



# COVID-19 ԳՈՐԾԱՐԱՐ ՈՒՂԵՑՈՒՅՑ՝

Լոգիստիկ և  
պահեստային  
հաստատություններ

Յուլիսի 29, 2020թ

[covid19.ca.gov](https://covid19.ca.gov)



## ԱԿՆԱՐԿ

2020 թվականի մարտի 19-ին, Հանրային առողջապահության նահանգային տեսուչը և Կալիֆորնիայի Հանրային առողջապահության դեպարտամենտի տնօրենը հրաման են արձակել, որով պահանջվում է, որ կալիֆորնիացիների մեծ մասը մնա տանը՝ բնակչության շրջանում COVID-19-ի տարածումը խաթարելու նպատակով:

COVID-19-ի ազդեցությունը կալիֆորնիացիների առողջության վրա դեռևս լիովին հայտնի չէ: Նշված հիվանդությունը կարող է շատ թեթևից (որոշ մարդիկ ախտանիշ չունեն) վերածվել մահվան հանգեցնող ծանր հիվանդության: Որոշ խմբեր, ներառյալ 65 և ավելի բարձր տարիքի մարդիկ, և նրանք, ում մոտ առկա են բժշկական այնպիսի լուրջ խնդիրներ, ինչպիսիք են սրտի կամ թոքերի հիվանդությունը կամ շաքարախտը, հոսպիտալացման և լուրջ բարդացումների ավելի մեծ վտանգի տակ են: Հիվանդության փոխանցումն առավել հավանական է այն ժամանակ է, երբ մարդիկ գտնվում են վարակված անձի հետ սերտ շփման մեջ կամ վատ օդափոխվող տարածքում, նույնիսկ, եթե այդ մարդը չունի կամ դեռևս չի արտահայտել որևէ ախտանիշ:

Արդյունաբերության կամ մասնագիտական խմբերի կողմից՝ ներառյալ կրիտիկական ենթակառուցվածքների աշխատողների շրջանակը, COVID-19-ի քանակի և տեսակերի վերաբերյալ ճշգրիտ տեղեկություններ առայժմ հասանելի չեն: Մի շարք աշխատատեղերում բազմաթիվ բռնկումներ են եղել, ինչը ցույց է տալիս, որ աշխատողները COVID-19 վարակ ձեռք բերելու կամ փոխանցելու վտանգի տակ են: Այսպիսի աշխատատեղերի օրինակներից են հիվանդանոցները, երկարաժամկետ խնամքի հաստատությունները, բանտերը, սննդի արտադրությունը, պահեստները, մսի վերամշակման գործարանները և մթերային խանութները:

Քանի որ տանը մնալու որոշումները փոփոխված են, անհրաժեշտ է ձեռնարկել բոլոր հնարավոր քայլերը աշխատողների և հասարակության անվտանգության ապահովման ուղղությամբ:

Կանխարգելման հիմնական պրակտիկան ներառում է՝

- ✓ ֆիզիկական հեռավորություն առավելագույն հնարավոր չափով,
- ✓ աշխատողների (որտեղ շնչառական օրգանների պաշտպանություն չի պահանջվում) հաճախորդների/գնորդների կողմից դեմքի ծածկոցների կիրառում, և
- ✓ ձեռքերի հաճախակի լվացում և կանոնավոր մաքրում և ախտահանում,
- ✓ աշխատողների վերապատրաստում COVID-19 կանխարգելման պլանի այս և այլ տարրերի վերաբերյալ:

Բացի այդ, շատ կարևոր է աշխատավայրերում հիվանդության նոր դեպքերի հայտնաբերման ուղղությամբ համապատասխան գործընթացների իրականացումը և դրանց հաստատման դեպքում, առողջապահական մարմինների հետ համատեղ, արագ միջամտությունը՝ վարակի տարածումը դադարեցնելու համար:

# ՆՊԱՏԱԿ

Այս փաստաթուղթը լոգիստիկայի և պահեստավորման ոլորտում գործող բիզնեսների համար տրամադրում է ուղեցույցներ՝ աշխատողների համար անվտանգ, մաքուր միջավայր ապահովելու նպատակով: Այս ուղեցույցը նախատեսված չէ չեղարկելու կամ ուժը կորցրած ճանաչելու աշխատողի օրենքով, կանոնակարգերով կամ համատեղ սահմանված որևէ իրավունք, և չի հանդիսանում սպառիչ, քանի որ այն չի ներառում առողջության վերաբերյալ վարչաշրջանի հրամաններ, չի հանդիսանում գոյություն ունեցող անվտանգության և առողջությանն առնչվող կարգավորող պահանջների փոխարինող, ինչպես օրինակ՝ Cal/OSHA-ն:<sup>1</sup> Շարունակել մնալ իրազեկ Հանրային առողջության պահպանման ուղեցույցում և նահանգային/տեղական հրամաններում փոփոխությունների վերաբերյալ, քանի որ COVID-19-ի հետ կապված իրավիճակը շարունակվում է: Cal/OSHA-ն ունի անվտանգության և առողջապահական ավելի ցուցումներ COVID-19 [վարակի կանխարգելման լոգիստիկայի ոլորտի աշխատողների ու գործատուների](#) վեր կայքում: CDC-ի՝ [բիզնեսների և գործատուների](#) համար նախատեսված ուղեցույցում առկա են լրացուցիչ պահանջներ, ինչպես նաև [փոստի և ծանրոցների առաքման](#) յուրահատուկ ցուցումներ:

## Դեմքի ծածկոցների օգտագործման պահանջը

Հունիսի 18-ին, CDPH-ը հրապարակեց [Դեմքի ծածկոցների օգտագործման վերաբերյալ ուղեցույց](#), որը լայնորեն պահանջում է դեմքի ծածկոցների օգտագործում ինչպես հասարակության անդամների, այնպես էլ աշխատողների համար՝ բոլոր հասարակական և աշխատանքային վայրերում, որտեղ առկա է ազդեցության բարձր ռիսկ:

Կալիֆորնիայում մարդիկ պետք է կրեն դեմքի ծածկոցներ, երբ նրանք զբաղվում են աշխատանքով, լինի դա աշխատավայրում կամ աշխատավայրից դուրս՝

- հասարակության ցանկացած անդամի հետ անձամբ շփվելիս,
- հասարակության անդամների այցելած տարածքներում աշխատելիս, անկախ նրանից՝ թե հանրությունից որևէ մեկը ներկա է այդ պահին, թե ոչ,
- ցանկացած վայրում աշխատելիս, որտեղ պատրաստվում կամ փաթեթավորվում է սնունդ վաճառքի կամ այլ անձանց բաշխելու համար,
- ընդհանուր տարածքներում աշխատելիս կամ շրջելիս, ինչպիսիք են՝ միջանցքները, աստիճանները, վերելակները և կայանատեղիները,
- ցանկացած սենյակում կամ փակ տարածքում, որտեղ ներկա են այլ մարդիկ (բացառությամբ անձի սեփական տնային տնտեսության կամ բնակության վայրի անդամների), և չեն կարող ֆիզիկապես հեռավորություն պահել,
- ցանկացած հանրային փոխադրամիջոց կամ պարատրանզիտ (հատուկ միջանկյալ) տրանսպորտային միջոց, տաքսի կամ անձնական ավտոմեքենա կամ համատեղ փոխադրման տրանսպորտային միջոց վարելիս կամ գործարկելիս, որտեղ ուղևորները ներկա են: Ուղևորների բացակայության դեպքում, խստորեն խորհուրդ է տրվում դեմքի ծածկոցների օգտագործումը:

[Ուղեցույցում](#) կարող եք գտնել ամբողջական տեղեկատվությունը, ներառյալ բոլոր պահանջներն ու այս կանոններում արված բացառությունները: Դեմքի ծածկոցները խստորեն խրախուսվում են այլ հանգամանքներում, և գործատուները կարող են իրականացնել դեմքի ծածկոցին առնչվող լրացուցիչ պահանջներ՝ կատարելով իրենց պարտավորությունն աշխատողներին ապահով և առողջ աշխատավայր ապահովելու նպատակով: Գործատուները պարտավոր են աշխատողներին տրամադրել դեմքի ծածկոցներ կամ փոխհատուցեն աշխատողներին՝ դրանց ձեռք բերման ողջամիտ ծախսերի համար:

Գործատուները պետք է մշակեն փոխզիջման/կարգավորման քաղաքականություն ցանկացած աշխատողի համար, որը բավարարում է դեմքի ծածկոցի կրման բացառություններից մեկը: Եթե աշխատողը, ումից այլապես կպահանջվեր կրել դեմքի ծածկոց, այլ անձանց հետ հաճախակի շփման պատճառով, և, որ վերջինս, բժշկական վիճակով պայմանավորված, չի կարող կրել, ապա նրան պետք է տրամադրվի ոչ-սահմանափակով այլընտրանք, ինչպես օրինակ՝ դեմքի վահան, որի ստորին եզրին ամրացված է կտոր, եթե դա հնարավոր է, և թույլ է տալիս բժշկական վիճակը:

Այն բիզնես ընկերություններն, որոնք բաց են հանրության համար, պետք է գիտակցեն [CDPH-ի դեմքի ծածկոցների վերաբերյալ ուղեցույցում](#) առկա դեմքի ծածկոցների կրման վերաբերյալ բացառությունները և կարող են չբացառել հասարակության որևէ անդամի դեմքի ծածկոց չկրելու համար, եթե այդ անձը հետևում է [ուղեցույցին](#): Բիզնես ընկերությունները պետք է մշակեն քաղաքականություններ հաճախորդների, պատվիրատուների, այցելուների և աշխատողների շրջանում այս բացառությունների գործածման համար:



## Աշխատավայրին բնորոշ պլան

- Յուրաքանչյուր վայրում ստեղծել գրավոր, աշխատավայրին բնորոշ COVID-19-ի կանխարգելման պլան, իրականացնել բոլոր աշխատանքային ոլորտների և բոլոր աշխատանքային առաջադրանքների ռիսկերի համապարփակ գնահատում, և յուրաքանչյուր վայրում նշանակել անձ այս պլանն իրականացնելու համար:
- Ներառել [CDPH-ի դեմքի ծածկոցների վերաբերյալ ուղեցույցն](#) աշխատավայրին հատուկ պլանում և ընդգրկել բացառություններ գործարկելու քաղաքականություն:
- Պարզել այն վայրի տեղական առողջապահական բաժանմունքի կոնստակտային տվյալները, որտեղ գտնվում է հաստատությունը՝ աշխատողներին COVID-19-ի բռնկումների մասին տեղեկություններ հաղորդելու համար:
- Վերապատրաստել և հաղորդակցել աշխատողների և աշխատողների ներկայացուցիչների հետ պլանի վերաբերյալ, և այն հասանելի դարձնել աշխատողներին և նրանց ներկայացուցիչներին:
- Պարբերաբար գնահատել աշխատավայրի համապատասխանությունը պլանին և փաստաթղթին, և շտկել հայտնաբերված թերությունները:
- Ուսումնասիրել COVID-19-ով պայմանավորված ցանկացած հիվանդություն, և որոշել, թե արդյոք աշխատանքին առնչվող գործոնները կարող էին նպաստել վարակման ռիսկին: Անհրաժեշտության դեպքում թարմացնել պլանը՝ հետագա դեպքերը կանխելու նպատակով:
- [CDPH ուղեցիկների](#) համաձայն, իրականացնել անհրաժեշտ գործընթացներն ու ընթացակարգերը, երբ աշխատավայրում տեղի է ունենում բռնկում:
- Պարզել վարակակիր աշխատողի սերտ շփման շրջանակը (վեց ոտնաչափ հեռավորությամբ 15 կամ ավելի րոպեների ընթացքում) և ձեռնարկել քայլեր մեկուսացնելու COVID-19 դրական ախտորոշումով աշխատողին(ներին) և սերտ շփման շրջանակի անձանց:
- Հետևել ստորև բերված ուղեցիկներին: Այս պահանջի չկատարումը կարող է հանգեցնել աշխատավայրում հիվանդությունների առաջացման, որոնք էլ կարող են հանգեցնել գործողությունների ժամանակավոր դադարեցման կամ սահմանափակման:



## Թեմաներ աշխատողի վերապատրաստման համար

- Տեղեկատվություն [COVID-19-ի](#) մասին, թե ինչպես կանխել դրա տարածումը, և թե, որ ուղեկցող հիվանդությունները կարող են մեծացնել անհատների մոտ վարակվելու վտանգը:
- Ինքնազննում տանը, ներառյալ մարմնի ջերմաստիճանի և/կամ ախտանիշների ստուգում՝ օգտագործելով [CDC ուղեկիշները](#):
- Աշխատանքի չգալու կարևորությունը՝
  - Եթե աշխատողն ունի COVID-19-ի ախտանիշներ, ինչպես [նկարագրված է CDC-ի](#) կողմից, օրինակ՝ ջերմություն կամ սարսուռ (մրսելը), հազ, հեղ կամ դժվար շնչառություն, հոգնածություն, մկանային կամ մարմնի ցավեր, գլխացավ, համի կամ հոտի կորուստ, կոկորդի ցավ, քրի փակվածություն կամ արտադրություն, սրտխառնոց, փսխում կամ լուծ, ԿԱՄ
  - Եթե աշխատողի մոտ աշխտորոշվել է COVID-19 և վերջինս դեռ դուրս չի եկել մեկուսացումից, ԿԱՄ
  - Եթե վերջին 14 օրվա ընթացքում աշխատողը շփում է ունեցել մեկի հետ, ում մոտ ախտորոշվել է COVID-19, և որը համարվում է պոտենցիալ վարակիչ (այսինքն՝ դեռ մեկուսացման մեջ է):
- Վերադառնալ աշխատանքի այն բանից հետո, երբ աշխատողը COVID-19 ախտորոշում է ստանում միայն այն դեպքում, եթե առաջին ախտանշանների ի հայտ գալուց անցել է 10 օր, նրա ախտանիշները բարելավվել են, և աշխատողը վերջին 72 ժամվա ընթացքում չի ունեցել ջերմություն (առանց ջերմությունն իջեցնող դեղամիջոցների օգտագործման): Առանց ախտանշաններով աշխատողը, ում մոտ ախտորոշվել է COVID-19, կարող է վերադառնալ աշխատանքի միայն այն դեպքում, եթե COVID-19-ի առաջին թեստի դրական արդյունքի ամսաթվից անցել է 10 օր:
- Դիմել բժշկական օգնության, եթե նրանց ախտանիշները դառնում են ծանր, ներառյալ կայուն ցավ կամ ճնշման զգացում կրծքավանդակում, շփոթմունք կամ կապտավուն շրթունքներ կամ դեմք: Թարմացումները և հետագա մանրամասները հասանելի են [CDC կայքում](#):
- Օճառով և ջրով ձեռքի հաճախակի լվացման կարևորությունը, ներառյալ լվանալ օճառով 20 վարկյան (կամ առնվազն 60% էթանոլ (նախընտրելի) կամ 70% իզոպրոպանոլ (եթե ապրանքը պահվում առանց հսկողության երեխաների համար ոչ հասանելի տեղում) պարունակող ձեռքի ախտահանող միջոցի օգտագործումը, երբ աշխատողները չեն կարող հասնել լվացարան կամ ձեռքի լվացման վայր, ըստ [CDC ուղեկիշների](#)):
- Ֆիզիկական հեռավորության պահպանման կարևորությունը, ինչպես աշխատանքային վայրում, այնպես էլ վայրից դուրս գտնվելու ժամանակ (տե՛ս ֆիզիկական հեռավորություն բաժինը ստորև):

- Դեմքի ծածկոցների պատշաճ օգտագործում, այդ թվում՝
  - Դեմքի ծածկոցները չեն պաշտպանում կրող անձին և չեն հանդիսանում անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներ (personal protective equipment, PPE):
  - Դեմքի ծածկոցները կարող են օգնել պաշտպանել կրողին մոտ գտնվող մարդկանց, սակայն չեն փոխարինում ֆիզիկական հեռավորության և ձեռքերի հաճախակի լվացման անհրաժեշտությանը:
  - Դեմքի ծածկոցները պետք է ծածկեն քիթն ու բերանը:
  - Աշխատողները պետք է լվանան կամ ախտահանեն ձեռքերը դեմքի ծածկոցներն օգտագործելուց կամ կարգավորելուց հետո:
  - Խուսափել աչքերին, քիթն և բերանին դիպչելուց:
  - Դեմքի ծածկոցները չպետք է լինեն համատեղ օգտագործման, և յուրաքանչյուր օգտագործումից հետո պետք է լվացվեն կամ հեռացվեն:
- [CDPH դեմքի ծածկոցների օգտագործման վերաբերյալ ուղեցույցում](#), պարունակվող տեղեկատվություն, որը սահմանում է հանգամանքները, որոնց դեպքում պետք է կրել դեմքի ծածկոցները, և բացառությունները, ինչպես նաև քաղաքականությունները, աշխատանքային կանոնակարգերը և գործելակերպերը, որոնք գործատունն ընդունել է՝ դեմքի ծածկոցների օգտագործումն ապահովելու նպատակով: Վերապատրաստման դասընթացը պետք է ներառի նաև գործատուի վարած քաղաքականությունը, թե ինչպես վարվել այն մարդկանց հետ, ովքեր ազատված են դեմքի ծածկոց կրելուց:
- COVID-19-ի կանխարգելման քաղաքականության մեջ պատշաճ կերպով պատրաստված անկախ կապալառուի, ժամանակավոր կամ պայմանագրային աշխատողներին, ինչպես նաև հաստատության կամավորներին ապահովել անհրաժեշտ պարագաներով և անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներով: Այս պարտականությունները ժամանակից շուտ քննարկել ժամանակավոր և/կամ պայմանագրային աշխատողների հետ:
- Տեղեկատվություն վճարովի արձակուրդի նպաստների վերաբերյալ, որ աշխատողը կարող է իրավունակ լինել ստանալու, ինչը ֆինանսապես ավելի կհեշտացնի վերջինիս տանը մնալը: Տե՛ս լրացուցիչ տեղեկատվություն [Covid-19-ի համար հիվանդության արձակուրդի և աշխատողի փոխհատուցման աջակցման կառավարության ծրագրերի](#) վերաբերյալ, ներառյալ՝ [Ընտանիքների համար կորոնավիրուսի առաջին արձագանքման ակտի](#) շրջանակում աշխատողի հիվանդության արձակուրդի մասով իրավունքները, և աշխատողի իրավունքները՝ աշխատողների փոխհատուցման նպաստների և աշխատանքով պայմանավորված COVID-19-ով վարկման կանխավարկածի՝ համաձայն նահանգապետի [N-62-20 գործադիր հրամանի](#), մինչ այն գտնվում է ուժի մեջ:



## Անհատական հսկողության միջոցառումներ և զննում

- Ապահովել ջերմաստիճանի և/կամ ախտանիշի ստուգումներ բոլոր աշխատողների համար՝ նրանց հերթափոխի սկզբում, և բոլոր մատակարարիների, կապալառուների կամ այլ աշխատողների, որոնք մուտք են գործում հաստատություն: Որքան հնարավոր է խուսափել հպել ջերմաստիճանի/ախտանիշի ստուգման սարքը աշխատողներին:
- Եթե պահանջվում է ինքնազննում տանը, ինչը համապատասխան այլընտրանք է այն հաստատությունում ապահովելու համար, համոզվել, որ ստուգումն իրականացվել է նախքան աշխատողի տանից դուրս գալը՝ հերթափոխի համար, և որ նա հետևում է [CDC ուղեցուցիչներին](#), ինչպես նկարագրված է վերոնշյալ՝ «Թեմաներ աշխատողի վերապատրաստման համար» բաժնում:
- Այն աշխատողներին, ովքեր հիվանդ են կամ COVID-19-ի ախտանիշներ ունեն, խրախուսել տանը մնալ:
- Գործատուները, անհրաժեշտության դեպքում, պետք է տրամադրեն և ապահովեն աշխատողներին՝ օգտագործել բոլոր անհրաժեշտ պաշտպանիչ սարքավորումները, ներառյալ աչքերի պաշտպանություն ու ձեռնոցներ:
- Գործատուները պետք է հաշվի առնեն, թե որտեղ կարող է մեկանգամյա օգտագործման ձեռնոցների կիրառումը օգտակար լինել ի լրումն ձեռքերի հաճախակի լվացման կամ ձեռքերի ախտահանիչ միջոցի օգտագործման, այս օրինակներն այն աշխատողների համար են, ովքեր զննում են մյուսների ախտանիշները կամ գործածում ընդհանուր օգտագործման իրեր:



## Մաքրման և ախտահանման ընթացակարգեր

- Կատարել մանրակրկիտ մաքրում այնպիսի բարձր երթևեկության վայրերում, ինչպիսիք են ընդմիջման սենյակները, ճաշարանները և հանդերձարանները, ինչպես նաև մուտքի և ելքի տարածքները, ներառյալ, աստիճաններն ու աստիճանավանդակները, շարժասանդուղիները և վերելակների ղեկավարման վահանակները: Հաճախակի ախտահանել սովորաբար օգտագործվող մակերեսները՝ ներառյալ սեղանները, հարմարությունները, դռան փականները, գուլգարանները և ձեռքի լվացման հարմարությունները:
- Մաքրել օգտագործվող մակերեսները՝ հերթափոխների կամ օգտագործողների միջանկյալ հատվածում՝ կախված, թե դրանցից որն է ավելի հաճախակի իրականացվում՝ ներառյալ, սակայն առանց աշխատանքային մակերեսներով սահմանափակվելու, մեխանիզմները, գործիքները, սարքավորումները, դարակները, պահեստային սենյակները, բռնակները, սողնակներն ու կողպեքները, անշարժ և շարժական սարքավորումների ղեկավարման վահանակները:



- Աշխատողներից պահանջել և տրամադրել բավարար ժամանակ՝ լվանալ կամ ախտահանել ձեռքերը համատեղ օգտագործվող այնպիսի սարքավորումների վրա աշխատելու միջակայքում, ինչպիսիք են տաբլետային ժամացույցը և ամբարձիչը: Ինչքան հնարավոր է խուսափել հեռախոսների այլ գրասենյակային պարագաների կամ սարքավորումների համատեղ օգտագործումից: Երբեք համատեղ չօգտագործել անհատական պաշտպանիչ սարքավորումները:
- Մաքրել առաքման տրանսպորտային միջոցները և սարքավորումները առաքումից առաջ և հետո, տեղափոխել առաքման ընթացքում լրացուցիչ սանիտարական նյութեր և յուրաքանչյուր առաքման կանգառի ժամանակ օգտագործել մաքուր անձնական պաշտպանիչ միջոցներ:
- Առաքող վարորդների համար երթուղիների ընթացքում սովորաբար հասանելի հանդերձարանները (օրինակ՝ ռեստորաններում, սրճարաններում) կարող են փակվել: Գործատուները պետք է աշխատողներին տրամադրեն այլընտրանքային զուգարաններ և տրամադրել աշխատողներին բավարար ժամանակ՝ դրանց օգտագործման համար:
- Աշխատողներին հատկացնել ժամանակ իրենց հերթափոխի ընթացքում՝ մաքրում իրականացնելու համար: Մաքրման գործողությունները պետք է հանձնարարվեն աշխատանքային ժամերին, որպես աշխատողների աշխատանքային պարտականությունների մաս:
- Համոզվել, որ սանիտարական հաստատությունները միշտ մնում են գործող և պահեստավորված և անհրաժեշտության դեպքում տրամադրում են լրացուցիչ օճառ, թղթե սրբիչներ և ձեռքի ախտահանիչ միջոցներ: Անհրաժեշտությունից և հարմարավետությունից ելնելով՝ տրամադրել լրացուցիչ սանիտարական հաստատություններ (շաբաթական զուգարաններ և ձեռքի լվացման կայաններ):
- Հնարավորության դեպքում զիգզագաձև դասավորել ընդմիջումները՝ ապահովելու ֆիզիկական հեռավորությունը և տրամադրել բավարար ժամանակ՝ զուգարանները հաճախակի մաքրելու համար:
- Զիմիական ախտահանիչներ ընտրելիս գործատուները պետք է օգտագործեն COVID-19-ի դեմ օգտագործման համար հաստատված և [Շրջակա միջավայրի պահպանության գործակալության \(EPA\) կողմից հաստատված](#) ցանկում ներառված արտադրատեսակներ, և հետևեն արտադրատեսակի օգտագործման ցուցումներին: Օգտագործել ախտահանիչներ, պիտակավորված՝ որպես արդյունավետ միջոց ի դեմս առաջացող վիրուսային պաթոգենների, նոսր կենցաղային սպիտակեցնող լուծույթներ (5 ճաշի գդալ մեկ գալոն ջրի համար), կամ ալկոհոլային լուծույթներ առնվազն 70% ալկոհոլի պարունակությամբ, որոնք համապատասխան են տվյալ մակերեսին: Աշխատողներին տրամադրել դասընթացներ քիմիական վտանգների, արտադրողի ցուցումների, օդափոխության պահանջների, և Cal/OSHA պահանջների վերաբերյալ՝ անվտանգ օգտագործման նպատակով: Մաքրող կամ ախտահանող

միջոցներ օգտագործող աշխատողները պետք է հագնեն ձեռնոցներ, ինչպես  
դա պահանջվում է արտադրանքի ցուցումներով: Հետամուտ լինել  
Հանրային առողջապահության Կալիֆորնիայի դեպարտամենտի կողմից  
[առաջարկվող մաքրման անշնչաբազել մեթոդներին](#) և ապահովել պատշաճ  
օդափոխությունը:

- Աշխատողները պետք է ստանան և օգտագործեն պաշտպանիչ  
սարքավորումներ, երբ բեռնաթափում և պահեստավորում են  
առաքվող ապրանքները: Ապրանքները պահեստներում և  
հաստատություններում պահեստավորելուց առաջ, աշխատողները  
պետք է ստուգեն առաքումները և իրականացնեն ախտահանման  
միջոցառումներ, եթե առաքումները կեղծման են թվում:
- Հնարավորության դեպքում, չմաքրել հատակներն ավելի քան այլ  
մեթոդներով, որոնք կարող են ցրել պաթոգենները օդի մեջ:  
Հնարավորության դեպքում օգտագործե՛ք HEPA զտիչով վակուում:
- Դիտարկել բարձր արդյունավետությամբ աշխատող դյուրակիր  
օդամաքիչների տեղակայումը, հնարավորինս բարձր  
արդյունավետությամբ օդազտիչներով շինության արդիականացումը և այլ  
փոփոխությունների կատարումը, աշխատանքային և ընդմիջման  
վայրերում արտաքին օդի և օդափոխության քանակը մեծացնելու համար:



## Ֆիզիկական հեռավորության պահպանման ուղեցիշներ

- Իրականացնել միջոցառումներ աշխատողների միջև նվազագույնը վեց  
ոտնաչափ ֆիզիկական հեռավորության ապահովման համար՝ ներառյալ  
փոխադրող անձնակազմը: Սա կարող է ներառել ֆիզիկական  
միջնապատերի կամ տեսողական ցուցանակների օգտագործումը,  
ինչպիսիք են հատակի գծանշանները, գունավոր ժապավենը կամ  
նշանները՝ աշխատողներին ցույց տալու համար, թե որտեղ պետք է նրանք  
կանգնած լինեն:
- Նվազագույնի հասցնել պահեստի աշխատողների և փոխադրման ոլորտի  
աշխատակիցների միջև գործարքի ժամանակահատվածը:  
Հնարավորության դեպքում մուտքի գրանցումներն ու թղթաբանությունն  
իրականացնել թվային տարբերակով:
- Ձևափոխել աշխատավայրերը և ընդհանուր բացօթյա տարածքներն  
այնպես, որ աշխատողների միջև առնվազն վեց ոտնաչափ տարածություն  
պահպանվի:
- Հաշվի առնել այն աշխատողներին, ովքեր հայցում են փոփոխված  
պարտականությունների այնպիսի տարբերակներ, որոնք նվազագույնի են  
հասցնում իրենց կապը հաճախորդների և այլ աշխատողների հետ  
(օրինակ՝ վարչական կարիքների կառավարումը հեռահաղորդակցման  
միջոցով):

- Օգտագործել հետևյալ հիերարխիան՝ կանխելու COVID-19-ի տարածումը աշխատանքային վայրերում, հատկապես այն դեպքերում, երբ ֆիզիկական հեռավորությունը դժվար է պահպանել. տեխնիկական վերահսկողություն, վարչական վերահսկողություն և անհատական պաշտպանիչ սարքավորումներ:
  - Ինժեներական վերահսկողությունը ներառում է աշխատողների միջև ֆիզիկական կամ տարածական այնպիսի խոչընդոտների ստեղծումը, ինչպիսիք են սահմանափակող ապակին կամ այլ ուժեղ և անթափանց միջնապատերը:
  - Վարչական վերահսկողությունը ներառում է հերթափոխերի քանակի ավելացում՝ միաժամանակ ներկա անձնակազմի քանակը նվազեցնելու և համապատասխան ֆիզիկական հեռավորություն ապահովելու նպատակով:
  - Անհատական պաշտպանիչ սարքավորումները ներառում են դեմքի պաշտպանիչ վահանակներ, [որոշ տեսակի դիմակներ](#), անթափանց ձեռնոցներ: Պետք է ուշադրություն դարձնել, որ որոշ մեկանգամյա օգտագործման սարքավորումներ, ինչպիսիք են ռեսպիրատորները, առաջնային նշանակություն ունեն առողջապահական ոլորտի և պաթոգեններով զբաղվող աշխատակիցների համար և չպետք է օգտագործվեն այլ ձևով:
- Կարգավորել անվտանգության և այլ հանդիպումներ՝ ֆիզիկական հեռավորությունն ապահովելու համար և շինությունում կազմակերպել ավելի փոքր անհատական անվտանգ հանդիպումներ՝ հետամուտ լինելու ֆիզիկական հեռավորության պահպանման ուղեցույցները:
- Անհրաժեշտության դեպքում օգտագործել աշխատանքային մեթոդներ՝ տարածքում աշխատողների միաժամանակ գտնելու թիվը սահմանափակելու: Սա կարող է ներառել պլանավորում (օրինակ՝ հերթափոխի սկզբի/ավարտի ժամերի կարգավորում) կամ հերթափոխի ընթացքում նախատեսված տարածք անձնակազմի մուտքի փոփոխություն: Նախապատրաստել աշխատանքային հրապարակը՝ աշխատանքը սկսելու և անձնակազմների գործի կրկնօրինակումը սահմանափակելու համար:
- Սահմանել աշխատակիցների թվի հավելյալ սահմանափակումներ փակ տարածքներում, որտեղ վեց ոտնաչափ տարածությունը կարող է չբավարարել վարակի տարածումը կանխարգելելու համար:
- Կարգավորել աշխատողի ընդմիջումները, աշխատավարձի և ժամի կանոնակարգերի համաձայն՝ պահպանելու ֆիզիկական հեռավորության վերաբերյալ ընթացակարգերը:
- Փակել ընդմիջման սենյակները, օգտագործել խոչընդոտներ կամ ավելացնել սեղանների/աթոռների միջև հեռավորությունը՝ աշխատողներին առանձնացնելու և ընդմիջումների ժամանակ հավաքներից խուսափելու համար: Հնարավորության դեպքում ստեղծել բացօթյա ընդմիջման տարածքներ՝ սովորաբար ծածկոցներով և նստատեղերով, որոնք ապահովում են ֆիզիկական հեռավորությունը:

- Փակել ընդհանուր տարածքները, որտեղ, ամենայն հավանականությամբ, անձնակազմը կարող է հավաքվել և շփվել (օրինակ՝ մինի-խոհանոցներ, ընդմիջման սենյակներ և այլն): Թույլ չտալ, որ աշխատողները հավաքվեն ծանր երթևեկ ունեցող վայրերում:

---

Ինոցելի բնակչության համար անհրաժեշտ է հաշվի առնել լրացուցիչ պահանջներ: Լոգիստիկայի և պահեստավորման ոլորտը պետք է համապատասխանի [Cal/OSHA](#) (Աշխատանքի և առողջության պաշտպանության դաշնային գործակալություն) բոլոր չափորոշիչներին և պատրաստ լինի հետևելու իրենց ուղեցույցին, ինչպես նաև [Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնների \(CDC\)](#) և [Հանրային առողջապահության Կայիֆորնիայի դեպարտամենտ \(CDPH\) ուղեցույցին](#): Բացի այդ, գործատուները պետք է պատրաստ լինեն փոփոխել իրենց գործողությունները, քանի որ այդ ուղեցույցները փոխվում են:

