કોરોનાવાયરસ રોગ (COVID-19) સંવેદનશીલ વસ્તી અને COVID-19

જ્યારે રોગો કોઈને પણ બીમાર કરી શકે છે, ત્યારે કેટલાક કેનેડિયનો તેઓના સ્વાસ્થ્ય, સામાજિક અને આર્થિક સંજોગોને લીધે ચેપ લાગવાનાં અને ગંભીર મુશ્કેલીઓ વિકસાવવાના ઉચ્ચ જોખમ પર છે.

આ વસતીને **COVID-19** વાયરસ લાગતા અથવા ફેલાતા અટકાવવામાં મદદ કરવા માટે સંસ્થાઓ, કર્મચારીઓ અને સ્વયંસેવકો મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા ભજવે છે. પોતાને અને અન્ય લોકોને સ્વસ્થ રાખવામાં મદદ કરવા માટે તેઓ જે સરળ વસ્તુઓ કરી શકે છે તે શેર કરીને પ્રારંભ કરો, જો તેઓમાં કોઈ ચિહ્નો અને લક્ષણો વિકસિત થાય તો તેઓને મદદ કરવા માર્ગદર્શન આપો અને **COVID-19** થી સાજા થવા માટે બીમાર ગ્રાહકોની સંભાળ માટેની રીતો શીખો.

સંવેદનશીલ વસ્તીમાં નીચેનાનો સમાવેશ થઈ શકે છે:

એવી કોઈપણ વ્યક્તિ જે:

- એક વૃદ્ધ વયસ્ક છે
- અંતર્ગત તબીબી પરિસ્થિતિઓ (દા.ત. હૃદય રોગ, હાયપરટેન્શન, ડાયાબિટીઝ, શ્વસન રોગો, કેન્સર) ને લીધે જોખમમાં છે
- કોઈ તબીબી સ્થિતિ અથવા સારવાર (દા.ત. કીમોથેરાપી) થી ઓછી થઈ ગયેલ રોગપ્રતિકારક શક્તિને લીધે જોખમમાં છે

એવી કોઈપણ વ્યક્તિ જેને:

- તબીબી સંભાળ અથવા આરોગ્ય સલાહ પર પહોંચ મેળવામાં મુશ્કેલી હોય
- વારંવાર હાથ ધોવા અને ઉધરસ અને છીંકને ઢાંકવા જેવી નિવારક પ્રવૃત્તિઓ કરવામાં મુશ્કેલી હોય
- ચાલુ તબીબી સંભાળ અથવા ચોક્કસ તબીબી પુરવઠાની જરૂર છે
- ચાલુ દેખરેખની જરૂરિયાતો અથવા સ્વતંત્રતા જાળવવા માટે સહાય
- પરિવહન સુલભ કરવામાં મુશ્કેલી
- આર્થિક અવરોધો
- અસ્થિર રોજગાર અથવા અદમ્ય કાર્યકારી સ્થિતિ
- સામાજિક અથવા ભૌગોલિક અલગતા, જેમ કે દૂરસ્થ અને અલગ પડેલ સમુદાયોમાં
- અસુરક્ષિત, અપૂરતી અથવા અસ્તિત્વમાં ન હોય તેવી આવાસની સ્થિતિ

COVID-19 ના પ્રકોપ વખતે સંસ્થાઓ કેવી રીતે સંવેદનશીલ લોકોને સહયોગ કરી શકે છે

તથ્યો જાણવા માટે સમય કાઢો:

- નીચેની સાઈટ પર મુલાકાત લઈને COVID-19 વિશે વધુ જાણો **canada.ca/coronavirus**
- તમારા સમુદાયની વર્તમાન પરિસ્થિતિ વિશે અદ્યતન રહો
- સંબંધિત COVID-19 માહિતી, સંસાધનો અને માર્ગદર્શન મેળવવા માટે સ્થાનિક, પ્રાંતીય, પ્રાદેશિક જાહેર આરોગ્ય અધિકારીઓનો સંપર્ક કરો

તૈયાર રહેવા માટે સમય કાઢો:

- તમારી વ્યવસાયની નિરંતરતા યોજનાની સમીક્ષા કરો જેથી તમને અને તમારા સ્ટાફને શું કરવું તે ખબર રહે
- સંભવિત વિક્ષેપો માટે આગોતરી યોજના બનાવો
- સૌથી વધુ મહત્વપૂર્ણ સેવાઓ પ્રદાન કરવાનું કેવી રીતે ચાલુ રાખવું તે ઓળખો અને તેની યોજના બનાવો
- સંસાધનો અને વ્યૂહરચના શેર કરવા માટે સમાન સેવાઓ પ્રદાન કરતી સંસ્થાઓ સાથે ભાગીદારી કરો
- સ્ટાફ, સ્વયંસેવકો અને ગ્રાહકોના પ્રશ્નોના જવાબો આપવા માટે તૈયાર રહો
- સામાન્ય પુરવઠા અને **સફાઇ પુરવઠાનો** સ્ટોક કરવાનું ધ્યાનમાં લો
- આશ્રયસ્થાનો અને સાંપ્રદાયિક જગ્યા મર્યાદાઓ માટે તૈયારી કરો

COVID-19 ના ફેલાવાને રોકવા માટેની રીતો વિશે સ્ટાફને શિક્ષિત કરો:

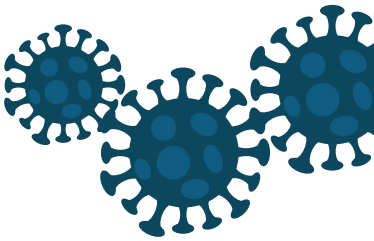
- વારંવાર સાબુ અને ગરમ પાણીથી હાથ ધોવા અથવા આલ્કોહોલ આધારિત સેનિટાઈઝરનો ઉપયોગ કરવો
- હાથની સ્વચ્છતા અને ઉધરસના શિષ્ટાચારના પુરવઠા (જેમ કે આલ્કોહોલ આધારિત હેન્ડ રબ, સાબુ, પેપર ટુવાલ, ટીસ્યુ , વેસ્ટ કન્ટેનર) ની પહોંચ વધારવી.
- વારંવાર ઉપયોગમાં લેવાતી જગ્યાઓ, સપાટીઓ અને વસ્તુઓ (રસોડા, સામાન્ય વિસ્તારો, જમવાના વિસ્તારો, ડેસ્ક, સુવાની જગ્યાઓ જે શેર કરવામાં આવતી હોય, દરવાજાના નોબ્સ અને નળ) સાફ કરવી
- બીમાર હોય ત્યારે ઘરે જ રહેવું
- શેર કરવામાં આવતી અંગત વસ્તુઓનો ઉપયોગ કરવાનું ટાળવું
- જો સ્ટાફ અથવા ક્લાયન્ટ બીમાર હોવાના લક્ષણો બતાવે તો શું કરવું તે વિશેની માહિતી શેર કરવી

ગીચ સુવિધામાં રહેતા લોકોની સંભાળ **કેવી રીતે** રાખવી અને કેવી રીતે અલગ કરવું તે વિશેનાં પગલાં જણાવવા (જો ઉપલબ્ધ હોય તો અલગ વોશરૂમના ઉપયોગ સહિત)

COVID-19 ના પ્રકોપ દરમિયાન સંવેદનશીલ વસ્તીને સહયોગ આપવા માટેના સૂચનો

- નીચેનાનો ઉપયોગ કરીને કેવી રીતે હાથ ધોવા અને ઉધરસને ઢાંકવા વિશે સ્પષ્ટ સૂચનાઓ પ્રદાન કરો:
  - સમુદાયમાં સૌથી વધુ ઉપયોગમાં લેવામાં આવતી ભાષા
  - તેઓ લઈ શકે તેવા સરળ પગલાં સમજાવતા ટૂંકા સંદેશાઓ
  - મોટા ફોન્ટ અને ગ્રાફિક્સ
  - સુલભ સૂચનાઓ (દા.ત. બ્રેઇલ, પિક્ટોરલ); અને
  - સામાન્ય વિસ્તારોમાં સંકેતો મૂકીને: સિંક, પ્રવેશદ્વારો, ઇન્ટેક વિસ્તારો, બાથરૂમ, શયનખંડો, મનોરંજનના ક્ષેત્રો, વેઈટિંગ રૂમની પાસે
- સહાયક વિકલ્પો ધ્યાનમાં લો જેવા કે:
  - જાહેર પરિવહનને બદલે સ્વયંસેવક ડ્રાઇવરો અને સબસિડીવાળી ટેક્સી ભાડાના ઉપયોગ વિશે વિચાર કરવો
  - વૈકલ્પિક વ્યાપક પહોંચ માટેના પગલાં અથવા એક "સાથી" સિસ્ટમ તૈયાર કરવો
  - દિવસ દરમિયાન બીમાર ગ્રાહકોને આશ્રયસ્થાનોમાં આરામ કરવાની મંજૂરી આપવાની નીતિઓ શામેલ કરવો
  - શક્ય હોય ત્યાં સુધી ખોરાક, પીણા અને પુરવઠા પર પહોંચ પ્રદાન કરવી
  - ગ્રાહકોને પ્રિસ્ક્રિપ્શનો અને આવશ્યક તબીબી પુરવઠો ભરવા અથવા રીફિલ કરવા યાદ અપાવવી
- જો તમને કોઈ ગ્રાહક COVID-19 થી બીમાર હોવાની શંકા હોય તો કૃપા કરીને તમારા સ્થાનિક **પબ્લિક હેલ્થ ઓથોરિટી** નો સંપર્ક કરો.

COVID-19 ના ફેલાવાને રોકવા માટે આપણે બધા પોતાનું યોગદાન આપી શકીએ છીએ.

વધુ માહિતી માટે મુલાકાત લો

canada.ca/le-coronavirus
અથવા સંપર્ક કરો
1-833-784-4397