# කොවිඩ්-19 ව්‍යාප්තිය වළක්වමින් පොදු මහජන සහ වෘත්තිය ක්‍රියාකාරකම් සිදුකරන ආකාරය පිලිබඳව 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

සෞඛ්‍ය සහ දේශීය වෛද්‍ය සේවා අමාත්‍යාංශය

World Health Organization
Sri Lanka

රජයේ වෛද්‍ය නිලධාරීන්ගේ සංගමය

ශ්‍රී ජයවර්ධනපුර කෝට්ටේ මහ නගර සභාව

## 33.අවන්හල්

අවන්හල්වල එම ස්ථානයේදී ම ආහාර ගැනීමේ හා බැහැර ගෙනයාමේ පහසුකම් ඇති අතර එම දෙආකාරය සඳහාම COVID-19 පූර්වාරක්ෂාව අදාළ විය යුතුය.

**නිශ්චිත පණිවිඩ / උපදෙස්**

**සංවිධායක / හිමිකරු / සේවා යෝජකයා**

- වසංගතය මර්දනය කිරීමට අවශ්‍ය වන මුහුණු ආවරණ , විෂබීජ නාශක වැනි දේ තියෙන බවට තහවුරු කර ගන්න
- අවන්හල්වලට අදාළ COVID වැළැක්වීමේ පියවර පිළිබඳව සේවකයින් පුහුණු කරන්න
- සේවකයින්ගේ සෞඛ්‍යය පිළිබඳව දිනපතා විමසීමේ ක්‍රමයක් ඇති කරන්න. (උණ සහ කැස්ස / සෙම්ප්‍රතිශ්‍යාව වැනි ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ විමසන්න) සහ ඔවුන්ට සුදුසු වෛද්‍ය උපදෙස් ලබා ගැනීමේ ක්‍රියාවලියක් ස්ථාපිත කරන්න
- සේවකයන් තම පෞද්ගලික ආරක්ෂාව පවත්වා ගැනීම සහ මුහුණු ආවරණ පැළඳීම කළ යුතු අතර අත් සනීපාරක්ෂාව පවත්වා ගත යුතුය. කිවිසුම් යන විට මුඛය සහ නාසය ටිෂූ එකකින් හෝ වැලමින් ආවරණය කළ යුතුය
- ඇතුල් වන දොරටුව අසල අත් සේදීමේ / අත් සේදීමේ සනීපාරක්ෂක දියර සැපයීම ස්ථාපිත කිරීම (පාදයෙන් හෝ සංවේදක මගින් ක්‍රියාත්මක කෙරෙන ජල කරාම වඩා යෝග්‍ය වේ)
- අවන්හල ඇතුලත ට ප්‍රමාණවත් වාතාශ්‍රයක් සැපැයීම; වායුසමීකරණ යන්ත්‍රය ප්‍රශස්ත තත්වයෙන් ක්‍රියාත්මක වන බවට සහතික වීම සහ සියලුම වායුසමීකරණ පද්ධතිවල වාතය ආපසු ඒම වැලැක්වීම කළ යුතුය
- නිතර ම භාවිතා වන පොදු ස්ථාන (මේස මතුපිටවල් , දොර හැඩල, ආහාර වට්ටෝරු පත්, ප්‍රදර්ශන කවුන්ටර්, සෝපාන බොත්තම්) පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කරන්න
- දොරවල් ඇරීම හා වැසීම අවම කිරීමට පියවර ගන්න. වායුසමීකරණය නොකළ අවන්හල්වල දොරවල් විවෘතව තැබීමට පියවර ගන්න
- රූපවාහිනී තිරයක, ප්‍රදර්ශන පුවරුවක හෝ මේසයේ වීදුරුවක් යට ආහාර වට්ටෝරු පත් ප්‍රදර්ශනය කරන්න
- ආහාර වට්ටෝරු පත් බැලීමට පෙර සහ පසු අමුත්තන්හට අත් පිරිසිදු කර ගැනීම සඳහා සනීපාරක්ෂක දියරයක් ලබා දෙන්න
- ලොබිය, සෝපානයේ පිවිසුම සහ පිටවීමේ කවුන්ටරය පිරිසිදුව හා පිළිවෙලට තබා ගත් යුතු අතර නියමිත වේලාවට කුණු ඉවත් කිරීමට කටයුතු කරන්න
- සෑම විටම අවන්හලේ දුම්පානය වැලක්වීමට කයුතු කරන්න
- ආහාර ගැනීම සඳහා විශාල පිරිසක් රැස්වීම නීති විරෝධී වන අතර කලින් වේලාව වෙන්කරවා ගැනීම මගින් එකවිට විශාල පරිසක් භෝජනාගාරයට රැස්වීම අවම කිරීමට කටයුතු කරන්න. මේස සහ පුටු අඩු කිරීම හෝ ආහාරයට ගැනීමට මේසයක් හැර මේසයක් භාවිතා කිරීම සුදුසු වේ. පාරිභෝගිකයන් සඳහා වෙන් වෙන් වශයෙන් භාජන වල ආහාර පිළිගැන්වීම හිතකර අතර අවශ්‍ය හැඳි ගැරුප්පු සැපැයීම කළ යුතු වේ
- පිහන් භාණ්ඩ (පානීය උපකරණ) පිරිසිදු කිරීම හා විෂබීජහරණය කිරීම කළ යුතු අතර එක් වරක් භාවිතා කිරීමෙන් පසු ඒවා නැවත භාවිතා කිරීමට පෙර නැවත විෂබීජහරණය කළ යුතුය
- බුෆේ සඳහා, සේවය කිරීම සඳහා කැපවූ කාර්ය මණ්ඩල සාමාජිකයෙකු වෙන් කළ යුතුය
- පොදු වැසිකිළි සඳහා ප්‍රමාණවත් ලෙස දියර සබන් (හෝ සබන්) සැපයිය යුතු අතර, ජලය පහසුකම් ද ප්‍රමාණවත් ලෙස සැපයිය යුතුය
- අන්තර්ජාලයෙන් කරන ඇණවුම් සඳහා (බෙදා හැරීම / පැමිණ ලබා ගැනීම) සහ ඔවුන්ගේ අවශ්‍යතා කල්තියා ඉදිරිපත් කරන අයට විශේෂ දිරිගැන්වීම් ලබා දෙන්න
- සිටිය යුතු අවම කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා සැලසුම් කරන්න
- පැමිණ රැගෙන යන්නන් සඳහා වෙනම කවුන්ටරයක් සකස් කිරීම මගින් බලා සිටීමේ කාලය හා කවුන්ටරය අසල ඇතිවන තදබදය අවම කිරීම
- හැකි සෑම තැනකම මුදල් රහිත ගනුදෙනු දිරිමත් කරන්න. කාඩ්පත්වල අත්සන් කිරීම සඳහා එක් එක් ගනුදෙනුකරුවන් අතර භාවිතා කරන පෑන විෂබීජහරණය කරන්න
- 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. එහි 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

**පරිශීලක / සේවාදායකයා**

- කෝවිඩ් ආසාදනය වීම වැළැක්වීම සඳහා සාමාන්‍ය උපදෙස් පිළිපදින්න: අනෙක් අයගෙන් අවම වශයෙන් මීටර 1 ක් වත් භෞතික දුරක් පවත්වා ගැනීම, නිතිපතා අත් සේදීම සහ ශ්වසන ආචාර විධි අනුගමනය කරන්න
- මුදල් පරිහරණය අවම කිරීම. හැකි සෑම තැනකම අවශ්‍ය නියමිත මුදල ලබා දීමට උත්සාහ කරන්න
- පොදු පෘෂ්ඨයන් ස්පර්ශ කිරීම අවම කරන්න - උදා ආහාර වට්ටෝරු පත් , දොර හැඬල, ප්‍රදර්ශන බෝඩ් / කවුන්ටර, අත්සන් කිරීමට භාවිතා කරන පෑන්

**නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා වැඩපිළිවෙල**

- පෝස්ටර් අවන්හල්වල විවිධ ස්ථානවල තැබිය යුතුය
- මෙය සමාජ මධ්‍ය ජාල සහ ජන මධ්‍ය හරහා මහජනයාට සන්නිවේදනය කළ යුතුය
- අවන්හල් මගින් තම සේවාදායකයින් ගේ විද්‍යුත් තැපැල් / කෙටි පණිවුඩ / සමාජ මධ්‍ය ජාල වෙත අදාළ තොරතුරු, ඔවුන්ගේ අලෙවිකරණ ජාල හරහා යැවිය යුතුය

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.

28/06/2020