

די פאלגנדיקע דירעקטיוון זענען באזירט אויף די לעצטע קאוויד-19 (COVID-19) אינסטרוקציעס פונעם צענטער פאר קאנטראלירן און פארמיידן קראנקייטן (CDC, Centers for Disease Control and Prevention), ארבעט זיכערקייט און געזונט אדמיניסטראציע (OSHA, Occupational Safety and Health Administration) און אנדערע פובליקאציעס. דערלויבעניש האלטערס האבן דאס אחריות דורכצופירן פיזישע דערווייטערונג און זיכערקייט מאַסן אויף זייערע ארבעט ערטער. די דאָזיקע דירעקטיוון זאָלן אייך העלפן אנטוויקלען און אויפהאלטן די פאסיקע מאַסן פאר אייערע ארבעט ערטער.

## פארזיכערן פיזישע דערווייטערונג אויף ארבעט ערטער

- **ארבעטער זאָלן אָפּהיטן א דיסטאַנץ פון 6 פיס איינער פונעם צווייטן ווען מעגליך.** שטעלט צו מיטלען וואָס העלפן אָפּצייכענען די פיזישע דיסטאַנץ ביי דער ארבעט. פאָדערט אז ארבעטער זאָלן אָפּהיטן א דיסטאַנץ פון 6 פיס ווען זיי ווארטן ביי דרייטירן, ארויפציערס/עלעווייטערס, טרפ, און אנדערע בשותפותדיקע שטחים.
- ניט לאָזן די ארבעטער פארזאמלען זיך בשעת פרע-שיפט טרעפונגען, טולבאקס שמועסן און אנדערע ענלעכע פארזאמלונגען.
- **צעשיכטן די צייטפלאנען פאר ארבעט-פונקציעס וואָס שטעלן די ארבעטער נאָענט צוזאַמען.** למשל, ארבעטער וואָס מאכן ארבעט-פונקציעס וואָס שטעלן זיי נאָענט קענען ארבעטן אין אנדערע שיפטס אָדער אנדערע טעג, אָדער זיי קענען אָנהייבן און פארענדיקן די ארבעט צו אן אנדער צייטן, און אויך די פרישטיק און מיטאָג הפסקות קענען זיין צו אן אנדער צייט.

## אָפּעריישנס און פיזישע דערווייטערונג

- דערלויבעניש האלטערס דארפן באגרענעצן, ווי ווייט עס איז מעגלעך, אלע אָפּעריישנס וווּ פאסיקע פיזישע דערווייטערונג איז ניט מעגלעך. דוגמאות פאר סיטואציעס וווּ דאָס קען זיין א פראַבלעם שליסן איין מאטעריאל דעליווערי, גיסן בעטאָן, און די אינסטאלאציע פון גיפסברעט אָדער פאָרהאנג ווענט. עס זענען דאָ פארשידענע סטראטעגיעס כדי צו אויספירן די דאָזיקע קאָמפליצירטע אָפּעריישנס און אָפּהיטן פיזישע דערווייטערונג. זיי שליסן איין:
- אויסבייטן אן ארבעטער מיט מאשינען פאר אָפּעריישנס וואָס פאָדערן מער ווי איין ארבעטער.
  - אויפשטעלן צייטווייליקע באריערן פאר צוזעצליכע שיץ-מאַסן אזוי ווי גיפסברעט, פלאסטישער איבערצי, פלעקסיגלאַז, אא"וו.

## רעקאָמענדירטע זיכערקייט מאַסן

- אחוץ די אויבן דערמאָנטע זיכערקייט פארהיט-מיטלען זענען דאָ פארשידענע סטראטעגיעס וואָס דערלויבעניש האלטערס זאָלן אָנעמען כדי צו אָפּהיטן פיזישע דערווייטערונג צו האלטן אייערע ארבעטער, און די קהילה, זיכער. זיי שליסן איין:
- **מעסטן טעמפעראטור:** ניצט אן אַן-קאָנטאַקט טערמאָמעטער כדי צו מעסטן די טעמפעראטור פון די ארבעטער איידער איר לאָזט זיי צו דעם ארבעט שטח.
  - **וואשן הענט:** פאָדערט אז אלע ארבעטער זאָלן זיך גוט וואשן די הענט פאר און נאָך יעדער אָפּעריישן. גיט צו וואשן-און דיסינפֿעקציע סטאַנציעס איבעראל אין אייער ארבעט שטח.
  - **PPE:** אלע ארבעטער מוזן טראָגן פאסיקע פערזענלעכע שיץ אויסשטאַטונג (PPE). אויב א מאסקע איז ניט קיין טייל פון רוטיין PPE וואָס מען ניצט פאר א ספּעציפישע אויפגאַבע, די ארבעטער דארפן ניצן א פנים צודעק – אבי וועלכע פארזיכערט פאפיר אָדער שטאָף (אזוי ווי א באנדאנא אָדער א שאל) וואָס דעקט צו די נאָז און דאָס מויל – אויב איר קענט ניט אָפּהיטן כאַטש 6 פיס דיסטאַנץ צווישן אייך און אנדערע.
  - **צייטווייליקע באריערן:** שטעלט אויף צייטווייליקע באריערן כדי צו אָפּזונדערן די ארבעטערס במשך פונעם ארבעט טאָג.
  - **ניצן נאָר די אייגענע זאַכן:** דערמוטיקט שטרענג די ארבעטער צו ניצן אנדערע ארבעטערס טעלעפאָנען, טישן, ביוראָען, ארבעט מכשירים און אויסשטאַטונג.
  - **דיסינפֿעקציע:** רייניקט און דיסינפֿעקטירט רעגולער בשותפותדיקע מכשירים און אויסשטאַטונג.
  - **שיקט קראַנקע ארבעטער אהיים:** אויב עמעצער האָט סימפּטאָמען שיקט זיי אהיים און לאָזט זיי ניט צו צו דעם ארבעט שטח.
  - **עפעקטיווע קאָראַנטין:** ארבעטער מוזן בלייבן אין דער היים אויב זיי זענען קראַנק. זיי זאָלן ניט צוריקקומען צו דער ארבעט ביז:
    - עס איז מינימום 7 טעג זינט אייערע סימפּטאָמען האָבן אָנגעהויבן
    - איר האָט קיין מאָל ניט געהאַט פיבער, אָדער עס איז מינימום 3 טעג זינט איר האָט געהאַט פיבער אָן דעם באַנוץ פון פיבער-נידעריקענדע מיטלען אזוי ווי יעולענגאָל אָדער אייבופאָפּען.
    - אייערע אלגעמיינע געזונט איז בעסער געוואָרן
  - **פארמאכט עס:** פארמאכט דאָס אָרט אויב אָפּהיטן פיזישע דערווייטערונג איז ניט מעגליך.

גוטע געזונט הרגלים קענען העלפן פארהאלטן די צעשפרייטונג פון גערמעס און פארמיידן רעספיראטארישע קראנקייטן. ניצט די דאָזיקע אידעעס צו באשיצן אייך און אנדערע:

דעקט צו אייער הוסטן אָדער ניסן מיט א טישו, דאן ווארפט אוועק די טישו אין מיסטקאסטן.



דעקט צו אייער מויל און נאָז מיט א טישו ווען איר הוסט אָדער ניסט. ניצט די אינערע פון אייער עלנבויגן אויב עס איז ניטאָ קיין טישו.



וואשט אייערע הענט אָפט מיט זייף און וואסער פאר מינימום 20 סעקונדעס.

פראקטיצירט פאסיקע היגענע. וואשט אייערע הענט גרינטלעך און אָפט מיט זייף און וואסער פאר מינימום 20 סעקונדעס. אויב עס איז ניטאָק קיין זייף און וואסער, ניצט אלקאהאָל-באזירטע האנט סעניטייזער.

רייניקט און דיסינפעקטירט אָפט אַביעקטן און אייבערפלאַכן.



רייניקט מכשירים און אויסשטאטונג מיט דיסינפעקטירענדע ווישטיכלעך נאָך יעדער באנוץ. פאר גרעסערע מכשירים און אויסשטאטונג ווישט אָדער שפריצט אָפּ די אייבערפלאַך פונעם מכשיר מיט א לייזונג פון 5 עסלעפל (1/3 טעפל) בליטש פער 1 גאלאָן וואסער. לאַזט די לייזונג זיצן אויפן אייבערפלאַך פאר 5 מינוט עס זאָל אָפּשאפן אלע גערמעס.

**אופנים צו מינדערן די צעשפרייטונג פון גערמעס**

- פראקטיצירט פיזישע דערווייטערונג דורך פארמיידן פארזאמלונגען פון גרופעס און אָפּהיטן א דיסטאנץ פון 6 פיס איינער פונעם צווייטן ווען מעגליך.
- צעשיכט פרע-שיפט טרעפונגען, אָריענטאציעס פאר נייע ארבעטער, און אנדערע פערזענלעכע טרעפונגען. די דאָזיקע טרעפונגען זאָלן באזאָרגן אינפאָרמאציע וועגן פאסיקע היגענע, האלטן אייבערפלאַכן ריין, און פראָצעדורן פאר וואָס מען דארף טאָן אויב אן ארבעטער איז קראַנק.
- אויב אן ארבעטער האָט סימפּטאָמען מוזן זיי בלייבן אין דער היים. סופּערווייזאַרס זאָלן פארשרייבן א רשימה פון אלע ארבעטערס וואָס מען שיקט אהיים אָדער וואָס בלייבן אין דער היים.
- באזאָרגט די ארבעטער מיט זייף און וואסער פּדי זיי זאָלן קענען אָפט וואשן זיך די הענט.
- דערמאָנט אייערע מיט-ארבעטערס פריינטלעך אויב זיי פארגעסן צו וואשן זיך די הענט, צודעקן זייער מויל, אָדער אָפווישן די מכשירים נאָך יעדער באנוץ.

**קאָויד-19 (COVID-19)**  
סימפּטאָמען פון קאָויד-19 (COVID-19) שליסן איין געוויינטלעך:

- פיבער
- הוסטן
- האַלדזווייטיק
- קורצער אָטעם

סופּערווייזאַרס זאָלן האלטן אן אויג אויף די ארבעטער צו זען אויב זיי האָבן די אויבן דערמאָנטע סימפּטאָמען. אויב עמעצער האָט סימפּטאָמען שיקט זיי אהיים און לאַזט זיי ניט צו צו דעם ארבעט שטח.