

COVID-19 – ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਵਾਂ ਉੱਤੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਇਹ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ COVID-19 ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗੀ। ਹੋਰ [COVID-19 ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ](#) ਵਿੱਚ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਕੰਮ ਦੇ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਾਨੂੰਨ ਦੁਆਰਾ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਦੂਸਰਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਖੁਦ, ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਮਚਾਰੀ, ਠੇਕੇਦਾਰ, ਗਾਹਕ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਹੁਣੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਤੁਸੀਂ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਖਤਮ ਕਰੋ ਜਾਂ ਘਟਾਓ। ਇਹ ਕਾਨੂੰਨ ਹੈ।

ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਖਤਰੇ ਦਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ। ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਇਕ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ, ਨਿੱਜੀ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਜਨਾ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

- ਸਨਮਾਨਿਤ ਵਸੀਲਿਆਂ ਤੋਂ ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਨਵੀਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਰੱਖੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ [ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ](#) ਵਿੱਚ ਪਾਬੰਦੀਆਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਿਸਮ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਲਈ ਨਿਯਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ COVID ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰੋਗੇ ਉਸ ਵਾਸਤੇ ਤਿਆਰੀ ਕਰੋ।
- ਜਿਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਉਸ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੇ ਕਾਰਣ ਪੈਦਾ ਹੋਏ ਨਵੇਂ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ (ਜਿਵੇਂ ਗਾਹਕਾਂ ਦਾ ਗੁੱਸਾ, ਜਾਂ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦਾ ਇਕੱਲੇ ਹੋ ਜਾਣਾ)।
- ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ।
- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿਓ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਪਤਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।
- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਣਾ ਹੈ ਦੇ ਬਾਰੇ [ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਪੋਸਟਰ](#) ਲਗਾਓ।

COVID-19 ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਨੂੰ ਰੋਕੋ

- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ (ਬੁਖਾਰ, ਖੰਘ, ਖਰਾਬ ਗਲਾ ਅਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਔਖਿਆਈ)।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਲੋਕ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਕੋਲੋਂ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 1.5 ਮੀਟਰ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ।
- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟੋ ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਧੋਣ ਜਾਂ ਅਲਕੋਹਲ ਆਧਾਰਿਤ ਹੱਥ ਸਾਫ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸੈਨੇਟਾਈਜ਼ਰ ਵਰਤਣ।
- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਚੰਗੀ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਬਾਂਹ ਵਿੱਚ ਖੰਘਣ ਜਾਂ ਛਿੱਕਣ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਨਿਯਮਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਰਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਰ ਵਾਰ ਛੂਹੇ ਜਾਂਦੇ ਤਲਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਾਰੀ ਸਾਫ ਕਰੋ।
- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵਾਸਤੇ ਨਿੱਜੀ ਬਚਾਅ ਦੇ ਉਪਕਰਣ ਖਰੀਦੋ ਜੋ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਸਤਾਨੇ ਅਤੇ ਮਾਸਕ)। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਾਓ ਕਿ ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ।

ਸਮੀਖਿਆ

- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ COVID-19 ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੇਗੀ ਆਪਣੀ ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਕੋਈ ਨਵੇਂ ਖਤਰੇ ਉਘੜਦੇ ਹਨ, ਵਿਚਾਰੋ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਵਾਧੂ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

COVID-19 ਅਤੇ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਸਿਹਤ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [Safe Work Australia ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ](#) ਉੱਤੇ ਜਾਓ।

ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਸਿਹਤ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਤੱਥ ਸੀਟਾਂ ਲਈ [COVID-19 ਜਾਣਕਾਰੀ ਤੁਹਾਡੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਵੈਬਸਾਈਟ](#) ਉੱਤੇ ਜਾਓ।

ਸਿਹਤ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [health.gov.au](#) ਉੱਤੇ ਜਾਓ।

ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨਾਲ ਸਬੰਧਿਤ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਬੰਧਿਤ [ਆਪਣੇ ਰਾਜ ਜਾਂ ਕੇਂਦਰੀ ਪ੍ਰਦੇਸ਼ ਦੇ WHS ਨਿਗਰਾਨ](#) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।