

ምውሐስ ሰራሕተኛታት ካብ ኮቪድ-19



ስርሐት ጽሬትን ጎሐፍን

ኣብ'ዚ እዋን ዓለማዊ ለበዳ ንሰራሕተኛታት ጽሬትን ጎሐፍን እንታይ ሓደጋ'ዩ ዝገጥሞም :

ኣብ ግዜ ዓለማዊ ለበዳ ቦታ ስራሕን ህዝባዊ ቦታታት ዘጸርዩ ሰባት ኣገደስቲ ሰራሕተኛታት እዮም። ስርሐም ካብ ግዳማዊ ክፋላት ብምእላይ፡ ብምንጻህን ምምካንን እቲ ቫይረስ ንክይዘርጋሕ ንምክልኻል ምሕጋዝ እዩ። ስርሐም ምስቲ ቫይረስ ብምትንኻፍ ናብ ሓደጋ ዘቃልዕ ጥራይ ዘይኮነስ፡ ብተወሳኺ'ውን ንጥዕንኦም ሓደገኛታት ዝኾኑ ከሚካላት ምጥቃም የጠቓልል። ንዝያዳ ሓበሬታ ብዛዕባ ሓደገኛታት ከሚካላት mflohc.mb.ca/cleaning-chemicals ረእ።

ኣብ'ዚ እዋን ለበዳ፡ ውሕስነት ሰራሕተኛታት ጽሬትን ጎሐፍን ከመይ ይረጋገጽ፡

ብመሰረት ሕጊ ዕዮ፡ ኣስራሕቲ ንሰራሕተኛታት ውሕስ ናይ ስራሕ ቦታ ክፈጥሩ ይግደዱ እዮም። እዚ ንለበዳ ኮቪድ-19 ንክይቃልዑ መገደታት ምርካብ ዘጠቓልል እዩ። ኩሉ ቦታታት ስራሕ ካብ ኣስራሕትን ሰራሕተኛታትን ዘጠቓልል ሓባራዊ ኮሚቴ ጥዕናን ውሕስነት ዝተዳለወ መደብ መኸተ ለበዳ ከዳልዎ ይግባእ።

1. ግቡእ ዝኾነ ናይ ጽሬት ትግባረታት ምጥቃም

ብሳሙና፡ ማይን ጨርቅን ጌርካ ምጽራይን ምፍሕፋሕን ንጀርምታት ካብ'ቲ ግዳማዊ ክፋል ይኣልዮም። ሳሙና ነቲ መከላኸሊ ሸፋን ናይ ኮረብ ቫይረስ ይሰባብር። እዚ ነቲ ቫይረስ የዛኡትሎ፡ ነቲ ዝርጋሐ ከኣ ደው የብሎ።

ምምካን ኩሉ ግዜ ኣገዳሲ ኣይኮነን። ምስ ዝተማልእ ምጽራይ፡ ምምካን ሰባት ብባክተርያ ወይ ቫይረስ ምስ ዝሓሙ ከምኡ'ውን ሰባት ከይተሓጽቡ ብብዝሒ ዝሕዘዎ ቦታታት ጥራይ እዩ ዘድሊ። ነየናይ ከምተጸርን ነየናይ ከም ተምክንን ውጥንን ናይ ግዜ ስሌዳን ከም ዘሎካ ኣረጋግጽ።

ብኮቪድ-19 ዝተለኸፈ ከምዘይብሎም ዝተፈልጡ ቦታታት፡-

ንመብዛኡትኦም ቦታታት ልሙድ ዝኾነ ናይ ምጽራይ መስርሕ ተኸተል።

- ✓ ብተደጋጋሚ ዝተሓዙ ጽፍሒታት ኣብ ሰዓት ሰዓት ኣጸራ። እዚ ንካውንተራት፡ ናይ ብርሃን መወለዕታት፡ ናይ ማዕጸ ወይ ኣቕሓ መትሓዚ፡ ናይ ኢድ ሓዲድ፡ ዓረቢያትት፡ መስርሒ ቦታታት፡ ሓባራዊ መሳርሒ ኤለትሪክ ከምኡ'ውን ናይ ኢሊቨተር መጠወቕታት የጠቓልል።
- ✓ ንኻልእት ግዳማዊ ክፋል ኣብ ውሽጢ ዝተታሕዙ ቦታታት እንተወሓደ ሓደ ግዜ ኣብ መዓልቲ ኣጸራ
- ✓ ብ HEPA ዝተጸረየ መጽረዪ ቫኩም ተጠቐም፡ ምንጻፍት ብልዕሊ 60% ውዑይ ማይ ዝህብ ነጻጊ ብብግዚኡ ብግቡእ ክክጸቡ ይግባእ።

ብኮቪድ-19 ጥርጦር ወይ ዝተረጋገጸ መልክፍቲ ዝነበሮም ቦታታት

- ✓ እንተተኻኢሉ ቅድሚያ ምጽራይ ን 24 ሰዓታት ነቲ ቦታ ኣየር የእትወሉ
- ✓ መምኪ መሳሪሕታትን ንሓደ ግዜ ጥራይ ተጠቐምካ ዝድርበዩ መጽረዪ ክትጥቀም ፈትን። ዘይድርበዩ መጽረዪ ነገራት ብግቡእ ኣጸራኻ ኣቐምጦም።
- ✓ እቶም መምኪንቲ ዘብለጭልጭ ጥሉል ኮይኑ ኣብቲ ግዳማዊ ክፋል ይጸናሕ ወይ ከምቲ ኣብ'ቲ ፍርያት ተመልኪቱ ዘሎ ምሉእ ግዜ ክሳብ 10 ደቐይቕ ብኣየር ክነቅጽ ግደይ



ኮቪድ-19 ብኸመይ ኢዩ ዝላባዕ

ብቲ ሕማም ዝተለኸፈ ሰባት ክህንጥሱ፡ ክስዕሉ፡ ክደርፉ፡ ክውጭጩ ወይ'ውን ብዓውታ ክዛረቡ ከለው እቲ ቫይረስ ኣብ ኣየር ይብተን። ገሊ እዋን'ውን ሕሙማት ሰባት ናብቲ ንሕና ዘለናዮ ኣንፈት ምስትንፋስ ጥራይ ኢዩ ዘድልዮም። ምስ ብቲ ቫይረስ ዝተለኸፈ ዘሕለፍናዮን ንውሓት ግዜን ቅርበትን መጠን ናይ ምልካፍ ተኸእሎና የዛይዶ።

ብኸልተ ቀንዲ መገደታት ብቲ ቫይረስ ንትሓዝ። እቲ ኣውራ ዘውቱር፡ ካብ ኣየር ዝተበከለ ባእታት ብእስትንፋስ ክንስሕብ ከለና ኢዩ። ካልኣይ ድማ፡ ዝተበከለ ነገር ንትንክፍ እዎ ደሓር ኣዲንትና ኣፍንጫናን ኣፍናን ምስ እንሕክ ኢዩ። እቲ ቫይረስ ኣብ ኣየርን ኣብ ግዳማዊ ኣካላት ናይ ኣቐሕትን ካብ ሰዓታት ክሳብ መዓልታት ክጸንሕ ይኸእል። እዚ ኣብ ምንቅስቓስ ኣየርን ዓይነት እቲ ኣቐሓን ዝምርኮስ ኢዩ።

2. ትክክል ዝኾነ ሓብራታን ስልጠናን ይሃሉ

አሰራሕቲ ብዛዕባ ናይ ቦታ ስራሕ ሓደጋታት፣ ናይ ጽርዖት ፍርያትን ከመይ ጌርካ ብግብእ ትጥቀመሎምን ዘጠቓልል ሓብራታን ስልጠናን ንኹሎም ሰራሕተኛታት ግድን ክህቡ ይግባእ። ብተወሳኺ 'ውን ግድን ውልቃዊ መከላኸሊ መሳሪሒታት PPE ከም ኣድላይነቱ ክቕርቡ ይግባእ። PPE ግድን ነቲ ስራሕ ዝበቅዕ ዓይነት ከምኡ 'ን ዓቕኑ ብግብእ ዝገጥም ክኸውን ይግባእ። እቶም ንኸጽርዩ ዝሰልጠኑ ሰራሕተኛታት ጥራይ ነዚ ስራሕ ከተግብርዎ ይግባእ።

ሰሌዳ ሓቕታት ምስ ሓብራታ ብዛዕባ ሓደገኛታት ፍርያት ግድን ክህሉ ኣለዎ

ጽቡቕ ሰሌዳ ሓቕታት ዝርዝር ናይ ኩሉ ትሕዝቶ፣ ንሶም ከሰዕብዎ ዝኸኸሉ ሃሳብ ዝገልጽ ከምኡ 'ውን ስም ንጹር መከላኸሊ ስጉምታትን ዘድልዩ መሳሪሒታትን።

3. ቅኑሶ ኣጠቓቕማ ናይ ጽሬት ፍርያት

ኣገዳሲ ምስ ዝኸውን ጥራይ ኣንጽህ ወይ ኣምክን። ዋለውን ኣብ እዋን ዓለማዊ ለበዳ መብዛሕትኡ ግዜ እቲ ኩሉ ዘድሊ ብሳሙናን መንጽህን ጌርካ ነቲ መብዛሕትኡ ግዳማዊ ክፋል ምጽራይ እዩ። ምጽራይ ኩሉ ግዜ እቲ ቀዳማይ ስጉምቲ ቅድሚ ምንጻህን ምምካንን እዩ።

- ✓ ብዙሓት ንግዳዊ ናይ ጽሬት ፍርያት ቅድሚ ምጥቃምካ ግድን ክቐጥኑ ኣለዎም። ነቲ መምርሒ ብጥንቃቄ ተኸተሎ።
- ✓ ነቲ ዝቐጠነ ፈሳሲ ብቀጥታ ናብቲ ጨርቂ ወይ ማይ ከዓም።
- ✓ ነቲ ዝሓቐቐ መሕጸቢ ኣብ ክንዲ ናብቲ ግዳማዊ ጽፍሒ ናብ'ቲ ጨርቂ ንጸን። ናብ'ቲ እተተንፍሶ ኣየር ውሑድ ንጸግ ይኸይድ።
- ✓ ፈጸምካ ፍርያት ኣይትሓወዱን ወይ ኣብ ሓደ ጽፍሒ ምጥቃም (እቲ ቀዳማይ እንተዘይ ነቐዱ)
- ✓ እቲ እንኮ መምከሪ ኣማራጺ በረኪቶ እንተ ኮይኑ፣ ንመብዛሕትኡም ግዳማዊ ጽፍሕታት ነቲ ሕውስብስብ ናብ 0.05% ኣቐጥኖ (ንኣብነት-1;100 እቲ መጀመሪ ዝሓቐቕ 5% እንተ ኮይኑ)ንዓይኒ ምድርን መሕጸቢ ነገራትን/መሳሪሒታት፡ 0.1% ተጠቐም ነፍሲ-ወከፍ መዓልቲ ሓደሽ ሕውስብስብ ተጠቐም።
- ✓ ንኹሎም ናይ መጽረዩ ፍርያት መትሓዚታት ብግብእ ምልክት ግበረሎም

4. ተድጋጋሚ ኢድ ምሕጸብ

ኢድ ብሳሙናን ማይን ምሕጸብ ሓደ ካብ'ቲ ዝበለጸ ነት ቫይረስ መእለዩ መገድታት እዩ። ኩሎም ሰራሕተኛታት ብቐሊሉ ዝእቶ ዓይኒ ምድሪ ምስ ውዑይ ዘፈሰሰ ማይ ከምኡ 'ውን እኹል ቀረባት ናይ ሳሙናን መወልወሊ ወረቐትን ክህሉ ኢድም ክሕጸቡ ይግባእ።

- ✓ ኣብ ስራሕ ክበጸሑን ክፍደሱን
- ✓ PPE ቅድሚ ምልባቦምን ድሕሪ ምውጽጻምን
- ✓ ድሕሪ ምስ ሰባት፡ግዳማዊ ጽፍሕታት፡ መሳሪሒታት ወይ ናውቲ ናይ ቀረባ ምትንኻፍ
- ✓ ድሕሪ ኣፍንጫኻ ምሕባስ፡ምስዓል ወይ ምህንጣስ



እዚ ምስዚይክኣል፡ (60-80% ኢታዮል/ኢቲል ኣልኮል ወይ 60-75% ኣይሶፕሮፒል/ኣይሶፕሮፓዮል) ናይ ኢድ መንጽህ ግድን ክህሉ ኣለዎ። ብኢድ ዘይተሓዘ መዐደሊ እቲ ዝበለጸ እዩ። እቲ ፍርያት ናይ ኢድ ቅብኣት ምስ ዘይህልዎ፡ የእዳዎም ንከይሕርፍኖን ከይደርቑን ሰራሕተኛታት ፍሉይ ናይ ፈሳሲ ዝኾነ ጨፍ ዘይብሉ ናይ ኢድ ቅብኣት የድልዮም።

ናይ ኢድ መንጽህን ጓንትን ንቅኑሶ ናይ ምሕጸብ ኢድ ልምዲ ክትክእ ኣክእልን እዩ

5. እቲ ኣድላዩ ዝኾነ ናይ ውልቀ መከላኸሊ መሳሪሒታት (PPE) ይሃሉኻ

ንሓፈሻዊ ጽሬት ኣብ ጥርጠራት ወይ ዝተረጋገጹ ብኮቪድ-19 ዝተለኸፉ ሰባት ዘይብሉ ቦታታት እቲ ዝውቁር ናይ ስራሕ ክዳውንቲ ከምኡ 'ውን ጓንቲ ንምክልኻል እኹል እዩ። ናይ ምግጫብ ተኸእሎታት ምስ ዝህሉ፡ ናይ ገጽ መከላኸሊ ኣገዳሲ ይኸውን።



ብኮቪድ-19 ከም ዝተለኸፈ ዝተጠርጠረ ወይ ዝተረጋገጸ ኣብ'ቲ ቦታ እንተ ነይሩ፡ ክጠቓለሉ ዘለዎም መሳሪሒታት፡-

- ✓ N95 መተንፈሲ፡ማዕቕንካ ምኃኑ ብግብእ ከም ዝሰርሕ ንምርግጽ ግድን ኣባኻ ክፍተን ይግባእ
- ✓ ማዕቕንካ ዝኾነ ናይትራይል ጓንትታት
- ✓ ጋውን፡ ኩለዝሸፍን ወይ ዩኒፎርም ከምኡ 'ውን ሓደ ግዜ ጥራይ ትጥቀመሉ ናይ ፕላስቲክ በጃ ኹዳን/ግርምብያለ
- ✓ ቀረብ ማይን ሳሙናን (ወይ መንጽህ ኢድ) ቀጥታ ቅድምን ድሕርን ናይ መሸፈኒ ገጽን ኣፍንጫን ጓንትን ምጥቃምካ
- ✓ ፍሉይ ናይ ዝጉሓፉ ነገራት ሳንጣ፡ ኣብ መፍለዩ ዘይብሉ ጎሓፍ ይድርቡ።



ጋውናት፡ግርምብያለታት፡ መተንፈሲታት ከምኡ 'ውን ጓንቲታት ብከለ ሰራሕተኛ ንምወጋድ ብጥንቃቄ ክወጹ ይግባእ

ጓንትኻ ድሕሪ ምውጻእካ ኢድካ ብማይን ሳሙናን ተሓጸብ። ዝኾነ ጸገም ናይ PPE ወይ ካልእ መከላኸሊታት እንተ ሃልዩ ፡ ብቕጽበት ንተቐጻጸሪ ሓብር።

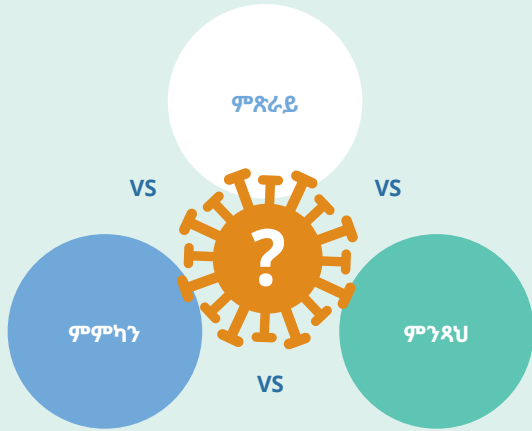
6. ኩሎም መጽረዩ ኣቐሑትን ናይ ስራሕ ክዳውንትን ብውሑስ ሕጸቦም

ደገምካ እትጥቀመሎምን ዝሕጸብን ክዳን ድሕሪ ነፍሲ-ወከፍ ምጥቃም ክሕጸብ ይግባእ። እንተ ተኻኢሉ፡ ኣሰራሒ ንቤት ሕጸቦ ክከታተሎ ይግባእ ንዝተበከሉ ናይ ስራሕ ክዳውንቲ ወይ ዝረገተ ሊን ከምኡ 'ን መጽረዩ ነገራት።

እንተ መጽረዩ ዝሓመዱ ክዳውንቲ/ሊን/ቤት ሕጸቦ ኣብ ቤት ወይ ኣብ ካልእ፡-

- ✓ ብዝተ ካለ መጠን ከይሓቕንካ ንእሽቶ ሓዘ፡ ብድሕሪኡ ብቕጽበት ኢድካ ተሓጸብ።
- ✓ ንጥሉል ዝተበከለ ሕጸቦ ኣብ ዘየልሑኽ መትሓዚ ግብር
- ✓ ክዳውንቲ ብዝተኻእለ ብዘወግዩ ማይ ምስ መንጽህ ሕጸብ ከምኡ 'ውን ብግብእ ኣንቕጹ።

ምጽራይ፡ ምንጻህን ምምካንን



እንታይ እዮም እቶም ፍልልያት

ምጽራይ፡- ሳሙና፣ ማይን ፍሕፈሐን ተጠቅምካ ኣብ ግዳማዊ ጽፍሕታት ወይ ነገራት ዝርከቡ ርስሓትን ጀርምታትን ኣካላዊ ምእላይ ምግባር፡፡ እዚ ግድን ቅድሚያ ምንጻህን ምምካንን ክትግበር ኣለዎ፡፡

ምንጻህ፡- ንማሕበራዊ ጥዕና ብዘውሕስ ደረጃ ኣብ ግምት ዘእተወ ኣብ ግዳማዊ ዘለው ጀርምታት (ታህባሰያን) ምጉዳል፡፡

ምምካን፡- ኣብ ግዳማዊ ገጸት ብቐጥታ ምስ እንጥቀመሉ ንዳርጋ ኩሎም ጀርምታት የዕንዎም፡፡ ገል ንቫይረሳት ጥራይ ይጸሉ፡ ካልኣት ባክተርያ ጥራይ፡ ገለ ከኣ ንክልተኦም የጥፍኡም፡፡

*እቶም ፍርያት ግድን ኣብ ጥዕና ካናዳ ዝተመዘገቡ ወይ ናይ ሕ.መ EPA ከምኡ ወን ኮሮና ቫይረስ ከምዘቐትሉ ክረጋገጹ ኣለዎም፡፡

ንዝያዳ ሓበሬታ “ውሑስ ናይ ጽሬት ልምድታት ኣብ ናይ ስራሕ ቦታ” ኣብ mflohc.mb.ca/covid-19 ኣንብብ

ካልኣት ኣገደስቲ ናይ ቦታ ስራሕ ልምድታት

- ✓ ስራሕተኛታት ስርሖም ክገብሩን ኣድላዪ ጥንቃቄታት ክወስዱን ተወሳኺ ግዜ ኣፍቅደሎም
- ✓ ናይ ምፍራይ ብጽሒት ኣሊኻ ጥንቃቄታት ክገብሩ ግዜ ይፍቀደሎም
- ✓ ኣብ መንጎ እብረታት ንክጓዱ፡ ከዕርፉን ክድቅሱን እንተወሓደ 12 ሰዓታት ኣፍቅደሎም
- ✓ ንስራሕተኛታት ብዛዕባ ክረኽቡዎ ዝኽእሉ ናይ ኣእሙራዊ ጥዕና ጸጋታት ሓበሬታ ሃቦም
- ✓ ዝተፈለለየ ናይ ግዜ ሰሌዳ ናብ’ቲ ህንጻ ዝኣትውሉን ዝወጽሉን ከምኡ’ውን ኣብ ውሽጢ ቦታ ብሓባር ምጥቃም
- ✓ ብግብኣ ዝተመልከተ መቐየሪ ክፍሊ ናይ ስራሕ ክዳን ብናይ ገዛ ሳእንን ምምላስ ምወጋድ
- ✓ እቲ ናይ ኣየር መእተዊ ስርዓት ኩሉ ጽፍራ ኣየር ከም ዘእቱ ኮይኑ ክዋደድ ኣለዎ፡፡ ዝሕደስ ኣየር ብልዑል ውጽኢት መጻረጺ (HEPA) ክሓልፍ ይግባእ፡፡ እቲ ዝኣቱን ዝምለስን መዓልታዊ ክጸረ ይግባእ ከምኡ’ውን መጻረጺ/መጽሞቕ ብስራዕ ይቕየር፡፡
- ✓ ኣብ ቦታ ስራ ርሕቀት ኣብ መንጎ ዝኾነ ናይ 2 ሜትሮታት/6.5 ጫማ ካብ ካልኣት፡ ብፍላይ ኣብ ዕጹው ቦታ ካብ ውሑዳት ደቓይቓ ምስ ዝኾነውን
- ✓ ናይ ጎሓፍ ማዕከን/ቆይ ፕላስቲክ ዝኣተዎ ነቲ ትሕዘትኡ ከይተንከፍካ ባዶ ክኾነውን ዝኽእል
- ✓ ውልቃዊ- እኩብ ወይ ናይ ሓባር መጉዓዝያ ካብን ናብን ስራሕ ኣይከኣልን



ስልጠናንን ሓበሬታን መሰረታውያን እዮም

ኣስራሕቲ ብዛዕባ ሓደጋ ኮቪድ-19 ዘጠቓለለ ተኸእሎታት ናይ ሓደጋታት፡ ንኹሎም ስራሕተኛታትን ተቐጻጸርትን ብግዳ ሓበሬታን ስልጠናን ክህቡ ይግባእ፡፡ ኣብ ግዜ ምልባዕ ነዚ የጠቓልል፡-

- ✓ ውጥን ተላባዕነ ኣብ ቦታ-ስራሕ
- ✓ መርኣያን ምልክታት ናይ’ቲ ቫይረስ፡ ምስ ምንጋር ምልክታት ሕማምን ምውሳድ ናይ ሕማም ፍቓድን
- ✓ ምንጻህን ምሕዳብን ኢድ
- ✓ ሓደሽ ወይ ዝተለወጠ ዕማምን ቅጥዕታቱን (ንኣብነት- ምጽራይን ምምካንን) ፡ ምስ ተዛመድቲ ሓደጋታትን ምክልኻሎምን
- ✓ ናይ PPE ዕላማ፡ ድርትነቱ፡ ምልባስ ውሕስነትን ከምኡ’ውን ብዛዕባ ኣብ ማሕበረ-ሰብ ዘለዉ ናይ ኣእሙራዊ ጥዕና ጸጋታት ምዝርራብ
- ✓ ንኹሎም ዓይነታት ዓመጽ ንምምልካትን ምምካትን ቅጥዕታት ምጉዳል
- ✓ ህልቀት ናይ ማሕበረሰብ ኣእሙራዊ ጥዕና ጸጋታት

ፖስተራት ዘጠቓልል ሓበሬታ-ብናይ ስራሕተኛታት ቋንቋ ክቐርብ ከምኡ’ውን ንክትርድኡ ቀለል ክኾነውን ይግባእ፡፡

መወከሲታት(ጸጋታት)

ንጸጋታትን እዋናዊ ሓበሬታን ብዛዕባ ኮሮና ቫይረስ (ኮቪድ-19) ኣብ’ዚ mflohc.ca/covid-19 ብጻሕ



TRANSLATION FUNDED BY:



Immigration, Refugees and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada