कोरोनावायरस बीमारी (COVID-19)
कमजोर जनता और COVID-19

हालाँकि बीमारियाँ किसी को भी बीमार कर सकती हैं, लेकिन कुछ कनाडाई नागरिकों को उनके स्वास्थ्य, सामाजिक और आर्थिक परिस्थितियों के कारण संक्रमित होने और गंभीर जटिलताएं हो जाने का खतरा अधिक होता है।

COVID-19 वायरस से इन लोगों के संक्रमित होने या इनमें इसके फ़ैलाव को रोकने में संगठनों, कर्मचारियों और स्वयंसेवकों की एक महत्वपूर्ण भूमिका होती है। ऐसे सरल उपायों को साझा करके शुरूआत करें जिन्हें वे स्वयं को और दूसरों को स्वस्थ रखने में मदद करने के लिए कर सकें, यदि उनमें कोई लक्षण विकसित होते हैं तो उनकी मदद करने में मार्गदर्शन करें और COVID-19 से उबर रहे रोगियों की सहायता करने के तरीकों को सीखने में मदद करें।

कमजोर जनता में निम्न शामिल हो सकते हैं:

कोई भी जो-

- वृद्ध वयस्क है
- अंतर्निहित चिकित्सीय स्थितियों (जैसे हृदय रोग, उच्च-रक्तचाप, मधुमेह, पुरानी सांस की बीमारियों, कैंसर) के कारण जोखिम में है
- किसी चिकित्सीय स्थिति या उपचार (जैसे, कीमोथेरेपी) के कारण कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली के कारण जोखिम में है

जिस किसी के लिए भी:

- पढ़ना, बोलना, समझना या संवाद करना मुश्किल है
- चिकित्सकीय देखभाल या स्वास्थ्य संबंधी सलाह प्राप्त करना मुश्किल है
- बचाव संबंधी गतिविधियाँ, जैसे बार-बार हाथ धोना और खाँसी व छींक को ढंकना मुश्किल है
- विशेष चिकित्सीय देखभाल चल रही है या जिसको विशिष्ट चिकित्सीय आपूर्ति की जरूरत है
- चालू पर्यवेक्षण की जरुरत है या स्वतंत्रता बनाए रखने के लिए सहयोग की आवश्यकता है
- परिवहन प्राप्त करना मुश्किल है
- आर्थिक बाधाएं हैं
- अस्थिर रोजगार या अनम्य कार्यस्थिति है
- सामाजिक या भौगोलिक अलगाव, जैसे दूरस्थ और पृथक समुदाय
- असुरक्षित, अपर्याप्त या गैर मौजूद आवासीय परिस्थितियां

COVID-19 के प्रकोप के दौरान संगठन कमजोर जनता का सहयोग कैसे कर सकते हैं

तथ्यों को जानने के लिए समय निकालें:

- canada.ca/coronavirus पर जाकर COVID -19 के बारे में अधिक जानें
- अपने समुदाय में वर्तमान स्थिति के बारे में जागरूक रहें
- COVID-19 से संबंधित प्रासंगिक जानकारी, संसाधन और मार्गदर्शन प्राप्त करने के लिए स्थानीय, प्रांतीय, क्षेत्रीय सार्वजनिक स्वास्थ्य अधिकारियों से संपर्क करें

तैयार होने के लिए समय निकालें:

- अपने व्यवसाय की अनवरतता की योजना बनाएं ताकि आपको और आपके कर्मचारियों को पता हो कि क्या करना है
- संभावित अवरोधों के लिए योजना बनाएं
- सबसे महत्वपूर्ण सेवाओं को प्रदान करना जारी रखने के लिए योजना बनाएं
- संसाधनों और रणनीतियों को साझा करने के लिए समान सेवाएं प्रदान करने वाले संगठनों से साझेदारी करें
- कर्मचारियों, स्वयंसेवकों और ग्राहकों के सवालों के जवाब देने के लिए तैयार रहें
- सामान्य आपूर्तियों और सफ़ाई संबंधी आपूर्तियों का भण्डारण करने पर विचार करें
- आश्रयों और सामुदायिक क्षेत्र की कमी के लिए तैयारी करें

COVID-19 के फैलाव को रोकने के तरीकों के बारे में कर्मचारियों को शिक्षित करें-

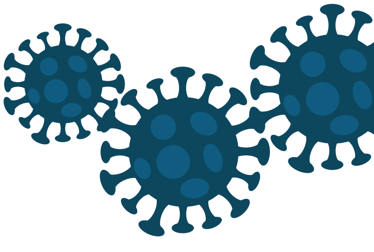
- साबुन और गरम पानी से बार-बार हाथ धोना या अल्कोहल-आधारित सैनिटाइज़र का उपयोग करना
- हाथ की स्वच्छता और खांसी शिष्टाचार की आपूर्तियों (जैसे, अल्कोहल-आधारित हैंड सैनिटाइज़र, साबुन, पेपर टॉवेल, टिश्यू, अपशिष्ट कंटेनरों) की उपलब्धता बढ़ाना

- अक्सर इस्तेमाल किए जाने वाले स्थानों, सतहों और वस्तुओं (रसोई, सामान्य क्षेत्र, भोजन क्षेत्र, डेस्क, साझा स्लीपिंग क्षेत्र, दरवाजों के हैंडल और नल) को साफ़ करना
- बीमार होने पर घर पर रहना
- व्यक्तिगत वस्तुओं के साझा उपयोग से बचना
- किसी कर्मचारी या ग्राहक द्वारा बीमार होने के लक्षण प्रदर्शित करने पर उचित कदम की जानकारी देना

भीड़-भाड़ वाली सुविधाओं में रह रहे लोगों को पृथक करने (यदि उपलब्ध हों तो अलग वॉशरूम के उपयोग सहित) और उनकी देखभाल करने के उपाय साझा करना

COVID-19 के दौरान कमजोर जनता का सहयोग करने के लिए सुझाव

- हाथ धोने और खांसी को ढंकने के तरीके के बारे में स्पष्ट निर्देश प्रदान करें - समुदाय में सबसे अधिक इस्तेमाल की जाने वाली भाषा का उपयोग करके संक्षिप्त संदेशों के रूप में उनके द्वारा उठाए जा सकने वाले सरल कदमों के बारे में बताए बड़े फ़ॉन्ट और ग्राफ़िक्स सुलभ निर्देश (जैसे ब्रेल, चित्र), तथा आम क्षेत्रों, सिंकों, प्रवेश द्वारों, टॉयलेटों, सोने के क्षेत्रों, मनोरंजन क्षेत्रों, वेटिंग रूमों के निकट संकेत लगाकर
- सहायक विकल्पों पर विचार करें, जैसे, सार्वजनिक परिवहन के बजाय स्वयंसेवक ड्राइवरों और रियायती टैक्सी किराए का उपयोग करना वैकल्पिक संपर्क उपायों या "मित्र" प्रणाली बनाना बीमार ग्राहकों को दिन के दौरान आश्रयों में आराम करने की नीतियों को शामिल करना यथासंभव भोजन, पेय और आपूर्ति उपलब्ध कराना ग्राहकों को नुस्खों की दवाओं और आवश्यक चिकित्सा आपूर्तियों को फ़िल या रिफ़िल करने के लिए याद दिलाना
- यदि आपको संदेह है कि कोई ग्राहक COVID-19 से ग्रस्त है, तो कृपया अपने स्थानीय सार्वजनिक स्वास्थ्य प्राधिकरण से संपर्क करें

COVID-19 के फैलाव को रोकने में हम सभी अपना योगदान दे सकते हैं। अधिक जानकारी के लिये

Canada.ca/le-coronavirus देखें या संपर्क करें