

کورونا وائرس سے محفوظ رہتے ہوئے ضروری سامان پہنچانے کا طریقہ



تنظیم کا عنوان: ہندوستانی سائنسدانوں کا کوویڈ - ۱۹ پر جواب

<https://indscicov.in/>

   IndiSciCovid



کوویڈ -۱۹ کے سبب نافذ کئے گئے لاک ڈاؤن کی اس مدت کے دوران، گھر تک ضروری سامان کی فراہمی بہت ضروری ہے۔ لہذا، ان ضروری اشیاء کی فراہمی میں لگے افراد کی صحت اور حفاظت کو بھی ترجیح دی جانی چاہئے۔ ضروری اشیاء میں گروسری، گیس سلنڈر، دودھ کے پیکٹ، اخبارات، تیار کھانا، دوائیں وغیرہ شامل ہیں اگر آپ ان میں سے کسی بھی ضروری چیز کی فراہمی کے کام سے جڑے ہیں تو یہ ممکن ہے کہ آپ بہت سارے لوگوں کے ساتھ قریبی رابطے میں آئیں اور ایسی بہت سی سطح کو چھوئیں، جن کو کئی لوگوں نے چھوا ہو۔ آپ کو نقد پیسوں کی لین دین کے سلسلے میں بہت سے نوٹوں اور سگنوں کو چھونا پڑ سکتا ہے۔ کام کرتے ہوئے اپنے ساتھیوں کے ساتھ آپ کی جسمانی

قربت کا بھی امکان ہے۔ اور بعض اوقات، آپ کو ڈیلیوری گاڑی بھی شینر کرنی پڑتی ہے۔ یہاں، ہم کچھ آسان احتیاطی تدابیر پیش کرتے ہیں، جن کے مطابق عمل کر کے آپ اس کو یقینی بنا سکتے ہیں کہ آپ، آپ کے اہل خانہ اور آپ کے گاہک کوویڈ -۱۹ انفیکشن کے رابطہ میں نہیں ہیں۔



عام ہدایات:

کوویڈ -۱۹ کے اس وبا کے دوران تجویز کردہ ہدایات، یعنی باقاعدگی سے ہاتھ دھونا اور اپنے چہرے کو ہاتھ نہ لگانا، ہر ایک پر لاگو ہوتا ہے۔ تاہم، ہر بار ڈیلیوری دیتے وقت اپنے ہاتھ دھونا ہمیشہ ممکن نہیں ہوتا ہے۔ لہذا، کوشش کریں کہ اپنے کام کے دوران آپ کم سے کم چیزوں کو چھویں۔ اگر ممکن ہو تو آپ کچھ پانی اور صابن اپنے ساتھ رکھیں۔ سب سے آسان طریقہ یہ ہے کہ آپ رقیق صابن کی ایک چھوٹی بوتل اپنے ساتھ رکھیں۔ پانی کی بوتل میں صابن کا ایک ٹکڑا توڑ کر ڈالیں اور اسے اچھی طرح مکس کر لیں۔ اس طرح کا رقیق آپ کے لئے کافی ہے۔ اپنی شفٹ کے دوران سڑک کے کنارے رک کر، اور اگر ممکن ہو تو، ڈیلیوری کے درمیان بھی کئی بار اپنے ہاتھ دھوئیں۔ ماسک پہنے رہیں۔ اگر آپ ہر بار نیا ماسک نہیں خرید سکتے ہیں تو، آپ ری یوزیبل ماسک کا استعمال کر سکتے ہیں۔

اگر آپ بیمار ہیں:

اگر آپ میں، یا آپ کے ساتھی میں، کوویڈ -۱۹ کی کوئی علامت نظر آتی ہے، جیسے کھانسی یا بخار، تو بہتر ہے کہ کام نہ کریں۔ اس کی مثالی صورت یہ ہے کہ، اگر اپنے کارکنوں کو تنخواہ کے ساتھ رخصت دیں۔ اس سے یہ بات یقینی ہوگی کہ کارکن صحت یاب ہو جائے گا اور اہم بات یہ ہے کہ انفیکشن دوسرے کارکنوں اور صارفین کو نہیں پہنچے گا۔



ذاتی / گھریلو حفظان صحت:

گھر چھوڑنے سے پہلے اور باہر سے گھر واپس آنے کے بعد غسل کرنے کی کوشش کریں۔ اس سے آپ کے ذریعہ دوسروں تک پہنچنے والے وائرس کی منتقلی کے امکانات کم ہوجائیں گے۔ جب آپ اپنے گھر میں داخل ہوں تو ، اپنے جوتوں کو دہلیز پر چھوڑ دیں ، احتیاط سے اپنے ماسک کو اس کی ڈوری کے سہارے اتار کر مناسب طریقے سے الگ کریں اور غسل کرنے سے قبل گھر کے اندر کسی بھی سطح کو چھونے سے گریز کریں۔ اگر ممکن ہو تو ، اپنے کپڑے فوری طور پر صابن اور پانی سے دھو لیں ، اور صابن سے غسل کر لیں۔



کام کے دوران کھانا:

کچھ بھی کھانے سے پہلے اپنے ہاتھوں کو صابن اور پانی سے دھوئیں یا ہینڈ سینیٹائزر کا استعمال کریں بہتر ہے کہ کھانے کے لئے ایک چمچ کا استعمال کریں ، جسے آپ نے گھر پر صاف کر کے محفوظ طریقے سے رکھ لیا ہو اور کام کے دوران اسے ہاتھ نہ لگایا ہو۔

ڈیلیوری گاڑی:

خیال کیا جاتا ہے کہ کووڈ-۱۹ کا سبب بننے والا وائرس دھات کی سطحوں پر تین دن تک زندہ رہتا ہے۔ اس لئے آپ کو مشورہ دیا جاتا ہے کہ ہر روز شفٹ کے اختتام پر ، جب آپ گھر پہنچیں تو غسل کرنے سے پہلے ، صابن کے پانی سے اپنی گاڑی کو صاف کریں۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ آپ نے بار بار چھوئی جانے والی سطحوں ، جیسے ہینڈل بار ، دروازوں کے ہینڈلز ، اسٹیئرنگ وہیل ، ڈیش بورڈ وغیرہ کو صابن والے پانی سے اچھی طرح صاف کر دیا ہے۔



سامان کی ڈیلیوری کے دوران:

سامان کی ڈیلیوری کے دوران اپنے گراہکوں سے 1-2 میٹر کا فاصلہ رکھیں۔ اپنے صارفین کو مشورہ دیں کہ اگر آپ گھر یا دکان کے باہر ڈیلیوری چھوڑ دیتے ہیں تو یہ آپ اور ان دونوں کے لئے محفوظ ہے۔ اگر آپ کو سامان پہنچانے کے لئے اندر جانا ہی پڑتا ہے ، مثال کے طور پر گیس سلنڈر اور پانی کے کین وغیرہ کے لئے ، تو کوشش کریں کہ کسی بھی سطح ، جیسے دروازے ، کاؤنٹر وغیرہ کو ہاتھ نہ لگنے پائے۔ خالی سلنڈر اور کین وغیرہ بہت احتیاط سے اٹھائیں: اسے گاڑی سے نکالنے اور رکھنے کے بعد اپنے ہاتھ دھونے کی کوشش کریں۔ آپ ایک پاؤچ یا ٹوکری رکھ سکتے ہیں جہاں آپ کے گراہک آپ کو چھوئے بغیر رقم رکھ دیں۔ اپنے صارفین کو زیادہ سے زیادہ کیش لیس ادائیگی کی ترغیب دیں۔



ہر کوشش سائنسی درستگی کے لئے کی گئی ہے۔ اگر کسی قسم کی غلطیاں پائی جاتی ہیں تو ، براہ کرم indscicov@gmail.com پر ہماری نوٹس میں لائیں۔