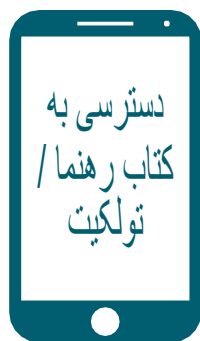


کتاب رهنمای (تولکیت) از سر گیری تجارت

بیماری ویروس کرونا ۲۰۱۹ (کوید-۱۹)

اداره صحت و خدمات بشری
ایالات متحده امریکا
مراکز کنترل و پیشگیری امراض



برای معلومات بیشتر اینجا
را اسکن کنید



فهرست

5	برگه کارفرما
6	چکلیست آماده گی برای آغاز دوباره
6	جلوگیری و کاهش انتقال بیماری میان کارمندان
9	عملیات تجارتي سالم را حفظ کنید
12	یک محیط کاری سالم را حفظ کنید
15	ابزار محافظت کارگر
15	محافظت کارگران
17	در هنگام بازگشت به کار، خود و دیگران را از ابتلا به کوید-۱۹ مصون نگهدارید
18	منابعی که در کتاب رهنما به آن اشاره شده است
21	منابع اضافی

این رهنمای از سرگیری تجارت برای کمک به کارفرمایان در قسمت کاهش سرعت گسترش بیماری کوید-۱۹ طراحی شده است (۱) همچنان کاهش اثرات ناشی از کوید-۱۹ در محل کار در هنگام ادغام مجدد کارمندان در محیط تجارت های غیر بهداشتی. مطمئن نیستید که آیا آماده شروع کار هستید؟ برای شروع از ابزار تصمیم گیری مراکز کنترل و جلوگیری امراض (۲-۳) استفاده کنید.

این کتاب رهنما شامل موارد ذیل میباشد:



برگه کارفرما برای معرفی محتویات کتاب رهنما (تولکیت) برای کارفرمایان و نحوه استفاده از آنها در محیط های کاری غیر بهداشتی



چکلیست آماده گی برای آغاز دوباره برای تسهیل بازگشت به کار و از سرگیری عملیات تجاری بصورت صحی و مصون برای کارفرمایان، کارمندان و مردم



ابزار محافظت کارگر برای کارفرمایان برای شناسایی اقدامات محافظتی برای کارگران هنگام تامین ارتباط با یکدیگر و مردم



انفوگرافیک بازگشت به کار برای یادآوری به کارمندان که چگونه خود و دیگران را از ابتلا به بیماری کوید-۱۹ در امان نگهدارند، همچنان رسیدگی به نگرانی های احتمالی آنها را راجع به بازگشت به محل کار.



منابع برای دسترسی آسان به معلومات اضافی با استفاده از هایپرلینک، آدرس های انترنی (URL)، و کود های QR

برگه کار فرما



کتاب راهنمای از سرگیری تجارت برای بیماری ویروس کرونا

معلومات در این رهنما بر اساس راهنمای موقت مراکز کنترل و جلوگیری امراض برای تجارت ها و کارفرمایان

برای طرح و پاسخدهی به بیماری ویروس کرونا ۲۰۱۹ (کوید-۱۹) میباشد [4].

برای معلومات کامل، این راهنمایی را حتماً بطور مکمل مرور نماید.

قبل از از سرگیری فعالیت های تجارت غیر بهداشتی تان، در نظر گرفتن میزان شیوع بیماری در اجتماع تان و آماده گی مدیریت محل کار برای محافظت از صحت و مصونیت کارمندان و مردم مهم است. ابزار تصمیم گیری مراکز کنترل و جلوگیری امراض میتواند در قسمت تعیین وقت مناسب کمک نماید.

برای معلومات راجع به وضعیت در اجتماع تان، با اداره صحت محلی به تماس شوید [5].

این رهنما، چکلیست برای آماده سازی محل کار برای آغاز فعالیت و ابزار برای پیمایش گزینه های محافظتی برای کارگران را فراهم میسازد. از مطالب این رهنما بطور منظم بازدید نماید، زیرا وضعیت ناشی از کوید-۱۹ در اجتماع تان میتواند تغییر کند.

1. با چکلیست آماده گی برای آغاز دوباره شروع کنید، کار با دیگران در مدیریت برای شناسایی اینکه کدام موارد چکلیست در تجارت شما قابل اجرا است. همگام با پیشرفت در موارد و تغییر وضعیت در منطقه تان، موارد لیست را بازدید نماید.

2. اقدامات محافظتی را از ابزار محافظتی کارگران انتخاب کنید، بر اساس ماهیت تعامل کارمندان تان با سایر کارگران و مردم. اینکه چندین کتگوری در تجارت شما قابل اجرا است، یا نه، را مد نظر گرفته، بعداً بالای آن موارد کار نماید.

3. انفوگرافیک بازگشت به کار با کارمندان شریک سازید. با در نظرداشت نوعیت تجارت تان، راه های ذیل را برای تلفیق انفوگرافیک در محیط کار در نظر بگیرید:

✓ در مکان های عامه مانند اطاق های استراحت، دهلیزها، لفت ها، و یا تشناب ها چاپ و نصب نماید.

✓ برای کارمندان از طریق ایمیل بفرستید و آنان را تشویق به چاپ و نصب آن در جا های قابل دید در دفتر و یا محیط کار شان نماید.

✓ محتوای انفوگرافیک را در جریان جلسات بخوانید، و برای کارمندان یادآوری نماید تا در صورت داشتن سوال به شما مراجعه نمایند.



چکلیست آماده گی برای آغاز دوباره

برای بیماری ویروس کرونا ۲۰۱۹ (کوید-۱۹)

این چکلیست (برای کارفرمایان غیر بهداشتی) را به عنوان رهنما برای از سرگیری فعالیت های تجارت تان بصورت مصون و صحتی برای خودتان، کارمندان تان و مردم استفاده نماید. برخی از موارد ممکن نیاز به تداوم داشته باشد، بنابراین تا زمانی که موارد کوید-۱۹ وجود دارد از این چکلیست بطور منظم بازدید نماید. فقط مواردی را تکمیل نماید که برای تجارت شما قابل اجرا میباشد. بخش منابع را برای لینک و QR کد ها برای دسترسی به منابع اینترنتی مشاهده نماید.

۱. انتقال ویروس را میان کارمندان جلوگیری و کاهش دهید ابلاغیه های فدرال، ایالتی و صحت عامه محلی در مورد کوید-۱۹ را تعقیب نماید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
اطمینان حاصل نماید که کارگران به معلومات جدید دسترسی دارند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
معلومات صحت عامه محلی (۵) و وبسایت کوید-۱۹ مراکز کنترل و پیشگیری از امراض را هر روز و یا حسب لزوم با در نظر داشت وضعیت محلی چک نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

با ابلاغ موارد ذیل، اینکه کارمندان چگونه میتوانند خود و دیگران را از ابتلا به کوید-۱۹ نگهدارند را تقویت نماید:

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
در صورت داشتن علائم (۶)، به ریس خود اطلاع داده در خانه بماند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اگر مریض هستید، مراحل توصیه شده مراکز کنترل و پیشگیری از امراض را دنبال کنید (۷)، و تا زمانیکه معیار قطع انزوا خانگی را برآورده نکرده اید، به محل کار حضور نیابید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اگر شما خوب هستید، اما یکی از اعضای خانواده تان به کوید-۱۹ مبتلا شده است، به ریس خود اطلاع داده توصیه های احتیاطی مراکز کنترل و پیشگیری از امراض را دنبال کنید (۹)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
دستان تان را حد اقل برای ۲۰ ثانیه با آب و صابون بشوید (۱۰)، اگر آب و صابون در دسترس نیست، از ضد عفونی کننده دست که حاوی حد اقل ۶۰٪ الکل باشد استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از دست زدن به چشم، بینی و دهان خود داری کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی تان را با دستمال یا داخل آرنج بپوشانید،
بلافاصله دستمال را در سطل زباله بیندازید ، سپس دست ها را بشوید.



مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
طرح پاک کاری و ضد عفونی کردن را ایجاد کنید (۱۱).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اشیا و سطوح که مکرراً لمس میگردند را در شروع و اخیر هر شیفت کاری پاک و ضد عفونی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از استفاده تلفون، میز، دفتر و دیگر لوازم سایر کارمندان خودداری کنید. در صورت شراکت در استفاده لوازم، آنان را پاک و ضد عفونی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از اجتماعات بزرگ خودداری کنید، (۱۳) و در صورت امکان، فاصله حد اقل ۶ فوت را با دیگران مراعات نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت عدم امکان رعایت فاصله اجتماعی، مخصوصاً در مناطقی که واقعات زیادی کوید-۱۹ وجود دارد، از پارچه های تکه ای برای پوشش صورت در صورت نیاز استفاده نماید. (۱۴)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

برای انجام چک صحتی حضورى طرح ریزی کنید (۱۵) (بطور مثال، آزمایش علائم و یا حرارت بدن) قبل از ورود کارمندان به محیط کار:

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
برای حفاظت از آزمایش کننده گان، فاصله اجتماعی الی ۶ فوت، موانع یا پارتیشن ها، و یا از تجهیزات محافظت شخصی استفاده نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت گرفتن حرارت بدن، از حرارت سنج های غیر لمسی استفاده نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
فراهم سازی چندین لایه ای آزمایش را در هنگام دخول در نظر بگیرید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
تعیین دروازه ها را برای «فقط وردی» و یا «فقط خروجی» در نظر بگیرید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
آزمایش سلامت کارمندان را تا حد امکان خصوصی نگهدارید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
خطر را بر اساس نژاد و یا کشور افراد تعیین نکنید؛ وضعیت صحتی و سابقه صحتی افراد را محرم نگهدارید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ارزیابی خطر محل کار را انجام دهید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
خطرات احتمالی را که ممکن کارگران را در معرض ابتلا به کوید-۱۹ قرار دهد را شناسایی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای شناسایی گزینه های تجهیزات محافظتی شخصی، انجینیری و اداری در محل کار تان از ابزار محافظتی کارگر استفاده نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

برنامه ریزی کنید که اگر کارمندی در محل کار خود بیمار است چه کاری باید انجام دهید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
کارمندی که به نظر می‌رسند علائم (۶) دارند را سریعاً از دیگر کارمندان در محل کار جدا کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای انتقال یک کارمند بیمار به خانه و یا مرکز خدمات صحتی، پروسیجر ایمن داشته باشید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

برای موارد مشکوک و یا تایید شده، برنامه عملیاتی تهیه کنید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
اگر کمتر از ۷ روز از حضور کارمند بیمار در محل کار میگذرد:				
مناطق که برای مدت طولانی توسط بیمار استفاده گردیده است را ببندید (بطور مثال، میز و یا محل کاری ایشان)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
۲۴ ساعت صبر کنید (و یا تا زمانیکه ممکن است) سپس منطقه را پاک و ضد عفونی (۱۲) کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در زمان انتظار، دروازه و کلکین ها را باز نگهدارید تا گردش هوا افزایش یابد.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
اگر ۷ و یا زیادتر از ۷ روز از استفاده کارمند بیمار از محل کار گذشته باشد، پاک کاری و ضد عفونی کردن اضافی فراتر از روند معمول پاک کاری و ضد عفونی کردن، نیاز نیست.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ادامه دارد

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
مشخص کنید که کدام یک از کارکنان در معرض ویروس قرار گرفته اند و ممکن است لازم باشد اقدامات احتیاطی بیشتری انجام دهند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
کارمندان را از احتمال قرار گرفتن شان در معرض کوید-۱۹ در محل کار آگاه سازید، اما محرم نگهدارید (۱۷)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اکثر محل کارها میتوانند از توصیه های صحت عامه برای در معرض قرار گرفتن مرتبط به اجتماع، پیروی کنند. (۱۸)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
زیربنا های حیاتی (۱۹) محل کار میتوانند از روش های ایمنی مناسب استفاده کنند. (۲۰)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

۲. عملیات تجارتي سالم را حفظ کنید.

یک هماهنگ کننده کوید-۱۹ را ایجاد کنید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
یک هماهنگ کننده را شناسایی کنید که، مسول مسایل مرتبط به کوید-۱۹ و تاثیرات آن بالای محل کار خواهد بود.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
به کارمندان بگویید این شخص کیست و چگونه با آن شخص ارتباط برقرار کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

پالیسی ها و روش های رخصتی مریضی را تطبیق کنید که انعطاف پذیر و حمایت کننده باشند.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
اطمینان حاصل کنید که پالیسی ها و روش های رخصتی مریضی با راهنمایی های صحت عامه مطابقت دارد، قوانین و پالیسی های فدرال و ایالتی مرتبط به محل کار را پیروی نموده با کارمندان شریک کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای کارمندان اجازه دهید تا بتوانند بدون جریمه در خانه بمانند تا از عضو بیمار خانواده و یا اطفال مراقبت کنند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اگر رخصتی مریضی نمیدهید، تطبیق پالیسی «رخصتی مریضی عاجل» بدون تنبیه را در نظر بگیرید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از کارمندانی که مریض هستند و یا میخواهند دوباره به کار بیایند، برای تایید مریضی شان از آنان نخواهید تا نتیجه آزمایش کوید-۱۹ و یا سند از شفاخانه برای دادن رخصتی مریضی به آنها، بیاورند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

از کارمندان با خطر بالا محافظت نماید (۲۱)

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
در صورت دسترس، کار از راه دور را پشتیبانی و تشویق نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای کارمندان آسیب پذیر (۲۲) وظایف را در نظر بگیرید که ارتباط آنان را با مشتریان و سایر کارمندان به حد اقل برساند (مانند، تنظیم قفسه ها)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

پالیسی های حمایت کننده محل کار را ابلاغ کنید. برای تفهیم بهتر، شما ممکن نیاز به ارایه ابلاغیه به زبان های محلی داشته باشید

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
کارمندان را آموزش دهید که پالیسی های جدید برای کاهش شیوع کوید-۱۹ چگونه روش های صحیح و ایمنی فعلی را متاثر میسازد.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
با پیمانکاران/قراردادی ها و یا بازدید کننده گان محل کار راجع به تغییرات که به کنترل شیوع کوید-۱۹ کمک میکند، ارتباط برقرار کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
سیستم های ارتباطی را ایجاد نماید که کارمندان در صورت مریض شدن از آن بتوانند برای گزارش دهی فردی استفاده نمایند، همچنان شما از آن سیستم بتوانید برای اطلاع رسانی راجع به تعطیلات و کسانی که در معرض ابتلا و بیروس قرار میگیرند، استفاده نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

فعالیت های اساسی و اتکایی را که دیگران به خدمات یا محصولات شما دارند را ارزیابی کنید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
در صورت نیاز، و برای حفظ فعالیت های مهم تجارت تان، برای آوردن تغییر در نحوه انجام تجارت تان آماده باشید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
بدیل زنجیره های عرضه اجناس و خدمات مهم و حیاتی را شناسایی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در هنگام از سرگیری فعالیت های تجارت تان، عملکرد وظایف را به منظور تداوم کار تان اولیت بدهید. فعالیت های تجارت تان را بصورت مرحله وار از سر بگیرید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

طرح برای افزایش غیابت کارمندان

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
غیبت در کار را کنترل کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای ادامه فعالیت های اساسی تجارت تان طرح ها را اجرا کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
کارمندان را برای انجام وظایف اساسی آموزش متقاطع بدهید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

پالیسی و روش های فاصله اجتماعی (۲۳) را ایجاد نماید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
سایت های کاری انعطاف پذیر، ساعات کاری، و گزینه های ملاقات و سفر را اجرا کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
محل کار را تغییر دهید تا فضای فیزیکی بین کارمندان و بین کارمندان و مشتریان به 6 فوت یا بیشتر، در صورت امکان افزایش یابد.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت که ایجاد موانع فیزیکی ممکن نیست، برای نشان دادن که کجا ایستاد شوند، از علائم، نشانه ها و سایر پوستر های بصری استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت که ایجاد موانع فیزیکی و یا فاصله اجتماعی ممکن نیست، از کارمندان و مشتریان بخواهید تا صورت خود را با پارچه تکه ای بپوشانند (در صورت لزوم) (۱۴)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
دست دادن و یا تماس نزدیک را اجازه ندهید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
خدمات را از راه دور ارائه کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت امکان، ترمینال پرداخت الکترونیکی / کارت خوان اعتباری را از خزانه دار دور ببرید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت امکان، فعالیت های ذخیره سازی اولیه را در اوقات غیر مزدهم و یا بعد از وقت تغییر دهید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

صلاحیت های کاری را به مدیران ساحوی تجارت تان واگذار کنید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
با در نظر داشت وضعیت محل شان، اقدامات مناسب که در برنامه های پاسخ به کوید-۱۹ مشخص گردیده است را روی دست گیرید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3. یک محیط کاری سالم را حفظ کنید.

برای حفاظت از کارمندان و مردم، کنترل ها را مطابق سلسله مراتب کنترل ها (۲۴) تطبیق کنید

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
برای شناسایی گزینه های تجهیزات محافظتی شخصی، انجینیری و اداری در محل کار تان از ابزار محافظتی کارگر استفاده نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

سیستم تهویه هوا را اصلاح کنید (۲۵)

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
با کارمندان حفظ و مراقبت ساختمان کار کنید تا مشخص شود که آیا امکان تغیر سیستم تهویه هوا برای افزایش میزان تهویه هوا و یا فیصدی هوای که در سیستم گردش میکند، وجود دارد یا خیر.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اطمینان حاصل کنید که سیستم های تهویه به درستی کار می کنند و کیفیت هوای داخل را قابل قبول ارائه می دهند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
تهویه قابل کنترل بر حسب تقاضا (DVCV) را غیر فعال سازید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای کاهش و یا جلوگیری از گردش مجدد هوا، خفه کننده های هوا را باز نگهدارید (الی ۱۰۰٪).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
تصفیه هوای مرکزی را به MERV-13 یا بالاترین میزان سازگار با رک فیلتر و لبه های مهر و موم فیلتر را برای محدود کردن بای پس بهبود دهید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

بعد از مدت زیاد تعطیل، از سلامت سیستم آب ساختمان تان خود را مطمئن سازید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
راهنمای مراکز کنترل و پیشگیری امراض برای ساخت سیستم های آب را دنبال کنید (۲۶)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

مواد لازم را برای پاک کردن دستها و پوشاندن صورت هنگام سرفه و عطسه را برای کارمندان، مشتریان، و بازدید کننده گان محیا سازید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
دستمال کاغذی، سطل های زباله غیر لمسی، و مکان های ضد عفونی کننده دست را فراهم سازید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
آب و صابون را فراهم سازید. اگر آب و صابون به راحتی قابل دسترس نیست، ضد عفونی کننده های دست را که حاوی حد اقل ۶۰٪ الکل است را فراهم سازید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
کارمندان به بازدید از آداب سرفه و عطسه CDC (۲۷) و صفحه انترنتی دستهای پاک (۲۸) راهنمایی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
پوسترهای آداب سرفه، عطسه و حفظ الصحه دست (۲۹-۳۰) را در درب ورودی و سایر نقاط محل کار نصب نماید (مانند، تشراب ها و آشپزخانه). در صورت نیاز، نشانه/پوسترها را به زبان های محلی نیز بگذارید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

هر روز، بطور معمول پاک کاری و ضد عفونی کنید

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
برای تهیه، اجرا و حفظ طرح پاک کاری و ضد عفونی کردن، راهنمای CDC را در مورد پاک کاری و ضد عفونی کردن (۱۱) دنبال کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
تمام سطوح که مکرراً لمس میگردند را حد اقل در شروع و اخیر هر شیفیت کاری پاک و ضد عفونی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
سطوح کثیف را قبل از اینکه ضد عفونی کنید، با آب و صابون پاک کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای ضد عفونی کردن از ضد عفونی کننده های ثبت شده EP که در از بین بردن SARS-COVID-2 موثر است استفاده کنید (۳۱)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
دستمال های مرطوب یک بار مصرف را فراهم سازید، تا کارمندان قبل از استفاده سطوح که معمولاً توسط چند شخص استفاده میگردد را توسط آن پاک کنند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
ضد عفونی کننده ها را به شکل مسئولانه و مناسب طبق برجسب های آن استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
محصولات پاک کننده و ضد عفونی کننده را با هم مخلوط نکنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای کارمندان توصیه کنید که هنگام استفاده از مواد کیمیاوی برای پاک کاری و ضد عفونی کردن، از دستکش و سایر لوازم محافظت شخصی مناسب استفاده کنند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

سفرها را محدود سازید و به کارمندان که باید سفر کنند توصیه کنید که آماده گی های لازم احتیاطی را بگیرند

موارد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
سفر های غیر ضروری را به حد اقل برسانید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اطلاعیه های صحت مسافران CDC را تعقیب کنید (۳۲)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
کارمندان را توصیه کنید که قبل از سفر علائم کوید-۱۹ (۶) را چک کنند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
اطمینان حاصل کنید که کارمندان که هنگام سفر و یا کار موقت مریض میشوند، میدانند که چی باید کنند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت نیاز، با یکی از ارایه دهنده گان خدمات صحتی برای مشاوره به تماس شوید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
به ریس آنها اطلاع دهید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
هنگام سفر به خارج از ایالات متحده امریکا، پالیسی های کمپنی را برای دریافت مراقبت های صحتی دنبال کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

برای کاهش خطر، جلسات و گردهمایی ها (۱۳) را برنامه ریزی کنید.

مورد	تکمیل شده	در جریان	آغاز نگردیده	قابل اجرا نیست
در صورت امکان، از کنفرانس ویدیویی و یا کنفرانس تلفونی استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
جلسات و گردهمایی های بزرگ مرتبط به کار را لغو، تغیر و یا به تعویق باندازید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
در صورت که کنفرانس ویدیویی و یا کنفرانس تلفونی امکان پذیر نیست:				
جلسات را در فضای باز و تهویه مناسب دایر نماید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
فاصله ۶ فوتی را میان افراد حفظ کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از پارچه های تکه ای برای وشش صورت استفاده کنید (در صورت لزوم) (۱۴)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



ابزار محافظتی کارگر

برای بیماری ویروس کرونا ۲۰۱۹ (کوید-۱۹)

هنگام آغاز دوباره فعالیت های تجارت تان، منابع بالقوه کوید-۱۹ که کارگران شما با آن مواجه خواهند گردید را در نظر بگیرید. از این ابزار برای شناسایی اقدامات محافظتی برای مرادده میان کارگران و یا مردم استفاده کنید؛ تا زمانیکه کوید-۱۹ وجود دارد، این ابزار را به شکل متواتر بازدید کنید. فقط موارد را تکمیل کنید که برای تجارت شما قابل اجرا میباشد. برای منابع انترنی، ضمیمه را ببینید.

محافظت کارگر

انجیری

امکانات و تجهیزات	تکمیل گردیده	قابل اجرا نیست
خطرات وظیفوی را برای موثریت بالقوه حفاظت انجیری ارزیابی کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از عملکرد درست سیستم تهویه هوا و آب اطمینان حاصل کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای حفظ فاصله اجتماعی (۲۳)، فضای کار را تغییر دهید. مثالها عبارتند از:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
پارتیشن ها را به عنوان موانع تنظیم کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
خواننده پرداخت الکترونیکی را از خزانه دار دور کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای ترویج فاصله اجتماعی از اعلامیه های کلامی، دیداری و نشانه ها استفاده کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
فرنیچر را بردارید/تنظیم کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
گزینه های خریداری از راه دور را فراهم کنید. (مثال، تحویل دهی، تحویل گیری)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

اداری - سه کتگوری

مدیریت و ارتباطات	تکمیل شده	قابل اجرا نیست
ابلاغیه های ایالتی و محلی صحت عامه را در مورد کوید-۱۹ تعقیب کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
کارگران مریض را تشویق کنید که در صورت داشتن علائم، انا گزارش دهند، در خانه بمانند و راهنمایی های CDC را تعقیب کنند	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
آزمایش صبحی حضوری و یا از راه دور (۱۵) کارمندان را روزانه قبل از ورود به محل کار در نظر بگیرید. (مانند، آزمایش دمای بدن و یا علائم)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
استراتژی ها را جهت برقراری ارتباط با کارگران و مدیریت نگرانی های آنها تدوین کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
خدمات حمایتی موجود را برای کارگران یادآوری کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
با شرکا، تامین کننده گان، و قراردادی ها در مورد پالیسی ها و روش ها تماس برقرار کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
کارمندان و مشتریان را تشویق به فاصله اجتماعی و پوشش صورت با پارچه های تکه ای کنید (در صورت لزوم) (۱۴)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از تکنالوژی برای ترویج فاصله اجتماعی استفاده نماید (مانند، کار از راه دور و جلسات مجازی)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
مناسبت های گروپی را لغو کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ادامه دارد

مدیریت و ارتباطات	تکمیل گردیده	قابل اجرا نیست
استفاده از مکانهای مشترک را محدود و یا بسته کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
از مشتریان بیمار بخواهید که در خانه بمانند؛ نشانه ها را نصب کرده از آنان بخواهید که در صورت بیماری داخل نشوند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
پالیسی های را در نظر بگیرید که رخصتی مریضی انعطاف پذیر و برنامه های کاری بدیل را تشویق میکند.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
انبار کاری را در اوقات غیر مزدهم تنظیم کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

پاک کاری و ضد عفونی کردن	تکمیل گردیده	قابل اجرا نیست
یک طرح برای پاک کاری کردن و ضد عفونی کردن بسازید. (۱۱)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
سطوح را که مکرراً لمس میگردند پاک و ضد عفونی کنید (مانند، کونتر ها، قفسه ها و نمایشگر ها)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
برای کارمندان دستمال مرطوب ضد عفونی کننده، پاک کننده و یا اسپری های که در برابر ویروس عامل کوید-۱۹ موثر اند، تهیه کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

آموزش	تکمیل گردیده	قابل اجرا نیست
آموزش در موارد:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
پالیسی در مورد کاهش شیوع کوید-۱۹	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
حفظ الصحه عمومی	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
علائم، در صورت مریضی چی باید کرد	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
پاک کاری و ضد عفونی کردن	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
پوشش های روی تکه ایی	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
فاصله اجتماعی	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
استفاده از لوازم محافظتی شخصی	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
روش های کار مصون	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
مدیریت فشار	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

لوازم محافظتی شخصی

لوازم محافظتی شخصی	تکمیل گردیده	قابل اجرا نیست
ارزیابی محل کار را انجام دهید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
لوازم محافظتی شخصی مورد نیاز کارگران را بر اساس خطرات و محافظت موجوده تعیین کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
لوازم محافظتی شخصی مناسب را بدون هزینه برای کارگران انتخاب و تهیه کنید.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



هنگام بازگشت به کار، خود و دیگران

را از ابتلا به کوید-۱۹

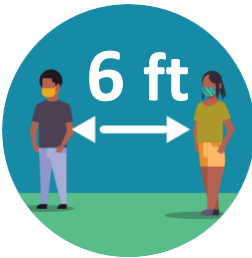
در امان نگهدارید

دستان خود را مرتباً تمیز کنید



- ✓ دستان تان را مکرراً با آب و صابون برای حد اقل ۲۰ ثانیه بشوید، مخصوصاً بعد از اینکه شما در مکانهای عامه بوده اید، بعد از تکاندن بینی تان، سرفه عطسه و استفاده دیگر اشیای مشترک.
- ✓ اگر آب و صابون به راحتی به دسترس نیست، از ضد عفونی کننده دست که حاوی حد اقل ۶۰٪ الکل باشد استفاده کنید.
- ✓ از لمس چشم ها، بینی و دهن تان با دستان ناشسته خودداری کنید.

از تماس نزدیک خودداری کنید



- ✓ فاصله حد اقل ۶ فوت را میان خود و دیگر افراد مراعات نمایید.
- ✓ در صورت امکان پذیر نبودن فاصله اجتماعی، از پوشش صورت تکه ای استفاده کنید.
- ✓ در صورت امکان، از تلفون، میز، دفتر و دیگر وسایل و لوازم کار کارمندان دیگر استفاده نکنید. در صورت استفاده مشترک، پاک و ضد عفونی نمایید.
- ✓ بیاد داشته باشید که برخی از افراد بدون علائم، میتوانند ویروس را انتقال دهند.

اگر شما در معرض خطر بیشتری بیماری شدید هستید . . .



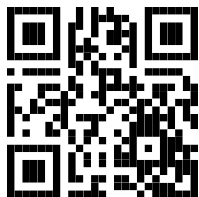
- ✓ برای درخواست جای بود و باش ویژه که امکان انجام وظایف تان را با مصونیت میدهد، با بخش مدیریت به تماس شوید.



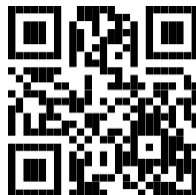
با انجام اقدامات پیشگیرانه روزمره، خود و دیگران را از کوید-۱۹ محافظت کنید.



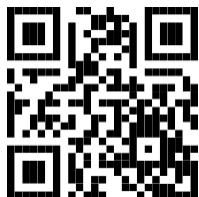
منابع که در کتاب راهنما/تولکیت به آن اشاره شده است



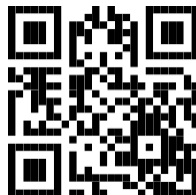
1. ویروس کرونا
go.usa.gov/xvHEE



6. علائم ویروس کرونا
go.usa.gov/xvHmR



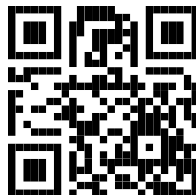
2. محل های کار در جریان همه
گیری کوید-۱۹
go.usa.gov/xvucp



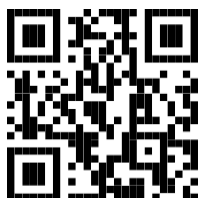
- اگر مریض هستید، چه باید کنید
go.usa.gov/xvHsF



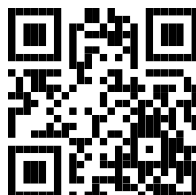
3. رستوران ها و بار ها در جریان همه گیری
کوید-۱۹
go.usa.gov/xvuc7



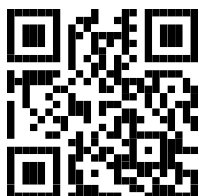
7. عدم ادامه انزوا برای افراد مبتلا به کوید-
۱۹ در مکان های غیر صحتی
go.usa.gov/xvHem



4. [راهنمای موقت برای تجارت ها و کارفرمایان](#)
[برای برنامه ریزی و پاسخ به بیماری ویروس](#)
[کرونا ۲۰۱۹ \(کوید-۱۹\)](#)
go.usa.gov/xvHma



8. مراقبت از شخصی که در خانه
مریض است
go.usa.gov/xvHew



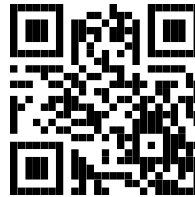
5. فهرست ادارات صحتی محلی
bit.ly/LHDDirectory



9. چگونه و چی وقت دستان تان را
بشوید
go.usa.gov/xvz7T



10. راهنمایی بازگشایی برای پاک کردن و ضد عفونی کردن مکان های عمومی محل های کار، تجارت ها، مکاتب و خانه ها
go.usa.gov/xvz7R



16. قانون امریکایی های دارای معلولیت
go.usa.gov/xvHtF



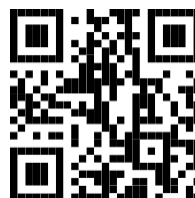
11. پاک کاری و ضد عفونی کردن محل کار
go.usa.gov/xvzH2



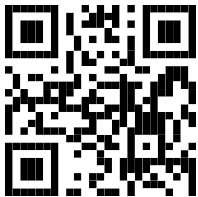
17. توصیه های صبحی عمومی برای در معرض قرار گرفتن مرتبط به اجتماع
go.usa.gov/xvHz3



12. مناسبت های اجتماعی و گردهمایی ها
go.usa.gov/xvHeJ



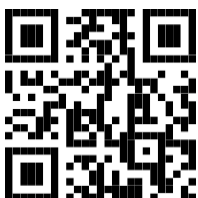
18. راهنمای CISC در مورد نیروی کار مهم و حیاتی زیرساخت ها
go.usa.gov/xvHuV



13. استفاده پارچه های تکه ای برای پوشش صورت برای کمک به کاهش گسترش کوید-۱۹
go.usa.gov/xvzH8



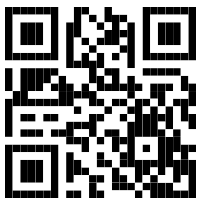
19. اجرای روش های ایمنی برای کارگران زیر ساخت های حیاتی که ممکن با شخص مصاب و یا مشکوک به کوید-۱۹ به تماس شده باشد.
go.usa.gov/xvHus



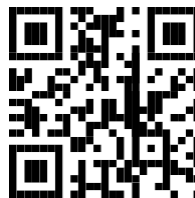
14. سوالات متداول راجع به تجارت عمومی
go.usa.gov/xvHtY



20. افراد که در معرض خطر بیشتری بیماری شدید قرار دارند
go.usa.gov/xvHJ8



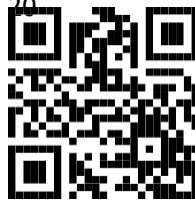
15. EECOS در باره ADA چی باید بدانید، قانون توانبخشی و ویروس کرونا.
go.usa.gov/xvHt5



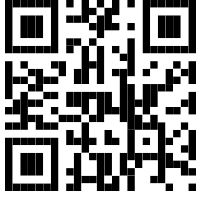
21. افراد که نیاز به اقدامات احتیاطی اضافی دارند
go.usa.gov/xvHSR



22. فاصله اجتماعی
go.usa.gov/xvHhV



28. منابع را چاپ
go.usa.gov/xv6qa کنید.



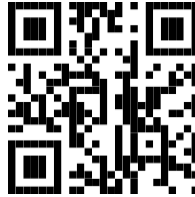
23. سلسله مراتب کنترل ها
go.usa.gov/xvHhM



29. مواد تبلیغاتی صبحی
go.usa.gov/xv6q4



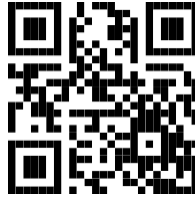
24. راهنمای ASHRAE برای عملیات
ساختمانی در جریان همه گیری
ویروس کرونا
bit.ly/ASHRAECOVID19



30. لیست ضد عفونی کننده ها که در
مقابل کوید-۱۹ استفاده میشوند
go.usa.gov/xv635



25. راهنما برای بازگشایی ساختمان ها
پس از تعطیل دوامدار و یا کاهش
عملیات
go.usa.gov/xvHhh



31. ایبلاغیه های سلامت سفر CDC
go.usa.gov/xv63R

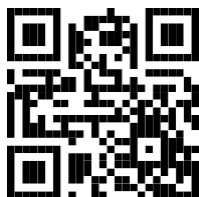


26. عطسه و یا سرفه کردن
go.usa.gov/xv6qN

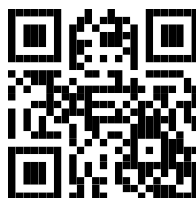


27. شستن دست ها: دست ها را بشوید
و زنده گی ها را نجات دهید
go.usa.gov/xv6qJ

منابع اضافی



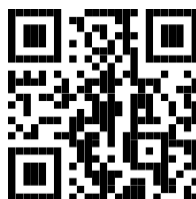
برگه های حاوی معلومات کوید-۱۹ برای
کارفرمایان و تجارت ها
go.usa.gov/xv63M



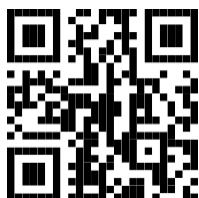
شناسایی و ارزیابی خطر
go.usa.gov/xv6dT



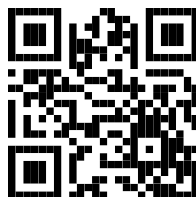
لوازم محافظتی شخصی
go.usa.gov/xv63h



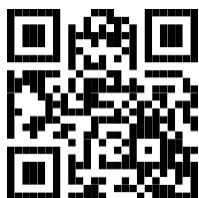
چطور خود و دیگران را حفاظت کنید
go.usa.gov/xv6dV



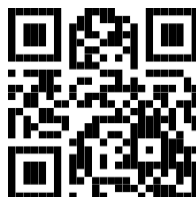
استندرد های اداره ایمنی و صحت شغلی
OSHA go.usa.gov/xv6ph



ده مرحله OSHA
go.usa.gov/xv6dd



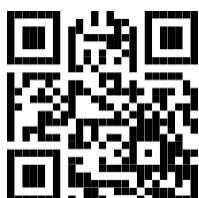
اداره کار ایالات متحده امریکا
go.usa.gov/xv6da



وبسایت های وزارت صحت ایالتی و
محلی go.usa.gov/xv6dG



کمیسیون فرصت های کاری مساوی ایالات
متحده امریکا
go.usa.gov/xv6dY



کنار آمدن با فشار
go.usa.gov/xv6dg

این ترجمه توسط مراکز کنترل و پیشگیری از امراض انجام نگردیده است و ترجمه رسمی این سازمان محسوب نمیگردد. مراکز کنترل و پیشگیری از امراض (CDC) هیچ گونه مسولیت در قبال محتوا یا صحت این ترجمه ندارد.