કેમછો, હું રિયાજ છું. મારી પત્ની ગુલ અને હું અમારી મહાનગરપાલિકા/ નગરપાલિકા માં ગટરલાઇન ની સાફસફાઇ માટે કામ કરીએ છીએ.

હું જાણું છું કે તમારા માંથી પણ ઘણા બધા લોકો અમારી જેમ આ કોવિડ-૧૯ રોગચાળા દરમિયાન નાગરિકોને આ સેવાઓ પ્રદાન કરી રહ્યાં છે.

અને તેથી જ હું તમને નોવેલ કોરોના વાયરસથી બચવા માટે કેટલાક સલામતી અને સુરક્ષા માટેના સૂચનો કહેવા માંગું છું...

સ્પષ્ટતા: આ સૂચનાઓ તેમના નિયમિત કાર્યમાટે કોઈ SOP નથી પરંતુ સ્વચ્છતા કર્મચારીઓ દ્વારા લેવામાં આવતા વધારાના સલામતી પગલાઓને પ્રકાશિત કરવાના હેતુથી છે.

કામ માટે ઘરેથી નીકળતા પહેલા તમારે આવશ્યક રીતે આટલું કરવું

૧. તમારું આઈ.ડી. કાર્ડ સાથે રાખો

૨. પ્લાસ્ટિકની થેલીમાં, પાણી, સાબુ અને એક શુધ્ધ કપડાંની સાથે રાખો

૩. શરીર પર પડેલા ઘ ને પાણીરોધક બેન્ડ-એડથી ઘા ને ઢાંકી દો.

જ્યારે તમે કાર્યસ્થળ પર પહોંચો ત્યારે તમારે આવશ્યક રીતે આટલું કરવું

૧. ઓછામાં ઓછા 20 સેકંડ સુધી સાબુથી હાથ ધૂઓ

૨. હાથમોજા, માસ્ક એપ્રન અને બૂટ પહેરો જો માસ્ક ન હોય તો તમારા નાક અને મોં ને ઢાંકવા ૨-૩ સ્તરો થઈ શકે તેવા સ્વચ્છ કાપડનો ઉપયોગ કરો.

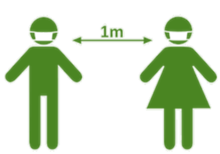
3. સલામતીના સાધનો (સુરક્ષા કવચ) પહેર્યા પછી જ પાવડો, નળી, પટ્ટી જેવા ઉપકરણોને હાથમાં લો

૪. જ્યારે તમે કામ દરમ્યાન થોડો વિરામ લેવા ઇચ્છતા હો ત્યારે તમારા હાથને સારી રીતે ધોવા માટે પાણીની બોટલ/ સાબુ સાથે રાખો.

૫. પીવાનું પાણી તેમજ બપોરના ભોજન માટે પોતાનો ખોરાક ઘરેથી જ લઈ જવાનો આગ્રહ રાખો.

જ્યારે તમે કાર્યસ્થળ પર પહોંચો ત્યારે તમારે આવશ્યક રીતે આટલું કરવું

૧. તમારા સહકાર્યકરો અથવા અન્ય લોકો સાથે ૧ મીટરનું અંતર જાળવો



૨. કોઈપણ સાધનો કે કાદવ કચરા ને ખુલ્લા હાથે સ્પર્શ કરવો નહીં. કાદવ કચરો સાધનો નો ઉપયોગ કરીનેજ બહાર કાઢવો.

3. બ્લીચિંગ, જંતુનાશક દવા અને સેનિટાઈઝર નો ઉપયોગ કરીને સંપૂર્ણ વિસ્તારને સાફ કરો

જ્યારે તમે તમારું કામ સમાપ્ત કરી (વોર્ડ ઓફિસ) પાછા ફરો ત્યારે

સલામતીના સાધનો (સુરક્ષા કવચ) ને શરીર પરથી દૂર કરો

હાથ અને ચહેરો પાણીથી ધૂઓ

કપડાં બદલો અને પેપર બાગ માં મૂકો

ઘરે પાછા જતાં માસ્ક અને કપડાં ની બીજી જોડી પહેરો

કુટુંબમાં કોઈને મળતા પહેલા સૌ પ્રથમ કપડાં અને સલામતીના સાધનોને સાબુથી ધોઈ નાખો અને તેને તડકામાં સૂકવી દો.

જો તમને કફ / તાવ અથવા નાક વહેતું હોય તો તરતજ ડોક્ટર નો સંપર્ક કરો

ચાલો આપણી સલામતી સુનિશ્ચિત કરીને વાયરસ સામે જીતીએ

બિલ અને મેલિન્ડા ગેટ્સ ફાઉન્ડેશનની સહાય દ્વારા અર્બન મેનેજમેન્ટ સેન્ટર ની પ્રસ્તુતિ| manvita@umcasia.org