။