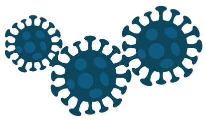
பலவீனமான சமூகங்களும் COVID-19 உம்

நோய்கள் எவரையும் சுகவீனமுறச் செய்யக்கூடிய அதே வேளை, சில கனேடியர்கள் அவர்களின் சுகாதார, சமூக, பொருளாதார நிலைமைகளின் காரணமாக ஒரு நோய்த் தொற்று ஏற்பட்டு கடுமையான சிக்கல்கள் ஏற்படும் அதிக இடர்ப்பாட்டில் உள்ளனர்.

நிறுவனங்களும் ஊழியர் குழாமும் தொண்டர்களும் இந்த ஆட்களுக்கு COVID-19 வைரசு தொற்றுவதை அல்லது பரவுவதைத் தடுக்க உதவுவதில் ஒரு முக்கிய பாத்திரத்தை வகிக்கின்றனர். அவர்களையும் ஏனையோரையும் சுகாதாரமாக வைத்திருக்க உதவ அவர்கள் செய்யக்கூடிய எளிய விடயங்களைப் பகிர்ந்து கொண்டு தொடங்குங்கள், அவர்களுக்கு எவையேனும் அடையாளங்களும் நோயறிகுறிகளும் தோன்றினால் உதவ அவர்களுக்கு வழி காட்டுங்கள், COVID-19 இலிருந்து நோயுற்ற சேவை பெறுநர்கள் குணமடையப் பராமரிக்க உதவும் வழிகளைக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.



பலவீனமான சமூகங்களில் உள்ளடங்கக் கூடியோர்:

இத்தகைய எவரும்:

- ஒரு வயோதிபர்
- காணப்படும் மருத்துவ நிலைமைகளின் (உதாரணமாக இதய நோய், உயர் குருதியழுத்தம், நீரிழிவு, நாட்பட்ட சுவாச நோய்கள், புற்று நோய்) காரணமாக இடர்ப்பாட்டில் இருத்தல்
- ஒரு மருத்துவ நிலைமையால் அல்லது சிகிச்சையால் (உதாரணமாக இரசாயனச் சிகிச்சை) ஒரு பாதிப்புக்குள்ளான நிர்ப்பீடனத் தொகுதியின் காரணமாக இடர்ப்பாட்டில் இருத்தல்

இவை காணப்படும் எவரும்:

- வாசிப்பு, பேச்சு, விளங்கிக் கொள்ளல் அல்லது தொடர்பாடல் சிரமம்
- மருத்துவப் பராமரிப்பை அல்லது சுகாதார ஆலோசனையை அணுகுவதில் சிரமம்
- அடிக்கடி கைகளைக் கழுவுதல், இருமலையும் தும்மலையும் மூடுதல் என்பன போன்ற தடுப்பு நடவடிக்கைகளைச் செய்வதில் சிரமம்
- தொடர்ச்சியான விசேட மருத்துவப் பராமரிப்பு அல்லது குறிப்பான மருத்துவ வழங்கல்கள் தேவைப்படுதல்
- தொடர்ச்சியான மேற்பார்வைத் தேவைகள் அல்லது சுயாதீனத்தைப் பேணுவதற்கான உதவி
- போக்குவரத்தை அணுகுவதில் சிரமம்
- பொருளாதாரத் தடங்கல்கள்
- நிலையற்ற தொழில் அல்லது நெகிழ்வற்ற வேலை நிலைமைகள்
- தொலைதூர அல்லது தனித்து விடப்பட்ட சமுதாயங்களில் போன்று சமூக அல்லது புவியியல் தனிமை
- பாதுகாப்பற்ற, போதியதாகாத, அல்லது இருக்காத வீட்டு நிலைமைகள்

நிறுவனங்கள் COVID-19 நோய்த் தாக்கங்களின் போது பலவீனமான சமூகங்களுக்கு எவ்வாறு ஆதரவளிக்கலாம்

விடயங்களை அறிந்து கொள்ள நேரமெடுங்கள்:

- **canada.ca/coronavirus** இற்குச் சென்று COVID-19 ஐப் பற்றி மேலும் அறிந்து கொள்ளுங்கள்
- உங்கள் சமுதாயத்தின் தற்போதைய நிலைமையைப் பற்றிய மிகப் பிந்திய விபரங்களைக் கொண்டிருங்கள்
- தொடர்புள்ள COVID-19 தகவல்களையும் வளங்களையும் வழிகாட்டலையும் பெற உள்ளூர், மாகாண, ஆட்புலப் பொதுச் சுகாதார அலுவலர்களைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்

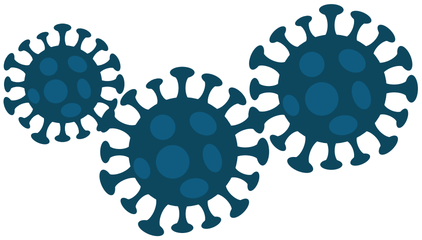
தயாராக நேரமெடுங்கள்:

- என்ன செய்ய வேண்டுமென்று நீங்களும் உங்கள் ஊழியர் குழாமும் அறிந்திருக்கும் வகையில் உங்களது வணிகத் தொடர்ச்சித் திட்டத்தை மீளாய்வு செய்யுங்கள்
- ஏற்படக்கூடிய தடங்கல்களுக்காக முற்கூட்டியே திட்டமிடுங்கள்
- ஆகவும் இக்கட்டான சேவைகளை வழங்குவதைத் தொடரும் முறையை அடையாளங் கண்டு திட்டமிடுங்கள்
- வளங்களையும் உபாயங்களையும் பகிர்ந்து கொள்ள ஒத்த சேவைகளை வழங்கும் நிறுவனங்களுடன் சேருங்கள்
- ஊழியர்களிடமும் தொண்டர்களிடமும் சேவை பெறுநர்களிடமும் இருந்து பெறும் கேள்விகளுக்குப் பதிலளிக்கத் தயாராயிருங்கள்
- பொது வழங்கல்களையும் **துப்புரவாக்கல் வழங்கல்களையும்** திரட்டி வைப்பதைக் கருத்திற் கொள்ளுங்கள்
- பகலிடங்களுக்கும் சமுதாய இட மட்டுப்பாடுகளுக்கும் தயார்ப்படுத்துங்கள்

COVID-19 பரவலைத் தடுக்கும் வழிகளைப் பற்றி ஊழியர்களுக்குக் கற்பியுங்கள்:

- சவர்க்காரமும் வெந்நீரும் கொண்டு அடிக்கடி கைகளைக் கழுவுதல் அல்லது மதுசார அடிப்படையிலான துப்புரவாக்கியைப் பயன்படுத்துதல்
- கைத் துப்புரவு, இருமல் ஒழுக்க வழங்கல்களுக்கான அணுகலை அதிகரித்தல் (உதாரணமாக மதுசார அடிப்படையிலான கைத் தேய்ப்பான், சவர்க்காரம், கடதாசித் துவாய்கள், திசுக்கள், கழிவுக் கொள்கலன்கள்)
- அடிக்கடி பயன்படுத்தப்படும் இடங்களையும் மேற்பரப்புக்களையும் பொருட்களையும் துப்புரவாக்குதல் (சமையலறைகள், பொதுவான இடப்பரப்புக்கள், உணவு உட்கொள்ளும் இடங்கள், மேசைகள், பகிர்வான உறங்கும் இடங்கள், கதவுப் பிடிகள், நீர்க் குழாய்கள்)
- நோயுற்ற போது வீட்டில் இருத்தல்
- பகிர்வான தனிப்பட்ட பொருட்களைப் பயன்படுத்துவதைத் தவிர்த்தல்
- ஊழியர்கள் அல்லது சேவை பெறுநர்கள் சுகவீனமுறும் அறிகுறிகளைக் காட்டினால் என்ன செய்ய வேண்டுமென்று தகவல்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளல்

(கிடைக்கப் பெறின், வேறான கழுவு கூடங்களைப் பயன்படுத்துவது உட்பட) ஒரு சன நெரிசலான இடத்தில் ஆட்களைப் பராமரிக்கும், தனிமைப்படுத்தும் **முறை** தொடர்பான தகவல்களைப் பகிர்தல்



COVID-19 இன் போது பலவீனமான சமூகங்களுக்கு உதவுவதற்கான முன்மொழிவுகள்

- இவற்றைப் பயன்படுத்தி கைகளைக் கழுவும் முறையையும் இருமலை மூடும் முறையையும் பற்றிய தெளிவான அறிவுறுத்தல்களை வழங்குதல்:
  - சமுதாயத்தில் ஆகப் பொதுவாகப் பயன்படுத்தப்படும் மொழி வழக்கு
  - அவர்கள் மேற்கொள்ளக்கூடிய எளிய படிமுறைகளைப் பற்றிய குறுகிய தகவல்கள்
  - பெரிய எழுத்துக்களும் சித்திரங்களும்
  - அணுகக்கூடிய அறிவுறுத்தல்கள் (உதாரணமாக பிறெய்லி, படவிளக்கம்)
  - பொதுவான இடப்பரப்புக்களில் சைகைகளை இடுவதன் மூலம்: கழுவு தொட்டிகள், வாயில்கள், உள்வாங்கற் பகுதிகள், ஓய்வறைகள், உறங்கும் பகுதிகள், பொழுதுபோக்கிடங்கள், காத்திருப்பு அறைகள் என்பவற்றுக்கு அருகில்
- பின்வருவன போன்ற மாற்றுத் தெரிவுகளுக்கு உதவுதைக் கருத்திற் கொள்ளுங்கள்:
  - பொதுப் போக்குவரத்துக்குப் பதிலாக தொண்டர் சாரதிகளையும் கட்டணம் குறைந்த கூலி வண்டிகளையும் பயன்படுத்துதல்
  - மாற்று அடைவு நடைவடிக்கைகளை அல்லது ஒரு "உதவியாள்" முறையை ஏற்படுத்துதல்
  - நோயுற்ற சேவை பெறுநர்களுக்கு பகற் போதில் புகலிடங்களில் ஓய்வு பெற வழி செய்யும் கொள்கைகளைக் கொண்டிருத்தல்
  - முடிந்தளவு உணவு, பானங்கள், வழங்கல்கள் என்பவற்றுக்கு அணுகலை வழங்குதல்
  - சேவை பெறுநர்களுக்கு மருந்துப் பரிந்துரைப்புக்களையும் தேவையான மருத்துவ வழங்கல்களையும் நிரப்ப அல்லது மீள் நிரப்ப நினைவூட்டுதல்
  - நீங்கள் ஒரு சேவை பெறுநர் COVID-19 நோய் வாய்ப்பட்டிருப்பதாகச் சந்தேகித்தால், உங்களது **பொதுச் சுகாதார அதிகாரசபையைத்** தொடர்பு கொள்ளுங்கள்

COVID-19 பரவலைத் தடுப்பதில் நாம் யாவரும் எமது பங்கை ஆற்றலாம்.

மேலதிக தகவல்களுக்காக, செல்க

Canada.ca/coronavirus

அல்லது தொடர்பு கொள்க