

20 New Child Day Care Centres

কোভিড-১৯ সহ সকল সংক্রমন প্রতিরোধ
নির্দেশিকা-২০২১
[খসড়া]

February 15, 2021



20 New Child Day Care Centres

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে কোভিড-১৯ সংক্রমণ প্রতিরোধ নির্দেশিকা

শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্রে নিরাপদ এবং স্বাস্থ্যকর শিশু যত্ন সেবা সরবরাহের লক্ষ্যে উপযুক্ত সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ ব্যবস্থা নিশ্চিত করতে ২০ টি শিশু দিবাযত্ন কেন্দ্র স্থাপন প্রকল্প বন্ধ পরিকর। সে কারণে প্রতিটি কেন্দ্রে কোভিড-১৯ এর সংক্রমণ প্রতিরোধ করার জন্য এই নির্দেশিকা প্রণয়ন করা হয়েছে। এই নির্দেশিকায় কিছু দিক-নির্দেশনা রয়েছে যা ডে-কেয়ার অফিসারসহ সকল কর্মীদের কোভিড-১৯ সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণের উপায়সমূহের মান উন্নয়নে সহায়তা করবে। কেন্দ্রের প্রয়োজনীয়তা এবং সেবা স্বাস্থ্যাভ্যাস গড়ে তুলতে সরকার প্রণীত দিক নির্দেশনার পাশাপাশি এই নির্দেশনা তথ্যবহুল বার্তা হিসেবে ব্যবহার করা হবে।

কেন্দ্রে কোভিড-১৯ এর সংক্রমণ প্রতিরোধ করার জন্য শিশু যত্নকারী ও মালামাল সরবরাহকারীদের মধ্যে কোভিড-১৯ এর সংক্রমণ প্রতিরোধ করার জন্য এই নির্দেশিকা বিশেষভাবে সহায়ক হবে। এই নির্দেশিকায় যে নির্দেশনা রয়েছে তা সংক্রমণ প্রতিরোধ ও নিয়ন্ত্রণ (IPAC) এর উপায়সমূহের মান উন্নয়ন করতে ব্যবহার করা হবে। শিশু যত্নকারীদের অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে। জনস্বাস্থ্যের পাশাপাশি শিশুদের যত্ন কেন্দ্রের প্রয়োজনীয়তা এবং সেবা স্বাস্থ্যাভ্যাস গড়ে তুলতে তথ্যবহুল বার্তা হিসেবে ব্যবহার করা হবে। কোভিড-১৯ সম্পর্কে আরও তথ্য কোভিড-১৯ ফ্যাক্ট শীটে পাওয়া যাবে।

কোভিড-১৯ সংক্রমণ প্রতিরোধ সম্পর্কিত নীতি ও উপায়গুলোতে অবশ্যই নিম্নলিখিত বিষয় গুলি উল্লেখ করতে হবেঃ

- থার্মাল স্ক্যানারে তাপমাত্রা যাচাই করা
- উপস্থিতির রেকর্ড করা
- কর্মী ও শিশুদের নির্দিষ্ট অনুপাতে বিভক্ত করা
- শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখা
- হাতের পরিচ্ছন্নতা ও কাশি শিষ্টাচার বজায় রাখা
- খাদ্য সুরক্ষার স্বাস্থ্যকর উপায় অবলম্বন করা
- নিয়মিত পরিষ্কার-পরিচ্ছন্ন ও জীবাণুমুক্তকরণ
- প্রয়োজনীয় খেলনা, সরঞ্জাম ও অন্যান্য উপকরণের যথাযথ ব্যবহারের প্রশিক্ষণ
- ব্যক্তিগত সুরক্ষার ব্যবস্থা করা
- অসুস্থ শিশু ও যত্নকারীদের পুরোপুরি আলাদা রাখার ব্যবস্থা করা
- কোভিড-১৯ বা করোনায় আক্রান্ত রোগী ও এর প্রাদুর্ভাব/ সংক্রমণ সম্পর্কে সজাগ থাকা
- অভিভাবক এবং অন্যান্য সহযোগীদের সাথে যোগাযোগ রাখা
- পেশাগত স্বাস্থ্যসুরক্ষা বজায় রাখা

20 New Child Day Care Centres

কর্মীদের প্রশিক্ষণ

- সকল কর্মীদেরকে কোভিড-১৯ এর লক্ষণ ও উপসর্গ সম্পর্কে জানাতে হবে।
- যত্নকারীরা অবশ্যই সকল নীতিমালা ও নির্দেশনার প্রয়োগ করতে পারবে তা নিশ্চিত করতে হবে।
- কর্মীদের ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জাম যথাযথ ব্যবহারের প্রশিক্ষণ দিতে হবে।
- শিশু কেন্দ্রে আসার পূর্বে টেলিফোন বা ভিডিও কলের মাধ্যমে শিশুর সুস্থতার বিষয়টি অভিভাবককে নিজ দায়িত্বে অবহিত করতে হবে।
- কেন্দ্রে শিশুকে গ্রহণের পূর্বে যত্নকারীদের নিশ্চিত হতে হবে যে কোন কোন ব্যক্তি শিশুর বাসায় আসা যাওয়া করে। তাদের তালিকা ও তাদের শারীরিক পরিস্থিতির সার্বিক তথ্যাবলী কেন্দ্রে অবহিত করতে হবে।
- এই প্রশিক্ষণ মডিউল, নীতিমালা ও পদ্ধতি গুলো অবশ্যই সকল কর্মীদের রেকর্ড রাখতে হবে।

শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখার প্রস্তুতি

- শিশুর গ্রহণ, প্রস্থানের স্থানটি শিশু যত্নকেন্দ্রের মূল গেটের দূরে নির্ধারণ করতে হবে, তবে খেয়াল রাখতে হবে যে,
 - যদি যত্নকারীদের বিষয়টি পালন করা সম্ভব না হয় তবে এমন কোন স্থান নির্বাচন করতে হবে যেখানে ২ মিটার / ৬ ফুট দৈহিক দূরত্ব বজায় রাখা যাবে।
- কেন্দ্রে প্রবেশের সময় প্রধান প্রবেশদ্বারের কিছু দূরে তাপমাত্রা যাচাই করার ব্যবস্থা থাকতে হবে ও কেন্দ্রের ডিজাইন সে পরিকল্পনানুযায়ী করতে হবেঃ
 - তাপমাত্রা পরীক্ষা করার প্রক্রিয়া, প্রবেশের নিয়ম ও শর্তাদি (যেমন-পোস্টার) স্পষ্ট করে লিখে টানিয়ে রাখতে হবে।
 - পরীক্ষা পরিচালনাকারী কর্মী ও ব্যক্তির মধ্যকার ন্যূনতম দূরত্ব ২ মিটার / ৬ ফুট হতে হবে। স্টেশনটির চারপাশে নিরাপত্তা বেষ্টনী দিতে হবে।
 - শিশুদের ও পিতামাতা/অভিভাবকদের মধ্যকার দূরত্ব ২ মিটার / ৬ ফুট ব্যবধান বজায় রাখতে মার্কার, রং দিয়ে চিহ্ন/সংকেত ব্যবহার করতে হবে।
- সচেতনতা বাড়ানোর জন্য নির্ধারিত স্থান থেকে দৃশ্যমান কোভিড-১৯ এর বিস্তার রোধে সহায়ক স্বাস্থ্য ও সুরক্ষা ব্যবস্থা সম্পর্কিত নির্দেশনাগুলো ডাউনলোড, মুদ্রণ ও পোস্টার আকারে দিতে হবে। যেমন-
 - শারীরিক দূরত্ব
 - নিজেকে সুরক্ষা
 - কোভিড-১৯ ভাইরাস সম্পর্কিত তথ্য
 - হাত ধোয়া
 - কাশি শিষ্টাচার বিষয়ক
- বসার এবং খেলার জায়গার মধ্যকার স্থান বাড়াতে হবে যাতে শিশু ও যত্নকর্মীরা শারীরিক দূরত্ব (২ মিটার/ ৬ ফুট) বজায় রাখা যায়।
 - অতিরিক্ত চেয়ার, টেবিল ও আসবাবপত্র সরিয়ে শিশুকে মেঝেতে ছড়িয়ে বই পড়ার সুযোগ করে দিতে হবে।
 - খেলা জায়গা, টেবিলগুলোতে ও মেঝেতে মার্কার/ রং দিয়ে চিহ্ন রাখতে হবে।

20 New Child Day Care Centres

কেন্দ্রে চলাকালীন সময়

শিশু গ্রহণ ও প্রস্থানের সময় দৈনিক স্বাস্থ্য পরীক্ষা পরিচালন প্রক্রিয়া

- শিশু যত্নকেন্দ্রে কর্মী এবং কর্মরত অভিভাবককে মনে করিয়ে দিতে হবে যে কেউ অসুস্থ থাকাকালে কেন্দ্রে আসা থেকে বিরত থাকবে এবং কোভিড-১৯ এর কোন লক্ষণ ও উপসর্গ দেখা দিলে রিপোর্ট করতে হবে।
- শিশু যত্নকেন্দ্রে প্রবেশ / আগমনের পূর্বে শিশু, যত্নকর্মীরা এবং অন্যান্য ব্যক্তির স্বাস্থ্য পরীক্ষা করতে হবে।
 - যদি এটা যত্নকেন্দ্র কর্মীদের পক্ষে সম্ভব না হয় তবে টেলিফোন বা ভিডিও কনফারেন্সের মাধ্যমেও স্বাস্থ্য পরীক্ষা করা যেতে পারে।
 - শিশুকে প্রতিদিন যত্নকেন্দ্রে গ্রহণের আগে অবশ্যই বাড়িতে বসবাসরত অন্যান্য সদস্যদের স্বাস্থ্য তথ্য জেনে নিতে হবে।
- শিশু যত্ন কেন্দ্রে শিশুর আগমনের আগে সকল শিশু, শিশু যত্নকর্মী এবং অন্য কোন ব্যক্তিকে নিম্নলিখিত প্রশ্ন করা যেতে পারে:

আপনার শিশু বা পরিবারের অন্য কোন সদস্যের নিম্নলিখিত লক্ষণ গুলি আছে কিনাঃ

- জ্বর/জরাক্রান্ত,
- সর্দি ও কাশি
- ক্রনিক কাশি
- ঘন ঘন শ্বাস নেওয়া/শ্বাসকষ্ট
- গলা ব্যথা বা গিলতে অসুবিধা
- অনুভূতি কমে যাওয়া যেমন-স্বাদ ও গন্ধ
- শরীর ঠান্ডা হয়ে যাওয়া
- মাথাব্যথা
- ক্লান্তি/অস্থিরতা/পেশী ব্যথা হওয়া
- বমিবমি ভাব, ডায়রিয়া, পেটে ব্যথা
- কনজেকটিভাইটিস
- কোন কারণ ব্যতীত নাকে রক্ত জমা

আপনার শিশুর কোভিড-১৯ পরীক্ষা করেছেন কিনা বা উপযুক্ত পিপিআই পরিধান না করে কোভিড-১৯ সংক্রমিত কোন ব্যক্তির সংস্পর্শে গিয়েছে কিনা?

আপনি বা আপনার শিশু গত ১৪ দিনের মধ্যে মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রসহ দেশের বাইরে ভ্রমণ করেছেন কিনা?

20 New Child Day Care Centres

প্রতিদিন পরীক্ষার ফলাফলগুলোর রেকর্ড রাখাঃ

- স্বাস্থ্য পরীক্ষাকারী কর্মী মূল ফটকে প্রদর্শনীর রেকর্ড করবেন।
- সব রেকর্ড ওয়েবসাইটে লিপিবদ্ধ থাকবে। অবশ্যই ১২ মাসের রেকর্ড রাখতে হবে।
- কেন্দ্রে প্রবেশের আগে সব প্রশ্নের উত্তর না দেওয়া ব্যক্তিদের স্বাস্থ্য পরীক্ষার জন্য স্থানগুলোতে হ্যান্ড স্যানিটাইজার (৭০-৯০% এ্যালকোহল) রাখতে হবে।
- সব প্রশ্নের উত্তর হ্যাঁ দেওয়া ব্যক্তিদের শিশু যত্নকেন্দ্রে প্রবেশের অনুমতি দেওয়া যাবে না।
 - আমাদের ওয়েবসাইটে স্বাস্থ্য পরীক্ষার যাবতীয় তথ্যাদি সম্পর্কে জানতে ভিজিট করতে বলতে হবে।
- কর্মীদের স্বাস্থ্য পরীক্ষার পরেই শিশু যত্নকেন্দ্রে নেওয়া হবে। স্বাস্থ্য পরীক্ষার ফলাফল গ্রহণযোগ্য না হলে বিশেষ প্রয়োজন ছাড়া পিতামাতাদের শিশু যত্নকেন্দ্রে প্রবেশ করতে দেয়া হবে না।

উপস্থিতি রেকর্ড সংরক্ষণ জোরদার

- শিশু যত্নকেন্দ্রে প্রবেশকারী সব ব্যক্তির দৈনিক উপস্থিতির রেকর্ড বজায় রাখা। এর মধ্যে যত্নকর্মী, শিশু রক্ষণাবেক্ষণ কর্মী, কুক এবং সরকারী এজেন্সি কর্মচারী (যেমন- জনস্বাস্থ্য পরিদর্শক, ফায়ার ইন্সপেক্টর) গণ্য নয়।
- রেকর্ডে নিম্নলিখিত তথ্য অন্তর্ভুক্ত করতে হবেঃ নাম, সংস্থা, যোগাযোগের তথ্য, আগমন ও প্রস্থানের সময়, দেখার কারণ, পরিদর্শন রেকর্ড, স্বাস্থ্য পরীক্ষার ফলাফল।
- কোন শিশু, যত্নকারী অনুপস্থিত থাকলে রেকর্ড গুলো হালনাগাদ করতে হবে।
- শিশুর অপরিকল্পিত অনুপস্থিতির কারণ নির্ধারণের জন্য সকল অভিভাবকের সাথে কথা বলা এবং অনুপস্থিতির কারণ যদি অসুস্থতা হয় তাহলে লক্ষণ গুলো জেনে নিতে হবে (যেমন-জ্বর, গলা ব্যথা, কাশি)।
- কোভিড-১৯ পরীক্ষা করতে অসুস্থ শিশু ও শিশু যত্নকর্মীর পিতামাতাকে উৎসাহিত করতে হবে। জরুরী প্রয়োজনে ৩৩৩ নম্বরে ফ্রী ফোন করতে বলতে হবে।
- অপ্রয়োজনীয় দর্শনার্থীদের শিশু যত্ন কেন্দ্রে প্রবেশের অনুমতি দেওয়া উচিত নয়।
- উপস্থিতির রেকর্ড গুলো পর্যবেক্ষণ করতে হবে (যেমন-একই গুপে শিশু ও শিশু যত্নকর্মীরা বা একই সময়ে বা কিছু দিনের মধ্যে অনুপস্থিত)।
- উপস্থিতি রেকর্ড অবশ্যই সর্বদা ওয়েবসাইটে থাকতে হবে।

শিশু ও যত্নকর্মী সঠিক অনুপাতে বিন্যস্তকরণঃ

- শিশু ও যত্নকর্মী দলে বিভক্ত করতে হবে।
- একটি নির্দিষ্ট স্থান অনুযায়ী দলে ভাগ করতে হবে।
- শিশু যত্নকেন্দ্রের প্রতিটি কক্ষ / স্থানে সর্বাধিক ১০ জনের বেশি ব্যক্তির সমাগম রাখা যাবে যদি নির্ধারিত স্থানটি শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখার উপযোগী হয়। এর মধ্যে শিশু যত্ন কর্মী এবং শিশু উভয়ই অন্তর্ভুক্ত রয়েছে।
- শিশু যত্নের জন্য গ্রুপের আকার ৬ জনের বেশি করা যাবে না।

20 New Child Day Care Centres

- শিশু যত্নকেন্দ্রের কর্মীদের শিশু যত্নের দায়িত্ব এমনভাবে ডিজাইন করতে হবে যে, যেন সবাই সমাগম না করে কাজ করতে পারবে-
 - যেসব কর্মীদের শিশু যত্নকেন্দ্রের জন্য সরবরাহ করা হয়েছে এবং শিশু যত্নের দায়িত্ব দেয়া হয়েছে তারা এ সদস্য সংখ্যার মধ্যে থাকবে।
 - শিশু যত্নকেন্দ্রের মধ্যে একই কর্মীদের অন্য দলে নিযুক্ত যথাসম্ভব এড়াতে হবে। যদি কর্মীদের একই শিশু যত্ন কেন্দ্রের মধ্যে কোনও ভিন্ন নিযুক্ত করা হয় তবে একটি সার্জিকেল মাস্ক ব্যবহার করতে হবে।
- সকল কর্মপরিকল্পনা এমনভাবে সাজাতে হবে এক দলের সাথে অন্য দল না থাকে।

বিকল্প সময়সূচীর অন্তর্ভুক্তকরণঃ

-শিশু গ্রহণ প্রস্থানের সময়সূচি এমন করা যাতে পিতামাতা / অভিভাবকদের একত্রিত হতে বাধা দেয়।

-প্রাতঃরাশের সময় এবং মধ্যাহ্নভোজ খাবারের সময়।

-খেলার জায়গা বিভিন্ন দলের জন্য আলাদা রাখা

- যেখানে বিভিন্ন সংঘবদ্ধরা একই অভ্যন্তরীণ অঞ্চলটি ব্যবহার করছে (উদাঃ জিমনেসিয়াম)।
- যেখানে বিভিন্ন সংঘবদ্ধ গোষ্ঠীরা একই অভ্যন্তরীণ অঞ্চলটি ব্যবহার করছেন (যেমন: জিমনেসিয়াম)। কোহোর্টগুলির মধ্যে শারীরিক দূরত্ব বজায় থাকে এবং গ্রুপগুলি মিশে যায় না এটি শিশু যত্নকর্মীদের অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে।

-শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখতে না পারলে, গ্রুপগুলির মিশ্রণ রোধ করতে অস্থায়ীভাবে শারীরিক মিশ্রণ রোধে বেঁটনী (বাধা) ব্যবহার করার বিষয়টি বিবেচনা করুন। ব্যবহারকারী লম্বা হলে বেঁটনীর (বাধা) উচ্চতা বিবেচনা করা উচিত এবং ব্যবহারকারীদের শ্বাস-প্রশ্বাসের অঞ্চল বিবেচনা করা উচিত।

-শ্বাস প্রশ্বাসের অঞ্চলটি বাতাসের পকেট হিসাবে সংজ্ঞায়িত করা হয় যা থেকে কোনও ব্যক্তি শ্বাস নেয় এবং সাধারণত কোনও ব্যক্তির মুখের মাঝামাঝি প্রায় ৩০ সেন্টিমিটার বা ১২ ইঞ্চি (এবং উপরে) প্রসারিত করে।

- নিয়মিতভাবে এক ঘরে একাধিক কর্মী নিযুক্ত করার জন্য স্টাফিং পর্যাপ্ত হওয়া উচিত এবং অন্য কক্ষে যাওয়ার প্রয়োজন নেই।
- যদি সম্ভব হয় তবে শিশু যত্ন অপারেটরদের বিভিন্ন যত্ন কেন্দ্রে শিশু যত্ন কর্মীদের পুনরায় নিয়োগ করা উচিত নয়।
- শিশু যত্ন কর্মীদের বিভিন্ন সহকর্মীদের নিযুক্ত সহকর্মীদের জন্য কাভার করা বা লাঞ্চ বা বিরতির সময় বিভিন্ন রুম / অঞ্চলে কাজ করা যথাসম্ভব এড়ানো উচিত:

-যদি শিশু যত্নকর্মীদের কোন সহকর্মীর জন্য আলাদা দল / কক্ষে রাখতে হয় (যেমন বিরতি চলাকালীন) তাদের অবশ্যই এমনভাবে করা উচিত যা শারীরিক দূরত্ব যথাসম্ভব সর্বোত্তমভাবে বজায় রাখে এবং তাদের একটি চিকিৎসাবিহীন ফেস মাস্ক(আচ্ছাদন) বা মুখ ব্যবহার করা উচিত

20 New Child Day Care Centres

শারীরিক দূরত্ব অনুশীলন করুন

- শিশুকে সামাজিক করতে যখন একে অপরের সাথে মেলামেশা করার অনুমতি দেয় তখন শিশুদের মধ্যে যতটা সম্ভব শারীরিক দূরত্ব (যথা একটি দুই মিটার / ছয় ফুট দূরত্ব) বজায় রাখার অনুশীলন করুন।
- শারীরিক দূরত্ব বা কোনও শিশুর সুরক্ষা, সংবেদনশীল বা মানসিক সুস্থতার সাথে আপোস করা উচিত নয়।
- অ-শারীরিক অঙ্গাভঙ্গি (উদাঃ তরঙ্গ বা নোংরা বা মৌখিক “হ্যালো”) ব্যবহার করে শিশুদের একে অপরকে শূভেচ্ছা জানাতে উৎসাহিত করুন এবং ঘনিষ্ঠ অভিবাদন এড়িয়ে (উদাঃ আলিঙ্গন, হ্যান্ডশেক) চলুন।
- শিশুদের নিয়মিত মনে করিয়ে দিন অপরের জিনিসপত্রে হাত না রাখতে।
- কোন জিনিস ভাগ করে নেওয়ার নীতি এবং পদ্ধতি শক্তিশালী করুন। এর মধ্যে খাবার, জলের বোতল বা অন্যান্য ব্যক্তিগত আইটেম ভাগ না করার অনুশীলনটি শিশু যন্ত্রের সেটিং-এ অন্তর্ভুক্ত করা যেতে পারে।
- প্রতিটি শিশুর ব্যক্তিগত জিনিসপত্র রাখার জন্য পৃথক ঝুড়ি সরবরাহ করুন। এই বিষয়টিও শিশু যন্ত্রের সেটিংসে আনা যেতে পারে।
- ব্যক্তিগত জিনিসপত্রগুলি শিশুর নামের সাথে স্পষ্টভাবে লেবেল করা উচিত যাতে দুর্ঘটনাবশত এক জনের জিনিস অন্য কেউ ব্যবহার করতে না পারে।
- সামাজিক কার্যকলাপ প্রচার করার সময় শিশুদের মধ্যে ব্যবধান বাড়ায় এমন কার্যকলাপ এবং খেলাধুলার পরিকল্পনা করুন।
- ভাগভাগি করে খেলতে হয় এসব বস্তু বা খেলনা দ্বারা অনুষ্ঠিত কার্যকলাপগুলি এড়িয়ে চলুন।
- বাড়ির অভ্যন্তরে গান করা, চিৎকার করা বা উচ্চস্বরে কথা বলা থেকে বিরত থাকুন।
- খাট / বিশ্রামের মাদুর এবং কাঁকড়ার মধ্যে দূরত্ব বাড়ান। যদি স্থানটি সীমাবদ্ধ থাকে তবে শিশুদের মাথার থেকে টু বা পায়ের আঙুল থেকে পায়ের গোছা রাখুন।

স্বাস্থ্যকর হাত এবং শ্বাস প্রশ্বাসের শিষ্টাচার অনুশীলন করুন

- সাবান ও জল দিয়ে বা হাত স্যানিটাইজার (৭০-৯০% অ্যালকোহল ঘনত্ব) ব্যবহার করে আপনার হাত ভালোভাবে পরিষ্কার করুন যেন হাতে ময়লা দেখা না যায়।
- হাত না ধুয়ে আপনার চোখ, নাক ও মুখ স্পর্শ করা থেকে বিরত থাকুন।
- হাঁচি বা কাশি দেওয়ার সময় কনুই বা টিস্যু দিয়ে মুখ ঢাকুন। তাৎক্ষণিকভাবে টিস্যুটি আবর্জনায় ফেলে দিন এবং আপনার হাত ধুয়ে ফেলুন।

20 New Child Day Care Centres

- যেসব জায়গায় যেখানে শিশুরা স্বাধীনভাবে প্রবেশ করতে পারে না সেই জায়গাগুলিতে অতিরিক্ত হ্যান্ড স্যানিটাইজার (৭০-৯০% অ্যালকোহল কেন্দ্রীকরণ) সরবরাহ করুন। উদাহরণ- প্রাচীর মাউন্ট হ্যান্ড স্যানিটাইজার ডিসপেন্সার)
- শিশু যত্নকর্মীদের অবশ্যই শিশুর হাতের পরিষ্কার-পরিচ্ছন্নতা (সঠিক স্বাস্থ্যকরন) নিশ্চিত করতে হবে (যেমন-খাওয়ার আগে এবং পরে, বাথরুম ব্যবহার করার পরে, কাশি বা হাঁচি ঢাকা দেওয়ার পরে হাত ধোওয়া)।
- শিশু যত্নকারীদের অবশ্যই হাতের স্বাস্থ্যবিধি নিরীক্ষণ করতে পর্যাপ্ত পরিমাণে তরল সাবান, তাওয়েল পেপার, হ্যান্ড স্যানিটাইজার, টিস্যু এবং বর্জ্য রাখার প্লাস্টিকের ব্যাগ সরবরাহ নিশ্চিত করতে হবে।

স্ন্যাকস এবং খাবারের জন্য খাদ্য সুরক্ষা অনুশীলন গুলি সংশোধন করুনঃ

- শিশু যত্নকারীদের অবশ্যই খাদ্যাভ্যাসগুলি পরিবর্তন/সংশোধন করতে হবে যাতে খাবারের সময় স্ব-পরিবেশন বা খাবার ভাগাভাগি না করে।
- শিশুদের অবশ্যই পৃথক অংশে খাবার সরবরাহ করা উচিত।
- খাবার পরিবেশন করতে অবশ্যই পাত্র ব্যবহার করতে হবে।
- ভাগ করা পাত্র বা আইটেম সরবরাহ করবেন না (উদাঃ পরিবেশন চামচ, উপকরণ)।
- শিশুদের অবশ্যই অন্যদের সাথে ভাগ করে নেওয়া খাবার প্রস্তুত বা সরবরাহ করতে দেওয়া উচিত নয়।
- কমসূচির নিয়ম বহির্ভূত কোন খাবার শিশুর পরিবার অথবা পরিবারের বাইরের কোন স্থান থেকে সরবরাহ করা যাবে না। তবে শুধুমাত্র বিশেষ প্রয়োজনে এবং বিশেষ সতর্কতা অবলম্বন করে কিছু খাবার পরিবেশন করা যাবে। যেমন,বুকের দুধ।
- শুধুমাত্র নিয়মিত খাবার প্রদান কমসূচির আওতায় শিশুদের জন্য তার পরিবার দুপুরের খাবার এবং নাস্তা সরবরাহ করতে পারবে। উদাহরণ স্বরূপ, স্কুলগামী শিশুদের জন্য কমসূচি সমূহ। তবে এই খাবার গ্রহণের সঠিক পদ্ধতি এবং নীতিমালা রয়েছে। যেমন, খাবারের পাত্রগুলো পরিষ্কারের জন্য শিশুর বাড়িতে নিয়ে যেতে হবে, খাবার ভাগাভাগি করে খাওয়া যাবে না এবং কর্মচারীদের সাহায্য ছাড়া শিশুর নিজেরাই খাবারের বাটি খুলতে পারবে।
- খাবার তৈরি করার পূর্বে কর্মচারীদের এবং খাবার গ্রহণের আগে ও পরে প্রত্যেকের হাত পরিষ্কার ভাবে ধোয়া নিশ্চিত করতে হবে।

20 New Child Day Care Centres

পরিস্কার এবং জীবানুমুক্তকরণ কর্মসূচীর অনুশীলন সম্প্রসারণ করতে হবেঃ

- পাবলিক সিটিং ফ্যাক্টশীট সম্পর্কে জানার জন্য জনস্বাস্থ্য অন্টারিওর পরিস্কার এবং জীবানুনাশক নিয়মাবলী পর্যালোচনা করতে হবে।
- মেঝে, আসবাবপত্র সহ সকল কঠিন জিনিসের উপরিভাগের জীবানুনাশক সমূহের তালিকা নিচে দেওয়া হল।
 - জীবানুনাশক গুলোর অবশ্যই সনাক্তকরণ নম্বর থাকতে হবে।
 - প্রস্তুতকারকের নির্দেশাবলী অনুযায়ী পণ্যের মেয়াদ উত্তীর্ণের তারিখ পরীক্ষা করতে হবে।
- ক্লোরিন ব্লিচ দ্রবন কোন বস্তুর উপরিভাগের জন্য উপযুক্ত হলে জীবানুনাশক হিসেবে ব্যবহার করা যেতে পারে।
- লেবেলের নির্দেশাবলী অনুযায়ী বা এর অনুপাতে ক্লোরিন ব্লিচ দ্রবন প্রস্তুত করার নিয়ম :
১ চা চামচ (৫ মি.লি) ব্লিচ, ১ কাপ পানির (২৫০ মি.লি) সাথে মেশাতে হবে অথবা ৪ চা চামচ (২০ মি.লি) ব্লিচ ১ লিটার পানির সাথে মেশাতে হবে। এরপর খোলা বাতাসে ২ মিনিট অপেক্ষা করতে হবে। এবং প্রতিদিন নতুন ব্লিচ তৈরির বিষয় নিশ্চিত করতে হবে।
- পরিস্কারক এবং জীবানুনাশক দ্রব্য ব্যবহারের জন্য কর্মচারীদের প্রশিক্ষণ :
 - জীবানুনাশক সামগ্রী ব্যবহারের নির্দিষ্ট সময় সম্পর্কে নির্দেশনা প্রদান।
 - প্রয়োজনীয় ব্যক্তিগত সুরক্ষা সরঞ্জাম(পিপিই) প্রদান।
 - জীবানুনাশক দ্রব্যসমূহ ব্যবহারের নিয়ম সম্পর্কে দিক নির্দেশনা।
- চারপাশের পরিবেশ সাবস্ক্রিনিক ভাবে পরিস্কার ও জীবানুমুক্ত করার জন্য পরিকল্পিত ভাবে কর্মচারী নিয়োগ করতে হবে।
- দিনে অন্তত দুই বার হাত দিয়ে স্পর্শ করা হয় এমন জায়গা যেমন, দরজার নব, লাইটের সুইচ, টয়লেটের হাতল পরিস্কার এবং জীবানুমুক্ত রাখতে হবে।
- বৈদ্যুতিক যন্ত্রপাতি, খেলনা, বল এ ধরনের জিনিস যা একজনের হাত থেকে আরেক জনের সংস্পর্শে আসে তা প্রতিনিয়ত পরিস্কার রাখতে হবে।
- প্রতিদিন ব্যবহারের পর বেবিকট গুলো অবশ্যই পরিস্কার ও জীবানুমুক্ত করতে হবে।
- চাদর ও কস্মল প্রতিদিন লন্ডিতে দিতে হবে।
- যদি শিশুযত্ন কেন্দ্রটি অন্য কোন প্রতিষ্ঠানের সাথে সংলগ্ন থাকে তাহলে পরিস্কার এবং জীবানুমুক্ত করণের বিষয়টি আলোচনা সাপেক্ষে সিদ্ধান্ত নিতে হবে। খেলনা এবং অন্যান্য উপকরণের জন্য প্রয়োজনীয় ব্যবস্থা।

খেলনা, সরঞ্জাম এবং অন্যান্য উপকরণের প্রয়োজনীয়তা

- খেলনা এবং অন্যান্য ব্যবহার্য সামগ্রী এমন উপকরণ দ্বারা তৈরি হতে হবে যা সহজে পরিস্কার ও জীবানুমুক্ত করা যায়।
- কোন দামী বা ব্যয়বহুল খেলনা ব্যবহার করা যাবে না।

20 New Child Day Care Centres

- সম্ভব হলে নির্দিষ্ট খেলনা এবং খেলার কাঠামো একটি দলে অরপন করতে হবে।
- যে সব খেলনা শিশুদের চড়ার উপযোগী সে গুলোকে খেলার শেষ হওয়ার সাথে সাথে পরিস্কার করতে হবে।
- জীবানুমুক্ত করার পূর্বে খেলনাগুলো ভালোভাবে ধুয়ে নিতে হবে।
- কমপক্ষে ৮২ ডিগ্রী তাপমাত্রায় খেলনা গুলো ডিশ ওয়াসারে ধোয়া যাবে কিন্তু খেলনা ধোয়া ছাড়া এই ডিশওয়াশায় অন্য কোন কাজে ব্যবহার করা যাবে না।
- জীবানুমুক্ত করার পরে খেলনাগুলো খোলা বাতাসে শুকাতে হবে।
- শুকানোর পরে খেলনাগুলো সুরক্ষিত জায়গায় সংরক্ষন করতে হবে।
-
- যে সকল জিনিস পরিস্কার করা যাবে না সেগুলো ১ সপ্তাহ পর পর পরিবর্তন করতে হবে। যেমন, বই।
- ব্যবহৃত বইগুলো নির্দিষ্ট স্থানে সিলগালা করে রাখতে হবে এবং ১ সপ্তাহ পরে পুনরায় ব্যবহার করা যাবে।
- চিত্রাংকনের সরঞ্জামসমূহ আলাদা আলাদা বুড়িতে প্রত্যেকটি শিশুকে সরবরাহ করতে হবে।

ব্যক্তিগত সুরক্ষা সামগ্রীর ব্যবহার

- শিশুদের যত্নের সাথে সম্পৃক্ত সকল কর্মকর্তা কর্মচারী পি পি ই পরিধান করবে।
- দুই সপ্তাহ অন্তর ষ্টাফদের মাঝে পি পি ই সরবরাহ নিশ্চিত করতে হবে।
- যে সকল ক্ষেত্রে কর্মচারীদের অবশ্যই সার্জিক্যাল মাস্ক এবং ফেস শিল্ড ব্যবহার করতে হবে তা নিম্নরূপ :
 - শিশুদের সংস্পর্শে থাকার সময়।
 - শিশুদের কফ থুথু পরিস্কার করার সময়।
 - অসুস্থ শিশুর দেখভাল করার সময়।
 - বাচ্চাদের ডায়াপার পরিবর্তন, হাত ধোওয়ানো, খাওয়ানো, কাপড় পরানো ইত্যাদি।
- কফ, থুথু, রক্তপাত, অথবা সংক্রমিত অন্য কোন কিছুর সংস্পর্শে আসার সময় হ্যান্ড গ্লাভস পরিধান করতে হবে।
- শিশুদের কোলে নেওয়া এবং ডায়াপার পরিবর্তন করার সময় হ্যান্ড গ্লাভস পরতে হবে।

অসুস্থ শিশু এবং কর্মচারীদের আইসোলেশনে নেওয়ার নিয়মঃ

- কোন শিশু এবং কর্মচারীদের মধ্যে কোবিড-১৯ এর লক্ষণ দেখা দিলে তাকে দ্রুত নিয়ে কেন্দ্রে নিয়ে যেতে হবে এবং ফলাফল না পাওয়া পর্যন্ত বাড়িতে সেলফ আইসোলেশনে রাখতে হবে।
- অভিভাবকদের জরুরী যোগাযোগের ঠিকানা রাখতে হবে।
- অসুস্থ শিশুকে যে স্থানে রাখা হবে সেখানে হাত ধোয়ার সিংক অথবা হ্যান্ড স্যানিটাইজার রাখতে হবে এবং টিস্যু সরবরাহ করতে হবে।

20 New Child Day Care Centres

- অসুস্থ শিশুর ঘরের জানালা-দরজা সতর্কতার সাথে খুলে দিতে হবে।
- ২ বছরের বড় শিশুদের মাকস পরানোর অভ্যাস করতে হবে।
- পি পি ই এবং মাস্ক পরে কর্মচারীরা অসুস্থ শিশুর সেবা প্রদান করবে।
- অসুস্থ শিশুর পরীক্ষার ফলাফল নেগেটিভ আসলে ২৪ ঘন্টা পরে লক্ষন দূরীভূত হলে সে ডে -কেয়ারে আসতে পারবে।

- অসুস্থ শিশু সেন্টার ত্যাগ করার সাথে সাথে ঐ স্থান জীবানুমুক্ত করতে হবে।
- যদি কোন শিশু কোভিড-১৯ পজিটিভ হয় তবে সে ১৪ দিন নিজের বাড়িতে অবস্থান করবে এবং তার পর সংস্পর্শে আসা সকল ব্যক্তি কোভিড-১৯ পরীক্ষা করাবে।
- জনস্বাস্থ্যের অধীনে কোন শিশু অথবা কর্মচারী কোভিড-১৯ পজিটিভ হলে অথবা রোগীর সংস্পর্শে আসলে পুনরায় সেন্টার এ ফিরে যাওয়ার জন্য যে সকল নিয়মাবলী মেনে চলতে হবে তা নিম্নরূপ :

সেন্টারে ফেরার জন্য কর্মচারীদের নিজস্ব স্বাস্থ্য সুরক্ষা বিভাগে রিপোর্ট করতে হবে। ক্লিয়ারেন্স টেস্টের প্রয়োজন নাই।

পরিবার এবং অন্যান্যদের সাথে যোগাযোগ

- স্বাস্থ্য সুরক্ষার জন্য যোগাযোগের উন্নয়নের লক্ষ্যে বিভিন্ন মাধ্যমকে কাজে লাগাতে হবে। যেমন, সোশাল মিডিয়া, ই-মেইল, ওয়েব সাইড ইত্যাদি।
- শিশু সেন্টারে থাকা অবস্থায় অভিভাবকদের সাথে মোবাইল অথবা ভিডিও কনফারেন্সের মাধ্যমে যোগাযোগ করানো।
- পরিবারের কোন সদস্য অসুস্থ হলে ঐ পরিবারের কেউ সেন্টারে প্রবেশ করবে না।
- শিশু যত্ন কেন্দ্রটি অন্য কোন প্রতিষ্ঠান সংলগ্ন হলে ঐ প্রতিষ্ঠানের সকলের বিষয়ে খোঁজ খবর নিতে হবে।
- টরেন্টো জনস্বাস্থ্য কর্তৃক সরবরাহকৃত তথ্য সেন্টারের সংশ্লিষ্ট সকলের সাথে শেয়ার করতে হবে।

কর্মচারীদের স্বাস্থ্য সুরক্ষা

- নিয়োগকর্তার অবশ্যই কর্মচারীদের স্বাস্থ্য এবং সুরক্ষার বিষয়ে লিখিত নির্দেশনা প্রদান করতে হবে
- কর্মচারীদের সুরক্ষার বিষয়ে প্রত্যেক প্রদেশের সরকারের সুনির্দিষ্ট নির্দেশাবলী রয়েছে।
- কর্মচারীরা তাদের কর্মসূচল থেকেও সুরক্ষার বিষয়ে তথ্য জানতে পারবে।
- এছাড়াও স্বাস্থ্য এবং সুরক্ষার বিষয়ে অন্যান্য নির্দেশনা পাবলিক সাভিসের স্বাস্থ্য সুরক্ষা বিষয়ক ওয়েবসাইটে রয়েছে।