

कोरोना के समय में स्वच्छता कर्मचारियों के लिए करने योग्य और नहीं करने योग्य कार्य की सूची

कार्य शुरू होने के पूर्व



वर्दी की ताज़ी धुली हुई जोड़ी पहनें, मास्क और दस्ताने भी धुले हुए पहनें। बिना धुले कपड़े मत पहनो



अच्छी तरह अपने हाथ धोएं



अगर कोई घाव आदि हैं, उन्हें साफ साबुत पट्टी से कवर करें



एक बोतल में पानी साथ में लें और उसे निश्चित अंतराल पर पिएं



एक स्प्रे बोतल में साबुन या साबुन का घोल साथ ले।



वर्दी, मास्क और दस्ताने पहनने के बाद ही कार्य के उपकरण उठाए जैसे ट्रॉली, बिन, बैग आदि।



ग्राम पंचायत या नगर पालिका से आईडी कार्ड प्राप्त करें और हमेशा इसे अपने साथ रखें

■ एक अलग मोहरबंद बैग में साफ मास्क (कम से कम 3-4) साथ ले जाएं

■ जब कभी आप खाने या किसी अन्य गतिविधि के लिए मास्क निकालते हैं, तो अपने हाथों को अच्छी तरह से धोएं और इस बैग से एक ताजा और साफ मास्क लगाएं

■ मास्क को हटाने के समय, ध्यान रखें कि मास्क की संभावित संक्रमित बाहरी परत को न छुएं

■ मास्क को धुलाई और विषाणुमुक्ति के लिए वापस ले जाते समय एक अलग सीलबंद बैग में रखें

कार्य पूर्ण होने के बाद



दिन का काम पूरा करने पर, अपने काम के उपकरण निर्धारित स्थान पर रखें



उन सभी उपकरण को साबुन के पानी या अल्कोहल के घोल से अच्छी तरह साफ करें



अपने जूते, वर्दी, दस्ताने और मास्क निकालें (इस क्रम में)



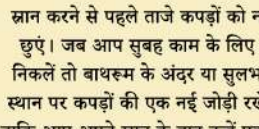
वर्दी, मास्क और दस्ताने को एक अलग बाल्टी में रखें। जूते धोने के लिए अधिकतम गर्म पानी का उपयोग करें



सुनिश्चित करें कि मास्क को अच्छी तरह से धोया जाए और धूप में सुखाया जाए



साबुन से स्नान करें, अपने बालों को भी धोएं



स्नान करने से पहले ताजे कपड़ों को न छुएं। जब आप सुबह काम के लिए निकलें तो बाथरूम के अंदर या सुलभ स्थान पर कपड़ों की एक नई जोड़ी रखें ताकि आप अपने स्नान के बाद उन्हें पहन सकते हैं (या किसी को स्नान के बाद आपके ताजा कपड़े सौंपने के लिए कहें)



सैनिटाइज़र या किसी अल्कोहल आधारित प्रवाही का उपयोग करके अपने फोन, वॉलेट आदि को विषाणु मुक्त करें



अपनी पानी की बोतल, लंच डब्बा, साबुन घोल की बोतल आदि को अलग से धोएं

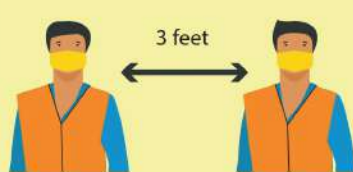


भाप लें / कुछ गर्म तरल पदार्थ लें

कचरे के एकत्रीकरण और परिवहन के दौरान



अपना मास्क हमेशा रखें, जब भी आप इसे हटाते हैं, तो अपने हाथों को धो लें और एक ताजा मास्क पहनें। ब्रेक के अलावा काम के दौरान हमेशा अपने दस्ताने पहनें



सह-श्रमिकों, मित्रों और अजनबियों के साथ कम से कम 3 फीट की दूरी बनाए रखें क्योंकि अक्सर COVID के लक्षण दिखाई नहीं देते हैं, आप बिना जाने भी संक्रमण के वाहक हो सकते हैं।



अधिकतम लोगों से मानव संपर्क को कम करने के लिए कचरा सीधे अपने बिन / टैले में छोड़ने के लिए कहें। कभी भी खुले हाथों से कूड़ा / कचरा न छुएं। किसी भी मास्क, बायोमैडिकल वेस्ट या ऐसी कोई भी चीज जिसमें शरीर के तरल पदार्थ जैसे टिशू, चम्मच, स्ट्रॉ, आइक्रीम स्टिक आदि हों उन्हें घरेलू हानिकारक कचरे के रूप में अलग से एकत्र करें।



किसी भी समय मुंह, नाक, आंख और कान सहित अपने चेहरे के किसी भी हिस्से को छूने से बचें।



अपने दस्ताने को अपनी जेब में रखने से बचें (निर्धारित प्लास्टिक बैग में उन्हें स्टोर करना बेहतर है)। अपने चेहरे को कभी भी दस्ताने से न छुएं।



अलग रखें गए घरों से और स्थानों से आने वाले घरेलू हानिकारक कचरे को नियमित ठोस कचरा संग्रह कर्मचारियों द्वारा नहीं उठाया जाना चाहिए। इस कचरे को ULB द्वारा प्रदान किए गए पीले बैगों में संग्रहित किया जाना चाहिए और ULB द्वारा अलग से अधिकृत किए गए कर्मचारियों द्वारा बायो-मैडिकल कचरा एकत्र करने के लिए अलग से लिया जाना चाहिए या ULB के द्वारा जमा किए गए डिपॉजिट सेंटर्स पर जमा किया जाना चाहिए।

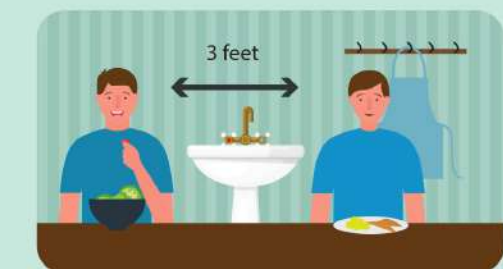


धूके नहीं। खांसी या छींकने पर हमेशा अपनी कोहनी से अपनी नाक और मुंह ढक कर रखें



काम के समय अपने फोन, पर्स आदि को छूने से बचें। यदि आपको चाहिए, तो अल्कोहल-आधारित (70% इथेनॉल ओरोप्रोपाइल अल्कोहल) एक माइक्रोफाइबर कपड़े के साथ विषाणुमुक्त करना सुनिश्चित करें।

विराम के दौरान



1. खाना खाने से पहले, मास्क, दस्ताने और एप्रन हटा दें, साबुन से अपने हाथ और चेहरे को अच्छी तरह से धो लें।
2. अधिकतम गर्म पका हुआ भोजन खाएं। ठंडा, बिना पका हुआ भोजन खाने से बचें।
3. भोजन करते / आराम करते समय सामाजिक दूरी बनाए रखें।
4. भोजन को कपड़ों से दूर रखना चाहिए और अधिकतम चेहरे के करीब कुछ ऊंचाई पर ताकि कपड़ों से कुछ भी भोजन पर न गिरे।