

सं .11013/9/2014 स्था क. III.

भारत सरकार

कार्मिक, लोक शिकायत तथा पेंशन मंत्रालय
(कार्मिक और प्रशिक्षण विभाग)

नॉर्थ ब्लॉक, नई दिल्ली

दिनांक :17.03.2020

कार्यालय जापन

विषय: नए कोरोनावायरस (COVID-19) के प्रसार को रोकने के लिए किए जाने वाले निवारक उपाय - के संबंध में।

नए कोरोनावायरस (COVID-19) के प्रसार को रोकने के लिए सभी कर्मचारियों और मंत्रालयों/विभागों द्वारा कुछ एहतियाती उपाय किए जाने की आवश्यकता है। इस संबंध में सरकारी कर्मचारियों की भलाई और जनहित में निम्नलिखित परामर्श जारी करने का निर्णय लिया गया है।


2. सभी मंत्रालयों/विभागों को सलाह दी जाती है कि वे सभी आवश्यक उपाय करें जो निम्नानुसार हैं:-

- (i) जहां तक व्यवहार्य हो, सरकारी भवनों के प्रवेश द्वार पर थर्मल स्कैनर लगाए जाएं। सरकारी भवनों के प्रवेश द्वार पर अनिवार्य रूप से हैण्ड सैनेटाइजर रखे जाएं। फ्लू जैसे लक्षण पाए जाने वाले लोगों को उचित उपचार लेने/संगरोध (क्वारेन्टीन) किए जाने आदि की सलाह दी जाए।
- (ii) कार्यालय परिसर में आगंतुकों का प्रवेश जहां तक संभव हो कम किया जाए। आगंतुक/अस्थायी पास जारी करने के नियमित कार्य को तत्काल प्रभाव से निलंबित किया जाए। केवल उन्हीं आगंतुकों, जिनके पास अधिकारी की उचित अनुमति है, जिन्हें वे मिलना चाहते हैं, को उचित जांच के बाद अनुमति दी जानी चाहिए।
- (iii) जहां तक संभव हो, बैठकें वीडियो कॉन्फ्रेंसिंग के माध्यम से की जानी चाहिए। जब तक आवश्यक न हो, ऐसी बैठकों को कम किया जाए या फिर उनकी तारीखों में बदलाव किया जाए जिनमें ज्यादा संख्या में लोग आने वाले हों।
- (iv) गैर-जरूरी सरकारी यात्राओं से बचा जाए।
- (v) जहां तक संभव हो आवश्यक पत्राचार सरकारी ई-मेल पर किया जाए और फाइलों तथा दस्तावेजों को अन्य कार्यालयों में भेजने से बचा जाए।
- (vi) जहां तक संभव हो कार्यालय भवन के प्रवेश बिंदु पर ही डाक की सुपुर्दगी और प्राप्ति की सुविधा प्रदान की जाए।
- (vii) सरकारी भवनों में स्थित सभी जिम/मनोरंजन केन्द्रों/शिशुगृहों को बंद रखा जाए।

- (viii) विशेष रूप से बार-बार छुए जाने वाली सतहों सहित कार्य-स्थल की उचित सफाई और नियमित स्वच्छता सुनिश्चित की जाए।
- (ix) वॉशरूमों में हैंड सेनिटाइजर्स, साबुन और पानी की नियमित आपूर्ति सुनिश्चित करना।
- (x) सभी पदाधिकारियों को अपने स्वास्थ्य की देखभाल करने की सलाह और सांस लेने संबंधी लक्षणों/बुखार के प्रति सावधान रहने की सलाह दी जाती है और अगर वह अस्वस्थ महसूस कर रहे हैं, तो वह अपने प्रतिवेदन अधिकारियों को सूचित करने के पश्चात तत्काल अपना कार्य-स्थल छोड़ दें। वे स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार द्वारा जारी किए गए दिशानिर्देशों जो कि निम्नलिखित यूआरएल: mohfw.gov.in/draft-guidelinesforhomequarantine.pdf पर उपलब्ध है, के अनुसार गृह-संगरोध (होम-कोरांटीन) का पालन करें।
- (xi) छुट्टी मंजूर करने वाले प्राधिकारियों को यह सलाह दी जाती है कि जब भी एहतियाती उपाय के रूप में स्वयं-संगरोध (सेल्फ कोरांटीन) का अनुरोध आए, तो वह उस छुट्टी को मंजूरी प्रदान करें।
- (xii) वे सभी कर्मचारी जिनके लिए खतरा ज्यादा है यथा ऊम्रदराज कर्मचारी, गर्भवती कर्मचारी और वे कर्मचारी जिन्हें किसी भी तरह की चिकित्सीय समस्या है, उन्हें और ज्यादा सावधानी बरतने की सलाह दी जाती है। सभी मंत्रालयों/विभागों से अनुरोध किया जाता है कि ऐसे कर्मचारियों को कोई फ्रंट-लाइन कार्य न दिया जाए जिसमें जनता से उनका सीधा सम्पर्क आवश्यक हो।

3. व्यापक प्रसार के लिए क्या करें और क्या न करें की निर्देशात्मक सूची भी साथ में संलग्न है।

संलग्न: यथोक्त


 (उमेश कुमार भाटिया)
 उप सचिव, भारत सरकार

सेवा में,

1. भारत सरकार के सभी मंत्रालय/विभाग।
2. प्रधान मंत्री कार्यालय/मंत्रिमंडल सचिवालय।
3. माननीय राज्य मंत्री (कार्मिक) के निजी सचिव।
4. सचिव (कार्मिक) के पीएसओ।
5. वरिष्ठ तकनीकी निदेशक, एनआईसी, डीओपीटी।

सूचना हेतु

क्या करें

- व्यक्तिगत स्वच्छता और शारीरिक दूरी बनाए रखना।
- बार-बार हाथ धोएं। साबुन और पानी से हाथ धोएं या अल्कोहल-युक्त हैंड-रब का इस्तेमाल करें। साफ दिखने पर भी हाथ धोएं।
- छींकते और खांसते समय रुमाल/टिश्यू से अपनी नाक और मुंह को ढकें।
- उपयोग के तुरंत बाद इस्तेमाल किए गए टिश्यू को बंद-कूड़ेदान में फेंके।
- बातचीत के दौरान, विशेष रूप से फ्लू जैसे लक्षणों वाले व्यक्तियों के साथ उचित दूरी बनाए रखें।
- छींकते-खांसते समय हाथ मोड़कर अपनी कोहनी के भीतरी हिस्से पर छींकें और खांसे। अपनी हथेलियों में नहीं खांसे।
- नियमित रूप से तापमान मापें और सांस लेने संबंधी लक्षणों की जांच करें। यदि आप अस्वस्थ (बुखार, सांस लेने में परेशानी और खांसी) महसूस करते हैं तो डॉक्टर को दिखाएं। डॉक्टर को दिखाते समय, अपने मुंह और नाक को ढकने के लिए मास्क/कपड़ा पहनें।
- किसी भी बुखार/फ्लू जैसे संकेतों/लक्षणों के लिए, कृपया राज्य हेल्पलाइन नंबर या स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय के 24x7 हेल्पलाइन नंबर 011-23978046 पर कॉल करें।

क्या न करें

- हाथ न मिलाएं।
- यदि आपको खांसी और बुखार हो रहा है, तो किसी के साथ करीबी संपर्क न रखें।
- अपनी आंखों, नाक और मुंह को स्पर्श न करें।
- अपनी हथेलियों में छींके या खांसें नहीं।
- सार्वजनिक स्थानों पर न थूकें।
- अनावश्यक रूप से, विशेषतया किसी भी प्रभावित क्षेत्र की यात्रा न करें।
- कैंटीन में समूहों में न बैठें और बड़ी सभाओं में भाग न लें।
- जिम, क्लब और भीड़भाड़ वाले स्थानों आदि पर न जाएं।
- अफवाह या दहशत न फैलाएं।