කොවිඩ්-19 ව්‍යාප්තිය වළක්වමින් පොදු මහජන සහ වෘත්තීය ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ආකාරය පිළිබඳව උපදෙස්

පොදු මහජන සහ වෘත්තීය ක්‍රියාකාරකම් සඳහා උපදේශ සටහන් ලබා දී ඇත. සංචාරක සේවා, විශාල සාප්පු සංකීර්ණ, උත්සව කළමනාකරණය වැනි සමහර අංශවලට උපදෙස් සටහන් කිහිපයක් අදාළ වේ.

මෙම උපදෙස් කාර්යයන් නැවත ආරම්භ කිරීම සඳහා සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය විසින් ලබා දී ඇති සමස්ත අවසරයට යටත් වේ (මුළුමනින්ම / තෝරාගත්).

සෑම උපදෙස් සටහනක්ම සෞඛ්‍ය හා දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශයේ සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල් විසින් නිකුත් කරනු ලබයි. කොවිඩ්-19 සම්ප්‍රේෂණය වැළක්වීම සඳහා අනුගමනය කළ යුතු ක්‍රියාමාර්ග ආයතන හිමිකරු / වගකිවයුතු පුද්ගලයා වෙත ඉදිරිපත් කර ඇත.

වෘත්තීය ක්‍රියාකාරකම් සඳහා වැඩිදුර තොරතුරු ලබා ගැනීමට - කරුණාකර

http://eohfs.health.gov.lk/occupational/index.php?option=com_content&view=article&id=61&Itemid=208&lang=en වෙත යොමු වන්න.

නව ජීවන රටාවක් උදෙසා
புதிய வாழ்க்கை முறையை நோக்கி
TOWARDS A NEW NORMAL

World Health Organization
Sri Lanka

සෞඛ්‍ය සහ දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය

රජයේ වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ සංගමය

ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර කෝට්ටේ මහ නගර සභාව

31. සුපිරි වෙළඳසැල්

සුපිරි වෙළඳසැල් විවිධ පරිමාණයන්ගෙන් ක්‍රියාත්මක වේ. දුරස්ථභාවය, දෑත් පිරිසිදු කිරීම, ශ්වසන ආචාර විධි පවත්වා ගැනීම සෑම විටම දිරිමත් කළ යුතුය.

නිශ්චිත පණිවිඩය / උපදෙස්
සංවිධායක / හිමිකරු / සේවා යෝජකයා

- සාප්පුව විවෘත කිරීමට පෙර මුහුණු ආවරණ, විෂබීජ නාශක වැනි ද්‍රව්‍ය අවශ්‍ය ප්‍රමාණ වලින් සපයා ගන්න.
- COVID - 19 වැළැක්වීමේ ක්‍රම පිළිබඳ සේවකයන් පුහුණු කරන්න.
- කාර්ය මණ්ඩලයේ සෞඛ්‍ය ආරක්ෂාව තහවුරු කිරීමට කටයුතු කරන්න. අවශ්‍ය විටදී වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගැනීමට ක්‍රමවේදයක් සකස් කරන්න.
- අත් සේදීම සඳහා ඇතුල් වන ස්ථානයේ පහසුකම් ලබා දෙන්න සේවකයින් සඳහා මුහුණු ආවරණ . පලදීම අනිවාර්ය කරන්න.
- පරිශ්‍රයෙන් පිටත සේවාදායකයින්ට ඇතුළුවීමට වාරය පැමිණෙන තෙක් අවශ්‍ය පරතරය තබා ගනිමින්, අව්වෙන් හා වැස්සෙන් පීඩා නොවී සිටිය හැකි ආවරණය වූ නිශ්චිත ස්ථානයක් සකස් කරන්න .
- කිසුදු ගනුදෙනුකරුවෙකුට මුහුණු ආවරණයක් නොමැතිව සාප්පුවට ඇතුළු වීමට ඉඩ ලබා නොදෙන්න . මුහුණු ආවරණයක් නොමැති නම්, ඒවා ඇතුල් වීමේ දොරටුවේදී මිලදී ගැනීමට අවස්ථාවක් ලබා දෙන්න .
- වාතාශ්‍රය වැඩි කරන්න. වායුසමීකරණ යන්ත්‍ර තිබෙන්නේ නම් ඒවා නිසි පරිදි ක්‍රියාත්මක වන්නේදැයි පරීකෂා කර බලන්න.
- නිතර අතින් අල්ලන ද්‍රව්‍ය හා මතුපිටවල් (උදා - දොර / ශීතකරණ හැඩල, සාප්පු කූඩය / කරත්ත shopping carts), ප්‍රදර්ශන කවුළු / කවුන්ටර සෝපාන බොත්තම්, පඩි පේළි අත්වැල්) පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කරන්න.
- දොරවල් ඇරීම / වැසීම අවම කිරීමට උත්සාහ කරන්න. - පරිශ්‍රය වායුසමීකරණය කර නැත්නම් දොරවල් විවෘතව තබන්න. නැතහොත් ඇතුල්වීමේ / පිටවීමේ දොර විවෘත කිරීම / වසා දැමීම සඳහා එක් පුද්ගලයෙක් යොදවන්න.
- පොදු වැසිකිළි සඳහා ප්‍රමාණවත් දියර අත් සබන් (හෝ සබන්) ලබා දිය යුතු අතර, ජල පහසුකම් සාමාන්‍ය ලෙස ක්‍රියාත්මක කිරීම සහතික කළ යුතුය.
- ගෙවීම් සහ පිටවීම් සඳහා පෝලිම්වල සිටින විට ආරක්ෂිත දුරක් තබා ගැනීමට ගනුදෙනුකරුවන්ට මතක් කර දීම සඳහා “මීටරයක පරතරයක්” (මීටර 1 ක පරතරයකින් පේළියේ රැඳී සිටීමට) සලකුණු කල යුතුය.
- වෙළඳසැල ඇතුලත එක් වරකට සිටිය හැකි ගනුදෙනුකරුවන්ගේ සංඛ්‍යාව අඩු කරන්න. එම සංඛ්‍යාව සාප්පුවට ඇතුළු වන ස්ථානයේ සඳහන් කරන්න.
- තහවුරු කරන ලද COVID-19 රෝගියෙක් වාර්තා වුයේ නම්, ප්‍රාදේශීය සෞඛ්‍ය බලධාරීන්ගේ මඟ පෙන්වීම යටතේ අදාළ ස්ථානයේ විෂබීජ නාශක කටයුතු සිදු කළ යුතු අතර, වායු සමීකරණ පද්ධති ද නැවත ආරම්භ කිරීම ප්‍රථම පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කළ යුතුය .
- බොහෝ විට මිලදී ගන්නා භාණ්ඩ දොරටුව අසල තැබිය හැකිය භාණ්ඩ රාක්ක තුල ඇසිරීමේදී එකම . මෙමගින් වෙළඳ සැල තුල .අනුපිළිවෙලක් භාවිතා කර පැහැදිලි සංඥා මගින් පෙනීමට සලස්වන්න ගත කරන කාලය අවම කරන්න .
- සීනි, සහල්, පරිප්පු වැනි දෑ නියමිත බර ප්‍රමාණ වලට අනුව පෙර ඇසුරුම් කළ හැකිය. එමගින් බහාලුම් උපකරණ ඇල්ලීම අවම වන අතර බර කිරීමට බලා සිටීමේ කාලයද අවම වේ.
- අන්තර්ජාලය මගින් ඇනවුම් කිරීම ප්‍රවර්ධනය කිරීම සඳහා විශේෂ දිරිගැන්වීම් ලබා දෙන්න.
- සේවය සඳහා අවශ්‍ය අවම කාර්ය මණ්ඩලය පමණක් කාල සටහනක් අනුව යොදවන්න .
- බර කිරිමේ යන්ත්‍ර ක්‍රියාත්මක භාවිත කිරීම නිශ්චිත සේවකයෙකුට පමනක් සීමා කරන්න.
- හැකි සෑම තැනකම මුදල් රහිත ගනුදෙනු දිරිමත් කරන්න. ක්‍රෙඩිට් කාඩ්පත් අත්සන් කිරීම සඳහා භාවිතා කරන පෑන, එක් ගනුදෙනුකරුවෙක් භාවිතා කල පසු විෂබීජහරණය කරන්න. මුදල් අයකැමියන් නිරතුරුව දෑත් පිරිසිදුව තබා ගත යුතුය. මුදල් අයකැමියන් අත්වැසුම් භාවිතා නොකළ යුතුයි.
- පෙර ඇනවුම් කර ඇති භාණ්ඩ ලබා ගැනීමට පැමිණෙන අය සඳහා වෙනම කවුන්ටරයක් සකස් කිරීමෙන් බලා සිටීමට සිදු වන කාලය අවම කර අනෙකුත් පාරිභෝගිකයන් සමග ගැවසීම ද අවම වනු ඇත.
- ලබා දී ඇති උපදෙස් වලට අනුකූල බව දක්වමින් ඔබ විසින් එකඟතා ප්‍රකාශය පිරවිය යුතුය. සම්පූර්ණ කරන ලද එකගතා ප්‍රකාශයේ මුල් පිටපත ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරිවරයා වෙත යැවිය යුතුය.

පිටපතක් අදාළ පළාත් පාලන ආයතනයට (මහ නගර සභාව / නගර සභාව / ප්‍රාදේශීය සභාව) යැවිය යුතු අතර තවත් පිටපතක් තමන් සතුව තබා ගත යුතුය. ඉහත මාර්ගෝපදේශ දැඩි ලෙස පිළිපැදීම සහතික කිරීම හිමිකරු / භාරකරුගේ වගකීම වේ.

පාරිභෝගිකයා / සේවාදායකයා

- කෝවිඩ් ආසාදනය වැළැක්වීම සඳහා සාමාන්‍ය උපදෙස් පිළිපදින්න අනෙක් අයගෙන් අවම වශයෙන් මීටර : 1 ක් වත් දුරක් පවත්වා ගැනීම, සුදුසු පරිදි මුහුණු ආවරණයක් භාවිතා කිරීම, නිතිපතා අත් සේදීම සහ නිසි ශ්වසන ආචාර විධි භාවිතය.
- හැකිතාක් අන්තර්ජාලය තුලින් ඇනවුම් කිරීම හා අන්තර්ජාලය තුලින් මුදල් ගෙවීමට කටයුතු කරන්න .
- ඔබ ලබා ගන්නා භාණ්ඩ කල් තියා සැලසුම් කර ලැයිස්තුවක් සකස් කරන්න එමගින් සුපිරි වෙළඳ සල . හැකිනම් ලැයිස්තුව වෙළඳ සල වෙත ප්‍රථමයෙන් යවා .තුල ගත කරන කාලය අවම කරන්න, භාණ්ඩ පිළියෙළ කල පසු ගොස් රැගෙන එන්න .නිතර වෙළඳ සල වෙත යාමෙන් වළකින්න .
- හැකි සෑම විටදීම ඔබේ නිවස අසල ඇති සුපිරි වෙළඳසැල වෙත ගොස් ජනාකීර්ණ ප්‍රදේශවලින් වළකින්න.
- මුදල් පරිහරණය අවම කරන්න.හැකි සෑම අවස්ථාවකදීම නිශ්චිත මුදලක් ලබා දීමට උත්සාහ කරන්න .
- පොදු පෘෂ්ඨයන් ස්පර්ශ කිරීම අවම කරන්න දොර හැඩල -, කවුන්ටර, අත්සන් කිරීමට භාවිතා කරන පෑන්
- පේළියේ සිටගෙන සිටින විට, ඔබට පෙර සහ පසුව සිටින පුද්ගලයන්ගෙන් මීටර් 1 ක දුරක් පවත්වා ගැනීමට වග බලා ගන්න .
- සාප්පු යෑමට හොඳම වේලාවන්ගැන විමසීමට පාරිභෝගිකයින්ට අවස්ථාව තිබිය යුතුය.

නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා වැඩපිළිවෙල

- ශාරීරික දුරස්ථභාවය, මුහුණු ආවරණ පැළඳීම, ඇතුල්වීමට පෙර අත් සේදීම, සාප්පුව ඇතුළත සිටිය හැකි උපරිම සංඛ්‍යාව යනාදිය දැක්වෙන පොස්ටර් හා සංඥා.
- මෙම මාර්ගෝපදේශ පළාත් හා දිස්ත්‍රික් මට්ටමෙන් අදාල පරිදි ක්‍රියාත්මක කල යුතුය.
- ස්ථාන කිහිපයක පෝස්ටර් ප්‍රදර්ශනය කිරීම.
- සමාජ මාධ්‍ය සහ ජනමාධ්‍ය හරහා මහජනයාට සන්නිවේදනය කිරීම.
- දේශීය සුපිරි වෙළඳසැල් වලින් තම සේවාදායකයින්ට විද්‍යුත් තැපැල් සමාජ මාධ්‍ය මගින් / කෙටි පණිවුඩ / යවන පණිවිඩ ලෙස.
- සුපිරි වෙළඳසල් දාමයන් රූපවාහිනී /රේඩියෝවෙහි ප්‍රචාරණය කරන්න වූ වෙළඳ දැන්වීම් තුලින්
- වැඩිදුර තොරතුරු සඳහා සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය විසින් සම්පාදිත, සේවා ස්ථාන වල COVID 19 ව්‍යාප්තිය වැලක්වීමට පෙර සූදානම සහ ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා වන මෙහෙයුම් මාර්ගෝපදේශයේ 4.5 කොටස බලන්න.

වැඩිදුර අදහස්:
සුපිරි වෙළඳසැල් වලින් ලැබෙන දායකත්වයක් ආයතනික සමාජ වගකීම් ලෙස දැක්විය හැකිය.

සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්

විශේෂඥ වෛද්‍ය අනිල් ජාසිංහ
සෞඛ්‍ය සේවා අධ්‍යක්ෂ ජනරාල්
සෞඛ්‍ය සහ දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය
"සුවසිරිපාය"
385, පූජ්‍ය බද්දේගම විමලවංශ හිමි මාවත,
කොළඹ 10.