

भाकृअनुप-राष्ट्रीय डेरी अनुसंधान संस्थान, करनाल(हरियाणा)
कोविड-19 निगरानी समिति
ICAR-National Dairy Research Institute, Karnal (Haryana)
(COVID-19 Monitoring Committee)

मई 5, 2020
May 5, 2020

कार्यस्थल पर कोविड-19 के प्रसार की रोकथाम पर एडवाइजरी
Advisory on prevention of spread of COVID 19 at workplace

स्वच्छीकरण / कीटाणुशोधन

1. सैनिटाइजर डिस्पेंसर को दरवाजे के पास रखा जाना चाहिए और यह सुनिश्चित करें कि प्रयोगशाला या कार्यालय में प्रवेश करने वाले कर्मचारी सैनिटाइजर का उपयोग अवश्य करते रहें।
2. दरवाजे के हैंडल, डोर पैन, ग्लास पैन और सभी सतहों जैसे बिजली के स्विच, श्रमिकों के साथ सीधे संपर्क में आने वाले प्रयोगशाला उपकरणों को नियमित रूप से सैनिटाइजर से साफ किया जाना चाहिए। कृपया यह भी सुनिश्चित करें कि सफाई कर्मचारी हाथ के दस्ताने और मास्क जैसे सुरक्षा गियर पहनते हैं।
3. उन कार्यालयों में जहां फाइलों की आवाजाही(मूवमेंट) होती है, वहां एल्कोहल आधारित हैंड-रब का उपयोग बारम्बार सुनिश्चित करें।
4. हर सप्ताह या आवश्यकतानुसार कम से कम 2-3 बार गलियारों, कार्यालयों और प्रयोगशाला क्षेत्र के स्वच्छीकरण को सुनिश्चित किया जाना चाहिए।
5. लगातार फाइल मूवमेंट वाले लैब बेंचवर्क / टेबल, डेस्कटॉप, कीबोर्ड, टेलीफोन और ऑफिशियल टेबल को दिन में कम से कम एक बार या आवश्यकता के अनुसार स्वच्छीकरण किया जाना चाहिए।
6. सीढ़ी के साथ रेलिंग को हर रोज साफ किया जाना चाहिए।

सोशल डिस्टेंसिंग एवं स्वास्थ्य की निगरानी

7. ऐसे प्रयोगशाला/कार्यालय जहां कई लोग कार्य करते हैं, उन्हें कार्य के दौरान अपने दरवाजे खुले रखने चाहिए ताकि आपसी संपर्क को न्यूनतम किया जा सके।
8. एक स्पैन क्षेत्र में केवल एक व्यक्ति ही रहना चाहिए। बड़े कार्यालयों/प्रयोगशालाओं में, रहने वालों को हर समय सोशल डिस्टेंसिंग रखनी चाहिए व मास्क पहनना चाहिए और सीधे संपर्क से बचना चाहिए।
9. कार्यालयों/प्रयोगशालाओं में उपस्थित होने वाले व्यक्ति स्वस्थ रहने चाहिए तथा उनमें तापमान या खांसी/जुकाम के कोई लक्षण नहीं होने चाहिए। यदि कोई भी व्यक्ति इस तरह के लक्षणों के साथ पाया जाता है, तो इसे मानव स्वास्थ्य परिसर के संज्ञान में लाया जाना चाहिए।

आरोग्य सेतु एप्लीकेशन

10. सरकारी एडवाइजरी के अनुसार, सभी कर्मचारियों को अपने मोबाइल पर आरोग्य सेतु एप्लीकेशन इंस्टाल करना चाहिए एवं वे अपने मोबाइल की लोकेशन शेयरिंग एवं ब्लूटूथ को सदैव ऑन रखेंगे। इस एप्लीकेशन के माध्यम से आप यह जान सकेंगे कि आप किसी कोविड-19 संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में तो नहीं आ रहे हैं। अपने सभी कर्मचारियों को यह परामर्श भी दें कि वे कार्यालय के प्रस्थान से पहले अपनी जोखिम की स्थिति को आरोग्य सेतु एप्ल पर अवश्य जाँच लें।

भाकृअनुप-राष्ट्रीय डेरी अनुसंधान संस्थान, करनाल(हरियाणा)
कोविड-19 निगरानी समिति
ICAR-National Dairy Research Institute, Karnal (Haryana)
(COVID-19 Monitoring Committee)

मई 5, 2020
May 5, 2020

कार्यस्थल पर कोविड-19 के प्रसार की रोकथाम पर एडवाइजरी
Advisory on prevention of spread of COVID 19 at workplace

Sanitization/Disinfection

1. Sanitizer dispensers should be kept at door side and make sure that personnel entering the lab or office use the sanitizer.
2. The door handles, door panes, glass panes and all surfaces like electricity switch, lab equipments coming in direct contact with workers should be regularly cleaned with sanitizers. Please ensure the cleaning personnel wear safety gears like hand gloves and masks.
3. In offices where file movement takes place, ensure the use of alcohol based hand rub frequently.
4. Sanitization of corridors, offices and lab area with disinfectants should be ensured at least 2-3 times every week or as required.
5. The lab benchwork/tables, desktops, keyboards, telephones and official tables with frequent file movement should be sanitized at least once a day or as per the requirement.
6. The railings along the staircase should be sanitized everyday.

Social Distancing and Health Monitoring

7. The lab/offices with several occupants should keep their doors open during working hours to minimize multiple contact.
8. One span area should house only one person. In bigger offices/labs, occupants should maintain social distancing and wear mask all the time and should avoid direct contacts.
9. The people attending offices/lab should be healthy with no symptoms of temperature or cough/cold. If anyone observed with such symptoms, the case should be brought in the knowledge of Human Health Complex.

Aarogya Setu App

10. As per Government advisory, all employees should install **Aarogya Setu** app on their mobile phone and keep **Location sharing** and **Bluetooth always ON**. This will let you know if inadvertently you have come in contact of any COVID-19 positive person. Advise your staff to check their risk status on aarogya setu app before starting for office.