TN US SP
TAMIL NADU URBAN SANITATION SUPPORT PROGRAMME

http://tnussp.co.in/

iihs
INDIAN INSTITUTE FOR HUMAN SETTLEMENTS

समुदाय में सबसे प्रभावी रोकथाम उपायों में नम्नि शामलि हैं:

- अपने हाथों को अल्कोहॉल-आधारति हैंड रब (हाथों पर मलने वाला तरल) या साबुन और साफ पानी के साथ रगड़कर नयिमति रूप से धोएं। यदि आपके हाथ गंदे दखिाई दे रहे हैं तो साबुन और पानी का इस्तेमाल करें।
- अपनी आंखों, नाक और मुंह को छूने से बचें।
- खांसते या छींकते समय अपना मुँह और नाक ढक लें। टशि्यू या कोहनी मोड़कर मुँह के सामने लगाकर खाँसें / छींकें और टशि्यू को तुरंत फेंक दें।
- यदि आपमें साँस संबंधी लक्षण हैं तो मेडकिल मास्क पहनें और मास्क को फेंकने के बाद साबुन से हाथ धोएं।
- साँस संबंधी लक्षणों वाले व्यक्तयिों से (कम से कम 1 मीटर) शारीरकि दूरी बनाए रखें।
- बनिा मतलब बाहर जाने से बचें और लोगों के बड़े समूहों से दूर रहें।
- यदि आप अस्वस्थ महसूस करते हैं तो घर पर रहें।
- चेहरा छूने से बचने के लएि मोबाइल फोन का उपयोग करते समय हेडफोन या स्पीकर फोन का उपयोग करें।

TN US SP

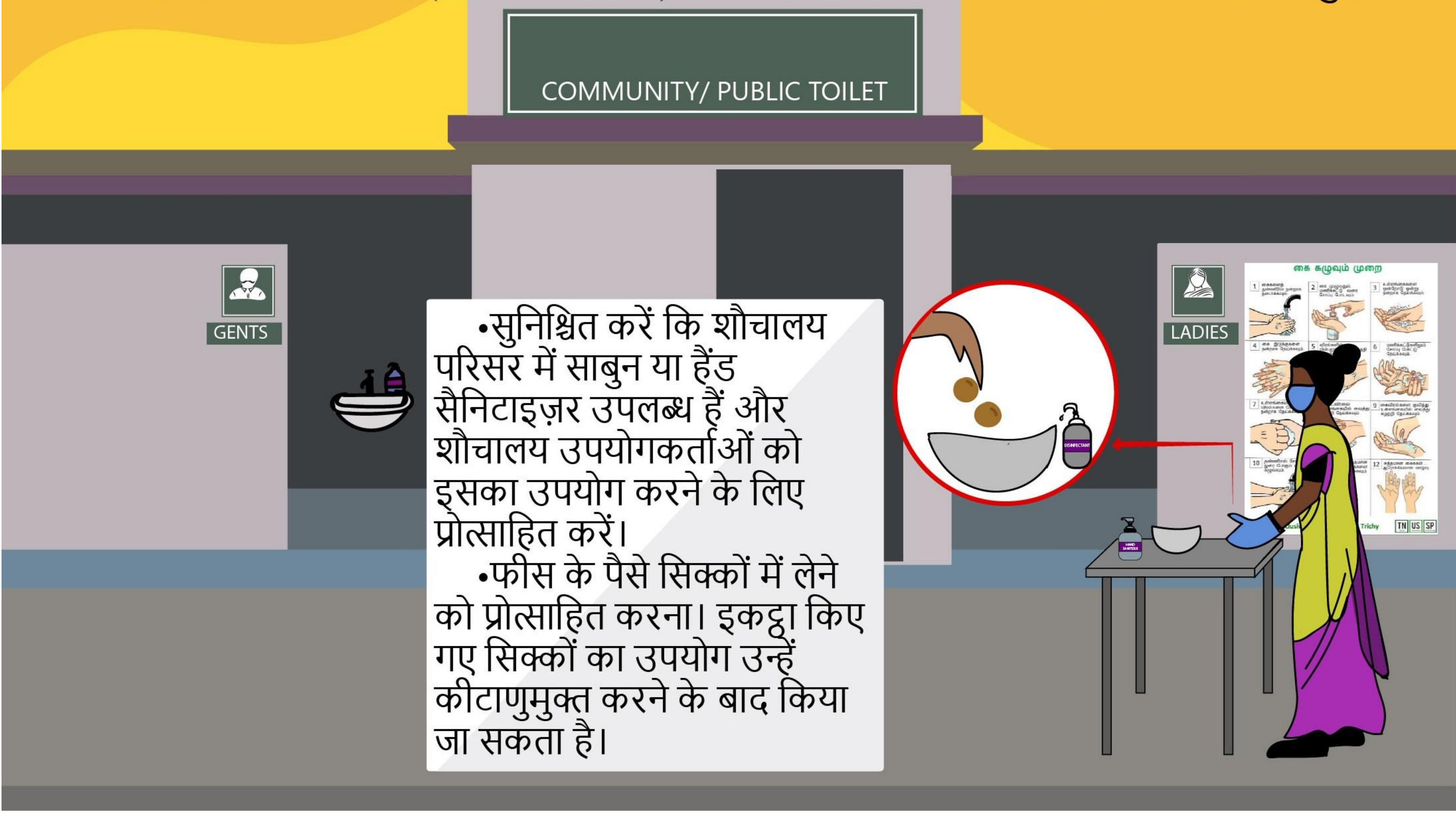
http://tnussp.co.in/

iihs INDIAN INSTITUTE FOR HUMAN SETTLEMENTS

स्वच्छता कार्यकर्ताओं (सैनिटरी वर्कर्स) के लिए सीटी / पीटी में अच्छे अभ्यासों के सुझाव

- दिन का काम शुरू करने से पहले काम के कपड़े, कपड़े बदलने वाले स्थान में पहने जाने चाहिए। सीटी / पीटी परिसर में हमेशा मास्क, दस्ताने, जूते और उपयुक्त कपड़े (जैसे लंबी आस्तीन वाली शर्ट, लंबी पतलून और एप्रन) का उपयोग करें।

स्वच्छता कार्यकर्ताओं (सैनिटरी वर्कर्स) के लिए सीटी / पीटी में अच्छे अभ्यासों के सुझाव



- सुनिश्चित करें कि शौचालय परिसर में साबुन या हैंड सैनिटाइज़र उपलब्ध हैं और शौचालय उपयोगकर्ताओं को इसका उपयोग करने के लिए प्रोत्साहित करें।
- फीस के पैसे सिक्कों में लेने को प्रोत्साहित करना। इकट्ठा किए गए सिक्कों का उपयोग उन्हें कीटाणुमुक्त करने के बाद किया जा सकता है।

स्वच्छता कार्यकर्ताओं (सैनिटरी वर्कर्स) के लिए सीटी / पीटी में अच्छे अभ्यासों के सुझाव

GENTS

•उपयोगकर्ता से फीस लेने वाले काउंटरों पर उपयोगकर्ताओं से कम से कम 1 मीटर की दूरी बनाए रखने के लिए किसी चीज़ से रुकावट बनाएँ।

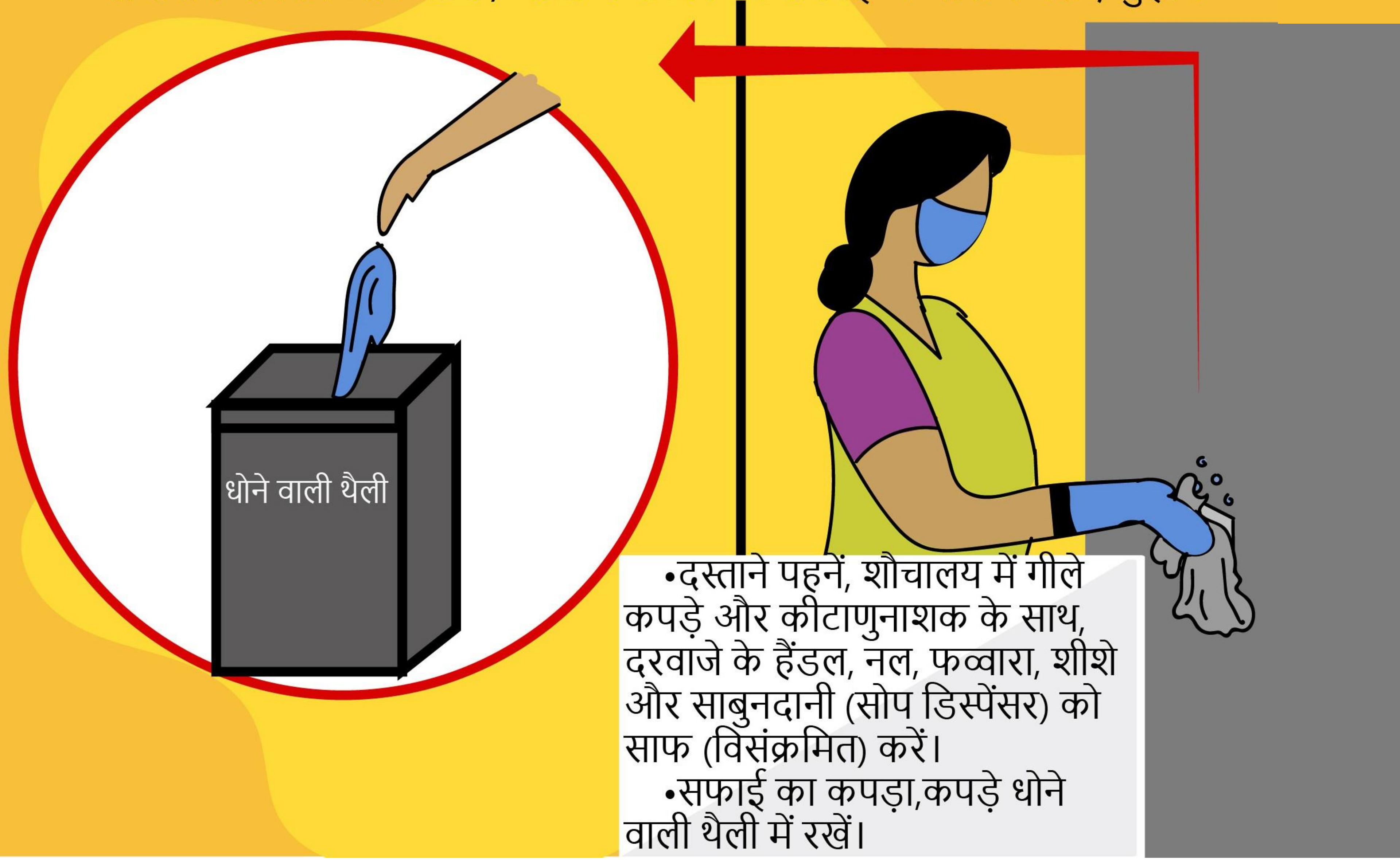
•प्रत्यक्ष उपयोगकर्ताओं को आपस में शारीरिक दूरी (कम से कम 1 मीटर) बनाए रखनी चाहिए और उपयोग के बाद शौचालय को ठीक से साफ करना चाहिए।

स्वच्छता कार्यकर्ताओं (सैनिटरी वर्कर्स) के लिए सीटी / पीटी में अच्छे अभ्यासों के सुझाव

स्वच्छता कार्यकर्ताओं (सैनिटरी वर्कर्स) के लिए सीटी / पीटी में अच्छे अभ्यासों के सुझाव

- शौचालय के कटोरे को हर दिन कम से कम दो से तीन बार साफ करें। उपयोग के आधार पर अधिक बार साफ।

शौचालय परिसर और सीटी / पीटी में कटोरे की सफाई अभ्यास के लिए सुझाव



•दस्ताने पहनें, शौचालय में गीले कपड़े और कीटाणुनाशक के साथ, दरवाजे के हैंडल, नल, फव्वारा, शीशे और साबुनदानी (सोप डिस्पेंसर) को साफ (विसंक्रमित) करें।

•सफाई का कपड़ा,कपड़े धोने वाली थैली में रखें।

शौचालय परिसर और सीटी / पीटी में कटोरे की सफाई अभ्यास के लिए सुझाव

•शौचालय के कटोरे की सफाई करते समय, सुरक्षात्मक दस्ताने पहनें।
•शौचालय के कटोरे, ढक्कन के दोनों तरफ और सीट पर (वेस्टर्न के लिए) और (भारतीय के लिए) पैर रखने वाले स्थान में डिटर्जेंट डालें। शौचालय को फ्लश करें।
•दाग पर वशिेष ध्यान देते हुए कटोरे पर टॉयलेट बाउल क्लीनर लगाएं। कटोरे को टॉयलेट ब्रश से साफ करें।
•जब आप टॉयलेट फ्लश करें तो ब्रश को धो लें।
•दस्ताने कीटाणुरहति करें और उन्हें उनके सही डब्बे में डालें।

शौचालय परिसर और सीटी / पीटी में कटोरे की सफाई अभ्यास के लिए सुझाव

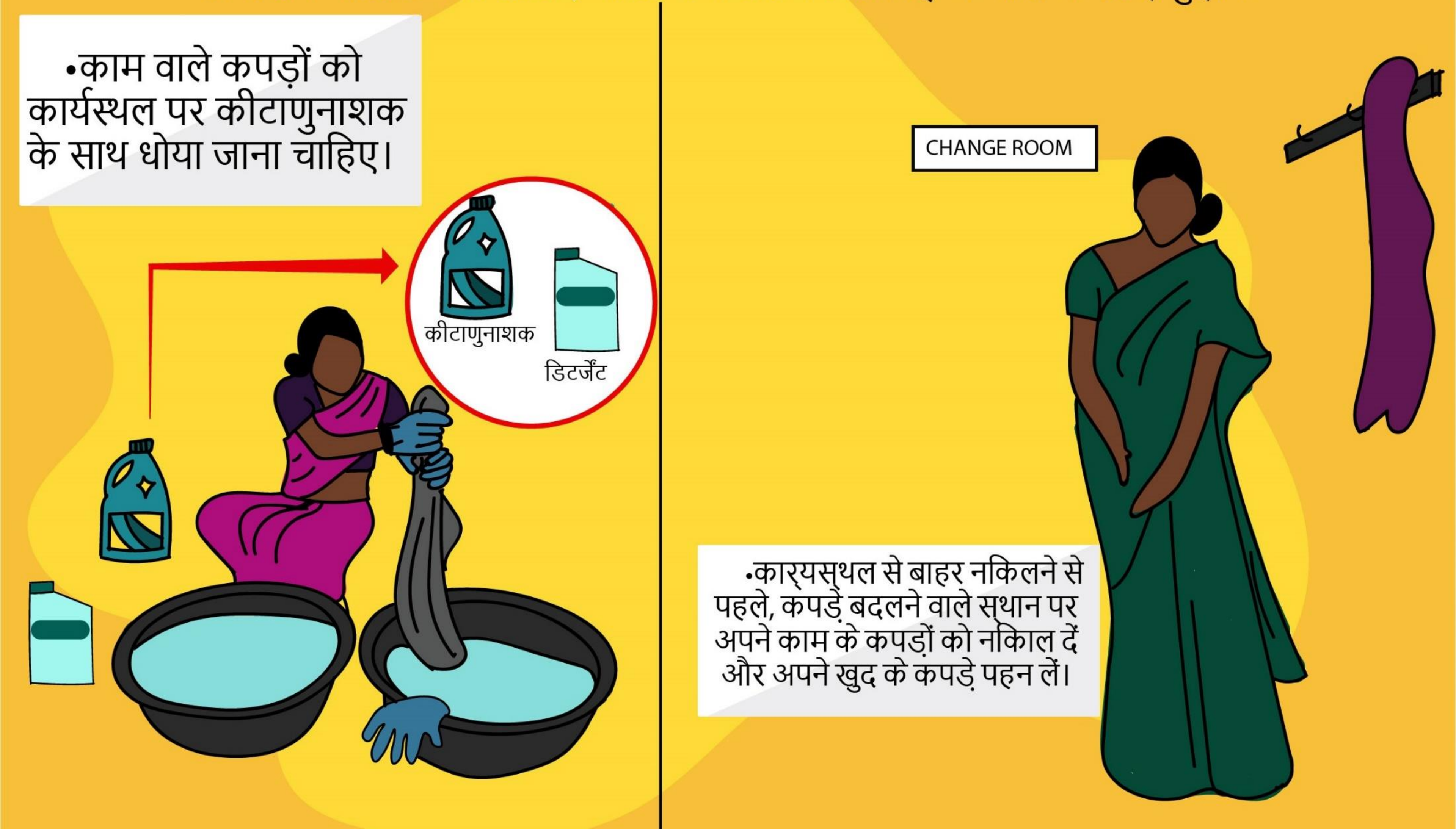
•फर्श की सफाई, सफाई उपकरण और बहुउद्देश्यीय क्लीनर करें।

•उपकरण और दस्ताने और साथ ही उनके डब्बों को पानी और कीटाणुनाशक क्लीनर से धोएं और साफ करें। फर्श की सफाई के उपकरण और क्लीनर कंटेनरों की छुई जाने वाली सतहों को कीटाणुनाशक से साफ करें।

शौचालय परिसर और सीटी / पीटी में कटोरे की सफाई अभ्यास के लिए सुझाव

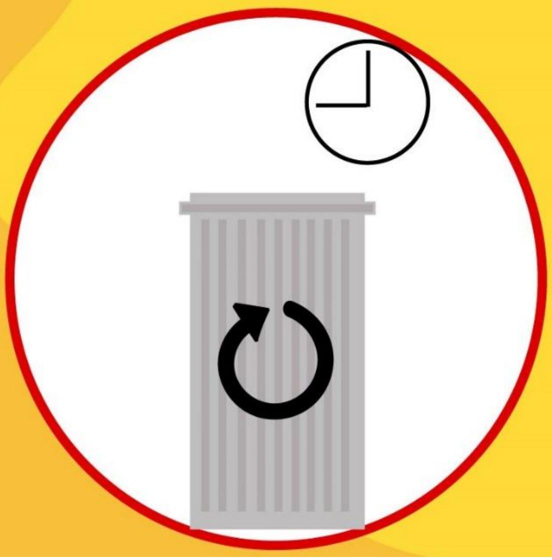
•इसके बाद, आपने जो दस्ताने पहने हैं उनको कीटाणुनाशक के साथ धो लें। पानी और साबुन से अपने हाथ अपनी कोहनी तक धोएं।

शौचालय परिसर और सीटी / पीटी में कटोरे की सफाई अभ्यास के लिए सुझाव

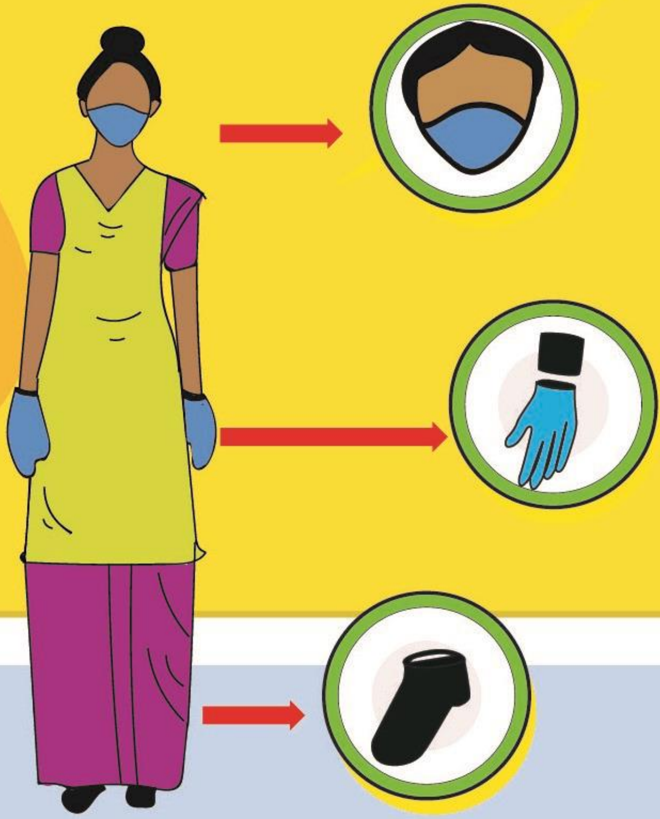


शौचालय परिसर और सीटी / पीटी में कटोरे की सफाई अभ्यास के लिए सुझाव

•कचरे के डिब्बे में रिसावरोधी और आसानी से निकले जाने वाले बैग का उपयोग करें। कचरे के डिब्बे की निगरानी करें और उन्हें तीन-चौथाई से ज्यादा न भरने दें। कचरे के डिब्बे को रोजाना खाली करें। जमा



स्वच्छता कार्यकर्ताओं (सैनिटरी वर्कर्स) के लिए सीटी / पीटी में अच्छे अभ्यासों के सुझाव



व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई)

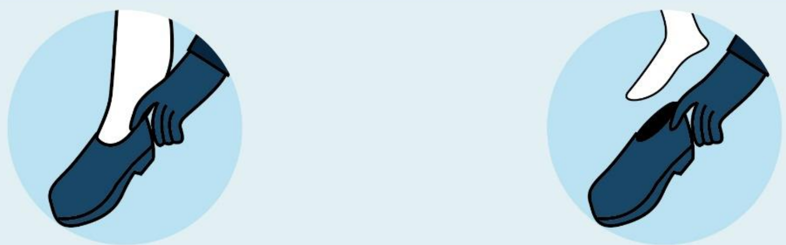
- कपड़े का मास्क
- दस्ताने
- हेड बैंड और रिस्ट बैंड
- पूरे पैर को ढकने वाले जूते / गम बूट

व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीईPPE) इस्तेमाल करने का तरीका

1. नाक और मुँह को मास्क से ढक लें और इलास्टिक बैंड को सिर और गर्दन के पीछे बांध लें। हटाते समय: मास्कके आगे का हिस्सा / रेस्पिरेटर दूषित होता है उसे न छुएँ! इलास्टिक्स या फीते को नीचे से पकड़ें और सामने का हिस्सा छुए बिना निकाल दें।

2. दस्ताने पहनें और उन्हें कोहनी तक चढ़ा लें। दस्ताने के बाहर का भाग दूषित होता है, दस्ताने को उतारने के लिए दस्ताने पहने हुये दूसरे हाथ का उपयोग करें, दूसरा दस्ताना भी इसी तरीके से उतारें।

3. अपने पैरों को ढंकने के लिए जूते पहनें। जूतों aको दस्ताने वाले हाथों से निकालें।



हाथ की सफाई निम्न पाँच मौकों पर ज़रूर की जानी चाहिए

- व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (पीपीई) पहनने से पहले और उसे उतारने के बाद, दस्ताने बदलते समय
- किसी भी शौचालय की सफाई या रखरखाव गतिविधि के बाद
- साँस से निकली किसी भी चीज़ के संपर्क में आने के बाद
- खाने से पहले
- शौचालय का उपयोग करने के बाद

TN US SP

http://tnussp.co.in/

iihs INDIAN INSTITUTE FOR HUMAN SETTLEMENTS