

# ਕੋਵਿਡ-19 ਉਦਯੋਗਿਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ:

ਅਜਾਇਬ ਘਰ, ਗੈਲਰੀਆਂ,  
ਚਿੜੀਆ ਘਰ, ਅਤੇ ਜਲ-  
ਜੀਵਸ਼ਾਲਾ (ਐਕਵੇਰੀਅਮ)

20 ਅਕਤੂਬਰ, 2020

ਇਹ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਸੈਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਪਰਦੇਸ਼ ਵਿੱਚ ਖੋਲ੍ਹਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਅਧਿਕਾਰੀ, ਮਹਾਂਮਾਰੀ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਥਾਨਕ ਹਾਲਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਧੇਰੇ ਸਖਤ ਨਿਯਮ ਲਾਗੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਸਲਈ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਖੋਲ੍ਹਣ-ਸੰਬੰਧੀ ਸਥਾਨਕ ਢੁਕਵੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਵੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

## ਸਾਰ

19 ਮਾਰਚ, 2020 ਨੂੰ, ਸਟੇਟ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਅਫਸਰ ਅਤੇ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੇ ਇਕ ਆਦੇਸ਼ ਜਾਰੀ ਕੀਤਾ ਜਿਸ ਵਿਚ ਕੁੱਲ ਆਬਾਦੀ ਵਿੱਚੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਘਰ ਰਹਿਣ ਦੀ ਲੋੜ ਸੀ।

ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਤੇ ਕੋਵਿਡ -19 ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਬਾਰੇ ਅਜੇ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਰਿਪੋਰਟ ਕੀਤੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਸੀਮਾ ਬਹੁਤ ਹਲਕੀ (ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਿਲਕੁਲ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ) ਤੋਂ ਗੰਭੀਰ ਹੈ ਜਿਸਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਮੌਤ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਕੁਝ ਸਮੂਹ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ 65 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦਾ ਗੰਭੀਰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਜਾਂ ਫੇਫੜੇ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸ਼ੂਗਰ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਪੈਦੀਦਾਰੀਆਂ ਦੇ ਵੱਧ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹਨ। ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਲੋਕ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਹੋਣ ਜਾਂ ਮਾੜੇ ਹਵਾਦਾਰ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਭਾਵੇਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜਾਂ ਅਜੇ ਤਕ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੋਏ ਹਨ।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਸੰਰਚਨਾ-ਸਬੰਧੀ ਵਰਕਰਾਂ ਸਮੇਤ ਉਦਯੋਗ ਜਾਂ ਕਿੱਤਾਮੁਖੀ ਸਮੂਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਸੰਖਿਆ ਅਤੇ ਦਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਟੀਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ ਸਮੇਂ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਾਰਜ-ਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਕੋਪ ਹੋ ਚੁੱਕੇ ਹਨ, ਜੋ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਨਾਲ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਹੋਣ ਜਾਂ ਫੈਲਣ ਦਾ ਜੋਖਮ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਕਾਰਜ-ਸਥਾਨਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ, ਲਬੋ-ਸਮੇਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਸਹੂਲਤਾਂ, ਜੇਲ੍ਹਾਂ, ਭੋਜਨ ਉਤਪਾਦਨ, ਗੋਦਾਮ, ਮੀਟ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਪਲਾਂਟ, ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ, ਅਤੇ ਕਰਿਆਨੇ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਘਰ-ਵਿੱਚ-ਰਹਿਣ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੋਧਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਇਹ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਜਨਤਾ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਸੰਭਵ ਕਦਮ ਚੁੱਕੇ ਜਾਣ।

ਮੁੱਖ ਰੋਕਥਾਮ ਅਭਿਆਸਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ✓ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵੀ ਹੱਦ ਤਕ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ,
- ✓ ਵਰਕਰਾਂ (ਜਿੱਥੇ ਸਾਹ-ਸਬੰਧੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ) ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ/ਗਾਹਕਾਂ/ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਵੱਲੋਂ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ
- ✓ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣਾ ਅਤੇ ਨਿਯਮਤ ਸਫ਼ਾਈ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਹੋਣਾ,
- ✓ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਰੋਕਥਾਮ ਯੋਜਨਾ ਦੇ ਹੋਰ ਤੱਤਾਂ ਬਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣਾ।

ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਕਾਰਜਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਨਵੇਂ ਕੇਸਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰ ਲਏ ਜਾਣ ਤੇ, ਜਲਦੀ ਦਖਲ ਦੇਣ ਅਤੇ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਅਥਾਰਟੀਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇਗਾ।

## ਉਦੇਸ਼

ਇਹ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਲਈ ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ, ਗੈਲਰੀਆਂ, ਬਨਸਪਤੀ ਬਾਗਾਂ (ਬਟਾਨੀਕਲ ਗਾਰਡਨਸ), ਚਿੜੀਆਘਰਾਂ, ਐਕਵੇਰੀਅਮਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਜਿਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ (ਸਮੂਹਕ ਤੌਰ 'ਤੇ "ਅਜਾਇਬ ਘਰ" ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ) ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਵਾਤਾਵਰਣ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਲਈ ਇਹ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਕਾਉਂਟੀ ਲਈ ਜਿੱਥੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਕਾਉਂਟੀ ਜੋਖਮ ਪੱਧਰ ਦੀ ਪਛਾਣ ਅਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦੇ ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨ:

- **ਜਾਮਨੀ – ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫੈਲਿਆ ਹੋਇਆ – ਟੀਅਰ 1:** ਆਉਟਡੋਰ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰਕ-ਬਦਲਾਵਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
- **ਲਾਲ – ਕਾਫੀ – ਟੀਅਰ 2:** ਇਨਡੋਰ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਪਰ ਇਹ 25% ਤੱਕ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸੰਸ਼ੋਧਨਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
- **ਸੰਤਰੀ – ਦਰਮਿਆਨਾ – ਟੀਅਰ 3:** ਇਨਡੋਰ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ ਪਰ ਇਹ 50% ਤੱਕ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਤੱਕ ਹੀ ਸੀਮਤ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸੰਸ਼ੋਧਨਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।
- **ਪੀਲਾ – ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ – ਟੀਅਰ 4:** ਇਨਡੋਰ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਪੂਰੀ ਸਮਰੱਥਾ ਮੁਤਾਬਕ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਸੰਸ਼ੋਧਨਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਕਾਉਂਟੀ ਦੀ ਟੀਅਰ ਸਥਿਤੀ ਉੱਤੇ ਸਭ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅੱਪਡੇਟ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, [Blueprint for a Safer Economy \(ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਰਥ-ਵਿਵਸਥਾ ਲਈ ਖਰੜਾ\) ਦੇਖੋ](#)। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਨੋਟ ਕਰੋ ਕਿ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਮਹਿਕਮਿਆਂ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਾਬੰਦਤਾ ਮਾਨਦੰਡ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮਾਪਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। [ਆਪਣੀ ਕਾਉਂਟੀ ਦੀ ਸਥਾਨਕ ਜਾਣਕਾਰੀ](#) ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ।

**ਨੋਟ:** ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ [ਉਦਯੋਗਿਕ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ 'ਤੇ, ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ ਦੇ ਹੋਰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਪਹਿਲੂ ਅਤੇ ਸੇਵਾ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਸੰਚਾਲਕਾਂ ਲਈ ਇਸ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵਿਚਲੇ ਸੁਧਾਰਕ ਬਦਲਾਵਾਂ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਅਤੇ ਪਾਲਣ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਜਿਹੇ ਸੰਚਾਲਨਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

- ਆਰਕੇਡ ਜਾਂ ਗੇਮਾਂ (ਪਰਿਵਾਰਕ ਮਨੋਰੰਜਨ ਕੇਂਦਰਾਂ ਲਈ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ)
- ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ, ਭੋਜਨ ਸੇਵਾ (ਫੂਡ ਸਰਵਿਸ), ਅਤੇ ਰਿਆਇਤਾਂ (ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ)
- ਬਾਰ (ਬਾਰ, ਬਰੂਅਰੀਜ਼, ਅਤੇ ਡਿਸਟਿਲਰੀਜ਼ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ)
- ਉਪਹਾਰ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚੂਨ ਓਪਰੇਸ਼ਨ (ਪਰਚੂਨ ਸਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ)
- ਪਹਿਰੇਦਾਰੀ ਜਾਂ ਹਿਰਾਸਤ ਵਾਲੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਸੀਮਿਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ)
- ਆਉਟਡੋਰ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ([CDPH ਆਉਟਡੋਰ ਖੇਡ ਦੇ ਮੈਦਾਨ ਦਾ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਦੇਖੋ)

ਕਨਵੈਨਸ਼ਨ ਸਪੇਸ ਵਾਲੇ ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ, ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਲਈ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ, ਨਿੱਜੀ ਸਮਾਗਮਾਂ ਲਈ ਹੋਰ ਸਥਾਨ ਆਦਿ, ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਬੰਦ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਮੁੜ-ਖੋਲ੍ਹਣ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ ਅਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਰਾਹੀਂ ਸੰਸ਼ੋਧਿਤ ਜਾਂ ਪੂਰੇ ਸੰਚਾਲਨ ਨੂੰ ਮੁੜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲਾਈਵ ਐਨੀਮਲ ਸ਼ੋ, ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂ-ਨਾਸ਼ਕ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ। ਸਾਰੇ ਵੱਡੇ ਸਮਾਗਮਾਂ ਜਾਂ ਇਕੱਠਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸਮਾਰੋਹ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਪਾਰਟੀਆਂ/ਸਮਾਗਮਾਂ, ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਰੱਦ ਜਾਂ ਮੁਲਤਵੀ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਅਜਿਹੀਆਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਮੁੜ ਚਾਲੂ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਜਾਂਦੀ।

ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਰੱਦ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਅਸਕ੍ਰਿਅ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਾਂ ਸੰਵਿਧਾਨਿਕ, ਨਿਯਾਮਕ ਜਾਂ ਫਿਰ ਸਮੂਹਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਦੇਸ਼ਾਵਲੀ ਦੇ, ਅਤੇ ਇਹ ਸੰਪੂਰਨ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਵਿੱਚ ਕਾਉਂਟੀ ਸਿਹਤ ਆਰਡਰ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹਨ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਇਹ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮੌਜੂਦਾ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਨਿਯਾਮਕ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਬਦਲ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ Cal/OSHA ਦੀ ਲੋੜ<sup>1</sup> ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਅਤੇ ਪਰਦੇਸ਼/ਸਥਾਨਕ ਆਰਡਰਾਂ ਵਿੱਚਲੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਬਾਰੇ ਅਪਡੇਟ ਰਹੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਜਾਰੀ ਹੈ। Cal/OSHA ਵਿੱਚ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਤੇ [Cal/OSHA ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਵੈਬਪੇਜ ਉੱਤੇ ਹੋਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ ਉਪਲਬਧ ਹਨ](#)। CDC ਦੀਆਂ ਕਾਰੋਬਾਰਾਂ ਅਤੇ ਮਾਲਕਾਂ ਲਈ ਇਸਦੇ [ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਵਿੱਚ ਅਤਿਰਿਕਤ ਲੋੜਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

## ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਦੀ ਲੋੜੀਂਦੀ ਵਰਤੋਂ

18 ਜੂਨ ਨੂੰ, CDPH ਨੇ [ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਉੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਵਿਆਪਕ ਤੌਰ ਤੇ ਸਾਰੇ ਜਨਤਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਸਾਰੀਆਂ ਅਜਿਹੀਆਂ ਸਾਰਵਜਨਿਕ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਜਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਸਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਦਾ ਵੱਧ ਖਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਛੋਟਾਂ ਸਮੇਤ, ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਇਸ [ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਵਿੱਚ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

[CDPH ਦੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਢਕਣ-ਸਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਕਾਰਕ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਫੈਲਾਅ ਦੀ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿਸ਼ਿਸ਼ਟ ਸਮਝ ਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਅਤਿਰਿਕਤ ਅਪਡੇਟਾਂ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹਨ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੰਸ਼ੋਧਨਾਂ ਲਈ ਸੀਡੀਪੀਐਚ ਦੇਖੋ।



## ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਵਿਸ਼ਿਸ਼ਟ ਯੋਜਨਾ

- ਹਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਇੱਕ ਲਿਖਤੀ, ਕਾਰਜਸਥਾਨ-ਵਿਸ਼ਿਸ਼ਟ ਕੋਵਿਡ-19 ਰੋਕਥਾਮ ਯੋਜਨਾ ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੋ, ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਜਥਾਨਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਆਪਕ ਜੋਖਮ ਆਕਲਨ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਹਰ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰੋ।
- [CDPH ਚੇਹਰੇ ਨੂੰ ਢਕਣ-ਸਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ](#) ਨੂੰ ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਵਿਸ਼ਿਸ਼ਟ ਯੋਜਨਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਛੋਟਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਇੱਕ ਨੀਤੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਕਰਮਣ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਸੰਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਕ੍ਰਿਆ-ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਸਥਿਤ ਹੈ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਓ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਵਰਕਰ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਯੋਜਨਾ ਸਬੰਧੀ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿਓ ਅਤੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਹ ਯੋਜਨਾ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧੀਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਓ।
- ਯੋਜਨਾ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਲਈ ਸਥਾਨ ਦਾ ਨਿਯਮਿਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪਛਾਣੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਮੀਆਂ ਨੂੰ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਿਤ ਕਰੋ ਅਤੇ ਠੀਕ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਕਿਸੇ ਕਾਰਜ-ਸਬੰਧੀ ਕਾਰਕ ਦੇ ਕਾਰਨ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਹੋਇਆ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੇਸ ਵਧਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਯੋਜਨਾ ਨੂੰ ਅਪਡੇਟ ਕਰੋ।
- ਜਦੋਂ ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਸੰਕ੍ਰਮਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ [CDPH ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ](#) ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੇ ਆਦੇਸ਼ਾਂ ਜਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ ਲਾਗੂ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਸੰਕ੍ਰਮਿਤ ਵਰਕਰ ਦੇ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕ (15 ਮਿੰਟ ਜਾਂ ਵਧ ਲਈ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੇ ਅੰਦਰ) ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਪੋਜ਼ਿਟਿਵ ਵਰਕਰ(ਰਾਂ) ਨੂੰ ਆਈਸੋਲੇਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕਾਂ ਲਈ ਕਦਮ ਚੁੱਕੋ।
- ਸਾਰੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉੱਪ-ਨੋਕੇਦਾਰ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ, ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਪ੍ਰਕੋਪਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਨੂੰ ਕਰੋ। [AB 685](#) (ਪਾਠ 84, 2020 ਦੇ ਕਨੂੰਨ) ਅਧੀਨ ਮਾਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਅਤਿਰਿਕਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, Cal/OSHA ਤੋਂ [ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਲਾਗੂਕਰਨ ਅਤੇ ਨੌਕਰੀਦਾਤਾ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਲੋੜਾਂ \(Enhanced Enforcement and Employer Reporting Requirements\)](#) ਅਤੇ CDPH ਤੋਂ [AB 685 ਬਾਰੇ ਨੌਕਰੀਦਾਤਾ ਦੇ ਸਵਾਲ \(Employer Questions about AB 685\)](#) ਦੇਖੋ।
- ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਅਸਫਲ ਰਹਿਣ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਕਾਰਜਸਥਾਨ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ ਜਿਸਦੇ ਕਾਰਨ ਸੰਚਾਲਨਾਂ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਬੰਦ ਜਾਂ ਸੀਮਤ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ।



## ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ

- [ਕੋਵਿਡ-19](#), ਇਸਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਣਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਮੌਤ ਲਈ ਕਿਹੜੇ [ਲੋਕ ਉੱਚ ਜੋਖਮ ਤੇ ਹਨ](#) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ। ਜਾਨਵਰ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਨੂੰ, ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਮੁਤਾਬਕ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਘਰ ਵਿਖੇ [CDC ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ](#) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ ਸਮੇਤ, ਆਪਣੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਆਪ ਕਰਨਾ।

- ਕੰਮ 'ਤੇ ਨਾ ਆਉਣ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਜੋ:
  - ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ [CDC ਦੁਆਰਾ ਵਰਣਤ ਹੈ](#), ਜਿਵੇਂ ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਕੰਬਣੀਆਂ, ਖੰਘ, ਸਾਹ ਚੜ੍ਹਣਾ ਜਾਂ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਮੁਸ਼ਕਲ, ਥਕਾਵਟ, ਮਾਸਪੇਸ਼ੀ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ, ਸਿਰਦਰਦ, ਸਵਾਦ ਜਾਂ ਖੁਸ਼ਬੂ ਨਾ ਆਉਣੀ, ਗਲੇ ਵਿੱਚ ਖਰਾਸ਼, ਭਰੀ ਹੋਈ ਜਾਂ ਵਗ ਰਹੀ ਨੱਕ, ਦਿਲ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ, ਉਲਟੀ ਕਰਨੀ, ਦਸਤ, ਜਾਂ
  - ਜੇ ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਦਾ ਨਿਦਾਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਅਜੇ ਆਈਸੋਲੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਆਇਆ ਹੈ, ਜਾਂ
  - ਜੇ, ਪਿਛਲੇ 14 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ, ਕੋਈ ਵਰਕਰ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਇਆ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਦਾਨ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਤੌਰ ਤੇ ਸੰਕ੍ਰਾਮਕ ਸਮਝਿਆ ਗਿਆ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਜੇ ਵੀ ਆਈਸੋਲੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਹੈ)।
- [ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੰਮ ਤੇ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਸਬੰਧੀ CDPH ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੀ ਰੋਗ-ਪਛਾਣ ਵਾਲੇ ਵਰਕਰ ਦੀ ਕੰਮ ਤੇ ਵਾਪਸੀ ਕਰਨੀ।
- ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਡਾਕਟਰੀ ਤਵਜ਼ੋ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਨੀ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਦਰਦ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਵਿੱਚ ਦਬਾਅ, ਭ੍ਰਮ, ਜਾਂ ਬੁੱਲ੍ਹਾਂ ਜਾਂ ਚੇਹਰੇ ਦਾ ਨੀਲਾ ਹੋਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਅਪਡੇਟਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵੇ [CDC ਦੇ ਵੈਬਪੇਜ](#) ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।
- ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਮਹੱਤਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ 20 ਸਕਿੰਟਾਂ ਲਈ ਸਾਬਣ ਨਾਲ ਮਲਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ (ਜਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 60% ਇਥਾਨੋਲ (ਤਰਜੀਹੀ) ਜਾਂ 70% ਇਸੋਪ੍ਰੋਪਾਨੋਲ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ (ਜੇ ਇਹ ਉਤਪਾਦ ਗੈਰ-ਨਿਗਰਾਨੀ ਵਾਲੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਪਹੁੰਚ-ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ) ਜਦੋਂ ਵਰਕਰ [CDC ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ](#) ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਸਿੱਕ ਜਾਂ ਹੱਥ ਧੋਣ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੇ)। ਕਦੇ ਵੀ [ਮੈਸਾਨੋਲ](#) ਵਾਲੇ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਬਾਲਗਾਂ ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਇਸਦਾ ਵਿਸ਼ੈਲਾਪਣ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- ਕੰਮ ਤੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕੰਮ ਤੇ ਨਾ ਹੋਣ ਸਮੇਂ, ਦੋਹਾਂ ਸਮਿਆਂ ਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਮਹੱਤਵ (ਹੇਠਾਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੇਖੋ)।
- ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਦਾ ਉਚਿਤ ਇਸਤੇਮਾਲ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ:
  - ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ, ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਕਰਨ (ਪੀਪੀਈ) ਨਹੀਂ ਹਨ।
  - ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ, ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਦੀ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹਨ।
  - ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਨਾਲ ਨੱਕ ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਢਕਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
  - ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਜਾਂ ਇਸਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਧੋਣਾ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
  - ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ, ਅਤੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।
  - ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਸਾਂਝੇ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਅਤੇ ਧੋਤੇ ਨਹੀਂ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਜਾਂ ਹਰ ਸ਼ਿਫਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸੁੱਟ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- [ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ ਬਾਰੇ CDPH ਦੇ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼](#) ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਣਨੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਛੋਟਾਂ ਨੂੰ ਵੀ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ, ਕਾਰਜ ਸਬੰਧੀ ਨਿਯਮਾਂ, ਅਤੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਨੌਕਰੀਦਾਤਾ ਨੇ ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਥਾਪਿਤ ਕੀਤੇ ਹਨ। ਸਿਖਲਾਈ ਵਿੱਚ ਨੌਕਰੀਦਾਤਾ ਦੀਆਂ ਨੀਤੀਆਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਿਆ ਜਾਏਗਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਚੇਹਰੇ ਦੇ ਮਾਸਕ ਪਹਿਣਨ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਹੂਲਤ ਵਿਖੇ ਸੁਤੰਤਰ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ, ਅਸਥਾਈ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਰੋਕਥਾਮ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਕੋਲ ਜ਼ਰੂਰੀ ਸਪਲਾਈਆਂ ਅਤੇ PPE ਹਨ। ਸਥਾਈ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਠੇਕੇ ਦੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਸਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦੀ ਚਰਚਾ ਕਰੋ।
- ਵੈਤਨਿਕ ਛੁੱਟੀ ਦੇ ਅਜਿਹੇ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਵਰਕਰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਉਸ ਲਈ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣਾ ਵਿੱਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਆਸਾਨ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਕੋਵਿਡ- 19 ਲਈ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਦਾ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ [ਸਰਕਾਰੀ](#) ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਬਾਰੇ ਅਤਿਰਿਕਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖੋ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ [Families First Coronavirus Response Act](#) ਦੇ ਤਹਿਤ ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਬਿਮਾਰੀ ਦੀ ਛੁੱਟੀ ਸਬੰਧੀ ਅਧਿਕਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।



## ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਉਪਾਅ ਅਤੇ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ

- ਸ਼ਿਫਟ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ 'ਤੇ ਸਾਰੇ ਵਰਕਰਾਂ (ਡੋਸੈਟਸ, ਇੰਟਰਨਸ, ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ, ਆਦਿ ਸਮੇਤ) ਦੇ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲੱਛਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤਾਪਮਾਨ/ਲੱਛਣ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਵਧ ਤੋਂ ਵਧ ਹੱਦ ਤਕ ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਕਰੀਬੀ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਬਚੇ।
- ਜੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਸੈਲਫ-ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਥੇ ਸਹੂਲਤ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਢੁਕਵਾਂ ਵਿਕਲਪ ਹੈ, ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਨੂੰ ਵਰਕਰ ਦੇ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਫਟ ਲਈ ਘਰੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ ਅਤੇ [CDC ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ](#) ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਗਈ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਉੱਪਰ ਵਰਕਰ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇ ਵਿੱਚ ਵਰਣਿਤ ਹੈ।
- ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਕਰਾਂ, ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰ ਵਿੱਚ ਰਹਿਣ ਲਈ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਿਤ ਕਰੋ ਜੋ ਬਿਮਾਰ ਹਨ ਜਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਦਿਖਾ ਰਹੇ ਹਨ।
- ਨੌਕਰੀਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਲੋੜੀਂਦੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਕਰਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਲੋੜ ਮੁਤਾਬਕ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਦਸਤਾਨੇ, ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਨੌਕਰੀਦਾਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਣ ਜਾਂ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਦੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਡਿਸਪੇਂਜ਼ੇਬਲ (ਵਰਤ ਕੇ ਸੁੱਟਣ-ਯੋਗ) ਦਸਤਾਨਿਆਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ; ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਜੋ ਲੱਛਣਾਂ ਵਾਸਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਦੀ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਾਂਝੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਪਰਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਆਈਟਮਾਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਦੇ ਹਨ। ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ ਨਾਲ ਦੂਸ਼ਿਤ ਹੋਈਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹੱਥ ਲਗਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ ਦਸਤਾਨੇ ਪਾਉਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਜਾਂ ਸਹਿਕਰਮੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੀ ਦੂਰੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਸੈਕੰਡਰੀ ਬੈਰੀਅਰ (ਜਿਵੇਂ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਐਨਕਾਂ) ਪਹਿਣਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਰੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਮੇਹਮਾਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੀ ਦੂਰੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਬਿਤਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਪੂਰੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵਿੱਚ ਇਨਡੋਰ ਅਤੇ ਆਉਟਡੋਰ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਗ੍ਰਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸਹੂਲਤ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਗ੍ਰਾਹਕਾਂ ਨੂੰ ਆਉਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿਓ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ [ਸੀਡੀਪੀਐਚ ਦੇ ਚੇਹਰੇ ਨੂੰ ਢਕਣ-ਸਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਵਿੱਚ ਦੱਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਫੇਸ ਮਾਸਕ ਪਹਿਣਨ ਤੋਂ ਛੁੱਟ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।
- ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਉਪਾਅ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ, ਰਣਨੀਤਕ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਖਣ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ, ਅਤੇ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਸੰਕੇਤ ਲਗਾਉਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਯਾਦ ਦਵਾਇਆ ਜਾਏ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਣਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਵੀ ਉਹ ਖਾ ਜਾਂ

ਪੀ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਿਹਾਰਕ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ, ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 20 ਸਕਿੰਟ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੇ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਧੋਣ, ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਰਤਣ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

- ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਇੱਕ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਯਾਦ ਕਰਾਓ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ (ਜਦੋਂ ਤੱਕ [CDPH ਦੇ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਸੰਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ](#) ਅਨੁਸਾਰ ਛੂਟ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ)। ਉਨ੍ਹਾਂ ਗ੍ਰਾਹਕਾਂ ਲਈ ਫੇਸ ਮਾਸਕ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ ਜੋ ਮਾਸਕ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਦੇ ਪਹੁੰਚਣ ਉੱਤੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਤਾਪਮਾਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਲਈ ਜਾਂਚ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਵਰਤਣ ਲਈ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਖਾ ਜਾਂ ਪੀ ਨਹੀਂ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਨੌਕਰੀਦਾਤਾਵਾਂ ਕੋਲ ਲੱਛਣ ਦਿਖਾਉਣ ਵਾਲੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ/ਪਾਰਟੀਆਂ ਦੀ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਰੱਦ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਾਖਲੇ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।
- ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ(ਰਾਂ) 'ਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਲਈ ਸਪਸ਼ਟ ਦਿਖਾਈ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਨਿਯਮਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸੈੱਟ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰੋ ਜੋ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੀ ਇੱਕ ਸ਼ਰਤ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੋਣਗੇ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਯਮਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ, ਮੁਲਾਕਾਤ ਦੌਰਾਨ ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਪਹਿਨਣ, ਦੂਜੇ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ/ਸਮੂਹਾਂ ਤੋਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ, ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਬੇਲੋੜਾ ਛੂਹਣ ਤੋਂ ਬਚਣ, ਸਥਾਨਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ, ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਕਰਨ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਨਿਯਮ ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪਿਕਟੋਗ੍ਰਾਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।



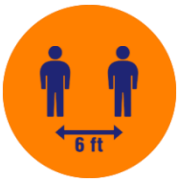
## ਹਵਾਦਾਰੀ, ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ

- ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਪੋਰਟੇਬਲ ਉੱਚ-ਕੁਸ਼ਲਤਾ ਵਾਲੇ ਏਅਰ ਕਲੀਨਰ ਲਗਾਓ, ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਏਅਰ ਫਿਲਟਰਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ ਉੱਚਤਮ ਕੁਸ਼ਲ ਫਿਲਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਅਪਗ੍ਰੇਡ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਇਨਡੋਰ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਬਾਹਰੀ ਹਵਾ ਅਤੇ ਹਵਾਦਾਰੀ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਹੋਰ ਸੋਧਾਂ ਕਰੋ।
- ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਉਚਿਤ ਹਵਾਦਾਰੀ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਣ ਲਈ ਇਨਡੋਰ ਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦਿਓ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਲਈ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਰੱਖਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ।
- ਇਨਡੋਰ ਹਵਾ ਦੀ ਕਵਾਲਟੀ ਅਤੇ ਇਨਡੋਰ ਸੈਟਿੰਗਾਂ ਵਿੱਚ ਹਵਾ ਦੇ ਪ੍ਰਦੂਸ਼ਣ ਦੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਲਈ ਹਵਾਦਾਰੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨਾਂ ਬਾਰੇ ਅਪਡੇਟਸ ਲਈ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ [CDPH ਵੈੱਬਸਾਈਟ](#) ਦੇਖੋ।
- ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੂਹੇ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗ੍ਰੈਬ ਬਾਰਜ਼, ਰੇਲਿੰਗਜ਼, ਪਲੇਕਾਰਡਸ, ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀ, ਲਾਈਟ ਸਵਿੱਚਜ਼, ਡੋਰ ਹੈਂਡਲਜ਼, ਆਦਿ, ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਸਾਫ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਓਪਰੇਟਰਾਂ ਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਤਹਾਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਵੱਲੋਂ ਛੂਹਣ ਦੀ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਖਿੜਕੀਆਂ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਅਤੇ ਜ਼ਮੀਨ ਦੇ ਨੇੜੇ ਵਾੜ ਪੋਸਟਾਂ।
- ਕ੍ਰੈਡਿਟ ਕਾਰਡਾਂ ਅਤੇ ਸੰਪਰਕ ਰਹਿਤ ਭੁਗਤਾਨ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।
- ਕਿਸੇ ਵੀ ਆਉਟਡੋਰ ਅਤੇ ਇਨਡੋਰ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਫਾਈ ਕਰੋ ਜਿਸਦੀ ਵਰਕਰਾਂ ਜਾਂ ਜਨਤਾ ਵੱਲੋਂ ਸੰਭਾਵਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਹੋਰ ਕੰਮ ਵਾਸਤੇ ਅਕਸਰ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਉੱਚ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਖੇਤਰ ਅਤੇ ਸਾਂਝੇ ਕਾਰਜਸਥਾਨ (ਦਫਤਰ, ਮੀਟਿੰਗ ਕਮਰੇ, ਬਰੇਕ ਰੂਮ, ਆਦਿ), ਅਤੇ ਅੰਦਰ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਜਾਣ ਦੇ ਰਾਹ ਦੇ ਖੇਤਰ (ਹੈਂਡਰੇਲ, ਪੌੜੀਆਂ, ਐਲੀਵੇਟਰ ਨਿਯੰਤਰਣ, ਆਦਿ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।



- ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਫੋਨ, ਟੈਬਲੇਟ, ਚੇ-ਪਾਸੀ ਰੇਡੀਓ, ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਹੋਰ ਸਪਲਾਈਆਂ, ਜਾਂ ਦਫਤਰੀ ਉਪਕਰਣ ਸਾਂਝੇ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਕਦੇ ਵੀ PPE ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਜਿੱਥੇ ਵੀ ਅਜਿਹੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਉੱਥੇ ਸ਼ਿਫਟਾਂ ਜਾਂ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਤਹਿੰ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਕਲੀਨਰ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰੋ, ਜੋ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਅਕਸਰ ਹੁੰਦਾ ਹੋਵੇ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ: ਦਫਤਰ ਦੇ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਉਪਕਰਣ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਾਪੀਅਰ, ਫੈਕਸ ਮਸ਼ੀਨ, ਪ੍ਰਿੰਟਰ, ਟੈਲੀਫੋਨ, ਕੀਬੋਰਡ, ਟਰਮੀਨਲ, ATM ਪੈਡ, ਸਟੈਪਲਰ, ਸਟੈਪਲ ਰਿਮੂਵਰ, ਰਿਸੈਪਸ਼ਨ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀਆਂ ਸਤਹਿੰ, ਸਾਂਝਾ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਵਰਕ ਸਟੇਸ਼ਨ, ਆਡੀਓ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਉਪਕਰਣ (ਮਾਈਕਰੋਫੋਨ, ਮਾਈਕ੍ਰੋਫੋਨ ਸਟੈਂਡ, ਮਿਕਸਰ ਬੋਰਡ, ਟੀਵੀ ਮਾਨੀਟਰ, ਆਦਿ), ਵਾਕੀ ਟਾਕੀਜ਼, ਮੇਜ਼ ਅਤੇ ਕੁਰਸੀਆਂ, ਪੈਨੀ ਮਸ਼ੀਨ, ਫੋਟੋ ਬੁਥ, ਵੋਡਿੰਗ ਮਸ਼ੀਨਾਂ, ਆਦਿ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਵੱਲੋਂ ਅਕਸਰ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਉਪਕਰਣਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੈੱਨ, ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਯੋਗ ਨਕਸ਼ੇ, ਆਦਿ, ਨੂੰ ਪੂੰਝਣ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦਿਓ।
- ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਕੇ-ਸੁੱਟਣ ਯੋਗ ਜਾਂ ਇੱਕੋ-ਵਾਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨਕਸ਼ੇ, ਪਰਚੇ, ਗਾਈਡਾਂ ਆਦਿ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਡਿਜ਼ਿਟਲ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਓ ਤਾਂ ਜੋ ਮਹਿਮਾਨ ਆਪਣੀ ਨਿੱਜੀ ਇਲੈਕਟ੍ਰੋਨਿਕ ਡਿਵਾਇਸ ਤੋਂ ਦੇਖ ਸਕਣ, ਜੋ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਇੱਕੋ-ਵਾਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਈਟਮਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ, ਤਾਂ ਮੁੜ-ਇਸਤੇਮਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਆਈਟਮਾਂ ਨੂੰ ਗਾਹਕਾਂ ਦੁਆਰਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰੋ।
- ਜਿੱਥੋਂ ਤੱਕ ਇਹ ਅਧਿਕ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀ ਸੁਵਿਧਾ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਤੱਕ ਸੰਗਤ ਹੈ, ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਰਾਏ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਆਡੀਓ ਹੈੱਡਸੈੱਟ, ਸਟਰੇਲਰ, ਆਦਿ ਅਤੇ ਹੋਰ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੇ ਇਸਤੇਮਾਲ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਜੇਕਰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ। ਢੁਕਵੇਂ ਕੀਟਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਦਮਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਕਰਣ ਦੇ ਨਿਰਮਾਤਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ, ਖਾਸਕਰ ਨਰਮ, ਝਰਝਰੀ ਸਤਾਹਾਂ ਲਈ, ਜਿਵੇਂ ਫੋਮ ਦੇ ਇਅਰ ਮਫਸ।
- ਕਾਰਜਖੇਤਰ ਟਰਮੀਨਲਾਂ ਨੂੰ ਉਚਿਤ ਸੈਨੀਟੇਸ਼ਨ ਉਤਪਾਦਾਂ ਨਾਲ ਲੈਸ ਕਰੋ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਅਤੇ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਾਈਪਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਲਈ ਸੈਨੀਟਰੀ ਸੁਵਿਧਾਵਾਂ ਹਰ ਸਮੇਂ ਚਾਲੂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸਟਾਕ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੌਜੂਦ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਹੋਰ ਸਾਬਣ, ਪੇਪਰ ਤੌਲੀਓ, ਅਤੇ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਉੱਚ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਖੇਤਰਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰਾਂ 'ਤੇ, ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਲਈ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਅਤੇ ਪੋਰਟੇਬਲ ਸਿੰਕ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਓ।
- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਹੈਂਡ-ਫ੍ਰੀ ਉਪਕਰਣਾਂ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਟੱਚਲੈਸ ਕਲੇਕ, ਮੋਸ਼ਨ ਸੈਂਸਰ ਲਾਈਟਾਂ, ਅਤੇ ਆਟੋਮੈਟਿਕ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਤੌਲੀਓ ਡਿਸਪੈਂਸਰ।
- ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਵਾਲੇ ਕੀਟਾਣੂ-ਨਾਸ਼ਕ ਰਸਾਇਣਾਂ ਨੂੰ ਚੁਣਦੇ ਸਮੇਂ, [ਵਾਤਾਵਰਣ-ਸੰਬੰਧੀ ਰੱਖਿਆ ਏਜੰਸੀ \(EPA\)-ਵੱਲੋਂ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ](#) ਸੂਚੀ 'ਤੇ ਦਿੱਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਵਰਤਣ ਲਈ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਉਤਪਾਦ ਵਰਤੋਂ ਅਤੇ ਉਤਪਾਦ ਦੀਆਂ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਵਿਕਸਤ ਹੁੰਦੇ ਵਾਇਰਲ ਰੋਗ-ਜਨਕਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਪ੍ਰਭਾਵੀ ਹੋਣ ਦੇ ਲੇਬਲ ਵਾਲੇ ਕੀਟਾਣੂਨਾਸ਼ਕ ਵਰਤੋਂ, ਪਤਲੇ ਘਰੇਲੂ ਬਲੀਚ ਘੋਲ (5 ਵੱਡੇ ਚਮਚੇ ਪ੍ਰਤੀ ਪਾਣੀ ਦੇ ਗੈਲਨ ਲਈ), ਜਾਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 70% ਅਲਕੋਹਲ ਵਾਲੇ ਅਲਕੋਹਲ ਘੋਲ ਵਰਤੋਂ ਜੋ ਸਤ੍ਹਾ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਹਨ। ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਰਸਾਇਣਿਕ ਖਤਰਿਆਂ, ਨਿਰਮਾਤਾ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ, ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ ਲੋੜਾਂ, ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਰਤੋਂ ਲਈ Cal/OSHA ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ। ਕਲੀਨਰਾਂ ਜਾਂ ਕੀਟਾਣੂ-ਨਾਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਵਰਤਣ ਵਾਲੇ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਦਸਤਾਨੇ ਪਹਿਣਨਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਕਰਣ ਪਹਿਣਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੋਵੇਗਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਤਪਾਦ ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ। ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ ਦੁਆਰਾ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ [ਦੁਆ-ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਫਾਈ ਤਕਨੀਕਾਂ](#) ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ ਅਤੇ ਉਚਿਤ ਹਵਾਦਾਰੀ (ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ) ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ।

- [ਲੀਜਿਓਨਿਰੋਸ ਰੋਗ](#) ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹੋਰ ਰੋਗਾਂ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ [ਕਦਮ ਚੁੱਕੋ](#) ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਫੈਸਿਲਿਟੀ ਦੇ ਬੰਦ ਰਹਿਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ।
- ਜਿਥੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਫਰਸ਼ ਨੂੰ ਝਾੜੂ ਮਾਰਣ ਜਾਂ ਰੋਗਾਣੂਆਂ ਨੂੰ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਫੈਲਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹੋਰਨਾਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੁਆਰਾ ਉਦੋਂ ਤਕ ਸਾਫ ਨਾ ਕਰੋ ਜਦੋਂ ਤਕ ਉਸ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਢੁਕਵੀਂ ਪੀਪੀਈ ਨਾ ਪਾਈ ਹੋਵੇ। ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, HEPA ਫਿਲਟਰ ਵਾਲਾ ਵੈਕੂਅਮ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਸ਼ਿਫਟ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਅਭਿਆਸਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਾਂ ਦਿਓ। ਵਰਕਰਾਂ ਦੀਆਂ ਨੌਕਰੀ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਦੇ ਕਾਰਜ ਕਾਰਜਕਾਰੀ ਘੰਟਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਸੌਂਪੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।
- ਜੇ ਲੋੜ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਢੁਕਵੇਂ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਕਾਰਜਸਥਾਨਾਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿੱਚ ਸੋਧ ਕਰੋ। ਸਫਾਈ ਦੀ ਵੱਧ ਰਹੀ ਮੰਗ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਲੋੜ ਪੈਣ ਤੇ, ਤੀਜੀ ਧਿਰ ਦੀ ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਕੰਪਨੀਆਂ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।



## ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਸਬੰਧੀ ਨਿਰਦੇਸ਼ਨ

- **ਚੇਤਾਵਨੀ:** ਕੋਵਿਡ-19 ਨੂੰ ਫੈਲਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਿਰਫ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਅਤੇ ਲਾਈਨਾਂ ਵਿੱਚ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਉਪਾਅ ਲਾਗੂ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਰੀਰਕ ਵਿਭਾਜਨਾਂ, ਪਲੇਕਸਿਗਲਾਸ ਬੈਰਿਅਰਾਂ, ਜਾਂ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਸੰਕੇਤਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿੱਥੇ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਦਰਸਾਉਣ ਲਈ ਫਰਸ਼ 'ਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨ ਲਗਾਉਣਾ ਜਾਂ ਸੰਕੇਤ ਬਣਾਉਣਾ)।
- ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ, ਗੈਲਰੀਆਂ, ਦੇਖਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਕਾਰਜ ਖੇਤਰਾਂ ਆਦਿ ਵਿੱਚ, ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਅਤੇ ਨਿਕਾਸੀ ਲਈ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਰਸਤੇ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖੀ ਜਾ ਸਕੇ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਦੇ ਨੇੜਿਓਂ ਲੰਘਣ ਦੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨੂੰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਅਤੇ ਕਾਰਜਸਥਾਨਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮ ਰਹੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਵਾਜਾਈ ਨੂੰ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਆਉਣ-ਜਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਤਰਫਾ ਦਿਸ਼ਾ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਵਾਲੇ ਰਾਹ, ਲਾਂਘੇ, ਗਲਿਆਰੇ ਆਦਿ ਸਥਾਪਤ ਕਰੋ।
- ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ, ਉਡੀਕ ਅਤੇ ਵੇਖਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਵਾਲੇ ਪੂਰੇ ਸਥਾਨਾਂ 'ਤੇ ਹਰੇਕ ਮੌਕੇ 'ਤੇ ਸੰਕੇਤ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਿਤ ਕਰੋ ਤਾਕਿ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ, ਫੇਸ ਕਵਰਿੰਗ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨਾ, ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣਾ ਯਾਦ ਰਹੇ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਨੂੰ ਬਾਥਰੂਮਾਂ ਅਤੇ ਗਲਿਆਰੇ ਜਿਹੇ ਉੱਚ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕੱਤਰ ਨਾ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ। ਇਕੱਠ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਇਨਡੋਰ ਅਤੇ ਆਉਟਡੋਰ ਸਹੂਲਤਾਂ ਵਿੱਚ ਉੱਚ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਅਤੇ ਤੰਗ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਸਟਾਫ।
- ਪੈਟਰਨ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸਮਾਂ ਪਾਉਣ ਲਈ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮੇਂ-ਸਿਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉੱਨਤ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਟਿਕਟਿੰਗ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਗੂ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ਲਾਈਵ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ, ਐਨੀਮਲ ਸ਼ੋ, ਆਦਿ ਲਈ ਵੇਖਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ-ਕਨਫੀਗਰ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਘਰੇਲੂ ਇਕਾਈਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਜਾ ਸਕੇ। ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨਾਂ ਲਈ ਉੱਨਤ ਰਿਜ਼ਰਵੇਸ਼ਨ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਘਰਾਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਦੇਖਣ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਵਿੱਚ ਲਿਆਉਣ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ।
- ਸਹੂਲਤ ਅੰਦਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਗਾਹਕ ਸਮੂਹਾਂ ਨੂੰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਇਕਾਈ ਤੱਕ ਸੀਮਤ ਕਰੋ। ਇੱਕੋ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ-ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।

- ਅਜਿਹੇ ਟੂਅਰਾਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰੋ ਜੋ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਜਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਟੂਅਰ ਸਮੂਹ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਟੂਅਰ ਗਾਈਡਾਂ ਨੂੰ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣੀ ਹੋਵੇਗੀ।
- ਬੈਠਣ ਦੇ ਖੇਤਰਾਂ, ਮੇਜ਼ਾਂ, ਕੁਰਸੀਆਂ, ਬੈਂਚਾਂ, ਆਦਿ ਨੂੰ ਮੁੜ ਵਿਵਸਥਤ ਕਰੋ, ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਪਭੋਗਤਾਵਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੀ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸੀਟਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਓ। ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਾਰਟੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ ਯਾਦ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਬੈਠਣ ਲਈ ਸਾਂਝੀਆਂ, ਸਥਿਰ ਥਾਂਵਾਂ (ਬੈਂਚਾਂ, ਆਦਿ) 'ਤੇ ਸੰਕੇਤ ਪੋਸਟ ਕਰੋ।
- ਟੱਚਸਕ੍ਰੀਨਾਂ, ਪਕੜੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਹੈਂਡਲ, ਬਟਨ, ਟੈਲੀਫੋਨ ਅਤੇ ਸੁਣਨ ਵਾਲੀਆਂ ਹੋਰ ਡਿਵਾਇਸਾਂ, ਹੱਥ ਵਿੱਚ ਫੜੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਪ੍ਰੋਪਸ, ਫਲਿੱਪ ਦਰਵਾਜ਼ੇ, ਆਦਿ ਵਾਲਿਆਂ ਇੰਟਰਐਕਟਿਵ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ, ਬੰਦ ਕਰਨ, ਵੱਖ ਕਰਨ, ਜਾਂ ਹੋਰ ਨਿਯਮਿਤ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਤਹਿ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਅਤੇ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਕਰਨ ਲਈ ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਸਟਾਈਲਸ ਪੈੱਨ, ਡਿਸਪੋਜੇਬਲ ਕਵਰ, ਇੱਕ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਲਗਾਉਣ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਹੈਂਡ ਸੈਨੀਟਾਈਜ਼ਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਉਪਲਬਧ ਕਰਵਾਓ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ਿਟਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਅਤੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕਰਨ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਦੋਂ ਇਹ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋਵੇ ਕਿ ਬੱਚੇ ਸਹੀ ਰੋਗਾਣੂ-ਮੁਕਤ ਅਤੇ ਹੱਥਾਂ ਦੀ ਸਾਫ-ਸਫਾਈ ਦੇ ਬਗੈਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨੀਆਂ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਵਰਕਰਾਂ, ਡੋਸੈਟਾਂ, ਇੰਟਰਨਾਂ ਅਤੇ ਵਲੰਟੀਅਰਾਂ ਦੇ ਸਟਾਫ ਜੋ ਅਜਿਹੇ ਸੰਸ਼ੋਧਿਤ ਡਿਊਟੀ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਹਿਮਾਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਵਰਕਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਸਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ (ਜਿਵੇਂ, ਕੈਸ਼ਿਅਰ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਇਨਵੈਂਟਰੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਸਨਿਕ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਿਤ ਕਰਨਾ)।
- ਇੱਕ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਾਂਝੇ ਕਾਰਜਸਥਾਨਾਂ ਵਿੱਚ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਲਈ, ਕੰਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸਾਂ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰੋ, ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਸਮਾਂ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨਾ (ਜਿਵੇਂ ਵੱਖਰਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ/ਅੰਤ ਸਮਾਂ), ਆਨਸਾਈਟ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਲਈ ਵਿਕਲਪਿਕ ਦਿਨ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਕਰਨਾ, ਕਾਰਜਸਥਾਨਾਂ ਵਿਖੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਪਰਤਣਾ, ਜਾਂ ਸੰਭਵ ਹੋਣ 'ਤੇ ਟੈਲੀਵਰਕ ਦਾ ਲਗਾਤਾਰ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਦਫਤਰਾਂ, ਵਰਕ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ, ਚੈਕ-ਆਉਟ ਕਾਉਂਟਰਾਂ, ਆਦਿ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਸੰਗਠਿਤ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਵਰਕਰ ਆਪਣੇ ਵਰਕ ਸਟੇਸ਼ਨਾਂ 'ਤੇ ਹੋਣ ਦੌਰਾਨ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਛੇ ਫੁੱਟ ਦੂਰ ਰਹਿ ਸਕਣ।
- ਬਰੇਕ ਰੂਮਾਂ ਨੂੰ ਮੁੜ-ਕਨਫੀਗਰ ਕਰੋ, ਸੀਮਤ ਕਰੋ ਜਾਂ ਬੰਦ ਕਰੋ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵਿਕਲਪਕ ਜਗ੍ਹਾ ਬਣਾਓ ਜਿੱਥੇ ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਬਣਾਏ ਰੱਖਣਾ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ। ਲਿਫਟ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਮੇਂ ਸਵਾਰ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਸੀਮਤ ਕਰੋ।
- ਸਰੀਰਕ ਦੂਰੀ ਦੇ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲਾਂ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ ਲਈ, ਤਨਖਾਹ ਅਤੇ ਘੰਟੇ ਦੇ ਕਾਇਮੀਆਂ ਸਬੰਧੀ ਹੁਕਮਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰਦਿਆਂ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਵਿਸ਼ਰਾਮ-ਸਮਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ।
- ਵਰਕ ਸਾਈਟਾਂ 'ਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਡਿਲਿਵਰੀ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ-ਤੋਂ-ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰੋ।
- ਵਿਅਕਤੀ-ਤੋਂ-ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰਕ ਸੰਪਰਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ, ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ-ਏਡਿੰਗ ਸਮੱਗਰੀਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸ਼ੈਲਫਿੰਗ ਅਤੇ ਬੁਲੇਟਿਨ ਬੋਰਡ, ਸਥਾਪਿਤ ਕਰੋ।
- ਇਕੱਠੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨਾਂ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਪਾਰਕਿੰਟ ਲੋਟ ਨੂੰ ਮੁੜ-ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਵੱਖਰੇਪਨ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ (ਜਿਵੇਂ ਹਰ ਦੂਸਰੀ ਥਾਂ ਜਾਂ ਪੰਗਤੀ, ਸੰਪਰਕ-ਰਹਿਤ ਭੁਗਤਾਨ, ਆਦਿ)

- ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਸੰਪਤੀ 'ਤੇ ਸਫਰ ਕਰਦਿਆਂ ਵਾਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ। ਅਜਾਇਬ ਘਰਾਂ, ਗੈਲਰੀਆਂ, ਬਨਸਪਤੀ ਬਾਗਾਂ, ਚਿੜੀਆ ਘਰਾਂ, ਅਤੇ ਜਲ-ਜੀਵਸ਼ਾਲਾਂ (ਐਕਵੇਰੀਅਮ), ਆਦਿ, ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸ਼ਟਲ ਸੇਵਾ ਸੀਮਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

---

<sup>1</sup>ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਆਬਾਦੀ ਲਈ ਅਤਿਰਿਕਤ ਲੋੜਾਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੇ [Cal/OSHA](#) ਮਾਨਕਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨੀ ਹੋਵੇਗੀ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ [ਰੋਗ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਅਤੇ ਰੋਕਥਾਮ ਕੇਂਦਰਾਂ \(ਸੀਡੀਸੀ\)](#) ਅਤੇ [ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਦੇ ਜਨਤਕ ਸਿਹਤ ਵਿਭਾਗ \(ਸੀਡੀਪੀਐਚ\)](#) ਦੇ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਇਸਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਦੇ ਬਦਲਣ ਤੇ, ਆਪਣੇ ਓਪਰੇਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

