தெரிவு செய்யப்பட்ட பொதுச் செயற்பாடுகளின்போதும்/ பொது இடங்களிலும் கோவிட்-19 கட்டுப்பாடு மற்றும் முற்தடுப்பினை மேற்கொள்வதற்கான அறிவுறுத்தல்கள் (தமிழ்)

வேறுபட்ட பொதுக் கருமங்கள் மற்றும் வேலைத் தளங்களுக்கான அறிவுறுத்தல் குறிப்புகள் வழங்கப்பட்டுள்ளன. அவற்றுள் சுற்றுலாத்துறை, பேரங்காடிகள், நிகழ்ச்சிகள் முகாமைத்துவம் போன்றவற்றிற்கு பல அறிவுறுத்தல்கள் அவசியப்படும்.

இவ்வறிவுறுத்தல்கள் அனைத்தும் சுகாதார அமைச்சின் அனுமதியை பெற்ற பின்னரே மீண்டும் செயற்பாடுகளை மேற்கொள்ள முடியும். (முழுமையாக/தெரிவு செய்யப்பட்ட)

ஒவ்வொரு அறிவுறுத்தல்களும் சுகாதார அமைச்சின், சுகாதார பணிப்பாளர் நாயகத்தினால் வெளியிடப்படும். மற்றும் இவை அனைத்து ஸ்தாபனங்கள்/உரிமையாளர்கள்/பொறுப்பதிகாரிகளினால் COVID 19 பரவலை தடுப்பதற்காக பின்பற்றப்படல் வேண்டும்.

தொழில்சார் வேலைத்தளங்கள் சம்பந்தமான மேலதிக தகவல்களுக்கு பின்வரும் இணையதளத்தை அணுகவும்.

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

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

MINISTRY OF HEALTH AND INDIGENOUS MEDICAL SERVICES

World Health Organization Sri Lanka

GOVERNMENT MEDICAL OFFICERS ASSOCIATION

SRI JAYAWARDENEPURA KOTTE MUNICIPAL COUNCIL

6. பிரத்தியேக வகுப்புகள் / தனியார் கல்வி நிலையங்கள்

இவை சிறிய குழுவாகக் கற்பிப்பதில் இருந்து பாரிய வகுப்புகளாகக் கற்பிப்பது ஆகிய வடிவங்களில் காணப்படுகின்றன.

பிரத்தியேக தகவல்கள் / வழிகாட்டல்கள்
இயக்குனர்கள் / கற்பிக்கும் ஊழியர்கள்

- மாணவர்களை வரவழைத்து நடாத்தும் நேரடி வகுப்புகளுக்குப் பதிலாக பொருத்தமான நிகழ்நிலை தளங்களின் (Online platforms) ஊடாக கற்பித்தலையோ அல்லது ஒப்படைகளையும் விரிவுரைக்குறிப்புகளையும் அஞ்சல் மூலம் அனுப்பும் தொலைக்கல்வி முறையினையோ ஊக்கப்படுத்துங்கள்.
- நேரடி வகுப்புகளை நடாத்துவதற்கு அதிகாரிகள் அனுமதிக்கும்போது பின்வரும் விடயங்களை உள்ளடக்கிய அவசரகால எதிர்வினைத் திட்டம் (emergency response plan) ஒன்றினைத் தயாராக வைத்திருங்கள்.
- பிரதேசத்திற்குப் பொறுப்பான சுகாதார வைத்திய அதிகாரி/பொதுச் சுகாதார பரிசோதகர் ஆகியோரை அவசரகாலத்தில் தொடர்பு கொள்வதற்கான சகல விபரங்களையும் திரட்டி அவற்றைக் காட்சிப்படுத்த வேண்டும்.
- கோவிட் போன்ற நோயறிகுறிகள் தென்படும் மாணவர்கள்/ஊழியர்கள் ஆகியோரை உரிய மருத்துவ உதவி கிடைக்கும்வரை தனிமைப்படுத்தி வைப்பதற்குரிய பகுதி/அறை இனங்காணப்பட்டுத் தயார் செய்யப்பட்டிருக்க வேண்டும்.
- நுழைவாயிலில் கைகழுவும் வசதிகளை ஏற்படுத்துதல்.
- போதுமான அளவு முகக்கவசங்கள் மற்றும் கையுறைகள் ஆகியவற்றுடன் போதுமான அளவு சுத்தப்படுத்தும் மற்றும் தொற்றுநீக்கும் திரவங்கள் கையிருப்பில் இருக்க வேண்டும்.

- வகுப்பறைகளைத் திறப்பதற்கு முன்னர்,
- அனைத்து மேசைகள், வாங்குகள், அடிக்கடி தொடுகைக்கு உள்ளாகும் பொருட்கள்/மேற்பரப்புகளான கதவு கைப்பிடிகள் மற்றும் மாடிப்படிக் கைபிடிச் சட்டங்கள் போன்றவற்றை சவர்க்காரமும் நீரும் கொண்டு/ மாசுநீக்கித் திரவம் கொண்டு சுத்தம் செய்ய வேண்டும்.
- தரைகளைக் குளோரின் அடங்கிய பொருத்தமான கரைசல்களைப் பயன்படுத்திச் சுத்தம் செய்யுங்கள்.

- பின்னர் இவை அனைத்தும் ஒவ்வொரு வகுப்பினையும் ஆரம்பிப்பதற்கு முன்னர் மீண்டும் செய்யப்பட வேண்டும்.
- அனைத்து மாணவர்களின் முகவரிகள் மற்றும் தொடர்பு எண்களுடன் ஒரு தரவுத்தளத்தை பேணுவதுடன் அதனைப் பாதுகாப்பான இடத்தில் வைத்திருக்க வேண்டும். முன்சொன்ன விபரங்களை நிகழ்நிலைப் பதிவு (Online Registration) ஊடாகப் பெற்றுக்கொள்ளும் வசதிகளை ஏற்படுத்துங்கள்.
- கோவிட் நோய்த்தொற்றைத் தடுக்க பொதுவான முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளைப் பின்பற்றுங்கள்: மற்றவர்களிடமிருந்து குறைந்தபட்சம் ஒரு மீற்றர் தூரத்தை பேணுதல், முகக்கவசத்தைப் பயன்படுத்துதல், கிரமமாகக் கை கழுவுதல் மற்றும் சுவாச நற்பழக்கங்களைக் கடைப்பிடித்தல். இவை அடிக்கடி நினைவூட்டப்பட வேண்டும்.
- மலசலகூடங்களை அடிக்கடி தொற்றுநீக்கம் செய்வதுடன் அவற்றிற்குப் போதுமான அளவு நீர்வழங்கல் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டும்
- காகித அடிப்படையிலான வருகை தாள்களை பரப்ப வேண்டாம். 'வகுப்பு அட்டை' கையாளுவதைத் தவிர்க்கவும்.
- பாரிய வகுப்புகள் (அனுமதி வழங்கப்படும் போது):
- மொத்தக் கொள்ளளவின் 50% ஆன மாணவர்களுடன் அல்லது ஒவ்வொரு மாணவருக்கும் இடையில் ஒரு மீற்றர் இடைவெளியினைப் பேணுவதற்கேற்ற எண்ணிக்கையான மாணவர்களுடன் நடாத்தப்பட வேண்டும்.

- ஒரே வளாகத்தில் ஒன்றிற்கும் மேற்பட்ட வகுப்புகள் இருந்தால்: ஆரம்பிக்கும் நேரம், முடிவடையும் நேரம், இடைவேளை ஆகியவை மாணவர் கூடுவதைத் தவிர்க்கும் வகையில் ஏற்பாடு செய்யப்பட வேண்டும்.
- சிறிய வகுப்புகளிலும் மாணவர்களிடையே ஒரு மீற்றர் இடைவெளியினைப் பேணுவதுடன் கைச் சுகாதார வசதிகளும் ஏற்படுத்தப்பபட வேண்டும்.
- வகுப்பில் அச்சுப்படிகளை (*Printouts*) விநியோகிப்பதைத் தவிர்க்கவும். அவ்வாறு செய்ய வேண்டிய அவசியம் ஏற்பட்டால், இவை குறைந்தபட்ச கையாளுதலுடன் அவற்றை எடுக்க ஒரு மைய இடத்தில் வைக்கப்பட வேண்டும்.
- இயற்கை காற்றோட்டத்தை முடிந்தவரை பராமரித்து மேம்படுத்தவும்
- மாணவர்களுக்கு உளநல உதவி மற்றும் ஆற்றுப்படுத்துதல் தொடர்பில் உதவுங்கள்: உதாரணம் உதவி வழங்கும் எண்களான 1999 (சுகாதார மேம்பாட்டுப் பணியகம்) மற்றும் 1926 (உளநல உதவி எண்) ஆகியவற்றை அவர்களுக்கு அறிமுகப்படுத்தவும்.
- உறுதிப்படுத்தப்பட்ட COVID-19 நோயாளி கண்டறியப்பட்டால், பிரதேச சுகாதார வைத்திய அதிகாரியினது குழுவின் வழிகாட்டல்களின் கீழ் வளிப்பதனாக்கும் தொகுதிகள் மற்றும் காற்றோட்டத் தொகுதிகள் சுத்தப்படுத்தப்பட்டுத் தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட வேண்டும். அத்துடன் சுகாதார வைத்திய அதிகாரியினால் சுகாதார மதிப்பீடு மேற்கொள்ளப்பட்டு அனுமதி வழங்கப்படும் வரை அவற்றினை மீள இயக்கக்கூடாது.
- வழங்கப்பட்ட உத்தரவாத படிவத்தை நீங்கள் நிரப்ப வேண்டும்: இது கொடுக்கப்பட்ட வழிமுறைகளுக்கு இணங்குவதைக் குறிக்கிறது. உத்தரவாத படிவத்தின் அசல் சுகாதார மருத்துவ உத்தியோகஸ்தரிடம் சமர்ப்பிக்கப்பட வேண்டும். அதன் நகலை அரச உள்ளூர் அதிகார சபைக்கு (நகராட்சி மன்றம் / நகர சபை / பிரதேசிய சபை) அனுப்ப வேண்டும் மற்றும் மற்றைய நகலை நீங்கள் வைத்திருக்க வேண்டும். மேலே உள்ள வழிகாட்டுதல்கள் கண்டிப்பாக கடைபிடிக்கப்படுகின்றன என்பதை உறுதிப்படுத்துவது அமைப்பு அல்லது வளாகத்தின் உரிமையாளரின் / வேலை வழங்குனரின் / மேலாளரின் பொறுப்பு ஆகும்.

பயனாளர்/ வாடிக்கையாளர் / எமக்கு /மாணவர்

- நாட்டினதும் / உங்கள் பிரதேசத்தினதும் COVID-19 நிலைமை தொடர்பான அடிப்படைத் தரவுகள் மற்றும் உண்மைகளையும் பிரதானமான முற்தடுப்பு ஏற்பாடுகள் குறித்தும் அறிந்து கொள்ளுங்கள்.
- கைக்கொள்ள வேண்டிய நடைமுறைகள்.
  - காய்ச்சல், இருமல், மூக்கு ஒழுகுதல், சுவாசிப்பதில் சிரமம் ஆகிய அறிகுறிகள் இருந்தால் வகுப்புகளிற்கு வரக்கூடாது
  - எப்போதும் பிற மாணவர்கள் மற்றும் ஊழியர்களுடன் ஒரு மீற்றர் இடைவெளியினைப் பேணவும்.
  - கைகளை சவர்க்காரம் மற்றும் நீர்/ மதுசாரம் கலந்த கைதேய்ப்பான் கரைசல் ஆகியவற்றால் 1) வகுப்பிற்குள் நுழைவதற்கு முன்னரும்; 2) இடைவேளையின்போதும்; 3) சாப்பாட்டுக்கு முன்னரும்; 4) மலசலகூடங்களைப் பயன்படுத்திய பின்னரும்; 5) வகுப்பை விட்டு வெளியேறுவதற்கு முன்னரும் 6) முகக்கவசங்களை மாற்றுவதற்கு முன்னும் பின்னும் நன்கு கழுவிக் கொள்ள வேண்டும்.
  - முகக்கவசங்களை சரியான முறையில் அணிந்து, உணவு உட்கொள்ளும் போது சரியான முறையில் அகற்றி ஒழுங்காக வைக்கவும்.
  - இருமும் போதும் / தும்மும் போதும் சுவாச நற்பழக்கங்களைப் பின்பற்றவும்.
  - முகம், வாய், கண்கள் மற்றும் மூக்கு ஆகியவற்றைக் கைகளால் தொட வேண்டாம்.
  - வகுப்பு தொடங்குவதற்கு முன்பாகவோ, இடைவேளைகளின் போதோ அல்லது வகுப்பு முடிவடைந்த பின்னரோ குழுக்களாகச் சேர வேண்டாம்.
  - புத்தகங்கள் / காகிதாதிகள் / கையேடுகள் ஆகியவற்றினைப் பகிரக்கூடாது.
  - எல்லா குறிப்புகளையும் மின்னஞ்சல்கள், வட்சப் படங்கள், கூகிள் சேமிப்பகங்கள் போன்றவற்றின் மூலம் பகிர ஊக்குவிக்கவும்.

- வீட்டில் தயாரிக்கப்பட்ட உணவைக் கொண்டு வருதல் வேண்டும். உணவைப் பகிர்ந்து கொள்ளக்கூடாது.

- நோய் திடீர் பரவலை முற்தடுப்புச் செய்வதற்குத் தேவை ஏற்படும்போது உங்களைத் தொடர்பு கொள்வதற்கு வசதியாக உங்களது தனிப்பட்ட மற்றும் வதிவிட முகவரிகள் மற்றும் தொடர்பு விபரங்களை உங்களது ஆசிரியர்/கல்விநிலைய இயக்குனர்கள் ஆகியோருக்கு வழங்கவும்.

அறிவுறுத்தும் முறைகள்

- மத்திய சுகாதார அமைச்சகத்தினால் வழிகாட்டல்கள் இணையத்தளங்கள் ஊடாகப் பிரசுரிக்கப்படவேண்டும். அத்துடன் சகல சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளுக்கும் உள்ளூராட்சி மன்றங்களுக்கும் அறியத்தரப்பட வேண்டும்.
- தனியார் கல்விநிலைய வாயில்களில் சுவரொட்டிகள் காட்சிப்படுத்தப்பட வேண்டும்.
- பொதுசனத்தொடர்பு ஊடகங்கள் மற்றும் சமூக ஊடகங்கள் வாயிலாகப் பொதுமக்களுக்கு இவ் வழிகாட்டல்கள் தெரிவிக்கப்பட வேண்டும்.

சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் நாயகம்

28.06.2020

Dr. Anil Jasinghe
Director General of Health Services
Ministry of Health & Indigenous Medicine Services
"Suwasiripaya"
385, Rev. Baddegama Wimalawansa Thero Mawatha,
Colombo 10.