

## COVID-19 र काममा स्वास्थ्य र सुरक्षा – लघु व्यवसाय

### जोखिमहरूको निर्धारण र प्रबन्ध

COVID-19 ले हामी सबै जिउने र काम गर्ने तरिका परिवर्तन गरेको छ। तर साना व्यवसायको संसार बदलिँदैछ।

लघु व्यवसायहरूको लागि एउटा COVID-19 कार्य स्वास्थ्य र सुरक्षा जोखिम मूल्याङ्कन, तपाईंको कर्मचारीहरू, र ग्राहकहरूको लागि जोखिमहरू पहिचान गर्न र व्यवस्थित गर्नको लागि एक आवश्यक कुरा हो।

जब जोखिम मूल्यांकन गर्नुहुन्छ, आफैलाई सोध्नुहोस्:

- खतराहरू के के हुन्?
- यसले कसैलाई कस्तो नोक्सान पुऱ्याउन सक्छ र यसको सम्भावना कतिको छ?
- जोखिमको स्तर के हो?
- जोखिमहरू प्रबन्ध गर्न म के गर्न सक्छु?
- कसरी जोखिम समीक्षा र अनुगमन गरीनेछ, यो सुनिश्चित गर्न कि नियन्त्रण उपायहरू काम गरिरहेछन्, र नयाँ जोखिमहरूको लागि जाँच गर्नेछन्?

जोखिम व्यवस्थापन निरन्तर गरिनु पर्दछ - COVID-19 बाट उत्पन्न हुने कुनै नयाँ वा परिवर्तन गरिएको जोखिमको मूल्याङ्कन गर्न निश्चित गर्नुहोस्, जस्तै ग्राहकहरूको आक्रामक जोखिम, उच्च कार्यको माग वा पृथकीकरण प्रती काम गर्दै।

तपाईंले आफ्नो कामदारहरूसँग कुरा गर्नुपर्छ। एकजुट भएर तपाईं जोखिमहरू पहिचान गर्न सक्नुहुन्छ र तिनीहरूलाई कसरी व्यवस्थित गर्ने भनेर बाहिर काम गर्न सक्नुहुन्छ।

हामी सबैले लघु व्यवसायको परिवर्तनशिलतालाई कायमै राख्ने गरौं। थप जानकारीको लागि, वेबसाईटमा हेर्नुहोस् - [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) ।

### शारीरिक दूरी

COVID-19 जोखिम को जोखिम बढेको छ जब अरु संग घनिष्ठ संपर्कमा काम गरीरहेको हुनुहुन्छ। जहाँ सम्भव छ, शारीरिक दूरीको अभ्यास गर्नुहोस्।

विचार गर्नुहोस्:

- कार्यस्थल सजावट पुनः डिजाइन गर्दै।
- आमने-सामने बैठकहरू आयोजना नगर्दै।
- साझा क्षेत्रहरूमा व्यक्तिहरूको संख्या घटाउँदै।
- पंङ्ती र ग्राहक संख्याहरू प्रबन्ध गर्नुहोस्।

र जहाँ सम्भव छ, शारीरिक अन्तर्क्रिया सीमित गर्न कर्मचारीहरूको आफ्नै उपकरणहरू वा उपकरणहरू छनौट गर्नको लागि भेट्ने समयहरूको बीचमा समय छोड्नुहोस्।

COVID-19 को सम्बन्धमा उद्योग-विशेष मार्गदर्शनको लागि, [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) मा जानुहोला।



### तपाईंको कार्यस्थलको सरसफाई

COVID-19 संक्रमित व्यक्ति खोकी वा ह्याँछयउँ गर्दा लाग्दा उत्पादित थोपाहरू मार्फत फैलिन्छ।

कीटाणुहरू भएको सतहलाई छोएर व्यक्तिहरूले COVID-19 सर्न सक्छन्।

निश्चित गर्नुहोस् तपाईंको कार्यस्थल कम्तिमा दैनिक झोल साबुन र पानीले सफा गरिएको छ।

एक पटक सतह शुद्ध छ भएपछि, तपाईं यसलाई कीटाणुरहित गर्न सक्नुहुन्छ।

प्रायः छोएका सतहहरूलाई प्राथमिकता दिनुहोस्।

यदि तपाईंसँग काममा COVID-19 को मामला छ भने, तपाईंको कार्यस्थल राम्ररी सफा गर्नुपर्नेछ र व्यक्तीहरू फर्कनु अघि किरटानू रहित गर्नुपर्नेछ।

COVID-19 को सम्बन्धमा उद्योग-विशेष मार्गदर्शनको लागि, [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) मा जानुहोला।

### Safe Work Australia (सुरक्षित कार्य अष्ट्रेलिया) COVID-19 वेभसाईट

Safe Work Australia ले लघु व्यवसायहरूलाई उनीहरूको कामको स्वास्थ्य र सुरक्षा बारे कर्तव्य बुझ्न, र COVID-19 बाट उत्पन्न हुने जोखिमहरू प्रबन्ध गर्न मद्दत गर्न नयाँ मार्गदर्शनको विकास गरेको छ।

[safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) मा कसरी जोखिम मूल्याङ्कन गर्ने, शारीरिक दूरी, स्वच्छता, व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण, मानसिक स्वास्थ्य, र सफाई जस्ता विषयहरूमा जानकारी छन्।

सजिलैसँग तपाईंको लघु व्यवसाय र उद्योगसँग सान्दर्भिक जानकारी, साथै व्यावहारिक संसाधनहरू जस्तै कार्यस्थल चेकलिस्टहरू र पोस्टरहरू पाउन सामग्री फिल्टरिंग उपकरण प्रयोग गर्नुहोस्।

COVID-19 को सम्बन्धमा उद्योग-विशेष मार्गदर्शनको लागि, अहिल्यै अनलाईन [safeworkaustralia.gov.au](https://safeworkaustralia.gov.au) मा जानुहोला।