

የደረጃ ሁለት መመሪያ

Coronavirus2019(COVID-19): ለአፓርታማዎች፣ የህብረት ሥራ ማህበራት እና ለኮንዶሚኒየሞች መመሪያ

ይህ ሰነድ በደረጃ ሁለት ወቅት የአፓርታማዎች ሕንፃዎች እና የኮንዶሚኒየሞች/የጋራ ቤቶች ባለቤቶች እና አስፈጻሚዎች የታሰበ ነው። እባክዎን ያስተውሉ ይህ ሰነድ የጤና እንክብካቤ አገልግሎቶችን የሚሰጡ ተቋማት አይመለከትም። የአፓርታማና የኮንዶሚኒየም መኖሪያዎች ባለቤቶች እና አስፈጻሚዎች በሠራተኞች፣ በተከራዮች እና በህብረተሰብ መካከል የ COVID-19 ስርጭትን መቀነስ ለማግኘት የሚከተሉትን እርምጃዎች መተግበር አለባቸው። ለተጨማሪ መረጃ <https://coronavirus.dc.gov/phasetwo> ይመልከቱ።

የ COVID-19 ምልክቶችን ያጋጠማቸው ወይም በቅርብ ጊዜ COVID-19 ላለው ሰው የተጋለጡ ማንኛውም የግንባታ ሰራተኞች ወይም የሥራ ተቋራጮች ሌሎችን በማጋለጥ አደጋ ምክንያት ወደ ሥራ ሪፖርት መደረግ እንደሌለባቸው እባክዎ ያስተውሉ። የ COVID-19 ምልክቶች የሚከተሉትን ሊያካትት ይችላል፡ ትኩሳት (የታሸገ ወይም 100.4 ዲግሪ ፋራናይት)፣ ብርድ ብርድ ማለት፣ ሳል፣ የትንፋሽ እጥረት ወይም የመተንፈስ ችግር፣ ድካም፣ የጡንቻ ወይም የሰውነት ህመም፣ ራስ ምታት፣ አዲስ የጣዕም ወይም ማሽተት ማጣት፣ የጉሮሮ መቁሰል፣ የአፍንጫ መዘጋት ወይም ንፍጣን መሆን፣ ማቅለሽለሽ ወይም ማስታወክ፣ ተቅማጥ ወይም ጤናማነት አለመሰማት።

ሰራተኞች፣ ተከራዮች እና እንግዶች በየቀኑ የመከላከያ እርምጃዎችን መለማመድ አለባቸው

- ህመም ከተሰማዎት ወይም በቅርብ ጊዜ COVID-19 ላለው ሰው ተጋልጠው ከነበረ በቤትዎ ይቆዩ።
- የማህበራዊ ርቀት ይለማመዱ። በእርስዎ እና በቤተሰብዎ ውስጥ በሌሎች ሰዎች መካከል የ 6 ጫማ ርቀት ይጠብቁ።
- ከሌሎች ሰዎች ጋር አካላዊ ግንኙነቶችን (በእጅ መጨባጠጥ፣ ግባለት) ያስወግዱ።
- ህዝብ በሚኖርባቸው ቦታዎች ላይ ከጨርቅ የሚሰሩ የፊት መሸፈኛዎችን ማድረግ ይኖርበታል። የሚያደርጓቸው ከጨርቅ የሚሰሩ የፊት መሸፈኛዎች አካላዊ ርቀትን የሚተኩ አይሆንም።
 - የመተንፈሻ መሳሪያዎች ወይም የፊት ጭንብሎች ለሠራተኛ መደበኛ ሥራ ተግባራት አስፈላጊ ከሆኑ እነዚያ ዕቃዎች ቀጥለው ሊለበሱ ይገባል። የ COVID-19ን ስርጭት ለመከላከል የመተላለፊያ መቆጣጠሪያ (ቫልቭ) የሌላቸው የመተንፈሻ መሳሪያዎች ይመከራሉ።
- ተደጋጋሚ የእጅ (በሰውና እና በውሃ ወይም በአልኮል ላይ የተመሠረተ የእጅ ማዕጃ) ንፅህናን ያከናውኑ።
 - የእጅ ንፅህናን ለማከናወን ቁልፍ ጊዜዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፡
 - ምግብ ከመመገብ በፊት፣
 - መጸዳጃ ቤት ከተጠቀሙ በኋላ፣
 - የጨርቅ የፊት ሽፋኖችን ከመልበስዎ፣ ከመንካትዎ ወይም ከማስወገድዎ በፊት እና በኋላ፣
 - ከስራ ፈረቃ እና የስራ ዕረፍት በፊት እና በኋላ፣
 - ለእያንዳንዱ እንግዳ ወይም ነዋሪ አገልግሎቶች በፊት እና በኋላ፣
 - የእንግዳ ወይም የነዋሪ ንብረቶችን ከያዙ በኋላ እና
 - አፍንጫዎን ከተናፈጡ፣ ካሳሉ ወይም ካስነጠሱ በኋላ።
- እድሜያቸው ለገፋ አዋቂዎች እና ስር የሰደደ የጤና እክሎች ላለባቸው ግለሰቦች ተጨማሪ መመሪያ <https://coronavirus.dc.gov/healthguidance> ይመልከቱ።

ለህንፃ ባለቤቶች እና ለአስፈጻሚዎች የሚሰጡ አትኩሮቶች

ለሰራተኛ የሚሰጡ አትኩሮቶች

- በስራ ሀላፊነታቸው መሰረት የጨርቅ ፊት መሸፈኛዎችን እና ተገቢ የግል መከላከያ መሳሪያዎችን (ለምሳሌ ጭንብሎች፣ ጓንቶች) ለሠራተኞች ያቅርቡ። ጓንት በተለመደው የሥራ ኃላፊነት በተጠቀሰው መሠረት መደረግ አለባቸው።
- ማህበራዊ መራራቅን ለመጠበቅ የሰራተኛ የእረፍት ጊዜን በተቻለ መጠን ያፈራርቁ።

- ተለዋዋጭ እና ለቅጣት ያልታለሙ የሰራተኛ ፈቃድ ፖሊሲዎችን ይተግብሩ እና የታመሙ ሰራተኞች እቤት እንዲቆዩ ይፍቀዱ። የፈቃድ ፖሊሲዎች የትምህርት ቤት ወይም የህጻን ማቆያ መዘጋት ካለ ከልጆቻቸው ጋር ወይም የታመሙ የቤተሰብ አባላት ለመንከባከብ ቤት መቆየት ያለባቸውን ሰራተኞችም ታሳቢ ማድረግ አለባቸው።
- በአከባቢ እና በፌዴራል ሕግ መሠረት ምን ፈቃድ እንዳለ ለሠራተኞቹ ያሳውቁ።

የግንባታ አትኩሮቶች

- ተደጋጋሚ የእጅ ንጽሕናን ለማስቻል አቅርቦቶችን (ለምሳሌ ሳሙና እና ውሃ ወይም በአልኮል ላይ የተመሠረቱ ቢዎንስ 60% አልኮሆል ያላቸው እጅን ማጽጃዎች (ሳኒታይዘር)) ያቅርቡ። የእጅ ንጽሕና ምርቶች በሠራተኛ እና በተከራይ አካባቢዎች (ለምሳሌ የእንግዳ መቀበያ ጠረጴዛ፣ መተላለፊያ ክፍል (ሎቢይ)፣ የሥራ ጣቢያዎች፣ የእንቅስቃሴ ክፍሎች፣ የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ክፍሎች፣ ሌሎች የጋራ መጠቀሚያ አካባቢዎች ወዘተ) ውስጥ ተደራሽ መሆናቸውን ያረጋግጡ።
- የጋራ ቦታዎች ውስጥ ማጽዳትን እና ጀርም ለማስወገድ የሚያስችሉ አቅርቦቶችን ያቅርቡ።
- እንደ መተላለፊያ ክፍሎች (ሎቢይ)፣ የታጠሩ ቦታዎች እና ሰገነቶች ያሉ የጋራ መጠቀሚያ ስፍራዎች ክፍት ሊሆኑ ይችላሉ። በተከራይነት እና በአገልግሎት ሰጭዎች መካከል ያለውን አካላዊ ቅርበት ለመቀነስ የሚያስችል ለቤት ውስጥ የድንገተኛ አደጋ አገልግሎት ጥያቄዎች ዕቅድ ያዘጋጁ።
- ተጓዥነትን በአንድ ጊዜ በ 4 ሰዎች ወይም ወደ አንድ ቤተሰብ በመገደብ የአሳንሰር የአቅም ጫናዎችን የሚቀንሱ የመቆጣጠሪያ እቅድን ያዘጋጁ።
- በተቻለ መጠን ለሪል አስቴት ማሳያዎች ምናባዊ ጉብኝቶችን ይጠቀሙ።
- በተቻለ መጠን በዲጂታል መድረኮች በኩል ክፍያን ይተግብሩ (ለምሳሌ የኢንተርኔት የኪራይ ክፍያ)።
- ተገቢውን የፊት መሸፈኛዎችን፣ ማህበራዊ መራራቅን እና የእጅ ንፅሕናን የሚያበረታታ ምልክት በመላው ተቁሙ ውስጥ ያሳዩ።
- ከ COVID-19 ጋር ለከባድ በሽታ ተጋላጭ ሊሆኑ የሚችሉ ግለሰቦችን (ለምሳሌ በዕድሜ የገፉ አዋቂዎች ወይም ሥር የሰደደ የጤና ችግር ያለባቸው) ለሚደግፉ ህፃናዎች ቢጋራ አካባቢዎች እና የቡድን ኩነቶችን ወስጥ የቡድን መጠኖችን በ 10 መገደብ ወይም መጠቀምን ለመፍቀድ እስከሚቀጥሉ ድረጃዎች ድረስ መጠባበቅን የመሳሰሉ የበለጠ ጥብቅ ገደቦችን ከግምት ውስጥ ያስገቡ።
- ስለ COVID-19 ሰራተኞችን፣ ተከራዮችን፣ ባለቤቶች እና ጎብኝዎች ያስተምሯቸው። መልዕክቶችን ለማስተላለፍ እንደ ኢሜል፣ ድህረገጾችን፣ በራሪ ወረቀቶች፣ ምልክቶችን እና በራሪ ወረቀቶች ያሉ መድረኮችን ይጠቀሙ። ስለ COVID-19 ለበለጠ መረጃ <https://coronavirus.dc.gov/> ያጣቅሱ።
- የቤት ውስጥ አገልግሎቶች የሚሰጡ መኖሪያዎች (ለምሳሌ ጂም እና የአካል ብቃት፣ የቸርቻሮ ንግድ፣ መዝናኛ ወይም መጓጓዣ) ለእነዚህ መስኮች የተለዩ ተጨማሪ መመሪያዎችን እዚህ <https://coronavirus.dc.gov/phasetwo> ይመልከቱ።

የመዋኛ ገንዳዎች

- የመዋኛ ገንዳ ካለ፣ ሰዎች በሚሞኙበት ጊዜ እና በገንዳው ወለል አከባቢ ላይ በሚኖሩበት ጊዜ የማኅበራዊ ርቀት ፖሊሲዎች ባሉበት ለነዋሪዎች ብቻ መዳረሻ ይፍቀዱ።
- በ DOH ወይም በ DCRA ቀደም ተብለው ለታቀዱ እና ላልታወቁ የውሃ ገንዳ አካባቢ ፍተሻዎች መከናወን እንዲችሉ ህፃናዎችን መግባትን ማመቻቸት አለበት፤
- የደህንነት አቅርቦቶችን የማረጋገጥ ኃላፊነት የተሰጠው ግለሰብን ስም እና የመገናኛ መረጃን በግልጽ በሚታይ በመዋኛ ገንዳ አከባቢ ላይ ይለጥፉ።
- በዲሲ መንግስት በቀረበውን መሰረት የመመሪያ አፈፃፀም ለመተግበር በጽሑፍ የተቀመጠ ዕቅድ መኖር አለበት።
- ሕንፃው ለአደጋ ጊዜ ገንዳ መዘገያ ማዘገፍ ትእዛዝ ወይም ሌሎች በዲሲ ጤና መተግበር ሎኖርባቸው የሚችሉ ሌሎች ገደቦች ዝግጁ መሆን አለበት።

ቅርብ ግንኙነትን ያስወግዱ እና የመነካካት ነጥቦችን ይቀንሱ

- በሰዎች መካከል ቢያንስ የ 6 ጫማ ርቀትን ለማረጋገጥ መተላለፊያ ክፍሎች (ሎቢይ)፣ የሱብሰባ ቦታዎችን፣ የቢሮ ቦታዎችን፣ የአረፍት ክፍሎችን እና ሌሎች የጋራ መጠቀሚያ ቦታዎች የመዋኛ ገንዳ ወለሎችን ወይም የንግድ ማዕከላትን ጨምሮ ያስተካክሉ። ይህ ወንበሮችን ማስወገድን፣ በጠረጴዛዎች እና ወንበሮች መካከል ያለውን ርቀት መጨመርን፣ ወይም ማህበራዊ መራራቆች አማራጭ ባልሆኑበት (ለምሳሌ በእንግዳ መቀበያ በጠረጴዛው ላይ) ግልፅ ጋሻዎችን ወይም ሌሎች አካላዊ ገደቦችን ማስገባትን ሊጠይቅ ይችላል።
- እንደ የመተላለፊያ ክፍሎች(ሎቢይ) ወይም የእንግዳ መቀበያ ጠረጴዛ ባሉ አካባቢዎች መሰብሰብን ለመከላከል የእይታ ምልክቶችን ይጠቀሙ።
- ሊጸዱ ወይም ከጀርም ሊጸዱ የማይችሉ በተደጋጋሚ ጥቅም ላይ የሚውሉ ከፍተኛ ተነኪ የሆኑ ነገሮችን (ለምሳሌ መጽሔቶች፣ ጋዜጦች፣ ብሮሹሮች) በተቋሙ ውስጥ ካሉ የጋራ ቦታዎች ያስወግዱ።
- ወሳኝ ያልሆነ የቡድን እንቅስቃሴዎችን እና ዝግጅቶችን ይገድቡ። የቡድን ተግባሮችን የሚያቀርቡ ከሆነ የ COVID-19 ስርጭትን አደጋ ለመቀነስ የሚረዱትን የሚከተሉትን እርምጃዎች ይተግብሩ።
 - ለቤት ውጭ እንቅስቃሴዎች ቅድሚያ ይስጡ። የቤት ውጭ እንቅስቃሴዎች ከቤት ውስጥ በላይ ተመራጭ ናቸው። ሆኖም በማንኛውም ሁኔታ ውስጥ ከተጨማሪ ሰዎች ጋር መገናኘት አደጋዎን እንደሚጨምር መገንዘብ ጠቃሚ ነው። ስለሆነም ማህበራዊ መራራቅን እና የጨርቅ ፊት መሸፈኛ ምክሮችን መከተል አስፈላጊ ነው።
 - ሠራተኞችን ጨምሮ የተሰብሰቧቸውን ቁጥር ከ 50 ተሳታፊዎች እንዳይበልጥ ይገድቡ።
 - የምግብ እና ቀላል ያሉ ምግብና መጠጦች አቅርቦቶች አይበረታቱም፤ ነገር ግን ከቀረቡ ለእያንዳንዱ ተሰብሳቢ ታሸጉው በሚመጡ ሳጥኖች ወይም በርሳዎች መሆን አለባቸው።
 - እንቅስቃሴዎች እና የመድረሻ/የመወጫ ሰዓቶች ያፈራርቁ።
 - ተሰብሳቢዎች በተቻለ መጠን ከሌላ ቤተሰብ ሰዎች 6 ጫማ ርቀት መጠበቅ አለባቸው።
 - ግለሰቦች ከታመሙ ወይም ከ COVID-19 ላለበት ሰው ከተጋለጡ የጋራ ተግባራት ላይ መገኛት እንደሌለባቸው ለማመላከት ምልክቶችን ይለጥፉ።

ለበሽታው ምልክቶች ማጣራት እና መከታተል

- ወደ ሕንጻው ከመግባታቸው በፊት፣ በስልክ ወይም በአካል በየቀኑ የሰራተኞች የማጣሪያ ምርመራ ያድርጉ (ለምሳሌ የሕመም ምልክቶች መጠይቆች)።
- ሠራተኞች ለትኩሳት እና ሌሎች ለ COVID-19 ምልክቶች ሊሆኑ የሚችሉ ምልክቶችን ንቁ ሆነው እንዲጠበቁ ያበረታታቸው እና ያስታውሷቸው።
- ተከራዮች እና ንብኝዎች ለትኩሳት እና ሌሎች ለ COVID-19 ምልክቶች ሊሆኑ የሚችሉ ምልክቶችን እራሳቸውን ስለመቆጣጠር ንቁ ሆነው እንዲጠበቁ ያበረታታቸው።
- ገንዳውን የሚጠቀሙ ወይም ማንኛውንም የታቀደ እንቅስቃሴ ላይ የሚሳተፉ ግለሰቦችን መዝገብ ቢያንስ ለ 30 ቀናት ይያዙ።

ያጽዱ እና ከጀርም ያስወግዱ

- ተቋሙ የጋራ መጠቀሚያ ቦታዎችን እና ከፍተኛ ንክኪ ያላቸውን ቦታዎች (ለምሳሌ የእንግዳ መቀበያ ጠረጴዛ፣ የመተላለፊያ ክፍሎች (ሎቢይ)፣ የእንቅስቃሴ ክፍሎች፣ የአካል ብቃት እንቅስቃሴ ክፍሎች፣ የንግድ ማዕከሎች፣ የልብስ ማጠቢያ መገልገያዎች፣ የጋራ መጻጻፊያ ቤቶች፣ የጋራ ወጥ ቤቶች፣ የአሳንሰር አዝራሮች፣ የቦር እጅታዎች፣ የፊት ዴስክ እስክብራቶች፣ ወዘተ) በመደበኛነት ለማጽዳት እና ከጀርም ለማስወገድ አጠቃላይ እቅድ ሊኖረው ይገባል።
- ማንኛውም የሚጋራ የሠራተኛ መሣሪያ (ለምሳሌ ስልኮች፣ ኮምፒዩተሮች፣ ጋሪዎች ወዘተ) በእያንዳንዱ ሰው መጠቀም መካከል መጻዳት እና ጀርም መወገድ አለበት።
- በአካላዊ የርቀት መስፈርቶች መሠረት ከማዘጋጀት በተጨማሪ ማናቸውም የሚጋራ መሳሪያ በተጠቃሚዎች መካከል መጻዳት እና ከጀርም መወገድ አለበት።

- በማህበረሰብ ህንፃ ውስጥ ስለ ማጽዳት እና ከጀርም ስለማስወገድ እና COVID-19 በሚያስከትለው ቫይረስ ላይ ውጤታማ ስለሆኑ ፀረ-ጀርም ማጽጃዎች የበለጠ መረጃ ለማግኘት የ CDC ን ድህረገጽ ይመልከቱ: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/reopen-guidance.html>::
- አንድ ሰው COVID-19 ሲኖረው ስለ ማጽዳት እና ከጀርም ስለማስወገድ የበለጠ መረጃ ለማግኘት የ CDC ን ድህረገጽ ይመልከቱ: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>::

የግንባታ አትኩሮቶች

- አንድ ሕንፃ ረዘም ላለ ጊዜ ተዘግቶ ከነበረ፣ የ HVAC ስርዓቶችን መመርመር ያረጋግጡ እንዲሁም ሁሉም የውሃ ስርዓቶች ለመጠቀም ደህና መሆናቸውን ያረጋግጡ። ለተጨማሪ መረጃ የ CDC ረዘም ካለ መዘጋት ወይም ከተቀነሰ ክወና በኋላ ህንፃዎችን በመክፈት ላይ መመሪያን ይመልከቱ: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/building-water-system.html>::

ለ COVID-19 መጋለጥ ዕቅድ ያውጡ

- በአንድ ህንፃ ውስጥ አንድ ነዋሪ በበሽታ መያዙ የማህበራዊ መራራቅ ምክርቶች ሳይተገብሩ በቡድን ዝግጅቶች እስካልተሳተፉ ወይም በጋራ መጠቀሚያ ቦታዎች ወስጥ እስካልነበሩ ድረስ ለተቀረው ህንፃ ስጋት አይሆንም። ይህ መረጃ ከግለሰቡ በዲ.ሲ. ጤና ግንኙነት ተከታታይ ቡድን ይሰበሰባል።
- ግለሰቡ በህንፃው ውስጥ ላሉት ሌሎች ነዋሪዎች ወይም ለሠራተኞች አደጋን የሚጋርጥ እንደሆነ ውሳኔ ካልተደረገ በስተቀር ዲ.ሲ. ጤና አንድ ግለሰብ በ COVID-19 መያዙን ለአፓርታማ ወይም ለኮንዶሚኒየም ህንፃ አስተዳዳሪዎች አያሳውቅም።
- አንድ ሠራተኛ በ COVID-19 የመያዝ ክስተት ቢፈጠር ብለው ዕቅድ ያውጡ።
- አንድ ሰራተኛ ለ COVID-19 አዎንታዊ የምርመራ ውጤት ቢያገኙ እና ይህንን መረጃ ለመግለጽ ከመረጡ ሰራተኛው ሊያሳውቁት የሚችሉበትን የማግኛ ነጥብ ይለዩ።
- አንድ ሰው በሥራው ፈረቃ ወቅት ከላይ ካሉት ምልክቶች የትኛውንም ካሳየ ግለሰቡ ወዲያውኑ እንዲገለል፣ ተቆጣጣሪውን እንዲያሳውቅ እና ተቋሙን ለቅቆ እንዲወጣ እቅድ በቦታ መኖር አለበት።
- አንድ ሠራተኛ ለ COVID-19 አዎንታዊ መሆናቸውን ሪፖርት ለማድረግ ከመረጡ ተቋሙ የሚከተሉትን ከሠራተኞች ጋር ለማጋራት የማሳወቂያ ሂደት ሊኖረው ይገባል:
 - የ COVID-19 ምልክቶችን እና የበሽታ ምልክቶችን ጨምሮ ስለ COVID-19 ጎምህርት
 - ለ COVID-19 እንዳለው ለተረጋገጠ ሰው ጋር ለተገናኙ ሰዎች መመሪያ ማጣቀሻ በ <https://coronavirus.dc.gov/healthguidance> ይገኛል
 - በዲስትሪክት ኦፍ ኮሎምቢያ ውስጥ በ COVID-19 ምርመራ አማራጮች ላይ መረጃ በ <https://coronavirus.dc.gov/testing> ይገኛል
- አንድ ሰራተኛ ለ COVID-19 አዎንታዊ የምርመራ ውጤት እንዳገኙ ለተቋሙ ካሳወቁ እና ሠራተኛው ከሥራ ባልደረበት፣ ከነዋሪዎች ወይም ከጎብኝዎች ጋር ስፊ ንክኪ ከነበረው **ወይም** አንድ ሠራተኛ፣ ነዋሪ ወይም ጎብኚ ለ COVID-19 አዎንታዊ የምርመራ ውጤት እንዳገኙ ተቋሙን ካሳወቁ ከዚያ ተቋሙ ከሚከተለው መረጃ ጋር ለ DC Health (ዲ.ሲ. ጤና) በኢሜል coronavirus@dc.gov ላይ ማሳወቅ አለበት:
 - በኢሜል የርዕስ ጉዳዩ መስመር ላይ “COVID-19 Consult” (“COVID-19 ምክር”)
 - DC Health (ዲ.ሲ. ጤና) ጥሪውን እንዲመልስ በተቋሙ ውስጥ ከሁሉ የተሻለውን የመገናኛ ሰው ስም እና ቀጥተኛ የስልክ ቁጥር
 - ተጋልጠው ሊሆኑ የሚችሉ የስራ ባልደረባዎች፣ ነዋሪዎች ወይም ጎብኝዎች የተገመተ ቁጥር
 - የክስተቱ/ሁኔታ አጭር ማጠቃለያ
- ለሁሉም አግባብነት ላላቸው የኢሜል ጥያቄዎች ከዲ.ሲ. ጤና አንድ መርማሪ በ 48 ሰዓታት ውስጥ ክትትል ያደርጋል።

ወረርሽኝ እየተስፋፋ በሄደ ቁጥር ከላይ ያሉት መመሪያዎች እየተሻሻሉ ይሄዳሉ። እባክዎን <https://coronavirus.dc.gov/> ን ለወቅታዊ መረጃ በመደበኛነት ይጎብኙ።