Corona-virus Disease 2019(COVID-19)

ကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍

စက်ရုံ၊ အလုပ်ရုံများ၊ လုပ်ငန်းခွင်များတွင် ဆောင်ရွက်ထားချက်များကို စစ်ဆေးခြင်းပုံစံ(က)

(၅-၆-၂၀၂၀)

စက်ရုံအမည် ____________________ စစ်ဆေးသည့်ရက်စွဲ ______________

စက်ရုံလိပ်စာ ____

____

စဉ်	ဆောင်ရွက်ထားရမည့်အချက်	ရှိ	မရှိ	မှတ်ချက်
၁။	**အလုပ်သမား ကြို/ပို့နှင့် လုပ်ငန်းခွင် ဝင်/ထွက်**			
(က)	အလုပ်သမားများသည် ဖယ်ရီပေါ်တွင် မိမိ၏အမည်နှင့်ယှဉ်တွဲ၍ သတ်မှတ်ထားသော ထိုင်ခုံနေရာတွင် နှာခေါင်းစည်းများ ဝတ်ဆင်၍ ထိုင်ခြင်း။			
(ခ)	ဖယ်ရီပေါ်တွင် လက်သန့်စင် ဆေးရည်၊ တစ်ရှူးစက္ကူနှင့် နှာခေါင်းစည်း (mask)များ လုံလောက်စွာ ရှိခြင်း။			
(ဂ)	လုပ်ငန်းခွင် ဝင်/ထွက်ပေါက်များတွင် (၁) ကိုယ်အပူချိန်တိုင်း ကိရိယာများဖြင့် အလုပ်သမားများ ကိုယ်ပူချိန်ကို တိုင်းတာခြင်း၊ (၂) လူစုလူဝေး မဖြစ်ပေါ်စေရန် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ၆ ပေ ခွာ၍ အဝင်/အထွက် ပြုလုပ်ခြင်း၊ (၃) အပူချိန်တိုင်းတာသည့် ဝန်ထမ်းများတွင် တစ်ကိုယ်ရေသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများ (Mask, Glove, Apron, Face-shield) ဝတ်ဆင်ထားခြင်း။			
၂။	**Physical Distancing and Personal Protective Equipment (PPE)**			
(က)	အလုပ်သမားများသည် ကြမ်းပြင်ပေါ်တွင် ပြုလုပ်ထားသည့် ၆ ပေတိကျသော အကွာအဝေးရှိ အမှတ်အသားများအတွင်း နှာခေါင်းစည်း (masks) နှင့် လက်အိတ်များ ဝတ်ဆင်၍ အလုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း။ (သို့) ၆ ပေ အကွာအဝေး မထားပေးနိုင်သော နေရာများ၌ လုပ်ကိုင်ရသော အလုပ်သမားများတွင် Face Shield နှင့် Mask များ တပ်ဆင်ထားခြင်း။			
၃။	**Hygiene**			
(က)	လုပ်ငန်းခွင် ဝင်/ထွက်ပေါက်များ၊ နားနေခန်း၊ ထမင်းစားခန်းနှင့် သန့်စင်ခန်းတို့တွင် အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် လက်ဆေးရန် နေရာများတွင် စနစ်တကျ လက်ဆေးခြင်း။			
(ခ)	လက်ဆေးရန် နေရာများတွင် လိုအပ်သည့်ပစ္စည်းများ (ဆပ်ပြာ၊ ရေ၊ လက်သန့်စင်ဆေးရည်၊ တစ်ရှူးစက္ကူ) စသည်တို့ကို လုံလောက်စွာ ရှိခြင်း။			
(ဂ)	အလုပ်ခွင်နေရာများတွင် လက်သန့်စင်ဆေးရည်များ (Hand Sanitizer) လုံလောက်စွာ ရှိခြင်း။			

၄။	**Cleanliness and Disinfection**			
(က)	လုပ်ငန်းခွင်နှင့် သန့်စင်ခန်းများတွင် အမှိုက်များကို စနစ်တကျ စွန့်ပစ်ခြင်းနှင့် အမှိုက်သိမ်းဆည်းခြင်း။			
(ခ)	အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် တစ်ခါသုံး တစ်ကိုယ်ရေသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုပြီးပါက သတ်မှတ်ထားသောနေရာတွင် စွန့်ပစ်ခြင်းနှင့် စနစ်တကျ သိမ်းဆည်းခြင်း။			
(ဂ)	အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် တစ်ခါသုံး မဟုတ်သော တစ်ကိုယ်ရေသုံး အကာအကွယ်ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုပြီးပါက စနစ်တကျ သန့်ရှင်းရေး ပြန်လည်ပြုလုပ်ခြင်း။			
(ဃ)	အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် အောက်ဖော်ပြပါနေရာများကို လမ်းညွှန်ချက်နှင့်အညီ ပိုးသတ်သန့်စင်ခြင်း၊ • နေ့စဉ်အသုံးပြုသော ပစ္စည်းကိရိယာများနှင့် ထိတွေ့ရသည့် မျက်နှာပြင်များအား မကြာခဏ ပိုးသတ်သန့်စင်ခြင်း၊ • ကြမ်းခင်းနေရာများကို တစ်နေ့လျှင် တစ်ကြိမ် ပိုးသတ်သန့်စင်ခြင်း။			
၅။	**ထမင်းစားခန်းနှင့် နားနေခန်း**			
(က)	အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး မျက်နှာချင်းဆိုင်ထိုင်ခြင်း မဖြစ်စေဘဲ ၆ ပေအကွာတွင် စားသောက် / နားနေခြင်း။ (သို့) တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး ၆ ပေအကွာ မထားရှိပေးနိုင်ပါက အကာအရံများ စီစဉ်ပေးထားခြင်း။			
(ခ)	အလုပ်သမားများ အနေဖြင့် ထမင်းစားခန်း၊ နားနေခန်းများသို့ မဝင်ရောက်မီတွင်လည်းကောင်း၊ မထွက်ခွာမီတွင်လည်းကောင်း စနစ်တကျ လက်ဆေးခြင်း။			
(ဂ)	စက်ရုံ၊ အလုပ်ရုံများမှ အစားအသောက် စီစဉ်ကျွေးမွေးခြင်း ဖြစ်ပါက စားဖိုဆောင်ဝန်ထမ်းများ အနေဖြင့် (Masks, gloves, apron, face-shield) များ ဝတ်ဆင်ထားခြင်း။			
၆။	**အထွေထွေ**			
(က)	လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း လေဝင်လေထွက် ကောင်းမွန်ခြင်း။ (သို့) Air con အသုံးပြုပါက လေစစ်ဇကာများကို ပုံမှန်သန့်ရှင်းရေး ပြုလုပ်ထားခြင်း။			
(ခ)	လုပ်ငန်းခွင်တွင် "ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ရောဂါ (COVID-19) ကို မိမိကစ၍ ကာကွယ်ပါ အဓိက သတင်းစကား ၁၀ ချက်"ကို အသံဖိုင် အသုံးပြု၍ နေ့စဉ် ဖွင့်ပြပေးခြင်း။			
(ဂ)	အလုပ်သမားများအတွက် နေထိုင်ရန် အဆောင်များ ရှိပါက အဆိုပါ အဆောင်များအတွင်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အနည်းဆုံး (၆)ပေ အကွာအဝေးတွင် နေထိုင်နေခြင်း။			
(ဃ)	နေထိုင်ရာ အဆောင်တွင်းသို့ မဝင်ရောက်မီနှင့် မထွက်ခွာမီ အချိန်တို့တွင် စနစ်တကျ လက်ဆေးခြင်း။			