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

45.මැහුම්කරුවන් සහ ඇඳුම් සාදන්නන්

මෙම උපදෙස් මාලාව අදාළ වන්නේ කුඩා වෙළඳසැල්වල සේවය කරන ඇඳුම් කට්ටල සහ ඇඳුම් මසන්නන් සහ ඔවුන්ගේ සහායකයින්ට පමණක් වන අතර විශාල ඇහලුම් නිෂ්පාදන සංවිධානවල සේවය කරන අයට නොවේ.

නිශ්චිත පණිවිඩ / උපදෙස්

හිමිකරු / සේවා යෝජකයා

- පුද්ගලික ආරක්ෂාව පිළිබඳ කාර්ය මණ්ඩලය පුහුණු කළ යුතුය; අවම වශයෙන් මීටර 1 ක පුද්ගල දුරස්ථභාවය පවත්වා ගැනීම; මුහුණු ආවරණ පැළඳීමේ නිවැරදි ක්‍රමය, දෑත් සනීපාරක්ෂාව කෙරෙහි අවධානය යොමු කිරීම සහ කිවිසුම් යන විට ටිෂු කඩදාසියකින් හෝ වැලමිටින් මුඛය සහ නාසය ආවරණය කරගන්න.
- විවිධ කාර්යයන් සඳහා වෙනම ප්‍රදේශ වෙන් කළ යුතුය. හැකි නම්, වෙනම සේවකයෙකු සාප්පුවේ ඉදිරිපස ඇණවුම් සහ මිනුම් ගැනීමට කටයුතු කල යුතුය. සෙසු සේවකයින් හැකිතාක් තමන්ට වෙන් කල කාර්යන් පමණක් කල යුතුය. (බ්ලොක් කැපීම, මැහුම්, ස්තිරික්ක කිරීම යනාදියෙහි).
- ගනුදෙනුකරුවන් සමඟ ගැටීම අවම විය යුතු අතර ගනුදෙනුකරුවන් වෙළඳසැලේ පිටුපස කොටසේ වෙන වෙනම අසුන් ගත යුතුය.
- පිහන් කෝප්ප හවුලේ පාවිච්චි කිරීම නොකළ යුතුය.
- අවම වශයෙන් මීටර 1 ක් දුරින් සේවකයන් වැඩ කරන ස්ථාන සකස් කළ යුතු අතර සේවකයින් එකිනෙකාට මුහුණට මුහුණ බලා වැඩ කිරීම නොකළ යුතුය. සේවකයින් හැකි තරම් වැඩ කරන ස්ථාන (උදා: යන්ත්‍ර) සහ උපකරණ (උදා: කතුර) හවුලේ බෙදා ගැනීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය.
- වෙළඳසැලේ දොරටුව අසල අත් සේදීම සඳහා පහසුකමක් පිළියෙළ කරන්න, සියලුම පාරිභෝගිකයින්ට සහ සේවකයින්ට වෙළඳසැලට ඇතුළු වන විට සහ පිටවන විට අත් සේදීම කළ හැකිය.
- සැමවිටම වෙළඳසැලේ කාර්යමණ්ඩලය සීමා කිරීමට කටයුතු කරන්න. වෙළඳසලේ ස්ථිර කාර්යමණ්ඩලයට මුල්තැන දිය යුතු අතර අවශ්‍ය නම් එකම කණ්ඩායම නිතර සේවයේ යෙදවීමට කටයුතු කරන්න.
- සියළුම සේවකයින්ගේ පදිංචි ප්‍රදේශය ඇතුලත් වන පරිදි තොරතුරු ලැයිස්තුවක් සකස් කරන්න.
- වායු සමීකරණ නොමැති වෙළඳසැල් වල දොරවල් සහ ජනෙල් විවෘතව තැබීමෙන් උපරිම වාතාශ්‍රය සහතික කිරීම සහ ලබා ගත හැකි ලෙස ක්‍රියා කිරීමට සැලකිලිමත් වන්න.
- වායු සමීකරණ ඇති වෙළඳසැල් වල එම යන්ත්‍ර මධ්‍යම වේගයෙන් ක්‍රියා කර විය යුතු අතර ඒවා සෑම සතියකට වරක්ම පිරිසිදු කරවන්න.
- වායු සමීකරණ වලින් පිටවන ජලය ආරක්ෂා සහිතව බැහැර කිරීමේ නළ වලට යොමු 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
- සේවක පහසුකම් (වැසිකිළි / විවේකාගාර) නිතිපතා පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කර හොඳ වාතාශ්‍රයක් ඇති බවට සැලකිලිමත් වන්න.
- සේවකයින්ට අවශ්‍ය පරිදි මුහුණු ආවරණ සහ ඇල්කොහොල් අඩංගු අත් සේදුම්කාරක උපකරණ සැපයීම කල යුතුය. ගනුදෙනුකරුවන් සමඟ සෘජුවම හෝ නන් අයුරින් සම්බන්ධතා ඇති සේවකයින් සෑම විටම මුහුණු ආවරණයක් භාවිතා කළ යුතු අතර සේවාදායකයින් නිතර සබන් යොදා අත් සේදිය යුතුය.
- මිනුම් ගැනීමේදී සහ ඇඳුම් අන්දවා පරීක්ෂා කරන විට, අවම වෙලාවකින් කළ යුතු අතර, සෘජුවම පාරිභෝගිකයා ඉදිරිපිට සිටීමෙන් වළකින්න. එසේ කල නොහැකි අවස්ථා වලදී, (උදා: කඩිනම් මිනුම් සඳහා), ඔවුන්ගේ උරහිස දෙස බැලීමට පාරිභෝගිකයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.
- ඇඳුම් ඇඳ බලන කුටි සඳහා, කුටියට හොඳින් වාතාශ්‍රය ඇති බවට වග බලා ගන්න, කාර්ය මණ්ඩලයට ඇඳුමේ ගැලපීම් පරීක්ෂා කිරීම සඳහා ඇඳුම් ඇඳ බලන කුටියෙන් එළියට එන ලෙස පාරිභෝගිකයාගෙන් ඉල්ලා සිටින්න.
- සියළුම ගනුදෙනුකරුවන් වෙළඳසැලේ මුහුණු ආවරණ පැළඳ සිටින බවට සහතික වන්න. ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ ඇති අය ඇතුළු වීමෙන් වැළකී සිටි යුතු බවට දැන්වීමක් ප්‍රදර්ශනය කරන්න.
- නිරන්තරයෙන් ස්පර්ශ වන පෘෂ්ඨයන් නිතිපතා පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කරන්න (කවුන්ටර, දොර හැඩල්, මිනුම් පටි, ආදිය). මෝස්තර පොත් ලැමිනේට් කළ යුතු අතර ප්ලාස්ටික් ආවරණ නිතිපතා විෂබීජහරණය

කළ යුතුය. මෝස්තර පොත් ස්පර්ශ කිරීමෙන් ගනුදෙනුකරුවන් අධෛර්යමත් කිරීම සඳහා නිතිපතා අවශ්‍ය මෝස්තර (උදා: සාරි ජැකට්) අංක සහිත පෝස්ටරයක ප්‍රදර්ශනය කළ හැකිය.

- සෑම වෙලාවකම වෙළඳසැල්වල සිටින ගනුදෙනුකරුවන්ගේ සංඛ්‍යාව අඩු කිරීමට සහ පාලනය කිරීමට කටයුතු කරන්න. ඇනවුමක් ලබා දීමට පෙර හෝ ලබාගැනීමට වෙළඳසැලට යාමට පෙර වෙලාවක් වෙන්කරවා ගන්න. වෙනස් කිරීම් සඳහා රැඳී සිටීමට අවශ්‍ය නම්, ගනුදෙනුකරුවන් පොරොත්තු ස්ථානයේ අවම වශයෙන් මීටර 1 ක් වත් පුද්ගල දුරස්ථතාවයක් පවත්වා ගෙන යාම සහතික කරන්න, නැතිනම් වෙළඳසැලෙන් පිටත රැඳී සිටින මෙන් ඉල්ලා සිටින්න.
- මුදල් පරිහරණය අවම කිරීමට, බිල්පතෙහි අඩංගු මුදල පමණක් ගෙවීමට පාරිභෝගිකයා දිරිමත් කරන්න.
- සාමාන්‍ය ගනුදෙනුකරුවන් සඳහා මිනුම් ලේඛනයක් සහ ඇණවුමේ දිනය සමඟ සියලු ගනුදෙනුකරුවන්ගේ නම් සහ සම්බන්ධතා තොරතුරු ලැයිස්තුවක් පවත්වා ගන්න.
- 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 හිමිකරුගේ වගකීම වේ.

පරිශීලක / සේවාදායකයා

- සෑම විටම මුහුණු ආවරණයක් පැළඳගෙන සේවකයින් සමඟ කටයුතු කළ යුතු අතරම අවම වශයෙන් මීටර 1 ක දුරක පුද්ගල දුරස්ථතාවයක් තබා ගන්න.
- අත්‍යාවශ්‍ය හේතූන් මත පමණක් ඔබ ඇඳුම් මැසීමට / ඇඳුම් සාදන්නා හමුවීමට යන්න .
- ඔබට අසනීප නම් හෝ කෝවිඩ් 19 හි රෝග ලක්ෂණ ඇත්නම් වෙළඳසැලට ඇතුළු වීමෙන් වලකින්න.
- ඇණවුමක් ලබා දීම හෝ මැසූ ඇඳුමක් ඇඳ බැලීම සඳහා ඔබේ ඇඳුම් මසන්නා හමුවීමට ප්‍රථම කල්තියා ඇමතීම මගින් එය සුදානම් දැයි පරීක්ෂා කර බලන්න.
- ඇඳුමේ වෙනසක් ඇත්නම් එය වෙනස් කර ගැනීම සඳහා රැඳී සිටීමට අවශ්‍ය නම්, පොරොත්තු ස්ථානයේ අවම වශයෙන් මීටර 1 ක් වත් පුද්ගල දුරස්ථභාවය පවත්වා ගන්න, නැතහොත් වෙළඳසැලෙන් පිටත රැඳී සිටින්න.
- මෝස්තර පොත්, කවුන්ටර, මිනුම් පටි, දොර හැඩල, පෘෂ්ඨ සහ ඇඳුම් එල්ලන කොකු ස්පර්ශ කිරීමෙන් වළකින්න.
- සාප්පුවේ අවම කාලයක් ගත කිරීමට වගබලාගන්න.
- සාප්පුවට ඇතුළු වන විට සහ පිටවන විට දෑත් පිරිසිදු කර ගැනීමට සබන් යොදා අත් සේදීම / ඇල්කොහොල් අඩංගු අත් සේදුම්කරක භාවිතා කරන්න.
- මීටර 1 ක දුරක් පවත්වා ගත නොහැකි අවස්ථාවන්හිදී, උදා: මිනුම් ගැනීමේදී සහ සුදුසු පරිදි සකස් කිරීම් වලදී, ඔබ සේවකයා සමඟ මුහුණට මුහුණ බලාගෙන නොසිටින්න.
- ඉදිරිපස මිනුම් ගන්නා විට, අනෙක් පුද්ගලයාට කෙලින්ම මුහුණ දීම වළක්වා ගැනීම සඳහා ඔබේ හිස එක් පැත්තකට හරවන්න.
- හැකි නම්, නව ඇඳුම සඳහා මිනුම් ගැනීමට ඔබේ මසන්නාට හොඳින් මිනුම් ලබාගෙන මසා ඇති ඇඳුමක් ලබා දෙන්න, නැතහොත් පෙර මසූ ඇඳුමක මිනුම භාවිතා කරන ලෙස ඉල්ලා සිටින්න.
- මුදල් පරිහරණය අවම කිරීම සඳහා බිල්පතෙහි ඇති මුදල පමණක් ලබා දෙන්න.

නිර්දේශ ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා වැඩපිළිවෙල

- ජන මාධ්‍ය, සමාජ මාධ්‍ය මගින් දැන්වීම් පළකිරීම.
- ඇඳුම් මැසීමේ / ඇඳුම් සාදන සාප්පු වල දොරටුවේ පෝස්ටර ප්‍රදර්ශනය.

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.