



ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ 5 ਨੁਕਤੇ

ਆਪਣੇ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਖਿੱਤੇ ਵਿੱਚ ਵੱਖੇ ਵੱਖਰੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਬਰਮਿੰਘਮ ਸਿਟੀ ਕਾਊਂਸਿਲ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ 5 ਨੁਕਤਿਆਂ ਦਾ ਦੂਸਰੀਆਂ ਬੋਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਤਰਜਮਾ ਕਰਵਾ ਕੇ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਕਿ 26 ਜੂਨ ਨੂੰ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਿਆ ਵੀ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਸੋ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ [national website](https://www.gov.uk/guidance/working-safely-during-coronavirus-covid-19/5-steps-to-working-safely) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਰਹੋ: <https://www.gov.uk/guidance/working-safely-during-coronavirus-covid-19/5-steps-to-working-safely>

ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸਾਰਥਕ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣੇ ਇਨ੍ਹਾਂ 5 ਨੁਕਤਿਆਂ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਤ ਹਨ।

ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਹ ਸਾਰੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਪੜ੍ਹੋ ਜਿਹੜੀਆਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਹਰ ਹਿਦਾਇਤ ਵਿੱਚ ਸਾਰੇ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਵੱਖੇ ਵੱਖਰੇ ਕਦਮ ਚੁੱਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪੰਜ ਨੁਕਤਿਆਂ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਤ ਹਨ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਹੋਰ ਕਾਰੋਬਾਰ ਖੁੱਲ੍ਹਦੇ ਜਾਣਗੇ, ਤਿਵੇਂ ਤਿਵੇਂ ਇੱਥੇ ਅਸੀਂ ਹੋਰ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕਰਦੇ ਰਹਾਂਗੇ: <https://www.gov.uk/guidance/working-safely-during-coronavirus-covid-19>

1. ਕੋਵਿਡ-19 ਸੰਬੰਧੀ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲਵੋ

ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਖੋਲ੍ਹਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਕੰਮਾਂ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ:

- [HSE guidance](#) ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਅਨੁਸਾਰ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲਵੋ
- ਆਪਣੇ ਕਾਮਿਆਂ ਜਾਂ ਟਰੇਡ ਯੂਨੀਅਨਾਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਕਰੋ
- ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਸੰਬੰਧੀ ਲਏ ਜਾਣੇ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਉੱਤੇ ਸਾਂਝੇ ਕਰੋ

2. ਸਫ਼ਾਈ ਕਰਨ, ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਤਿਆਰ ਕਰੋ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਤਹਾਂ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਵਿੱਚ ਵਾਧਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ:

- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਕਹੋ ਕਿ ਉਹ ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਦੇ ਇਹ ਤਰੀਕੇ ਅਪਨਾਉਣ [ਹੱਥ ਧੋਣ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ](#)
- ਵਾਸ਼ਰੂਮਾਂ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕੰਮ ਦੇ ਕਮਰਿਆਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਹੈਂਡ ਸੈਨਿਟਾਈਜ਼ਰ ਰੱਖੇ ਜਾਣ
- ਜਿਹੜੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਛੂਹੀਆਂ ਜਾਂ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ ਵਾਰ ਸਾਫ਼ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂ ਰਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ
- ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਾਫ਼ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ
- ਟੋਇਲਿਟਸ ਵਰਤਣ ਅਤੇ ਸਫ਼ਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਜਾਰੀ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ
- ਹੱਥ ਸੁਕਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ - ਟਿਸੂ ਪੇਪਰ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਜਾਂ ਬਿਜਲੀ ਦੇ ਡਰਾਇਰ ਲਗਾਏ ਜਾਣ

3. ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਘਰੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਢੁਕਵੇਂ ਕਦਮ ਪੁੱਟਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ:



- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਘਰੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਕੇ
- ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਕੇ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਢੁਕਵੇਂ ਵਸੀਲੇ ਹੋਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰੋਂ ਹੀ ਕੰਮ ਦੇ ਸਿਸਟਮ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲਬਾਤ ਜਾਂ ਚਿੱਠੀ ਪੱਤਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਕੇ
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਸਿਹਤਾਂ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖ ਕੇ

4. ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕੇ 2 ਮੀਟਰ ਦਾ ਸਮਾਜੀ ਫ਼ਾਸਲਾ ਰੱਖਣ ਦੇ ਰੂਲ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ

ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ 2 ਮੀਟਰ ਦਾ ਸਮਾਜੀ ਫ਼ਾਸਲਾ ਰੱਖੋ:

- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਾਜੀ ਦੂਰੀ ਰੱਖਣ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਬਾਰੇ ਯਾਦ ਕਰਾਉਣ ਲਈ ਸਾਈਨ ਲਗਾ ਕੇ
- ਵਰਕ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰਕੇ
- 2 ਮੀਟਰ ਦਾ ਫ਼ਾਸਲਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਫ਼ਲੋਰ ਟੇਪ ਵਰਤ ਕੇ ਜਾਂ ਪੇਂਟ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾ ਕੇ
- ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਇੱਕ ਤਰਫ਼ਾ ਆਵਾਜਾਈ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਕੇ
- ਜੇ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਮਿਲਣ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਅਪੋਆਇੰਟਮੈਂਟ ਸਿਸਟਮ ਲਾਗੂ ਕਰਕੇ

5. ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਕੋਲੋਂ 2 ਮੀਟਰ ਦੂਰ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੇ, ਉੱਥੇ ਛੁਤ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਲੱਗਣ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਓ

ਜਿੱਥੇ ਲੋਕ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਕੋਲੋਂ 2 ਮੀਟਰ ਦੂਰ ਨਾ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋਣ, ਉੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੀਮਾਰੀ ਦੀ ਲਾਗ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਹਰ ਢੁਕਵੀਂ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹ ਕੰਮ ਕੀਤੇ ਜਾਣ:

- ਸੋਚੋ ਕਿ ਕੀ ਕੋਈ ਕਾਰਵਾਈ ਬਿਜ਼ਨਸ ਨੂੰ ਚਾਲੂ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ
- ਜੇ ਉਹ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਉੱਤੇ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮਾਂ ਲੱਗਾਇਆ ਜਾਵੇ
- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਤੋਂ ਅਲੱਗ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਕਰੀਨਾਂ ਅਤੇ ਬੈਰੀਅਰ ਲਾਏ ਜਾਣ
- ਜਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਵੱਲ ਪਿੱਠ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਦੂਸਰੇ ਦੇ ਖੱਬੇ/ਸੱਜੇ ਹੋਣ
- ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਉੱਤੇ ਆਉਣ ਅਤੇ ਜਾਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅੱਗੇ ਪਿੱਛੇ ਕੀਤੇ ਜਾਣ
- ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਪੱਕੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਜਾਂ ਜੋੜੀਆਂ ਬਣਾ ਕੇ ਹਰ ਇੱਕ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾਵੇ