வேலைத்தளங்களில் கொரோனா வைரஸ் தீவிர நோய் பரவல் தொடர்பான தயார்ப்படுத்தல் மற்றும் பதில் நடவடிக்கைகள் குறித்த செயல்பாட்டு வழிகாட்டுதல்கள்

இடைநிலை வழிகாட்டுதல்

17 சித்திரை 2020

சுற்றாடல் தொழில் சுகாதாரம் மற்றும் உணவு பாதுகாப்புக்கான பணிப்பாளர் பணிமனை
சுகுர்துர்ரு முற்றுமும் சுதேசு முருத்துவு சேஜவுகுளு ஆஜமுச்சு

சுகாதார மற்றும் சுதேச மருத்துவ சேவைகள் அமைச்சு

வேலைத்தளங்களில் கொரோனா வைரஸ் தீவிர நோய் பரவல் தொடர்பான தயார்ப்படுத்தல் மற்றும் பதில் நடவடிக்கைகள் குறித்த செயல்பாட்டு வழிகாட்டுதல்கள்

இடைநிலை வழிகாட்டுதல்

17 சித்திரை 2020

சுற்றாடல் தொழில் சுகாதாரம் மற்றும் உணவு பாதுகாப்புக்கான பணிப்பாளர் பணிமனை

EDITORIAL BOARD

EDITOR IN CHIEF

Dr Anil Jasinghe	Director General of Health Services

EDITORS

Dr. L. T Gamlath	Deputy Director General, (Environment and Occupational Health and Food Safety), Ministry of Health
Dr V T S K Siriwardana	Director, (Environmental and Occupational Health and Food Safety), Ministry of Health.
Dr Inoka Suraweera	Consultant Community Physician, Directorate of Environmental and Occupational Health, Ministry of Health
Dr Deepika Herath	Registrar, Directorate of E&OH, Ministry of Health
Dr Niroshini Adikaram	Registrar, Directorate of E&OH, Ministry of Health
Dr Kumudu Weerakoon	Registrar, Directorate of E&OH, Ministry of Health

CONTRIBUTIONS

Dr. Manjula Danansuriya	National professional officer, World Health organization
Prof. Jagath Pemachandra	Department of chemical and process Engineering, University of Moratuwa.
Dr. A.G.T. Sugathapala	Senior Lecturer, Department of Mechanical Engineering, University of Moratuwa.
Mr. Ruwan Kumara	Representative from Food Industry.

முன்னுரை

பொதுவாக ஊழுஏஐனு-19 என அழைக்கப்படும் புதிய கொரோனா வைரஸால் ஏற்படும் தொற்று நோயால் தற்போது உலகம் முழுவதும் பாதிக்கப்பட்டுள்ளது. பெயர் குறிப்பதை போல இந்த வைரஸ் ஆனது உலகிற்கு புதியது மற்றும் தற்போதைய ஆராய்ச்சி மற்றும் அனுபவத்தின் அடிப்படையிலேயே இவ் வைரஸ் பற்றிய தகவல்கள் பெறப்படுகின்றன. இருப்பினும் இது மிகவும் தொற்றுத்தன்மை கூடிய 3மூ இறப்பு விகிதம் உடைய நோயாக காணப்படுவதால் நகரங்களை மட்டுமன்றி எல்லா நாடுகளையும் முழுமையாக முடக்குவதற்கு வழிவகுத்துள்ளது.

மார்ச் நடுப்பகுதியில் இருந்து தீவு முழுவதும் ஊரடங்கு உத்தரவு விதிக்கப்பட்டதன் விளைவாக இலங்கையும் தற்பொழுது இதே போன்ற சு'ழ்நிலையை எதிர்கொள்கின்றது. எவ்வாறாயினும் நாட்டில் அதிகாரிகளால் சரியான நேரத்தில் எடுக்கப்பட்ட மிகக்கடுமையான நடவடிக்கைகள் காரணமாக கிட்டத்தட்ட ஒரு மாத காலமாக, கொரோனா வைரஸ ால் பாதிக்கப்பட்ட நோயாளிகளின் எண்ணிக்கை கட்டுப்பாட்டுக்குள் இருப்பதாக தெரிகிறது.

கொரோனா தொற்று நோய் உலகளவில் குறிப்பிடத்தக்க பொருளாதார தாக்கத்தை உருவாக்கும் என்பது தெளிவாகின்றது. இலங்கையும் இதற்கு விதிவிலக்கல்ல. இது குறுகியகாலத்தில் மட்டுமல்லாது நடுத்தர மற்றும் நீண்ட காலத்திலும் சுகாதார, சமூக மற்றும் பொருளாதாரத்திற்கு நிச்சயமாக பாதகமான விளைவுகளை உருவாக்கும்.

எவ்வாறாயினும் ஊழுஏஐனு தீவிர நோய் பரம்பல் சு'ழ்நிலையை எதிர்த்தது போராட பொருளாதாரத்தை வலுப்படுத்த வேண்டி இருப்பதுடன் இலங்கையில் நீண்ட மற்றும் நடுத்தர கால சமூக மற்றும் பொருளாதார பாதகமான விளைவுகளைத் தணிக்க முயற்சிக்க வேண்டும். இத்தகைய சு'ழ்நிலையில் மூடிய பணியிடங்கள் மீண்டும் முன்னெச்சரிக்கையுடன் படிப்படியாக தொடங்குவதற்கான சாத்தியம் உள்ளது.

இலங்கை தனது வலுவான சிக்கனமான மற்றும் திறமையான பயனுள்ள சுகாதார அமைப்புக்காக உலகளவில் நன்கு அறியப்பட்டிருக்குறது. இது கடந்த காலத்தில் பல தொற்று நோய்களை சிறந்த முறையில் கையாண்டு கட்டுப்பாட்டிற்குள் கொண்டுவந்திருக்கின்றது. எனவே ஊழுஏஐனு-19 இன் இந்த சவாலை நாம் வெற்றிகரமாக எதிர்கொள்ள முடியும் என்பதுடன் எங்கள் மக்களின் ஆரோக்கியத்தையும் பாதுகாப்பையும் உறுதி செய்ய முடியும் என்பதில் நான் நம்பிக்கை கொண்டுள்ளேன்.

தற்போதைய சு'ழலில் செயல்ப்பாடுகள் தொடங்கும் போது பணியிடங்களில் ஊழுஏஐனு-19 தொற்றுநோய் பரவுவதை தடுக்க பணியிடங்கள் வேலை நடைமுறைகளையும் பணிச்சு'ழல்களையும் மாற்றியமைக்க வேண்டும். எனவே சுகாதார துறையினர் மற்ற அனைத்து வல்லுனர்கள் மற்றும் பங்குதாரர்களின் அனுபவத்துடன் இந்த வழிகாட்டுதல்களை அனைத்து பணியிடங்களிலும் பின்பற்ற கூடியதாக சுகாதார அமைச்சினர் உருவாகியுள்ளர்கள்

எனவே இந்த நோயை நம் நாட்டிலிருந்து அகற்றுவதற்கான எங்கள் நோக்கத்தை அடைய இந்த வழிகாட்டுதல்களை கண்டிப்பாக கடைப்பிடிக்குமாறு சம்பந்தப்பட்ட அனைத்து அமைப்புக்களையும் நான் கேட்டுக்கொள்கிறேன்.

னுசு.அனில் ஜெயசிங்க
சுகாதார சேவைகள் பணிப்பாளர் நாயகம்

உள்ளடக்கங்கள்

அத்தியாயம்			Page No.
1.	அறிமுகம்		05
2.	நோய்ப்பரம்பலுக்கு சாத்தியமான முறைகள்		06
3.	பொதுவான வழிகாட்டுதல்கள்		07
4.	சிறப்பு வழிகாட்டுதல்கள்		12
	4.1	உற்பத்திக் கைத்தொழில்	12
	4.2	அரச மற்றும் தனியார் அலுவலகங்கள்	12
	4.3	விருந்தோம்பல் துறைகள்	13
	4.4	உணவகங்கள்	15
	4.5	பல்பொருள் அங்காடிகள்	16
	4.6	பொது போக்குவரத்து	17
	4.7	நிகழ்வுகளை ஒழுங்குபடுத்துதல்	18
	4.8	பொருளாதார மையங்கள்	18
	4.9	பல்கலைக்கழகங்கள்	19
5.	தற்காலிகமாக தடைசெய்யப்பட்டுள்ள பொதுசன நடவடிக்கைகள்		20
பின்னிணைப்புகள்	இணைப்புகள் 01	கை சுத்திகரிப்பு கலவை தயாரிப்பது எப்படி?	21
	இணைப்புகள் 02	சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளினதும் சம்பந்தப்பட்ட மாவட்ட மற்றும் மாகாண மட்ட மேற்பார்வை அதிகாரிகளினதும் பட்டியல்.	22

1. அறிமுகம்

ஊழுஏஐனு-19 ஆனது உலக சுகாதார திணைக்களத்தினால் பிரகடனப்படுத்தப்பட்ட சர்வதேச சுவாசத்தொற்றுப் பரம்பல் நோய் ஆகும்.

இலங்கையில் ஆரம்பகட்டத்தில் சொற்ப எண்ணிக்கையான கொரோனா நோயாளிகள் கண்டறியப்பட்ட போதிலும் கடந்த மாதத்தில் 200 ற்கும் அதிகமான கொரோனா நோயாளிகள் பதியப்பட்டுள்ளமை குறிப்பிடத்தக்கது. தற்பொழுது நிலைமை நன்கு கட்டுப்பாட்டிற்குள் உள்ளதால் அதிகாரிகள் கொரோனா வைரஸை கடுப்படுத்தும் இறுக்கமான நடைமுறையிலிருந்து சற்று வெளியேற்றும் உத்தியை திட்டமிட்டு வருகின்றனர். இதற்கமைய சில நாட்களில் பணியிடங்களை மீள ஆரம்பிக்கும் சாத்தியக்கூறுகள் காணப்படுகின்றன. பணியிடங்களை திறத்தல் மற்றும் பொது சேவைகளை மீள ஆரம்பிக்கும் சாத்தியக்கூறுகள் காணப்படுகின்றன. பணியிடங்களை திறத்தல் மற்றும் பொது சேவைகளை மீள ஆரம்பிக்கும் பின்னணியில் சில விசேட முன்னெச்சரிக்கைகள் கையாளப்பட வேண்டும்.

இந்த ஆவணமானது பணியிடங்கள் மற்றும் பிற அரச தனியார் நிறுவனங்களில் ஊழுஏஐனு-19 தொற்று பரம்பலுக்கான சாத்தியக்கூறுகளை தடுப்பது அல்லது கட்டுப்படுத்துவதற்கான வழிகாட்டல்களை வழங்குகிறது. மேலும் இது பல்வேறு வகையான பணியிடங்கள் மற்றும் அமைப்புகளை கருத்தில் கொண்டு மேலதிகமாக பின்பற்றப்பட வேண்டிய முன்னேற்பாட்டு நடவடிக்கைகளையும் வழங்குகிறது. இந்த நடவடிக்கைகள் அனைத்தும் எளிதில் பின்பற்ற மற்றும் இசைவாக்கமடைய கூடியவையாகும். எவ்வாறாயினும் ஊழுஏஐனு-19 உலகிற்கு புதியது என்பதால் தற்பொழுது காணப்படும் விஞ்ஞான ரீதியான ஆதாரங்கள் அனைத்தும் ஒரு வரையறைக்கு உட்பட்டு மட்டுப்படுத்தப்பட்டுள்ளது என்பது குறிப்பிடத்தக்கது. இந்த ஆவணமானது தற்பொழுது கிடைக்கப்பெற்ற ஆதாரங்கள் மூலம் உருவாக்கப்பட்டது. ஊழுஏஐனு-19 பற்றி புதிய ஆதாரங்கள் மற்றும் தகவல்கள் கிடைக்கும் பட்சத்தில் இது மாற்றப்படலாம்.

பணியிடங்களில் அதிக எண்ணிக்கையான மக்கள் வருகை தரும் சந்தர்ப்பம் இருப்பதால் பணியிடங்களை பாதுகாப்பாக வைத்திருப்பது நம் அனைவரது கடமையாகும். இந்த வழிகாட்டியினை நடைமுறைப்படுத்துவதற்கான பொறுப்பு ஒவ்வொரு அமைப்பினதும் நிர்வாகத்திடம் உள்ளது. மற்றும் தொழில் நுட்ப வழிகாட்டுதலானது சுகாதார அமைச்சின் பிரதி பணிப்பாளர் நாயகம் (சுற்றாடல் சுகாதாரம், தொழில் சுகாதாரம் மற்றும் உணவு பாதுகாப்பு) பிரிவு மற்றும் புற மட்டத்தில் உள்ள அனைத்து மருத்துவ அதிகாரிகள் மூலம் வழங்கப்படும். இவ் அதிகாரிகளினது தொடர்பு விபரங்கள் இவ் ஆவணத்தின் இறுதியில் இணைக்கப்பட்டுள்ளது.

நூலாசிரியர்கள் இந்த ஆவணத்தில் அனைத்து பொதுப்பணி அமைப்புகளையும் உள்ளடக்குவதற்கான அனைத்து முயற்சிகளையும் மேற்கொண்டுள்ளனர். ஆனால் அனைத்து வேலை அமைப்புகளையும் மற்றும் தெரிவு செய்யப்பட்ட வேலை அமைப்புகளில் உள்ள அனைத்து நடவடிக்கையினையும் உள்ளடக்குவது என்பது சாத்தியமற்ற ஒன்றாகும். ஆதலால், அனைத்து வாசகர்களும் இந்த ஆவணத்தில் உள்ள முக்கிய செய்திகளை கிரகித்து அவற்றை தமது பணி அமைப்புகளுக்கு ஏற்றவகையில் செயல்ப்படுத்தப்படுமாறு அறிவுறுத்தப்படுகின்றனர்.

ஊழுஏஐனு-19 இன் பரம்பலானது அடுத்துள்ள பந்தியில் விபரிக்கப்பட்டுள்ளதைப் போல மூன்று வழிகளில் மாத்திரமே நடைபெறுகின்றது. தனிப்பட்ட பணியிடங்களில் இத்தகைய கொரோனா பரம்பலினை தவிர்ப்பதற்கு விசேட வழிமுறைகளை கையாளலாம். இவ் நோய் பரம்பலினைக் கட்டுப்படுத்துவதில் தனியாள் நடத்தை மிக முக்கிய இடம் வகிக்கின்றது. முகத்தில் முகக்கவசம் அணிதல் மற்றும் முகத்தினை கையினால் தொடாமல் இருத்தல் ஆகிய இரண்டு எளிய நடத்தைகள் தனியாள் நோய் தொற்றிலிருந்து பாதுகாக்கும்.

2. வேலைத் தளங்களில் நோய் பரம்பலிற்கான சாத்தியமான வழிமுறைகள்

இவ் நோயின் பரம்பலானது பின்வரும் மூன்று வழிகளில் நடைபெறலாம்.

திரவத்துளிகள் :- தொற்றுடைய திரவத்துளிகளை சுவாசிப்பதன் மூலம் இவ் வைரஸ் பரப்பப்படலாம் இருமல், தும்மல் மற்றும் தொற்றுடைய நபரின் வெளிச்சுவாசத்தின் மூலம் இந்த நீர்த்துளிகள் உருவாக்கப்படலாம். இந்த திரவ துளிகள் 1அ தூரம் வரை பயணிக்க கூடியவை.

நேரடியாக பரவுதல் :- நோய் தொற்று உள்ள ஒருவருடன் நேரடி தொடர்பில் இருப்பதன் மூலம் ஒருவரில் இருந்து இன்னொருவரிற்கு பரவுதல் (உ-ம்- கட்டிப்பிடித்தல், கைகுலுக்குதல்) இவ்வைரஸ் ஆனது கண், மூக்கு மற்றும் வாய் வழியாக உடலினுள் நுழையக்கூடியது.

மறைமுகமாக பரவுதல் :- நோய் தொற்றுள்ள ஒருவர் இருமும் போதோ அல்லது தும்மும் போதோ அல்லது சுவாசத்தை வெளிவிடும் போதோ நோய் தொற்றுள்ள திரவத்துளிகள் வெளியாகி அருகில் உள்ள மேற்பரப்புகள் அல்லது பொருட்கள் மீது படிந்து அசுத்தமாக்கிவிடும். (உ-ம்-மேசை, வாங்கு ,தொலைபேசி, கணணி மற்றும் பிற). இச்சமயத்தில் நோய் தோற்று அற்ற ஒருவர் மேற்குறிப்பிட்ட மேற்பரப்பினையோ அல்லது பொருட்களையோ தொட்டு பின் கண் அல்லது மூக்கு அல்லது வாயினைத் தொடும் போது இந் நபரும் நோய் தொற்றுக்கு உள்ளாகலாம்.

3. பொதுவான தடுப்பு நடவடிக்கைகள்

இப்பகுதியில் குறிப்பிடப்பட்ட நடவடிக்கைகள் பொதுவாக அநேகமான பணியிடங்களுக்கு பொருந்தக்கூடியன. அனைத்து ஊழியர்களும் தொழில் வழங்குனர்களும் ஊழுஏஐனு-19 தொற்றின் சாத்தியமான பரம்பலினைத் தடுப்பதற்கு இங்கு குறிப்பிடப்பட்ட பரிந்துரைகளை கட்டாயம் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

3.1 வேலைத்தளங்களில் ஊழுஏஐனு-19 க்கான தயார்ப்படுத்தலும் பதில் நடவடிக்கைகளும்.

ஊழியர்களின் தொழிலுக்கு முகம் கொடுக்கும் நிலை , தனிப்பட்ட ஆபத்து காரணிகள் மற்றும் இந்த வழிகாட்டியில் குறிப்பிடப்படாத பரிந்துரைக்கப்பட்ட நல்ல நடைமுறைகளையும் கருத்தில் கொண்டு ஊழுஏஐனு-19 தயார்ப்படுத்தல் திட்டங்களை மெருகூட்டல் வேண்டும். இது தோற்று நோய் பரம்பலினை தடுப்பது அல்லது கட்டுப்படுத்துவதுடன் மாத்திரம் நின்றுவிடாது நோய் தொற்று உள்ளதென ஐயப்பாடு உடைய ஒருவரை இனங்காணும் போது ஏற்படும் பதற்ற நிலையையும் தடுக்கின்றது.

அந்த வேலைத்தளங்களில வேலைப்பணிகளுடன் தொடர்புடைய ஆபத்தின் அளவை கருத்தில் கொண்டு திட்டங்கள் உருவாக்கப்பட வேண்டும்.

உள்ளடக்கப்பட வேண்டிய சில கருதுகோள்கள் :-

எங்கே, எவ்வாறு ஊழுஏஐனு-19 இனால் ஊழியர்கள் பாதிக்கப்படலாம் என்பதை உள்ளடக்கல்.

- பொதுமக்கள், வாடிக்கையாளர்கள், சக ஊழியர்கள்
- நோய் தொற்றுள்ள தனிநபர் அல்லது குறிப்பாக அதிக நோய் தொற்று அபாயம் உடையோர்.(உ-ம் - பரவலாக ஊழுஏஐனு-19 நோய் பரம்பல் நீடித்து இருக்கும் இடத்தில் இருந்து வந்த சர்வதேச பிரயாணிகள்)
- வீடுகள் மற்றும் சமூக அமைப்பில் உள்ள தொழில் சார்பற்ற அபாய காரணிகள்
- தொழிலாளர்களின் தனியாள் அபாயக்காரணிகள். (உ-ம் - வயோதிப வயது, நாள்பட்ட நோய் நிலைமைகள் காணப்படுதல், நோய் எதிர்ப்பு சக்தி குறைந்த நிலைமைகள், கர்ப்பகாலம், புகைப்பிடிப்பவர்கள்)
- இந்த அபாயத்தை நிவர்த்தி செய்ய தேவையான கட்டுப்பாடுகள்.

அனைத்து பணியகங்களும் கொரோனா தொற்றுக்கு எதிராக நடைமுறைப்படுத்தப்பட்ட கட்டுப்பாட்டு செயல்ப்பாடுகளை கண்காணிப்பதற்கும், வினவல்கள் ஏற்படும் சந்தர்ப்பத்தில் தேவையான வழிகாட்டல்களை வழங்குவதற்கும் ஒரு குறிப்பிட்ட தாதியர் அமைப்பை கொண்டிருக்க வேண்டும் (தாதியர, பாதுகாப்பு அதிகாரி, மனிதவள முகாமையாளர் அல்லது இந்த பொறுப்புக்கு தகுதிடைய ஒருவர் இப்பதவிக்கு நியமிக்கப்பட வேண்டும்.)

ஊழுஏஐனு-19 தொற்றுள்ளவர்கள் என சந்தேகிக்கப்படும் ஊழியர்களை தனிமைப்படுத்தி இடமாற்றுவதற்கு ஒரு இணைக்கப்பட்ட கழிப்பறையுடன் தனிமைப்படுத்தப்பட்ட அறையானது நிச்சயம் முன்கூட்டியே தயார் படுத்தி வைத்திருக்க வேண்டும். இந்த தேவை ஏற்படின் அறை தொற்றுநீக்கம் செய்யக்கூடியதாக இருக்க வேண்டும்.

3.2 பின்வரும் வகைப்படுத்தலுக்கு உள்ளான ஊழியர்கள் வேலைக்கு அனுமதிக்க கூடாது

- காய்ச்சல் கூடிய அல்லது இருமல், மூக்கில் இருந்து நீர்வடிதல், தொண்டை புண் மற்றும் மூச்சு விடுவதில் சிரமம் காய்ச்சல் இல்லாத கடுமையான தொடக்க சுவாச அறிகுறிகள்.
- கடந்த 14 நாட்களில் ஊழுஏஐனு-19 என சந்தேகப்பட்டவர்கள் அல்லது உறுதி செய்யப்பட்டவர்களுடன் தொடர்பில் இருந்தோர்.
- ஊழுஏஐனு-19 ற்காக தனிமைப்படுத்தப்பட்டோர்.

ஒரு நோய்வாய்ப்பட்ட ஊழியர் வேலைக்கு வரும் பட்சத்தில் அந்தநபர் உடனடியாக வீட்டிற்கு திருப்பி அனுப்பப்படுவதை அதிகாரி உறுதிப்படுத்த வேண்டும். ஊழுஏஐனு-19 தொற்றுடயவர் என சந்தேகப்படும் நபர் அடையாளம் காணப்படும் சந்தர்ப்பத்தில் பகுதி 3.6 ல் குறிப்பிடப்பட்ட படிமுறைகளை பின்பற்ற வேண்டும்.

பணியிட வளாகத்தினுள் உள்நுழையும் ஊழியர்களும்

பார்வையாளர் உள்நுளையமுன் அவர்களது கை சவர்க்காரம் மற்றும் தண்ணீர் கொண்டு கழுவ வேண்டும். (கைகழுவும் குழாயானது கால்களால் இயக்க கூடியதாக இருந்தால் சிறந்தது). மாறாக மதுசாரத்தினை அடிப்படையாக கொண்ட கை சுத்திகரிப்பானை (குறைந்தது 70மூ எ;எ மதுசாரம்) பயன்படுத்தலாம். தொற்றுநீக்கும் அறைகள் பரிந்துரைக்கப்படவில்லை. கைவிரல் ரேகை பயன்படுத்திய பின் கைவிரல்களை சுத்திகரிப்பு திரவங்களை கொண்டு சுத்திகரிக்க வேண்டும். ஒவ்வொரு வேலைமாற்றத்தின் பின்பும் முன்பும் கைவிரல் ரேகைபதிவு கருவியை சுத்திகரிக்கப்பட வேண்டும்.

பணியிட வாசலில் கால்களை (.1மூ ளழனரைஅ ாலிழஉாழசவைந கலவையால்) கழுவுதல் அல்லது பாதணிகளை வாயிலில் கழற்றி வைத்து பணியாக வளாகத்தினுள் வேறு பாதணிகளை பாவிப்பதற்கு வழங்குதல் ஆகிய செயல்ப்பாடுகள் மேலதிக பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளாகும்.

பணியிட வாசலில் வைத்து அனைத்து ஊழியர்களினதும் உடல் வெப்பநிலை பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும். யாருக்கேனும் 98.4ழ கு அல்லது 37 ழஊ வெப்பநிலையை விட அதிகமாக இருக்கும் பட்சத்தில் அந்த நபரின் உடல் வெப்பநிலையானது 10-15 நிமிடங்கள் அவரை ஓய்வெடுக்க அனுமதித்த பின் மீள் பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும். அப்போதும் அவருக்கு உடல் வெப்பநிலை அதிகமாக இருக்கும் படசத்தில் அவர் திருப்பி அனுப்பப்பட வேண்டும். வெப்பநிலை மருத்துவ தரத்தில் இருக்க வேண்டும்.

ஊழியர்களுக்கு இடையில் 1அ தூரத்தில் எப்போதும் பேண வேண்டும். (கூட்டங்களின் போது, வேலையின் போது, சிற்றுண்டி சாலைகளில்).

அனைத்து ஊழியர்களும் வேலையின் போது சரியானமுறையில் முகக்கவசம் அணிந்திருத்தல் வேண்டும். முகக்கவசம் அணிந்திருக்கும் போது அவர்கள் அந்த முகக்கவசத்தை அல்லது முகத்தினை தொடுவதை தவிர்க்க வேண்டும். முகக்கவசங்களை கழற்றிய பின் காலால் இயக்கப்படும் மூடி உள்ள குப்பை தொட்டியில் போட்டு மூடி கைகளை அடிக்கடி கழுவ வேண்டும். முகக்கவசத்தை கழற்றும் போது முகக்கவசத்தில் குறைந்த பட்ச தொடுகை இருக்க வேண்டும். முகத்தினை தொடுவதை தவிர்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தும்மும் போதும் இருமும் போதும் சுவாச ஒழுங்கு நடைமுறைகளை பின்பற்ற வேண்டும். துமமல் மற்றும் இருமல் வரும் போது முழங்கையின் உட்புறத்தால் மூட வேண்டும். இது சாத்தியமற்ற சந்தர்ப்பத்தில் மூக்கையும் வாயையும் மூடுவதற்கு திசுத்தாள்கள் பயன்படுத்தப்படலாம். அவ்வாறு பயன்படுத்தப்படும் திசுத்தாள்கள் மூடி உள்ள குப்பைத் தொட்டியில் போட்டு உரியமுறையில் அப்புறப்படுத்தப்பட வேண்டும். அதன் பிறகு கைகளை கழுவ வேண்டும்.

ஊழியர்கள் பிற ஊழியர்களின் கையடக்க தொலைபேசி, பேனை, பொது தொலைபேசி, தந்தி இயந்திரம், மேசை மற்றும் பிற வேலை இயந்திரங்களை பாவிப்பதை சாத்தியமான முறையில் குறைக்க வேண்டும். பகிர்ந்து பயன்படுத்தப்படும் எந்த உபகரணமாயினும் சவர்க்காரம் மற்றும் தண்ணீரால் கழுவப்பட வேண்டும். அல்லது 70மூ எ;எ மதுசாரமுடைய கிருமி நீக்கியினை பயன்படுத்த வேண்டும்.

வேலையாட்களுக்கும் ஊழியர்களுக்கும் அறிவுறுத்தல்களை வழங்க நேரடி சொல்லாடல்களை தவிர்க்கப்பட ஆலோசனை வழங்கவும் அதற்கு பதில் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும்.

ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் இடையில் கதவுகள் திறக்கப்பட்டு இருக்க வேண்டும். இதன் மூலம் தேவையற்ற தொடுகையினை குறைக்கலாம்.

ஊழியர்களை கைகுலுக்குதல மற்றும், கட்டியணைத்தல் என்பவற்றினை தவிர்த்து தொடுகையற்ற வாழ்த்தும் முறைகளை பின்பற்ற அறிவுரை வழங்கப்பட வேண்டும்.

பின்வரும் நடவடிக்கைகளை செயற்படுத்துவதன் மூலம் ஊழியர்களை நல்ல தனியாள் சுகாதாரத்தினைப் பேணுவதற்கு ஊக்குவிக்க வேண்டும்.

- சமச்சீர் உணவுமுறை
- போதுமான அளவு சுத்தமான நீர் அருந்துதல்
- ஒழுங்கான உடற்பயிற்ச்சி
- தீங்கு விளைவிக்கும் பழக்கவழக்கங்களான புகைப்பிடித்தல் மற்றும் மது அருந்துதல் போன்றவற்றை கைவிடல்.

3.3 மேற்பரப்புகளை சுத்தப்படுத்தலும் தோற்று நீக்குதலும்.

வழமையான தூய்மைப்படுத்தல் நடவடிக்கைகளான நிலத்தினை துடைத்தல், மேற்பரப்புகள், உபகரணங்கள் மற்றும் வேலைச் சு'ழலில் உள்ள உபகரணங்களை தொற்று நீக்குதல் ஆகியவற்றை நடைமுறைப்படுத்தல்.

நிலத்தினை ஈரத்துணி கொண்டு துடைத்தல், சவர்க்காரம் கொண்டு கழுவுதல் அல்லது வழமையான நோக்கத்திற்கு பயன்படுத்தும் சுத்திகரிப்பான் பயன்படுத்திய பின்னர்,

- அனைத்து உலோக மேற்பரப்புகளும் 70மூ எ;எ மதுசார கரைசல் மூலம் தோற்று நீக்கப்பட வேண்டும்.
- அனைத்து உலோகமற்ற மேற்பரப்புகளும் 0.1மூ ளழனரைஅ ாலிழஉாடழசவைந கரைசல் மூலம் தொற்று நீக்க வேண்டும்.

கதவின் கைப்பிடிகள் ஒவ்வொரு வேலைமாற்றத்தின் போதும் 3 மணித்தியாலங்களுக்கு ஒருமுறை சுத்தப்படுத்தப்பட்டு தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும். தரை அலுவலக உபகரணங்கள் மற்றும் தளபாடங்கள் ஒரு நாளைக்கு குறைந்தது இரு தடவையேனும் தொற்று நீக்கி மூலம் சுத்திகரிக்க வேண்டும்.

3.4 சேவைத்தளத்திலிருக்கும் (ளநசஎiஉந உழரவெநச) ஊழியர்களுக்கான அறிவுறுத்தல்

எப்பொழுதும் முகக்கவசம் அணிந்திருக்க வேண்டும். (முகக்கவசமானது ஒழுங்கான மற்றும் பாதுகாப்பான முறையில் அணிந்திருக்க வேண்டும். அத்துடன் முகக்கவசம் கழற்றப்படும் வரைக்கும் முகக்கவசத்தை தொடக்கூடாது.)

வாடிக்கையாளரிடம் இருந்து குறைந்தது 1அ இடைவெளியை பேண வேண்டும் அல்லது மாற்றாக கண்ணாடி அல்லது பிளாஸ்டிக் திரை எழுப்பி அடியில் ஒரு சிறு இடைவெளி மூலம் கொடுக்கல் வாங்கல்களை மேற்கொள்ளலாம்.

காசுப்பரிமாற்றத்தை இயன்றளவு குறைக்க வேண்டும். (வங்கி கடனட்டைகளுக்கு முக்கியத்துவம் அளிக்கவும்.) வங்கி கடனட்டைகளை பயன்படுத்தும் போது வாடிக்கையாளர் மூலமே அவற்றை இயந்திரத்தில் உட்புகுத்தி வெளியே எடுக்க அறிவுறுத்தவும்.

வாடிக்கையாளர் சேவையில் இருக்கும் அலுவலர் தான் பயன்படுத்தும் பேனையை வாடிக்கையாளர்களுக்கு கையொப்பமிட வழங்கக்கூடாது. வாடிக்கையாளர்களை தமது சொந்த பேனையை பயன்படுத்த அறிவுறுத்தவும். வாடிக்கையாளர் பேனை கொண்டு வராத சந்தர்ப்பத்தில் அலுவலரின் பேனையை பாவிக்கலாம் அனால் அந்த பேனை தோற்று நீக்கப்பட வேண்டியது அவசியமாகும். (பகுதி 3.3 இனை பார்க்கவும்)

கைசுத்திகரிப்பான் திரவத்தினை அருகில் வைத்திருக்கவும் (ஒரு ஊழியருக்கு ஒன்று என்ற விகிதத்தில்) அத்துடன் அதனை அடிக்கடி பயன்படுத்தவும். அல்லது மாற்றாக கையுறையினை பயன்படுத்தலாம்.(கையுறைகள் மீள பயன்படுத்தக்கூடாது மற்றும் கண்டிப்பாக வேலைநேரம் முடிந்த பின் கையுறைகளை மூடிய குப்பை தொட்டியில் இட்டு மூட வேண்டும்.)

3.5 உணவு உண்ணும் அறை மற்றும் சிற்றுண்டிச்சாலைகளுக்கான வழிகாட்டல்

உணவு நேர இடைவேளை மற்றும் தேநீர் இடைவேளை ஆகியன பகுதி பகுதியாக வழங்கப்படுவதன் மூலம் தேவையற்ற கூட்டம் கூடும் நடவடிக்கையினை தடுக்கலாம்.

சிற்றுண்டிச்சாலையில் ஒவ்வொரு தனிநபருக்கு இடையிலும் குறைந்தது 1அ இடைவெளியினை பேண வேண்டும். இந்த நடவடிக்கையை உற்சாகப்படுத்தும் முகமாக சிற்றுண்டிச்சாலையில் தளபாடங்கள் 1அ இடைவெளியில் ஒழுங்கமைக்கப்படிருக்க வேண்டும்.

உணவு உண்ணும் வேளையில் பாத்திரங்கள், கோப்பைகள் மற்றும் குவளைகளை பரிமாறுவதை தவிர்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

உணவு உண்ணும் வேளையில் குறித்த நபர்களால் மாத்திரமே உணவுஇ குடிவகைகள் என்பன பரிமாறப்பட வேண்டும். வாடிக்கையாளர்களை தாமே தமக்கு பரிமாற்ற வைப்பது தீவிர தொற்றிற்கு வழிவகுக்கும்.

3.6 ஊழியர்களின் போக்குவரத்து

ஊழியர்களுக்கான போக்குவரத்து சேவைகள் முன்னெடுக்கும் பட்சத்தில் பின்வரும் சிறப்பு முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகள் முன்னெடுக்கப்பட வேண்டும்.

வாகனங்களின் இருக்கைகள், கைப்பிடிகள், உள்ளக கதவு யன்னல், கதவு பிடிகள் போன்றன பயணிகளின் பயணத்திற்கு முன்னர் தூய்மைப்படுத்தப்பட்டு தொற்று நீக்கப்படுவதன் மூலம் போக்குவரத்தின் போது ஏற்படும் நோய்ப்பரம்பலினை தடுக்கலாம்.

போக்குவரத்தில் ஈடுபடும் ஊழியர்களின் எண்ணிக்கையை கருத்தில் கொண்டு வாகனத்தின் உள்ளே ஒவ்வொரு தனிமனிதனுக்கும் இடையே 1அ சமூக இடைவெளி பேணப்படும் விதமாக வாகனத்தின் இருக்கை கொள்ளளவினை வடிவமைக்க வேண்டும்.

ஒரு அதிகாரி வாகனத்தின் கதவினை பயணிகளுக்காக திறப்பதற்கும் மூடுவதற்கும் பொறுப்பாக இருக்க வேண்டும். இந்தன் மூலம் பயணிகள் அனைவரும் வாகனக்கதவுகளை கையாளுவதை தவிர்க்கலாம்.

பயணத்தின் போது அனைத்து பயணிகளும் முகக்கவசம் அணிய வேண்டும்.

3.7 பணியிடத்தில் நோய் தொற்று உள்ள ஒருவர் இருப்பதாக சந்தேகப்படும் சந்தர்ப்பத்தில் செயல்ப்படுத்தப்பட வேண்டிய சிறப்புத்திட்டங்கள்

பணியிடத்தில் நோய்தொற்று இருக்கும் ஒருவர் உள்ளதாக சந்தேகிக்கப்படும் சந்தர்ப்பத்தில், உடனடியாக தொடர்பு இலக்கம் 1390 ற்கு அழைத்து உதவியை நாடவும். அத்துடன் மேற்குறிப்பிட்ட அறிவுறுத்தல்களை பின்பற்றவும் அல்லது உடனடியாக அந்த நபரை அருகிலுள்ள அரசாங்க வைத்தியசாலைக்கு மருத்துவ அவசர ஊர்தி (யுஅடிரடயெஉந) மூலம் அனுப்பி வைக்க வேண்டும். சுவசரிய அவசர ஊர்தி (ளரறயளயசலைய யஅடிரடயெஉந) சேவையானது 1990 என்ற இலக்கத்தினை அழைப்பதன் மூலம் பெற்றுக்கொள்ளலாம்.

நோய் தொற்று உள்ளதாக சந்தேகிக்கப்படும் ஊழியர் தொடர்ச்சியாக முகக்கவசம் அணிந்திருக்க வேண்டும். அத்துடன் அந்நபர் வைத்தியசாலைக்கு கொண்டுசெல்லப்படும்வரை அவர் தனிமைப்படுத்தப்பட்டு நோய் பரவாமல் இருக்க செய்ய வேண்டிய அனைத்து முன்னெச்சரிக்கை நடவடிக்கைகளையும் செய்ய வேண்டும். அந்த நபருக்கு நோய்தொற்று இருப்பது உறுதியாகும் பட்சத்தில் சுகாதார அதிகாரிகள் வருகை தந்து மேலதிக நோய் தடுப்பு நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வார்.

3.8 வேலைத்தளத்திலிருந்து வீடு திரும்பும் போது செய்ய வேண்டியவை யாவை?

வீட்டின் உள்ளே செல்ல முதல்,

- உங்கள் கைகளை சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் கொண்டு நன்றாக கழுவுங்கள்.
- ஆடைகள், காலணிகள் என அனைத்தையும் கழற்றி வெளியே வையுங்கள் அவற்றை உள்ளே கொண்டுவர முன் அல்லது திரும்ப அணியும் முன் நன்றாக சுத்தம் செய்யுங்கள்.
- உங்களது எல்லா உடமைகளையும் வெளியே விடுங்கள். ஏதேனும் பொருளை உள்ளே கொண்டுவரும் பட்சத்தில் அதனை சவர்க்காரம் நீர் கொண்டு சுத்தம் செய்யவும் இல்லாவிடில் தோற்று நீக்கி கொண்டு சுத்தம் செய்யவும். (இந்த நடைமுறை கையடக்க தொலைபேசி, மூக்குக்கண்ணாடி, கைக்கடிகாரம் போன்றவற்றிற்கு பொருந்தும்.)
- குளித்த பின்னரே வீட்டினுள் நுழைய வேண்டும்.

3.9 விடுதிகள், படையினர் தங்குமிடம், தங்குமிடங்கள், லாட்ஜ்கள்

இந்த தங்குமிடங்களில் அதிக கூட்டம் சேருவதை தடுப்பதற்கான அனைத்து நடவடிக்கைகளையும் எடுக்க வேண்டும்.

வளாகத்தினுள் நுழையும் அனைவரும் கைகளை சவர்க்காரம் நீர் கொண்டு கழுவ வேண்டும். அல்லது கை தொற்று நீக்கி பதார்த்தை பயன்படுத்த வேண்டும்.

காலணிகள் வாசலிலேயே வைக்கப்பட வேண்டும். இல்லாவிடில் அறை வாசலிலாவது கலற்றப்பட வேண்டும்.

உணவு உண்ணும் வேளை ஒவ்வொரு பகுதிக்கும் ஒவ்வொரு நேரம் ஒதுக்கப்பட வேண்டும்.இதன் மூலம் உணவு உண்ணும் அறை அல்லது சிற்றுண்டி சாலையில் அளவுக்கதிகமான கூட்டம் சேருவதை தவிர்க்கலாம்.

பொது இடங்களிலும் உணவு உண்ணும் அறையிலும் ஒவ்வொரு தனி நபருக்குமிடையிலும் 1அ இடைவெளி இருப்பதை உறுதி செய்ய வேண்டும். யாருக்கேனும் சுவாச பிரச்னைகளுடன் கூடிய அல்லது சுவாச பிரச்சனை அற்ற காய்ச்சல் இருந்தால் நிர்வாகத்தினரிடம் அறிவிக்க வேண்டும். காய்ச்சலுடன் யாராவது இருப்பது கண்டறியப்பட்டால் பொருத்தமான நடவடிக்கையினை மேற்கொள்ளவும். (பகுதி 3.7 இனைப் பார்க்கவும்)

இவ்வாறான அறிகுறிகளுடன் யாரவது தென்பட்டால் அவர்களை உடனடியாக தனிமைப்படுத்தி அவர்களுக்கு தேவையான மருத்துவ நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள ஒரு வேற்று அறையினை வைத்திருக்க வேண்டும்.

ஊழுஏஐனு-19 ற்கான கட்டுப்பட்டு நடவடிக்கை செயல்பாடுகளை தங்குமிட வளாக அறிக்கை பலகையிலும் பிற இடங்களிலும் காட்சிப்படுத்துவதொடு தன்கியிருப்போரிடம் அவற்றை கருத்தில் கொள்ளுமாறு கேட்டுக்கொள்ள வேண்டும்.

விருந்தினர்களின் எண்ணிக்கையை கட்டுப்படுத்தல்.

3.10 துப்பரவு தொழிலாளர்களின் பாதுகாப்பு.

துப்பரவு வேளையில் ஈடுபடும் போது அனைத்து ஊழியர்களும் பொருத்தமான பாதுகாப்பு கவசம் அணிய வேண்டும். (முக கவசம், கை உறைகள், உட்புகா மேலுறைகள்)

அவர்கள் தங்களது கைகளை நன்றாக கழுவி தொற்று நீக்க வேண்டும். (ஒவ்வொரு அறையை சுத்த படுத்திய பின்பு, கழிப்பறை சுத்தப்படுத்திய பின்பு, மேசைகள் மற்றும் வாடிக்கையாளர்கள் கூடும் இடங்களை சுத்தப்படுத்திய பின்பு)

ஊழுஏஐனு-19 தோற்று உடைய அல்லது தோற்று இருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நபர்களின் கழிவுகளை கையாளுபவர்கள் முழு பாதுகாப்பு கவசம் அணிந்திருத்தல் கட்டாயமானதாகும்.

இந்த தொழிலாளர்கள் இடையேயும் 1அ தூரம் அதாவது சமூக இடைவெளி எப்பொழுதும் காணப்பட வேண்டும். பொதுவாக இவர்கள் ஓய்வெடுக்கும் இடங்கள் நெரிசலானது. அதனை நிர்வாகம் கண்காணிக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு துப்பரவு பகுதியும் நிறைவுற்ற பின்னர் பயன்படுத்தப்படும் உபகரணங்களும் உடைகளும் நன்றாக சுத்தம் செய்யப்பட்டு உலர்த்தியில் அல்லது சு'ரிய ஒளியில் 30 நிமிடங்கள் காய விடப்பட வேண்டும்.

கழுவுதல் மற்றும் குளிப்பதற்கான வசதிகள் துப்பரவு தொழிலாளர்களுக்கு ஒழுங்கமைத்து கொடுக்கப்படலாம்.

அவர்களுக்கு அவர்களது சேவையின் முக்கியத்துவம், புதிய வழிகாட்டல்கள் மற்றும் விதி முறைகள் மற்றும்

அவர்களுடைய பாதுகாப்பு பற்றிய விடயங்களை நன்றாக தெளிவு படுத்த வேண்டும்.

3.11 நிர்வாகத்தின் பொறுப்புகள்

ஊழியர்களுக்கு தேவையின் அடிப்படையிலும் பரிந்துரைகளின் அடிப்படையிலும் தனியாள் பாதுகாப்பு உபகரணங்களான கையுறை,முகக்கவசம்,பாதுகாப்பு அடிகள், மேலுறைகள் போன்றவற்றை வழங்குவதுடன் அவற்றை அவர்கள் அணிவதற்கு ஊக்குவிக்க வேண்டும்.

ஒவ்வொரு பணியகத்தில் உள்ள ஊழியர்களும் நிரந்தர வேலை உடையவர்களாகவும் கண்டுபிடிக்க கூடியவர்களாகவும் இருக்க வேண்டும். அவர்களுடைய பெயர் மற்றும் விலாசம் ஒரு பதிவேட்டில் பதியப்பட வேண்டும். தற்காலிகமாக பணிபுரிபவர்களை வேலையில் அமர்த்துவதை தவிர்க்க வேண்டும்.

பணியிடங்களில் காற்றோட்டத்தினை அதிகபடுத்துதல் மற்றும் சாத்தியமான இடங்களில் மாசு சுத்திகரிப்பனை நிறுவுதல். வளி குளிஷரூட்டிகள் இல்லாத இடத்தில் கதவுகளை திறந்து வைத்தல்.

பெருங்கூட்டம் கூடுதலைத் தவிர்த்தல். நேரடி சந்திப்புக்களை இயலுமானவரை தவிர்த்தல். பரிந்துரைக்கப்பட்ட காணொளி மாநாடுகளை மாற்று வழியாக பயன்படுத்தல்.

நேரடி சந்திப்பு அத்தியாவசியமாகும் பட்சத்தில் பங்கேற்பவர்களின் எண்ணிக்கையை குறைத்தல் . அனைத்து பங்கேற்பாளர்களுக்கும் தேவைப்படும் திசுக்கள் , கை சுத்திகரிப்பான் மற்றும் பிற பொருட்கள் அனைத்தையும் முற்கூட்டியே ஒழுங்கு படுத்தி வைத்தல்

சரீர தொடுகையை குறைப்பதற்கு பல்வேறுபட்ட வேலை செய்யும் மார்க்கங்களையும் கைக்கொள்ளுதல். (மின்னஞ்சல் மற்றும் தொலை கலந்துரையாடல்)

முகக்க்கவசங்கள், கையுறைகள், தலையுறைகள் அனைத்தும் மீளப் பயன்படுத்தப்படவில்லை, உரிய முறையில் அகற்றப்படுகின்றன என்பதை உறுதி செய்தல்.

தொற்று உள்ளவர்கள் என சந்தேகிக்கப்படும் நபரின் கழிவைத்தவிர மற்றைய கழிவுகள் வழமை போல அப்புறப்படுத்தப்பட வேண்டும். நோய்த் தொற்று உள்ளவரின் கழிவானது கழிவு முகாமைத்துவத்தினால் வழங்கப்படும் வழிகாட்டுதல்களுக்கு அமைய செயல் பட வேண்டும். (கொரோனா தீவிர நோய்ப்பரம்பல் காரணமாக தனிமைப்படுத்தப்பட்டிருக்கும் வீடுகள் மற்றும் பகுதிகளில் இருந்து வெளியேற்றப்படும் சடத்துவ கழிவுகளை அகற்றுவதற்கான இடைநிலை வழிகாட்டுதலானது சுகாதார அமைச்சினால் வழங்கப்பட்டுள்ளது. அனைத்து துப்பரவு தொழிலாளிகளுக்கும் கழிவு முகாமைத்துவம் பற்றி சரியான பயிற்ச்சி வழங்கப்படிருக்க வேண்டும். அவர்களுக்கு தனியாள் பாதுகாப்பு உபகரணங்கள், கையுறைகள் மற்றும் கை கழுவுவதற்கான வசதி என அனைத்தும் வழங்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

அனைத்து கழிப்பறைகளும் சுகாதாரமான முறையில் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும். சாத்தியமெனின் கழிப்பறைக்கு செல்லும் பிரதான வாயிலை திறந்து வைத்திருக்க வேண்டும். கழிப்பறைக்கு வெளியே கைகளை கழுவுவதற்கு சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் ஆகியன விநியோகிக்கப்பட நடவடிக்கை எடுக்கப்பட வேண்டும். பகுதி 3.3 ல் குறிப்பிடப்பட்டதை போல கழிப்பறை கதவின் கைப்பிடிகள் சுத்தம் செய்யப்பட்டு தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும்.

அனைத்து ஊழியர்களும் ஊழுஏஐனு-19 தொற்றின் தீவிர தன்மையை எடுத்துக்கூறி அதிலிருந்து பாதுகாக்கும் வழியினையும் தெளிவுபடுத்த வேண்டும். (இருமும் போது செய்ய வேண்டியவை, தனியாள் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள் மற்றும் பகுதி 3.2 ல் உள்ள அறிவுரைகளை பின்பற்றல்)

சுவரொட்டிகள் மற்றும் சுகாதார அறிவுறுத்தல்கள் செய்திகளை காட்சிப்படுத்துவதன் மூலம் ஊழியர்களை தரப்பட்ட அறிவுறுத்தல்களுக்கு அமைவாக இணைக்க நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்ள செய்தல்.

4. விசேட அமைப்புகளுக்கான வழிகாட்டல்

4.1 உற்பத்திக் கைத்தொழில்

கீழ் குறிப்பிடப்படுள்ள நடவடிக்கைகள் பகுதி 3இல் குறிப்பிடப்பட்ட நடவடிக்கைகளுக்கு மேலதிகமாக கைக்கொள்ளப்பட வேண்டும்.

தொழிற்சாலைகளில் ஊழுஏஐனு-19 தொற்றின் பரம்பலை தடுப்பதற்கும் கட்டுப்படுத்துவதற்கும் மேலும் பொது மக்களில் ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதற்குமான நடவடிக்கைகள் இந்த பகுதியில் வரையறை செய்யப்பட்டுள்ளது.

பணியிடங்களை மறுசீரமைத்தல் :-

1. சமூக இடைவெளியினை பேணுவதற்கு சேவைகளை அத்தியாவசியமான செயற்பாடுகளுக்கு மட்டும் வரையறுத்தல். நெகிழ்வான வேலை நேரம், அலுவலக ஒழுங்கமைப்பு போன்றவற்றை பணியிட கொள்கைகள் மற்றும் நடைமுறைகளை மீளாய்வு செய்வதன் மூலம் நிர்வாகம் செயற்படுத்த வேண்டும்.

2. மாற்று நாட்கள் மற்றும் மேலதிக நேர வேலை என்பவற்றை பிரகடனப்படுத்துவதன் மூலம் பணியிடத்திற்கு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் வரும் ஊழியர்களின் எண்ணிக்கையை குறைப்பதுடன் அவர்களுக்கிடையேயான சமூக இடைவெளியை கடைப்பிடிக்கலாம்.

3. பணியிட அமைப்புகள் ஒவ்வொரு ஊழியர்களுக்குமிடையே 1அ தூர இடைவெளியை கொண்டதாக ஒழுங்குபடுத்தப்பட வேண்டும்.

4.2 அரச மற்றும் தனியார் அலுவலகங்கள்

கீழ் குறிப்பிட்ட நடவடிக்கைகள் பகுதி 3 இல் குறிப்பிடப்பட்ட நடவடிக்கைகளுக்கு மேலதிகமாக கைகொள்ளப்படவேண்டும்

பணியிடங்களை மறுசீரமைத்தல் :-

1. சமூக இடைவெளியினை பேணுவதற்கு சேவைகளை வரையறுத்தல் நெகிழ்வான வேலை நேரம், அலுவலக ஒழுங்கமைப்பு போன்றவற்றை பணியிட கொள்கைகள் மற்றும் நடைமுறைகளை மீளாய்வு செய்வதன் மூலம் நிர்வாகம் செயற்படுத்த வேண்டும்.

2. மாற்று நாட்கள் மற்றும் மேலதிக நேர வேலை என்பவற்றை பிரகடனப்படுத்துவதன் மூலம் பணியிடத்திற்கு குறிப்பிட்ட நேரத்தில் வரும் ஊழியர்களின் எண்ணிக்கையை குறைப்பதுடன் அவர்களுக்கிடையேயான சமூக இடைவெளியை கடைப்பிடிக்கலாம்.

3. பணியிட அமைப்புகள் ஒவ்வொரு ஊழியர்களுக்குமிடையே 1அ தூர இடைவெளியை கொண்டதாக ஒழுங்குபடுத்தப்பட வேண்டும்.

பணியிட வாசலில் :-

வளாகத்தினுள் உள்நுழையும் யாராயினும் (வாடிக்கையாளர் அல்லது ஊழியர் இருவருமே) முககவசம் அணிந்திருக்க வேண்டும். அத்துடன் உள் நுழையுமுன் கைகளை சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் கொண்டு நன்றாக கழுவ வேண்டும்.

அனைத்து ஊழியர்களது உடல் வெப்பநிலையும் பரிசோதிக்கப்பட்டு யாருக்கேனும் 98.4ழ கு ழச 37ழ ஊ இனைவிட அதிகமாக இருக்கும் பட்சத்தில் அந்த நபரை 10 - 15 நிமிடத்தில் மீண்டும் பரிசோதிக்கும் போது வெப்பநிலை அதிகமாக இருந்தால் அவரை திருப்பி அனுப்ப வேண்டும்.

வாசலில் வரிசையில் நிற்கும் போது ஒவ்வொருவருக்குமிடையில் 1அ இடைவெளியினை பேணவேண்டும்.

பணியிடத்தினுள் :-

அனைத்து வேலையாட்களும் கட்டாயம் முகக்கவசம் அணிய வேண்டும். அத்துடன் ஒவ்வொரு தனிநபருக்குமிடையே 1அ இடைவெளியினை பின்பற்ற வேண்டும்.

வேலையாட்கள் பிற வேலையாட்களின் பொருட்களையோ அல்லது அனைவரும் பாவிக்கும் தொலைபேசி அல்லது வேறு வேலைசார் உபகரணங்கள் போன்ற பொதுவான பொருட்களையோ பாவிப்பதை இயன்றவரை குறைக்க வேண்டும்.

ஊழியர்கள் நேரடி வாய்மொழி மூல அல்லது எழுத்து மூல தொடர்புகளை குறைத்து மாறாக உள்ளக தொடர்பிற்கு பொது அறிவித்தல் வலையமைப்பினை (இன்டர்கொம்) பயன்படுத்த அறிவித்தல் வேண்டும்.

ஒவ்வொரு பிரிவிற்கும் இடையே கதவுகள் திறந்து வைத்திருப்பதன் மூலம் ஊழியர்களின் தேவையற்ற தொடுகைகளை குறைக்கலாம்.

பணியிடத்தில் வழமையாக கைக்கொள்ளப்படும் கூட்டல், துடைத்தல், மேற்பரப்பு, உபகரணங்கள் மற்றும் பிற பொருட்களில் தொற்று நீக்கல் ஆகிய செயல்ப்பாடுகளை தொடர்ந்து கைக்கொள்ளல். (பகுதி 3.2 இனை பார்க்க)

உணவு அறையில் தேவையற்ற கூட்டம் கூடுவதை தடுப்பதற்காக உணவு மற்றும் தேநீர் இடைவேளை என்பன பகுதி பகுதியாக விடப்பட வேண்டும். (உணவு அறையிற்காக பரிந்துரைக்கப்பட்ட பொதுவான வழிகாட்டல் நடைமுறைகளை பின்பற்றுக.)

வாடிக்கையாளர் மற்றும் விருந்தினர்களுக்கான அறிவுறுத்தல்கள்

அரச மற்றும் தனியார் அலுவலகங்களிற்கு வருகைதரும் அனைத்து வாடிக்கையாளர்களும் கட்டாயம் முகக்கவசம் அணிய வேண்டும். அத்துடன் பிற வாடிக்கையாளருடன் ; ஊழியருடன் 1அ தூ ர இடைவெளி பேணப்பட வேண்டும். ஒவ்வொரு வாடிக்கையாளரின் வேலையை முடித்த பின்னும் ஊழியர்கள் கைகளை சவர்க்காரம் மற்றும் நீர் கொண்டு கை கழுவ வேண்டும். கழுவுவதற்கான அனைத்து வசதிகளும் மேலதிகாரியினால் ஏற்படுத்திக்கொடுக்கப்பட வேண்டும்.

அச்சுப்பிரதி அல்லது வீடியோ செய்திகள் மூலம் அலுவலகத்தில் இருக்கும் கட்டுப்பாட்டு நடவடிக்கைகளினை வாடிக்கையாளர்களுக்கு தெரியப்படுத்தலாம்.

4.3 விருந்தோம்பல் துறைகள்

கீழ் குறிப்பிடப்பட்ட நடவடிக்கைகள் பகுதி 3 ல் குறிப்பிட்ட நடவடிக்கைகளுக்கு மேலதிகமாக கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

4.3.1 பொது நடவடிக்கைகள்

கை குலுக்குவதற்கு பதிலாக எப்பொழுதும் இலங்கையின் பாரம்பரிய முறைப்படி வணக்கம் சொல்ல வேண்டும்.

வேலையில் இருக்கும் போது அனைத்து ஊழியர்களும் முகக்கவசங்களை பயன்படுத்த வேண்டும்.

சேவைப்பரப்பில் உள்ள அனைத்து தளபாடங்களும் வாடிக்கையாளர் சென்ற பின்பு தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும். உதாரணம் – மேசை, கதிரை, சேவை பிரிவுதளங்கள் (பகுதி 3.3 இனை பார்க்க)

வாடிக்கையாளர்கள் அதிகம் பாவித்த இடங்களை அடிக்கடி தொற்று நீக்கம் செய்ய வேண்டும். (குறைந்தது ஒரு நாளைக்கு நான்கு தடவைகள்) உ-ம் – கதவு கைப்பிடிகள், தொலைபேசி, மின் உயர்த்தி பொத்தான்கள். (பகுதி 3.3 இனை பார்க்க)

4.3.2 விருந்தினர் சேவைகள்

அனைத்து விருந்தினர்களுக்கும் உடல் வெப்பநிலையை பரிசோதித்தல்இ வெப்பநிலை 370ஊ ழச 98.40கு இனை விட கூட இருக்குமாயின் (தயவு செய்து பகுதி 3.2 இனை பார்க்க)

பதிவு அட்டையுடன், சொந்த நாடு, எந்த விமானம், ஆசன இலக்கம் , இலங்கை வந்த திகதி, கடந்த 3 கிழமைகளில் அவர்கள் பயணம் செய்த இடங்கள், அவர்கள் இனி பயணம் செய்யப்போகும் இடங்கள் ஆகிய தகவல்கள் அடங்கிய படிவத்தை பு‘ர்த்தி செய்தல்.

விருந்தினருக்கு சுவாசப்பிரச்சனையுடனோ அல்லது இல்லாமலோ காய்ச்சல் இருந்தால் வரவேற்பறை அலுவலரிற்கு அறியத்தருமாறு அறிவுறுத்துதல் வேண்டும். நிர்வாகத்தினர் பகுதி 3.7 ல் குறிப்பிட்ட அறிவுறுத்தல்களை பின்பற்றுதல் வேண்டும்.

கொரோனா பற்றிய அனைத்து விதமான கட்டுப்பாட்டு அறிவித்தல்களும் தகவல்களும் ஒவ்வொரு அறையிலும் துண்டுப்பிரசுரமாகவோஅல்லது சுவரோட்டியாகவோ காட்சிப்படுத்த வேண்டும்.

விடுதியில் மக்கள் பெரும்பாலும் பொதுவாக பயன்படுத்தும் அனைத்து இடங்களும் ஒவ்வொரு நான்கு மணித்தியாலத்திற்கு ஒரு முறை தூ ய்மைப்படுத்தப்பட வேண்டும். (உ-ம்-பொது மலசல கூடம், கதவுஇ மின்தூக்கி ஆளிகள்)

4.3.3 விருந்தினர் அறைகள்

எளிதாக தொற்று நீக்கும் முகமாக ஒவ்வொரு அறையில் உள்ள தொலைக்காட்சி மற்றும் ரிமோட் போன்றன பொலித்தீன் பையால் சுற்றப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

வழமையான சுத்தம் செய்யும் முறைக்கு மேலதிகமாக மேசை, கதிரை, கதவு கைப்பிடி மற்றும் தொலைபேசி போன்றன தொற்று நீக்கம் செய்யப்பட வேண்டும். (பகுதி 3.3 இனை பார்க்க)

அனைத்து அறைத் திறப்புக்களும் வழங்கப்பட முன்னர் தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும்.

4.3.4 விடுதிகளில் உள்ள அலுவலகங்கள் (பகுதி 3 இனை பார்க்க)

4.3.5 சமையலறையும் உணவு விநியோகமும்

அனைத்து சமையல்காரர்கள் மற்றும் பிற உதவியாளர்களும் உணவுகளை கையாளும் போது கைகளை நன்கு கழுவ வேண்டும்.

பழங்களையும் மரக்கறிகளையும் சமையலின் முன் நன்றாக கழுவ வேண்டும்.

சாப்பிட தயாராக உள்ள உணவை கையாளும் முன்னர் கையுறை மற்றும் இடுக்கிகளை பயன்படுத்துங்கள்.

ஒவ்வொருமுறை உணவு தயாரிக்க முன்னரும் தயாரிக்கும் மேசை, வெட்டும்பலகை, கத்தி போன்றவற்றை தொற்றுநீக்கம் செய்ய வேண்டும். (பகுதி 3.3 இனை பார்க்க)

களஞ்சியப்படுத்தும் போதும் தற்காலிகமாக களஞ்சியப்படுத்தி இடமாற்றப்படும் போதும் உணவுகள் நன்றாக மூடி வைக்கப்பட வேண்டும்.

தட்டுப்பரிமாற்றத்தில் இருக்கும் உணவுகள் அனைத்தும் விருந்தினர்களால் மாசு படுத்தாமல் இருக்க மூடி வைத்திருக்க வேண்டும்.

உணவு பரிமாறுவதற்கு போதுமான ஆட்களை நியமிப்பதோடு எல்லா விருந்தினரும் ஒரே உபகரணத்தை பயன்படுத்த அனுமதிக்க வேண்டாம். (உ-ம்-கரண்டி, கத்தி) அல்லாவிடின் மாற்றாக அனைத்து விருந்தினர்களும் கைகழுவிய பின்பு தமக்கான உணவினை பரிமாறுகிறார்களா என கண்காணிக்க வேண்டும்.

துப்பரவு தொழிலாளர்கள் தனியாள் பாதுகாப்பு உபகரணம், முககவசம் மற்றும் கையுறைகளை பயன்படுத்துகிறார்களா என்பதை உறுதி செய்க.

4.3.6 நிர்வாகத்திற்கு

கைகளை சுத்தமாக வைத்திருப்பதன் அவசியத்தை அனைத்து ஊழியர்களிடமும் தினமும் கூறுவதன் மூலமும், சுவரொட்டி மற்றும் டிஜிட்டல் காட்சி மூலம் மேம்படுத்தல்.

உணவு தயாரிப்பில் ஏற்படும் மாசுபாட்டினை குறைப்பதற்காக தினமும் உணவு பாதுகாப்பு மற்றும் சுகாதாரமான உணவுப்பழக்கம் ஆகியவற்றின் முக்கியத்துவத்தை ஊழியர்களுக்கு எடுத்துக்கூறுதல். எல்லா பகுதிகளிலும் கை கழுவுவதற்கான வசதிகள் மற்றும் தொற்றுநீக்கி பதார்த்தங்கள் ஊழியர்களின் பாவனைக்காக வைக்கப்பட்டிருக்க வேண்டும்.

உங்கள் நிறுவனத்தில் கடைப்பிடிக்கப்படும் கொரோனா தடுப்பு நடவடிக்கைகளை பொது இடங்களில் காட்சிப்படுத்துங்கள். இதன் மூலம் விருந்தினர்களிடமிருந்து அவ் நடவடிக்கைகளுக்கான ஒத்துழைப்பினை பெறலாம்.

கொரோனா தொற்று நபர் என சந்தேகப்படும் நபரின் கழிவுகளை அகற்றுதல்

கொரோனா தொற்று உள்ளதாக சந்தேகிக்கப்படும் அல்லது உறுதிசெய்யப்பட்ட ஒருவரது கழிவுகள் எரிக்கப்படலாம். அல்லது சுகாதார அமைச்சினால் வழங்கப்பட்ட இடைக்கால கையேட்டிற்கு அமைய கழிவகற்றப்பட வேண்டும்.

கொரோனா தொற்று இருப்பதாக சந்தேகப்பட்ட ஒருவரிடம் இருந்த துணிகள்.

நோய் தொற்று இருப்பதாக சந்தேகிக்கப்படும் நபர் பயன்படுத்தும் அனைத்து துணிகளும் தனித்தனியாக சேகரிக்கப்பட்டு சீல் செய்யப்பட்ட பையில் 72 மணித்தியாலம் வைக்கப்படும். அந்த நபருக்கு தோற்று இல்லாதது உறுதி செய்யப்பட்டால் துணிகள் சாதாரணமாக சுத்தம் செய்யப்படும். நோய் தொற்று இருப்பது உறுதி செய்யப்பட்டால் அனைத்தும் எரிக்கப்பட வேண்டும். இவற்றை கையாளும் அனைவரும் ே 95 முகக்கவசம் அணியவேண்டும், கண் கவசம் அணிய வேண்டும், கையுறை அணிய வேண்டும். இவை அனைத்தும் பாவனையின் பின் எரிக்கப்பட வேண்டும்.

4.3.7 சேவை மையங்கள் (பகுதி 3.4 இனை பார்க்க)

4.3.8 ஊழியர் தங்குமிடம் (பகுதி 3.9 இனை பார்க்க)

4.3.9 ஏனையவை

விருந்தினர்களின் பொதிகளை கையாண்டவுடன் வரவேற்பு குழு தங்களது கைகளை தூய்மைப்படுத்த வேண்டும். நீச்சல் தடாக சேவைகள் நோய் கட்டுப்பாட்டு நடவடிக்கைகளை பின்பற்ற முடியாத காரணத்தினால் தற்போதைய நிலைமையில் அவை பரிந்துரைக்கப்படவில்லை. உடற்பயிற்சி நிலையங்கள் அடிப்படை வழிகாட்டுதலுக்கு இணங்க திறக்கப்படலாம். அனால் அனைத்து உபகரணங்களும் இடையே தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும்.

குறிப்பு :- இங்கு குறிப்பிடப்படாத பகுதிகள் அனைத்தும் பகுதி 3 இல் குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பொது வழிமுறைகளுக்கு அமைய செயல்ப்பட வேண்டும்

4.4 உணவகங்கள்

பின்வரும் நடவடிக்கைகள் பகுதி 3 ல் தரப்பட்ட வழிகாட்டல்களுக்கு மேலதிகமாக சேர்க்கப்பட வேண்டியவையாகும். ஒவ்வொரு பாவனையின் பின்பும் அனைத்து கதிரைகள் மற்றும் மேசைகளின் மேற்பரப்புகளினை தொற்று நீக்க வேண்டும். (பகுதி 3.3 இனை பார்க்க)

அனைத்து ஊழியர்களும் வாடிக்கையாளர்களும் குறைந்தது தமக்கிடையில் 1அ இடைவெளியை பேணவேண்டும். தளபாடங்களும் அதற்கமைய ஒழுங்கமைக்கப்பட வேண்டும்.

அனைத்து ஊழியர்களும் முகக்கவசம் அணிய வேண்டும்.

கடையின் உணவுப்பட்டியலை தொலைக்காட்சித்திரையில், அல்லது பலகையில் அல்லது மேசையின் கண்ணாடித்தட்டின் கீழ் காட்சிப்படுத்தலாம்.

சுயசேவை உணவு வழங்கல் முறை காணப்படும் இடங்களில் பல வாடிக்கையாளர்கள் கரண்டிகள் மற்றும் பிற பொருட்களை தொடுவதை தடுக்கும் முகமாக உணவினை பரிமாறுவதற்கு குறித்த ஒரு ஊழியர் நியமிக்கப்பட வேண்டும்.

வாடிக்கையாளர் சமையல் பாத்திரங்களை பரிமாற பயன்படுத்துவது தடுக்கப்பட வேண்டும்.

அனைத்து துப்பரவு தொழிலாளிகளும் கையுறைகளும் முகக்கவசமும் அணிய வேண்டும்.

உணவு பரிமாறுபவர் தமது கைகளை அடிக்கடி கழுவுவதன் மூலம் நோய் பரவும் வீதத்தினை தடுக்கலாம்.

சமையல் பாத்திரங்கள் கட்டாயமாக நீர் மற்றும் சவர்க்காரத்தினால் கழுவப்பட வேண்டும்.

பணம் செலுத்தும் பகுதியில் கைக்கொள்ள வேண்டிய நடவடிக்கைகளுக்கு பகுதி 3.4 இனை பார்க்க.

4.5 பல்பொருள் அங்காடிகள்

பின்வரும் வழிமுறைகள் பகுதி-3 குறிப்பிடப்பட்ட வழிமுறைகளுக்கு மேலதிகமாக கை கொள்ளப்பட வேண்டியவை ஆகும்

- உள்நுழைய முன் கை கழுவுவதற்கான வசதிகளை ஏற்படுத்திக் கொடுப்பதுடன் அதில் பயன்படுத்தப்படும் நீர் குழாய் ஆனது கால் அல்லது முழங்கையால் இயக்க கூடியது என்பதை உறுதி செய்வதுடன் அனைத்து வாடிக்கையாளர்களும் உள் நுழையும் போது கை கழுவுகிறார்கள் என்பதை உறுதி செய்தல் கட்டாயமானது
- பல்பொருள் அங்காடிகளை தினமும் வாடிக்கையாளர் பயன்பாட்டிற்கு அனுமதிக்கும் முன்னர் கணக்கிடப்படும் மேசை மற்றும் பொதுவான தொடுகைக்கு உட்படும் அனைத்து பொருட்களும் சுத்தம் செய்து தொற்று நீக்கப்படவேண்டும் பகுதி 3.3 இனை பார்க்க.
- உள் நுழையும் மற்றும் வெளிச்செல்லும் வாயில்களில் எப்போதும் திறந்து வைத்திருதல் அல்லது கதவைத்திறந்து மூடுவதற்காக ஒரு ஊழியரை நியமிக்கலாம்
- குறிப்பிட்ட அளவு வாடிக்கையாளர்களை மட்டும் உள்ளெடுத்தல் வரிசையிலும் இரண்டு நபர்களுக்கு இடையே ஒரு மீட்டர் தூர இடைவெளியை இருப்பதை உறுதி செய்தல்
- முகக் கவசம் அணியாத வாடிக்கையாளர்களை உள்ளே அனுமதிக்காது இருத்தல்
- ஊழியர்களுக்கு வேலை நேரத்தில் அத்தியாவசியமற்ற ஆபரணங்கள்இ அணிகலன்கள் அணிவதை தவிர்க்குமாறு அறிவுறுத்தல் அதாவது கைக்கடிகாரம் கை சங்கிலி மற்றும் பிற ஆபரணங்கள்
- கூடைகளின் கைப்பிடிகள் ஒவ்வொரு பாவனையின் பின்னும் தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும்
- தராசுகள் அதற்குரிய அலுவலர்களால் மாத்திரம் கையாளப்பட வேண்டும்
- வழமையாக பொதி செய்யப்படாமல் விற்கப்படும் அரிசி பருப்பு போன்றவற்றை முன்கூட்டியே பொதி செய்து வைத்து விற்கவும்
- ஒவ்வொரு வாடிக்கையாளரின் சேவைக்கு பின்னரும் ஊழியர்கள் கைகளை கழுவ அறிவுறுத்தப்பட வேண்டும்
- கணக்கிடும் மேசையில் உள்ளவர் பகுதி-3.4 ல் உள்ள வழிகாட்டல்களை பின்பற்ற வேண்டும்
- வாடிக்கையாளர்களுக்கு கொள்வனவு பட்டியல் காகிதத்தில் தரப்பட வேண்டுமா அல்லது இலத்திரனியல் மூலமாக கைத்தொலைபேசிக்கு அனுப்பப்பட வேண்டுமா என்ற தெரிவு செய்ய வாய்ப்பு கொடுக்கப்பட வேண்டும்.
- அதுவாக கையாளும் பணம் செலுத்தும் நிறை ஒன்றை பயன்படுத்துதல் அதாவது 5 பொருட்களுக்கு உட்பட்டவை மாத்திரம்.
- பிற கொடுப்பனவு கட்டணங்கள் செலுத்தப்படும் நடவடிக்கையினை இந்த நோய் பரவல் காலத்தில் தவிர்க்கலாம்
- வாடிக்கையாளர்களால் இயக்கப்படும் அனைத்து சாதனங்களையும் அகற்றுதல்
- டிஜிட்டல் மற்றும் காட்டில் சாதனங்கள் மூலம் பிரதிகள் மூலமும் சுகாதார செய்திகள் மற்றும் விழிப்புணர்வு நடவடிக்கைகளை காட்சிப்படுத்தலாம்
- பெரும்பாலும் விற்கப்படும் பொருட்களை பல்பொருள் அங்காடியின் வெளியே ஒரு சிறிய அங்காடியை ஒழுங்கு செய்தல் உதாரணம் அரிசி தேங்காய் உருளைக்கிழங்கு வெங்காயம் இந்த நடவடிக்கை மூலம் பிரதான சந்தையில் அதிக கூட்டம் சேருவதைத் தடுக்கலாம்

4.6 பொது போக்குவரத்து

கீழ்வரும் நடைமுறைகள் பகுதி மூன்றில் குறிப்பிட்டதை விட மேலதிகமாக பின்பற்றப்பட வேண்டியவை ஆகும் இந்த நடவடிக்கைகள் புகையிரதம் உட்பட அனைத்து பொது போக்குவரத்திலும் மேற்கொள்ளப்பட வேண்டியவை

ஒரு பிரயாணத்தை ஆரம்பிக்கும் முன்

- வாகனத்தின் உட்பகுதிகள் நுழைவாயில் உட்பட அனைத்து பகுதிகளிலும் பிரயாணம் ஆரம்பிக்கும் முன் தொற்று நீக்கப்படவேண்டும்
- சாரதி நடத்துனர் உதவியாளர் புகையிரத நிலைய ஊழியர்கள் அனைவரும் முக கவசம் அணிய வேண்டும்
- ஒரு மீட்டர் இடைவெளியை பேணுவதோடு மொத்த எண்ணிக்கையில் 50 சதவீதத்தினர் மட்டுமே வாகனத்தில் எடுக்கவேண்டும் என்பதில் இரண்டு பயணிகள் மாத்திரமே ஏற்ற வேண்டும்
- பணப் பரிமாற்றத்தை குறைக்கும் முகமாக அனைத்து பிராணிகளையும் சரியான தொகையை எடுத்து வர அறிவுறுத்துதல்
- பேருந்து புகையிரத நிலைய வாயிலில் தொற்று நீக்கி பதார்த்தத்தை வைத்து ஒவ்வொரு பயணியும் வருவதற்கு முன் கைகளை தொற்று நீக்கம் செய்ய வேண்டும்
- புகையிரதத்தில் பயணிகள் பெரும்பாலும் தொடுகை மேற்கொள்ளும் பொது இடங்களை தினமும் தொற்று நீக்கம் செய்ய வேண்டும்
- பணியிட சுழலுக்கும் பயண சீட்டு வழங்கப்படும் பகுதி மூன்றில் குறிப்பிடப்பட்ட அறிவுறுத்தல்களை பின்பற்றலாம்

பயணத்தின்போது

- வாகனத்தின் உலேகப்பொருட்கள் எதையும் கைகளால் தொடாமல் வரவும் பிராணிகளுக்கு பிரயாணத்தின் போது வரிசைக்கிரமமாக ஏறவும் இறங்கவும் போதுமான நேரம் வழங்க வேண்டும்
- ஒரு குறிப்பிட்ட கதவின் மூலம் மட்டும் பிரியாணி களை இயக்க வேண்டும்
- சுகாதாரத்தை மேம்படுத்தும் செய்திகள் மற்றும் பரிந்துரைக்கப்பட்ட நடத்தைகள் என்பன வாகனத்தில் காட்சிப்படுத்த வேண்டும்

4.7 நிகழ்வுகளை ஒழுங்கமைத்தல் (திருமணம், மரணச்சடங்கு, விருந்துகள்)

கீழ்வரும் நடவடிக்கைகள் அனைத்தும் பகுதி 3க்கு மேலதிகமாக கை கொள்ளப்பட வேண்டியவை ஆகும் சாத்தியம் எனில் திட்டமிட்ட நிகழ்வுகளை கைவிடுவது நல்லது. நிகழ்ச்சிக்கு முன்னர் மண்டபம் மற்றும் அனைத்து தளபாடங்களும் தூய்மை படுத்தப்பட்டு தொற்று நீக்கப்படவேண்டும் பகுதி-3.3 இனை பார்க்க.

மண்டபத்தினுள் உள் நுழைய முன் கைகளைக் கழுவதற்கான அனைத்து வசதிகளையும் செய்து கொடுத்தல் காலால் அல்லது முழங்கையால் செயல்படுத்தக்கூடிய குழாய் எனில் சாலச்சிறந்தது .

மண்டப வாசலில் வைத்து விருந்தினர்களின் உடல் வெப்பநிலை பரிசோதிக்கப்பட்ட பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ளது.

விருந்தினர்கள் அனைவரும் ஒரு மீட்டர் இடைவெளியினை எப்பொழுதும் கடைப்பிடிக்க வேண்டும்.

காற்றோட்டம் மிக்க மண்டபமாக இருக்கவேண்டும் திறந்தவெளி அரங்கு விரும்பத்தக்கது.

கொரோனா கட்டுப்பாட்டு செய்திகளும் விருந்தினர்கள் பின்பற்றவேண்டிய ஆச்சாரமும் மண்டப வாசலில் காட்சிப்படுத்தப்பட வேண்டும் .

கட்டிப்பிடித்த கைகுலுக்குதல்க்கு பதிலாக தொடுகையற்ற வரவேற்பு முறைகளை கையாளுதல்.

பொது வழிமுறைகளில் கூறப்பட்டதைப் போல அனைத்து விருந்தினர்களுக்கும் முகக் கவசம் அணிய அறிவுறுத்தப்படும்.

விருந்தினர்கள் கோப்பைகள் தட்டுகள் கரண்டிகள் போன்றவற்றை பகிர்ந்து கொள்வதை தவிர்க்க வேண்டும். உணவு பரிமாறப்படும் சந்தர்ப்பத்தில் ஒரு ஊழியரை பொறுப்பாக நியமிக்க வேண்டும் இதன் மூலம் பொதுவான பாத்திரங்களை விருந்தினர்கள் தொடுவதை தவிர்க்கலாம்.

குழுவாக நின்று புகைப்படம் எடுப்பதை தவிர்த்தல்.

நிகழ்வின் இறுதியில் மண்டபம் சுத்தம் செய்யப்பட்டு தொட்டு நீக்கப்படவேண்டும் பகுதி-3.3 பார்க்க.

விருந்தினர் வீட்டிற்கு சென்றவுடன் பகுதி 3.8ல் உள்ள விடயங்களை பின்பற்ற வேண்டும்

4.8 பொருளாதார நிலையங்கள்

கீழ் வரும் நடவடிக்கைகள் அனைத்தும் பகுதி 3க்கு மேலதிகமாக கை கொள்ளப்பட வேண்டியவை ஆகும்.

- மக்கள் மற்றும் வாகன நடமாட்டத்தை கட்டுப்படுத்தும் பொருட்டு சந்தைப்பகுதியின் நிலத்தினை ஒழுங்குபடுத்த வேண்டும்.
- வாகனங்களுக்கு தனியான நிறுத்துமிடங்கள் ஒதுக்குதல்.
- நுழை வாயிலிலும் மற்றைய பொருத்தமான இடங்களிலும் கை கழுவுவதற்கான அனைத்து நடவடிக்கைகளையும் மேற்கொள்ளல்.
- நிலையங்களுக்கு வரும் வாடிக்கையாளர்கள் மற்றும் வேலை செய்பவர்கள் கைகளை கழுவுதல் கட்டாயமாக்கப்பட வேண்டும்.
- விற்பனையாளர்களுக்கு இடையில் குறிப்பிட்ட தூ ரத்தில் இடத்தை ஒதுக்கிக் கொடுக்க வேண்டும்.
- வாடிக்கையாளர்களை மட்டுப்படுத்தி ஒரு மீட்டர் இடைவெளியில் அவர்களது முறை வரும்வரை பொறுமையாக நிற்க வைத்தல்
- விற்பனையாளர்கள் ஊழியர்கள் வாடிக்கையாளர்கள் அனைவரும் முக கவசம் அணிதல்
- ஊழியர்களை தேவையற்ற ஆபரணங்கள் ஆன கைக்கடிகாரம் போன்றவற்றை அணியாமல் இருக்க அறிவுறுத்துதல்.
- பொருட்களை கையாளும் போது ஏற்றும் போதும் இறக்கும்போதும் கையுறை அணிய வேண்டும்
- விலைப்பட்டியலை காட்சிப் படுத்துவதன் மூலம் வாடிக்கையாளருடன் நேரடி சொல்லாடலை குறைத்தல்
- அனைத்து தனிநபருக்கும் நிலைய வளாகத்தினுள் புகைப்பிடித்தல் வெற்றிலைஇ எச்சில் துப்புதல் போன்ற நடவடிக்கைகளைத் தவிர்க்குமாறு அறிவுறுத்துதல்
- சுகாதார சேவைகள் பரிந்துரைக்கப்பட்ட நடவடிக்கைகள் போன்றவற்றை வாடிக்கையாளருக்கு காட்சிப்படுத்துதல்

4.9 பல்கலைக்கழகங்கள்

கீழ் வரும் நடவடிக்கைகள் அனைத்தும் பகுதி 3க்கு மேலதிகமாக கை கொள்ளப்பட வேண்டியவை ஆகும்.

- நிகழ்நிலை மற்றும் தொலைநிலை கற்பித்தல் முறையை மேற்கொள்வதன் மூலம் சமூக இடைவெளியை கடைப்பிடித்தல்
- வளாகத்தினுள் நுழையும் ஒவ்வொருவரும் அதாவது ஆசிரியர்களும் ஊழியர்களும் தமது கைகளை சவர்க்காரம் நீர்கொண்டு நன்றாக கழுவுதல் வேண்டும் அல்லது மாறாக தொற்று நீக்கி மருந்தினை பாவிக்க வேண்டும்
- பல்கலைக்கழகத்தின் உள்நுழையும் அனைவரது உடல் வெப்ப நிலையும் பரிசோதிக்கப்பட வேண்டும் யாரேனும் ஒருவருக்கு 37 அல்லது 98.4 இதை விட அதிகமாக இருக்கும் பட்சத்தில் அவரை உள்ளே அனுமதிக்க கூடாது
- பல்கலைக்கழகத்தில் உள்ள அனைத்து மாணவர்களும் ஊழியர்களும் வருகை தருபவர்கள் அனைவரும் முக கவசம் அணிந்து இருத்தல் வேண்டும்
- எல்லா நேரத்திலும் எல்லா அமைப்புகளிலும் ஒவ்வொருவருக்கும் இடையேயும் மாணவர்களுக்கு ஒவ்வொரு ஊழியர்களுக்கு இடையிலும் கற்றல் செயற்பாடுகளில் போதிலும் கல்விசாரா செயற்பாடுகளின் போதிலும் ஒரு மீட்டர் இடைவெளியினை பேண வேண்டும் (விரிவுரை மண்டபங்கள், செயல்பாட்டு நடவடிக்கைகள், ஒப்படைகள், போன்றன) குழு நடவடிக்கைகளை உள்ளடக்கிய கற்றல் கற்பித்தல் செயற்பாடுகளை தவிர்த்துக்கொள்ளுங்கள்.
- அனைத்து மாணவர்களும் ஊழியர்களும் சுவாசம் தொடர்பான ஆசாரங்களையும் முகக் கவசத்தினை அப்புறப்படுத்தும் வழிமுறையையும் அறிந்து வைத்திருக்க வேண்டும். பகுதி-3.2 பார்க்க.
- ஊழியர்களிடையே மாணவர்களிடையே ஆய்வுகூட உபகரணங்கள் புத்தகங்கள் மற்றும் பிற பொருட்களை நடவடிக்கைகளை முற்றாக தவிர்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.
- வழக்கமான துப்பரவு பணியினை கைக்கொள்ள வேண்டும் அனைத்து மேசைகள் கதிரைகளின் மேற்புறங்களில் தொற்று நீக்கப்பட வேண்டும்.
- அனைத்து மாணவர்களும் ஊழியர்களும் உணவை உண்ணு முன் கைகளை நீரினாலும் சவர்க்காரத்தினாலும் நன்றாக கழுவ வேண்டும் மற்றும் அனைவரும் தனித்தனி தண்ணீர் போத்தல்கள் மற்றும் கோப்பைகள் உணவுப்பொருட்கள் குடிவகைகள் போன்றவற்றை பாவிக

5. தற்காலிகமாக தடை செய்யப்பட்ட பொதுசன நடவடிக்கைகள்

கொரோனா வைரஸானது இல்லாமல் ஒழிக்கப்படும் வரை பின்வரும் இடங்கள் அல்லது சு‛ழ்நிலைகளை முற்றாக தவிர்த்துக் கொள்ளவேண்டும் இல்லாவிடில் மக்கள் அல்லது குழந்தைகள் ஒன்றாக ஒன்று கூடும்போது ஒருவருக்கு ஒருவர் நோய் தொற்றினை பரப்புவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்

1. மூடிய பிரதேசத்தில் அதிகளவானவர்கள் ஒன்று கூடுதல் உதாரணம் சினிமா தனியார் கல்வி வகுப்புகள்
2. சிறுவர் பு‛ங்காக்கள்
3. சு‛தாட்ட விடுதிகள் பந்தயமையங்கள் இரவு நேர கழகங்கள்
4. வழிபாட்டு தளங்களில் ஒன்றுகூடுதல்

மேலதிக விபரங்களுக்கு

இந்த ஆவணத்தில் உள்ள மேலதிக விபரங்களுக்கு தயவுசெய்து னுச லட்சுமணன் கம்பத் பொது இயக்குனர், சுற்றுச்சு‛ழல் மற்றும் தொழில்சார் சுகாதாரம் மற்றும் உணவு பாதுகாப்பு, சுகாதார அமைச்சு. 0777723232

டவபயஅடயவாளுபஅயடை.உழஅ

கொரோனா தொற்றுப் பற்றிய மேலதிக விபரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்வதற்கு:-

- சுகாதார அமைச்சின் 24 மணி நேர தொலைபேசி சேவை - 94 113 071 073
- சுகாதார அமைச்சின் வலைத்தளம் - ாநயடவா. பழஎ.டம
- அரச ஊடக தொலைத்தொடர்பு இலக்கம் - 117
- சுவர் சரியா சுகாதார இலக்கம் - 94710107107
- பிரதேசங்களிலுள்ள மருத்துவ அதிகாரிகளின் இணைக்கப்பட்டுள்ளது
- தொற்று நோய்விஞ்ஞானப் பிரிவு
- http://www.epid.gov.lk

பின்னிணைப்பு 01

கைகளை சுத்தம் செய்யும் தொற்றுநீக்கியை எவ்வாறு தயார் செய்வது

தேவையான மூலப்பொருள்

1. ஏதையில் அற்ககோல் ,90மூ ழச ஐசோபுரபைல் அற்ககோல் ,90மூ
2. ஐதரசன் பேர்ஒட்சைட்டு 3மூ
3. கிளிசரோல் 98மூ
4. உணவு நிறப்பதனாக்கி (பச்சை அல்லது நீலம்)
5. நீர் (நன்கு கொதிக்க வைக்கப்பட்டு அறை வெப்பநிலைக்கு குளிரவிடப்பட்ட)

தயாரிக்கும் முறை

கைகளை சுத்தம் செய்யும் 100 அட தொற்றுநீக்கியை தயார் செய்வதற்கு

தேவையானவை

1. ஏதையில் அற்ககோல் ழச ஐசோபுரபைல் அற்ககோல் - 85 அட
2. ஐதரசன் பேர்ஒட்சைட்டு - 4 அட
3. ஐதரசன் பேர்ஒட்சைட்டு சில துளிகள்
4. கிளிசரோல் - 1.5 அட

மேற்கூறப்பட்ட ஏதாவது ஒரு வகை அற்ககோலை நன்கு பெரிய போத்தலில் (150 அட அல்லது அதை விட அதிக) இடுக. பின் அப்போத்தலினுள் ஐதரசன் பேர்ஒட்சைட்டை சேர்க்க. அக்கலவையை நன்கு கலக்கிய பின் கிளிசரோலை சேர்க்கவும். அதன் பின் அக்கலைவை 100 அட ஆகும் வரை நீர் சேர்க்கவும். இறுதியாக அக்கலவையுடனான போத்தலை மூடி நன்கு கலக்கவும். இவ்வாறு தயாரிக்கப்பட்ட கலவை அற்ககோல் சார்ந்த தொற்றுநீக்கியாக பயன்படுத்த முடியும்.

பின்னிணைப்பு 02

சுகாதார வைத்திய அதிகாரிகளும் அவர்களுக்குரிய மாவட்டஇ மாகாண ரீதியான மேற்பார்வை அதிகாரிகளினதும் பட்டியல்

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
		சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
மத்திய மாகாணம் சு...சே..மா. ப Dr.H.M.அர்ஜவுன திலகரத்தின 081 2224336 071 4427094 arjunatilak@yahoo.com pdhscentral@health.gov.lk	கண்டி சு. சே. பி. ப Dr. P. நிதர்ஷினி 081 2233061 071 4474071 nithershini2791@gmail.com rdhskandynew@gmail.com rdhskandy@health.gov.lk	சு.வை.அ - அகுரன	0662244054	akurana66@gmail.com
		சு.வை.அ - பம்பரதெனிய	0812315751	mohbambaradeniya@yahoo.com
		சு.வை.அ - தொலுவ	0812415220	mohdoluwa@gmail.com
		சு.வை.அ - கலகெதர	0812461368	mohgalagedara@gmail.com
		சு.வை.அ - கலஹா (தெல்தொட்ட)	0812467601	mohgalaha@gmail.com
		சு.வை.அ - கம்பளை (உடபலாத)	0812352278	mohudapalatha@gmail.com
		சு.வை.அ - கங்கா இஹல (குருந்துவத்த)	0812352803	mohgangaihala@gmail.com
		சு.வை.அ - கங்காவத்தகோரல	0812240047	mohgangawata@yahoo.com
		சு.வை.அ - ஹசலக	0552257078	mohhasalaka@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹதரலியத்த	0812464181	mohhatharaliyadda@gmail.com
		சு.வை.அ - கண்டி மாநகராட்சி சபை	0812500340	smooffice15@yahoo.com
		சு.வை.அ - குண்டகசாலை	0812374012	mohkundasale@gmail.com
		சு.வை.அ - மெததும்பர (மெதமஹா)	0812402457	medadumbara@gmail.com
		சு.வை.அ - மெனிக்ஹின்ன	0812376860	menikmoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பன்வில	0812472031	mohofficepanwila@gmail.com
		சு.வை.அ - பஸ்பகே (நாவலப்பிட்டி)	0542222278	mohnvp@gmail.com
		சு.வை.அ - பு'ஜாபிட்டிய	0812307018	mohpoojapitiya@gmail.com
		சு.வை.அ - தலாத்துஓயா	0812404278	mohthalathuoya@yahoo.com

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - உடதும்பர	0812402381	mohudadumbara@gmail.com
		சு.வை.அ - உடுநுவர	0812315732	mohudunuwara@yahoo.com
		சு.வை.அ - வத்தேகம (பததும்பர)	0812476262	mohwattegam@gmail.com
		சு.வை.அ - வெரெல்லேகம (ஹரிஸ்பத்துவ)	0812499317	haarismoh@gmail.com
		சு.வை.அ - யடிநுவர (கடுகன்னாவ)	0812571252	mohrhtckadu@yahoo.com
	மாத்தளை சு. சே .பி. ப Dr.M.S.K. விக்ரமதிலக (நுசுனு) 066 2222483 0715348796 sepaliccp@yahoo.com rdhsmatale@health.gov.lk	சு.வை.அ - அம்பன்கங்கா கோரல	0662255278	mohrtamb@gmail.com
		சு.வை.அ - தம்புள்ளை	0662284778	mohdambulla@gmail.com
		சு.வை.அ - தம்புள்ளை மாநகராட்சி சபை	0663062174	dambullamunicipal@gmail.com
		சு.வை.அ - கலேவெல	0662289264	mohgalewela@gmail.com
		சு.வை.அ - லக்கல- பல்லேகம	0662275025	laggalamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - மாத்தளை	0662231520	matalemoh@gmail.com
		சு.வை.அ - மாத்தளை மாநகராட்சி சபை	0662224927	matalemchealth@gmail.com
		சு.வை.அ - நாஉல	0662246102	mohnaula@gmail.com
		சு.வை.அ - பல்லேபொல	0662247341	mohpallepola24@gmail.com
		சு.வை.அ - ரத்தோட்டை	0662255278	mohrtamb@yahoo.com
		சு.வை.அ - உக்குவெல	0662222278	cpmtmohukuwela@gmail.com
		சு.வை.அ - வில்கமுவ	0662250060	mohwilgamuwa@gmail.com
		சு.வை.அ - யடவத்த	0662221068	yatawattamoh@gmail.com
	நுவரெலியா சு...சே..பி..ப னுச.ளு.தலகல 052 2223413 0703722177 thalagalasenaka@gmail.com rdhsnuwaraeliya@health.gov.lk	சு.வை.அ - அம்பேகமுவ	0512242278	ambagamuwamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பொகவந்தலாவ	0522267634	ddhsbogawanthalawa@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹங்குரங்கெத்த	0812365292	moh.hangu.@gmail.com
		சு.வை.அ - கொட்டகல	0512244439	kotagalamoh123@gmail.com
		சு.வை.அ - கொத்மலை	0522259627	mohkothmale01@gmail.com
		சு.வை.அ - லிந்துல	0522258829	lindulamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - மஸ்கெலியா	0522277586	maskeliyamoh@hotmail.com
		சு.வை.அ - மதுரட	0523527830	mathurataa@gmail.com
		சு.வை.அ - நவதிஸ்பன	0542050045	mohnawathispane@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
		சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - நுவரெலியா	0522222278	nuwaraeliyamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - நுவரெலியா (மாநகராட்சி சபை)	0522235042	mohnuwaraeliyamc@gmail.com
		சு.வை.அ - ராகல	0522265416	ragalamoh123@gmail.com
		சு.வை.அ - வலபன	0522279136	mwalapane@gmail.com
கிழக்கு மாகாணம் சு....சே...மா...ப Dr.அலாவன்தீன் 026 2221017 0763925155 pdhsplanningep@gmail.com pdhseast@health.gov.lk	அம்பாறை சு...சே..பி..ப Dr.S.T.A.P.சேரசிங்க 063 2222989 0718200070 serasingheprasanga@gmail.com rdhsampara@health.gov.lk	சு.வை.அ - அம்பாறை	0632222279	mohampara@gmail.com
		சு.வை.அ - தமன	0632240420	mohdamana420@gmail.com
		சு.வை.அ - தெஹியத்தகண்டிய	0272250145	mohdehiattakandiya@gmail.com
		சு.வை.அ - லஹு’கல	0632051855	moh2015Lahugala@gmail.com
		சு.வை.அ - மஹாஓயா	0632244098	mohmahaoya@gmail.com
		சு.வை.அ - பதியதலாவ	0632246012	padiyathalawamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - உஹன	0632250049	mohuhana@gmail.com
	மட்டக்களப்பு சு...சே..பி..ப Dr.L.M. நவரத்னராஜா 065 2222863 0777729975 rdhsbatticaloa@gmail.com rdhsbatti@health.gov.lk	சு.வை.அ - ஆரியம்பதி	0652248335	arayampathymoh@gmail.com
		சு.வை.அ - மட்டக்களப்பு	0652222278	mohbatticaloa@gmail.com
		சு.வை.அ - செங்கலடி	0652240526	chenkaladymoh@gmail.com
		சு.வை.அ - ஏறாவு‘ர்	0652241225	evrmohoffice@gmail.com
		சு.வை.அ - களுவாஞ்சிக்குடி	0652250065	mohoffkwd.ep@gmail.com
		சு.வை.அ - காத்தான்குடி	0652246161	kkymoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கிரன்	0653657518	mohkiranpk@gmail.com
		சு.வை.அ - மத்திய கோரளைபற்று	0652258184	kpcmoh@gmail.com
		சு.வை.அ - ஓட்டமாவடி	0652258104	oddmoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பட்டிபளை	0652056960	moh.paddipalai@gmail.com
		சு.வை.அ - வாகரை	0653656352	mohvakaraipk@gmail.com
		சு.வை.அ - வாழைச்சேனை	0652257260	valaichenaimohoffice@gmail.com
		சு.வை.அ - வவுனதீவு	0652059354	moh vavunathevul@gmail.com
		சு.வை.அ - வல்லாவெளி	0652056107	mohvellavely@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி: சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி: தொலைபேசி இலக்கம்	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி: மின்னஞ்சல் முகவரி
	கல்முனை சு...சே..பி..ப Dr.A.L..அலாவுதீன் 067 2222710 0718225155 aldeen0327@gmail.com rdhskalm.planning@gmail.com, rdhskalmunai2@gmail.com rdhskalmunai@health.gov.lk	சு.வை.அ - அட்டாளைச்சேனை	0672278613	info.moh.addalaichenai@gmail.com
		சு.வை.அ - அக்கரைப்பற்று	0672277431	mohakp@gmail.com
		சு.வை.அ - அலயடிவேம்பு	0672277528	MohAlayadivembu@gmail.com
		சு.வை.அ - இறக்காமம்	0632050147	info.moh.Irakkamam@gmai.com
		சு.வை.அ - தெற்கு கல்முனை (முஸ்லிம் பிரிவு)	0672223266	mohkalsouth@gmail.com
		சு.வை.அ - வடக்கு கல்முனை (தமிழ் பிரிவு)	0672229278	info.moh.drganesh62@yahoo.com
		சு.வை.அ - காரைதீவு	0672221981	info.moh.karaitivu@gmail.com
		சு.வை.அ - நவிந்தானவெளி	0672226091	info.moh.navithanveli@gmail.com
		சு.வை.அ - நிந்தவு'ர்	0672250834	info.moh.nintavur.gmail.com
		சு.வை.அ - பொத்துவில்	0632248502	info.moh.pottuvil@gmail.com
		சு.வை.அ - சாய்ந்தமருது	0672224365	info.moh.sainthamaruthu@gmail.com
		சு.வை.அ - சம்மாந்துறை	0672260808	info.moh.sammathu@gmail.com
		சு.வை.அ - திருக்கோவில்	0672265054	info.moh.thirukkovil@gmail.com
	திருகோணமலை சு...சே..பி..ப Dr. பிரேமானந்த் 026 2222263 0766040999 vprem2710@mail.com rdhstrinco@health.gov.lk	சு.வை.அ - ஏச்சிலம்பற்று (வெறுகால்)	0263268756	nisarnimsath9@gmail.com
		சு.வை.அ - கோமரன்கடவல	0262255071	mohgomarankaduwala@gmail.com
		சு.வை.அ - கந்தளாய்	0262234265	kantalemoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கிண்ணியா	0262236263	MOHKinniya@gmail.com
		சு.வை.அ - குச்சவெளி	0262232464	sgaja24@gmail.com
		சு.வை.அ - குரிச்சங்கேனி	0772071404	mohkurinchakerny@gmail.com
		சு.வை.அ - மூதூர்	0262238262	mohofficemuthur@gmail.com
		சு.வை.அ - பதவி ஸ்ரீபுர	0252255083	mohpadavisripura1@gmail.com
		சு.வை.அ - சேறுவில	0262251500	mihirisaumya1200@gmail.com
		சு.வை.அ - தம்பலகாமம்	0262248063	mohthampalagamam@gmail.com
		சு.வை.அ - திருகோணமலை	0262222278	moh.trinco@gmail.com
		சு.வை.அ - உப்புவெளி	0262050429	uppuvelimoh@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
		சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
வடமத்திய மாகாணம் சு.சே.மா.ப Dr. W. M. பாலித பண்டார 025 2222700 0714834912 palithabandara120@yahoo.com phupdhs@gmail.com pdhsncp@health.gov.lk	அநுராதபுரம் சு.சே.மா.ப Dr. N.C.D. ஆரியரத்தின 025 2222260 0717913556 ncdnimal@gmail.com rdhsanuradhapura@health.gov.lk	சு.வை.அ - கலேன்பிந்துவெவ	0252258384	mohgalenbindunuwewa@yahoo.com
		சு.வை.அ - கல்னேவ	0252269526	mohgalnewa@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹொரவ்பத்தான	0252278061	horowpathanamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - இபலோகம	0252264156	mohofficeipalogama@gmail.com
		சு.வை.அ - கஹடகஸ்திகிலிய	0252247478	mohkahata@gmail.com
		சு.வை.அ - கெபிதிகொள்ளாவ	0252298530	thumiduwa@gmail.com
		சு.வை.அ - கெகிராவ	0252264278	mohkekirawa@gmail.com
		சு.வை.அ - மதவாச்சி	0252245717	mohmedawachchiya@gmail.com
		சு.வை.அ - மிஹிந்தலை	0252266562	mohmihinthale@gmail.com
		சு.வை.அ - நாச்சாதுவ	0252222278	
		சு.வை.அ - நொச்சியாகாமம்	0252257856	mohnochchiyagama@gmail.com
		சு.வை.அ - மத்திய நுவரகம்பலாத	0252223400	manupamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கிழக்கு நுவரகம்பலாத	0252222278	mohfofficenpe@gmail.com
		சு.வை.அ - பதவி	0252253103	padaviyamoh123@gmail.com
		சு.வை.அ - பளகல	0252052748	mohpalagala@gmail.com
		சு.வை.அ - ராஜன்கன	0252054299	mohrajanganaya@gmail.com
		சு.வை.அ - ரம்பாவ	0252056924	mohrabewa@gmail.com
		சு.வை.அ - தலாவ	0252276133	mohofficethalawa@gmail.com
		சு.வை.அ - தம்புத்தேகம	0252276932	mohthmbuttegama@gmail.com
		சு.வை.அ - திரப்பனை	0252050210	thirappane.moh@gmail.com
		அநுராதபுரம் மாநகராட்சி சபை	0710554224	chanmira77@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
	பொலன்னறுவை சு.சே.பி.ப Dr. D.S.A. ஜெயசிங்க 027 2227660 0718290070 dsajaya@gmail.com rdhspolonnaruwa@gmail.com rdhspolonnaruwa@health.gov.lk	சு.வை.அ - திமபுலாகலை	0272223239	mohdimbulagala@gmail.com
		சு.வை.அ - எலகர	0662256624	mohelaherapln@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹிங்குரங்கொட	0272246230	mohhingurakgoda@gmail.com
		சு.வை.அ - லங்காபுரம்	0272055770	mohlankapura@gmail.com
		சு.வை.அ - மெதிகிரிய	0272248265	mohmedirigiriya@gmail.com
		சு.வை.அ - தமன்கடுவ	0272222209	mohthamankaduwa@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிகந்த	0272259082	mohwelikanda@gmail.com
வடமேல் மாகாணம் சு.சே.மா.ப Dr. N. பரீத் 037 2223479 037 2228727 0714455337 drfareed9@gmail.com info@healthdept.nw.gov.lk pdhsnwp@health.gov.lk	குருநாகல் சு.சே.பி.ப Dr.பிரமிதா ஷாந்திலதா 037 2222352 0718178731 pramithasr@gmail.com dpdhskur@gmail.com rdhskurunegala@health.gov.lk	சு.வை.அ - அலவ்வா	0372278810	mohalawwa@gmail.com
		சு.வை.அ - அம்பன்பொல	0373615304	chadanahearath.phi@gmail.com
		சு.வை.அ - பம்புனகொட்டுவ	0372057701	mohbamu@gmail.com
		சு.வை.அ - பிங்கிரிய	0322246163	mohbingiriya@gmail.com
		சு.வை.அ - கல்கமுவ	0372253329	mohgalagamuwa@gmail.com
		சு.வை.அ - கனேவத்த	0372264022	mohganewatta@gmail.com
		சு.வை.அ - கிரிபாவ	0372053663	mohgiribawa@gmail.com
		சு.வை.அ - இப்பாகமுவ	0372250578	mohibbagamuwa@gmail.com
		சு.வை.அ - கடுபொத	0372247378	mohkatupotha@gmail.com
		சு.வை.அ - கொபிகேன்	0373616738	mohkobaiganne@gmail.om
		சு.வை.அ - கொடவெஹர	0373971464	mohkotawehera@gmail.com
		சு.வை.அ - குளியாபிட்டி	0372281278	mohkuliyapitiya@hgmail.com
		சு.வை.அ - குருநாகல்	0372222194	mohkurunegala@gmail.com
		சு.வை.அ - குருநாகல் மாநகராட்சி சபை	0372222275	mohmck@gmail.com
		சு.வை.அ - மாஹோ	0372275262	mohofficemaho@gmail.com
		சு.வை.அ - மல்லாவபிட்டிய	0372056298	mallawapitiyamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - மாவதகம	0372299223	lankalsk@gmail.com
		சு.வை.அ - நாரம்பல	0372249278	mohnarammala@gmail.com
		சு.வை.அ - நிகவெரட்டிய	0372260303	mohnikaweratiya@gmail.com
		சு.வை.அ - கிழக்கு பண்டுவஸ்நுவர	0372291114	mohpandu@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி: சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - மேற்கு பண்டுவஸ்நுவர	0372291114	mohpandu@gmail.com
		சு.வை.அ - பன்னல	0372246063	pannalamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பொல்கஹவல	0372243278	mohpolgahawela@gmail.com
		சு.வை.அ - பொல்பிதிகம	0372273258	mohpolpithigama@gmail.vom
		சு.வை.அ - ரிதீகம	0372252321	mohrideegama@gmail.com
		சு.வை.அ - உடுபத்தாவ	0322242256	mohudubaddawaku@gmail.com
		சு.வை.அ - வாரியபொல	0372267279	mohwariyapola@gmail.com
		சு.வை.அ - வீரம்புகெதர	0372265680	mohweerambugedara@gmail.com
	புத்தளம் சு.சே.பி.ப Dr. தினுஷ பெர்னான்டோ 032 2247266 0718285256 dpdhsputtlam@yahoo.com rdhsputtalam@health.gov.lk	சு.வை.அ - ஆனைமடு	0322263447	moh.anamaduwapu@gmail.com
		சு.வை.அ - ஆராச்சிகட்டுவ	0322259350	moh.arachchikattuwapu@gmail.com
		சு.வை.அ - சிலாபம்	0322222278	moh.chilawpu@gmail.com
		சு.வை.அ - தங்கொட்டுவ	0312258178	moh.dankotuwapu@gmail.com
		சு.வை.அ - கல்பிட்டி	0322260840	moh.kalpitiyapu@gmail.com
		சு.வை.அ - கறுவலகஸ்வெவ	0323323634	mohkaruwalagaswewa@gmail.com
		சு.வை.அ - மாதம்பை	0322249500	madampemoh@gmail.com
		சு.வை.அ - மஹாவெவ	0322250767	moh.mahawewapu@gmail.com
		சு.வை.அ - முந்தல்	0322052278	mohmundel.pu@gmail.com
		சு.வை.அ - நாத்தான்டி	0322254278	moh.nattandiyapu@gmail.com
		சு.வை.அ - பள்ளாம	0322051551	moh.pallamapu@gmail.com
		சு.வை.அ - புத்தளம்	0322265201	moh.puttalampu@gmail.com
		சு.வை.அ - வென்னப்புவ	0312254877	moh.wennappuwapu@gmail.com
வட மாகாணம் சு.சே.மா.ப Dr. A. கேதீஸ்வரன் 021 2220811 / 0776043848 drakethes64@gmail.com pdhsnp@gmail.com pdhsnorth@health.gov.lk	யாழ்ப்பாணம் சு.சே.பி.ப Dr. K . நந்தகுமாரன் 021 2223725 / 0714474071 rdhsjaffna15@gmail.com rdhsjaffna@health.gov.lk	சு.வை.அ - சங்கானை	0212250732	mohchankanai@gmail.com
		சு.வை.அ - சாவகச்சேரி	0212270014	mohchava@gmail.com
		சு.வை.அ - யாழ்ப்பாணம்	0212222645	mcjaffnamaili@yahoo.com
		சு.வை.அ - காரைநகர்	0212251944	mohkarainagar@gmail.com
		சு.வை.அ - கரவெட்டி	0212261006	mohkvd@gmail.com
		சு.வை.அ - ஊர்காவற்றுறை	0212211660	mohkayts18@yahoo.com

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - கோப்பாய்	0212231060	kopmoh2012@gmail.com
		சு.வை.அ - மருதங்கேனி	0212265578	mohmaruthankerny@gmail.com
		சு.வை.அ - நல்லூர்	0212053702	mohnallur@gmail.com
		சு.வை.அ - பருத்தித்துறை	0212264482	mohpointpedro@yahoo.com
		சு.வை.அ - சண்டிலிப்பாய்	0212255248	mohsandilipay@gmail.com
		சு.வை.அ - தெல்லிப்பளை	0212241182	mohtelle@gmail.com
		சு.வை.அ - உடுவில்	0212241183	mohuduvil@gmail.com
		சு.வை.அ - வேலனை	0212211555	mohvelanai@gmail.com
		ளுஆழு காரியாலயம்	0212224930	smojaffna@gmail.com
	கிளிநொச்சி சு.சே.பி.ப Dr. S குமாரவேல் 021 2285719 / 0776508517 rdhskoc@gmail.com rdhskilinochchi@health.gov.lk	சு.வை.அ - கன்டாவளை	0212060415	mohofficekandawalai@gmail.com
		சு.வை.அ - கிளிநொச்சி	0212283823	mohkaraichchi@gmail.com
		சு.வை.அ - பளை	0212050024	mohpallai@gmail.com
		சு.வை.அ - பு'நகரி	0212060822	mohofficepoonakary@gmail.com
	மன்னார் சு.சே.பி.ப Dr. D. வினோதன் 023 2222753 rdhsmnr@gmail.com healthplanningmnr@gmail.com rdhsmannar@health.gov.lk	சு.வை.அ - மடு	0232051567	mohmadhu92@gmail.com
		சு.வை.அ - மன்னார் நகரம்	0232222278	mohmannar@gmail.com
		சு.வை.அ - மேற்கு மாந்தை	0232050868	mohadampan@yahoo.com
		சு.வை.அ - முசலி	0233238281	mohmusali@gmail.com
		சு.வை.அ - நானாட்டான்	0232050389	mohnanattan@gmail.com
	முல்லைதீவு சு.சே.பி.ப Dr. J.M நிலக்ஷன் 021 2290100 / 0767022013 nilakshann@@yahoo.com rdhsmtv@gmail.com rdhsmullaitivu@health.gov.lk	சு.வை.அ - மல்லாவி	0212060760	mallavimoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கிழக்கு மாந்தை	0212060760	
		சு.வை.அ - முல்லைதீவு	0212061005	mohmtv@gmail.com
		சு.வை.அ - ஒட்டிச்சுட்டான்	0212061705	mohoddusuddan@gmail.com
		சு.வை.அ - புதுகுடியிருப்பு	0212061588	mohptkmtv@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிஓயா	0718290388	

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
	வவுனியா சு.சே.பி.ப Dr. B. பசுபதிராஜா 024 2222323 / 0718619603 rdhsvavuniya@gmail.com rdhsvavuniya@health.gov.lk	சு.வை.அ - செட்டிக்குளம்	0242260968	vckmohofficegmail.com ssutharjan@yahoo.com
		சு.வை.அ - வவுனியா	0242222278	mohv02478@gmail.com
		சு.வை.அ - வடக்கு வவுனியா	0242051920	vnmohoffice@gmail.com
		சு.வை.அ - தெற்கு வவுனியா	0775432968	Moh_vavuniyasouth@yahoo.com
சப்ரகமுவ மாகாணம் சு.சே.மா.ப னுச. கபில கன்னங்கரா 045 2223322 / 045 2223377 0777272870 pdhssab@sltnet.lk pdhspimusabaragamuwa@gmail.com pdhssabara@health.gov.lk	கேகாலை சு.சே.பி.ப Dr. குமார விக்ரமசிங்க 035 2231325 0773279960 doctorgkumara@gmail.com rdhskg549@gmail.com rdhskegalle@health.gov.lk	சு.வை.அ - அரநாயக	0352258161	moharanayaka@gmail.com
		சு.வை.அ - புலத்கொஹு’பிட்டி	0362247082	mohbulathkohupitiya@gmail.com
		சு.வை.அ - தெஹியொவிட	0362267415	pdehiowita@yahoo.com
		சு.வை.அ - தெரனியகல	0362249372	mohderaniyagala@gmail.com
		சு.வை.அ - கலிகமுவ	0352283390	mohgaligamuwa@yahoo.com
		சு.வை.அ - கேகாலை	0352222278	mohofficekegalle@gmail.com
		சு.வை.அ - மாவனல்லை	0352246335	moh.mawanella@gmail.com
		சு.வை.அ - ரம்புக்கனை	0352265278	rambukkanamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - ருவன்வெல்ல	0362266278	mohruwanwella@yahoo.com
		சு.வை.அ - வரகாபொல	0352267278	mohwarakapola@gmail.com
		சு.வை.அ - யடியன்தொட்ட	0352271682	mohyatiyanthota@gmail.com
	இரத்தினபுரி சு.சே.பி.ப Dr. N.G.S. பண்டிதரத்ன 045 2222496 045 2222284 0714214793 rdhsratnapura@gmail.com rdhsratnapura@health.gov.lk	சு.வை.அ - அயகம	0452250160	ayagamamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பாலாங்கொட	0452287278	balangodamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - எஹெலியகொட	0362258278	moheheliyagoda1@gmail.com
		சு.வை.அ - எலபத	0452222516	elapathamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - எம்பிலிபிட்டிய	0472230116	embilipitiyamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கொடகவெல	0452240278	godakawelamohoffice@gmail.com
		சு.வை.அ - இம்புல்பே	0452287046	imbulpemoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கஹவத்த	0452270161	kahawattamoh@mail.com
		சு.வை.அ - கலாவன	0452255260	mohkalawana1@gmail.com
		சு.வை.அ - கிரியெல்ல	0452266081	kiriellamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - கொளொன்னா	0452260262	mohkolonna@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
		சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - குருவிட்ட	0452262174	mohkuruwita@gmail.com
		சு.வை.அ - நிவிதிகல	0452279844	nivitigalamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - ஒபநாயக்க	0452270924	opanayakemoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பெல்மடுல்ல	0452274574	mohofficepelmadulla@gmail.com
		சு.வை.அ - இரத்தினபுரி மாநகராட்சி சபை	0452222275	mcratnapuramoh@gmail.com
		சு.வை.அ - இரத்தினபுரி ீளு	0452222278	mohratnapura@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிகெபொல	0452227060	weligepolamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - உடவலவை	0472232622	
தென் மாகாணம் சு.சே.மா.ப Dr. சந்திமா சிறிதுங்க 091 2234980 776503356 csiritunga@yahoo.com pdhhsp@yahoo.com pdhssouth@health.gov.lk	காலி சு.சே.பி.ப Dr. பிரியந்த ஜீவரத்ன 091 2234170 0760509189 rdofficegalle@yahoo.com rdhsgalle@health.gov.lk	சு.வை.அ - அக்மீமான	0913922261	mohofficeakmeemana@gmail.com
		சு.வை.அ - அம்பலாங் கொடை	0912258278	mohofficeambalangoda@gmail.com
		சு.வை.அ - பத்தேகம	0912292278	mohbaddegama@gmail.com
		சு.வை.அ - பலபிடிய	0912264485	mohbalapitiya@gmail.com
		சு.வை.அ - பொப்பொடல்ல	0912222442	moh.bopepoddala@gmail.com
		சு.வை.அ - எல்பிட்டிய	0912291102	mohofficeelpitiya@gmail.com
		சு.வை.அ - காலி மாநகராட்சி சபை		mohmcgalle@gmail.com
		சு.வை.அ - கொனபின்னுவலை	0912276079	mohofficegonapinuwala@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹபரதுவ	0912283850	mohofficehabaraduwa@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹிக்கடுவ	0912277508	mohhikkaduwa@gmail.com
		சு.வை.அ - இமாதுவ	0912286534	mohofficeimaduwa@gmail.com
		சு.வை.அ - இந்துரவ (பென்தோட்டை)	0342274292	mohinduruwa@gmail.com
		சு.வை.அ - கரன்தெனிய	0912290544	mohkarandeniya@gmail.com
		சு.வை.அ - நாகொட	0912285170	mohofficeudugama@gmail.com
		சு.வை.அ - நெலுவ	0718330939	mohofficeneluwa@gmail.com
		சு.வை.அ - நியாகம	0912296526	mohniyagama@gmail.com
		சு.வை.அ - ரத்கம	0912267030	mohrathgama@gmail.com
		சு.வை.அ - தவலாம	0913783761	mohofficethawalama@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிவிட்டிய-டிவிதுர	0912261904	mohofficewelivitiya@gmail.com
		சு.வை.அ - யக்கலமுல்ல	0912286969	mohyakkalamulla@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்- (சு.சே.மா.ப/PDHS)	பிராந்திய பணிப்பாளர்- (சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
		சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
	அம்பாந்தோட்டை சு.சே.பி.ப Dr. A.T.N.D. படபெண்டிகே 047 2258381 0777264301 deepikapatabendige@gmail.com rdhshambantota@health.gov.lk	சு.வை.அ - அம்பலான்தோட்டை	0472225053	ambalantotamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - அங்குனுகொலபெலஸ்ஸ	0472228261	mohofficeap@gmail.com
		சு.வை.அ - பெலியத்த	0472243718	mohbeliatta@gmail.com
		சு.வை.அ - அம்பாந்தோட்டை	0472256561	mohhambanthota@gmail.com
		சு.வை.அ - கடுவன்ன	0472247361	mohkatuwanasp@gmail.com
		சு.வை.அ - லுணுகம்வெஹெர	0472238014	mohlunugamwehera@gmail.com
		சு.வை.அ - ஒகாவெல	0472254176	mohokawela@gmailcom
		சு.வை.அ - சூரியவெவ	0472289062	mohsooriyawewa2017@gmail.com
		சு.வை.அ - தங்காலை	0472240278	mohofficetangalle@gmail.com
		சு.வை.அ - திஸ்ஸமஹாராம	0472237184	mohthissamaharama@gmail.com
		சு.வை.அ - வலஸ்முல்ல	0472245278	mohwalasmulla@gmail.com
		சு.வை.அ - வீரகெடிய	0472246130	mohweer11@gmail.com
	மாத்தறை சு.சே.பி.ப Dr. A.D.U. கருணாரத்தின 041 2222378 077 7372822 071 8570143 adukarunarathna@gmail.com matarardhs@yahoo.com rdhsmatara@health.gov.lk	சு.வை.அ - அகுரெஸ்ஸ	0412284412	mohakuressa@gmail.com
		சு.வை.அ - அதுரெலிய	0412284048	athuraliyam@yahoo.com
		சு.வை.அ - தெவிநுவர	0412226763	mohdevinuwara763@gmail.com
		சு.வை.அ - திக்வளை	0912255100	dickwellamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹக்மன	0714486750	lakmalranasinghe1@gmail.com
		சு.வை.அ - கம்புருபிட்டிய	0412292559	mkamburipitiya@yahoo.com
		சு.வை.அ - கிரிந்த புஹ’வெல்ல	0412288261	mohkirinda.ms@gmail.com
		சு.வை.அ - கொடபொல	0412273169	mohkotapola@gmail.com
		சு.வை.அ - மலிம்படை	0412240428	malimboda.moh@gmail.com
		சு.வை.அ - மாத்தறை மாநகராட்சி சபை	0412222278	mohmcmatara@gmail.com
		சு.வை.அ - மாத்தறை ீளு	0412265278	mohpsmatara@gmai.com
		சு.வை.அ - மொராவக	0412282376	morawakamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - முலத்தியன்ன	0412268387	mohmulatiyana.mr@mail.com
		சு.வை.அ - பஸ்கொட	0412272332	moh.pasgoda@yahoo.com

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - திஹகொட	0712245755	mohthihagoda@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிகம	0412250278	moheweligama@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிபிட்டிய	0412254154	mohwelipitiya@gmail.com
ஊவா மாகாணம் சு.சே.மா.ப Dr. J.M.C. தென்னகோன் 055 2222823 055 4938040 0714479509 janithatennakoon@yahoo.com pdhsuva@health.gov.lk	பதுளை சு.சே.பி.ப Dr. J.M.C. தென்னகோன் 055 2222823 055 4938040 0714479509 janithatennakoon@yahoo.com rdhsbadulla@health.gov.lk	சு.வை.அ - பதுளை	0552222278	badullamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - பண்டாரவளை	0572222278	mohbandarawela@gmail.com
		சு.வை.அ - எள்ள	0572228853	Ellamoh5@gmail.com
		சு.வை.அ - கிரந்துருகொட்டே	0572254141	mohgiradurukotte@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹல்டுமுல்ல	0572268106	mohhaldummulla@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹலியெல்ல	0552294378	Mohhaliela07@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹப்புத்தளை	0572268720	mohhaputale@gmail.com
		சு.வை.அ - கன்தகெட்டிய	0552245672	mohkandaketiya@gmail.com
		சு.வை.அ - லுணுகலை	0552051566	mohlunugala1566@gmail.com
		சு.வை.அ - மஹியங்கனை	0552257262	mohmahiyanganaya@gmail.com
		சு.வை.அ - மீகஹகிவுல	0552245778	mohmeegahakiula@gmail.com
		சு.வை.அ - பஸ்ஸர	0552288178	mohps@slt.net.lk
		சு.வை.அ - றிதீமலியத்த	0553564839	Rideemaliyaddamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - சொரனதொட்ட	0552225369	mohsoranathota189@gmail.com
		சு.வை.அ - ஊவா பரனகம	0572246342	mohuvaparanagama17@gmail.com
		சு.வை.அ - வெலிமடை	0572245178	mohofficewelimada@gmail.com
	மொனராகலை சு.சே.பி.ப Dr. P.D.K. அதிகாரி 055 2276262 077 3758269 / 071 4766911 0773233227 pdkadikari@gmail.com rdhsmonaragala@health.gov.lk	சு.வை.அ - படல்கும்புர	0552250120	mohbadalkubura@gmail.com
		சு.வை.அ - பிபில	0552265478	mohbibila@gmail.com
		சு.வை.அ - புத்தல	0552273775	mohbuttala@gmail.com
		சு.வை.அ - கதிர்காமம்	0472236080	mohkataragama@gmail.com
		சு.வை.அ - மடகம	0553561032	mohmedagama@gmail.com
		சு.வை.அ - மடுல்ல	0552275061	mohmadulla@gmail.com
		சு.வை.அ - மொனராகலை	0552276178	mohmonaragala@gmail.com
		சு.வை.அ - செவனகல	0553595050	mohsevanagala@gmail.com

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - சியம்பலந்துவ	0552279031	mohsiyambalanduwa123@gmail.com
		சு.வை.அ - தனமல்வில்லை	0472234089	thanamalwilamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - வெல்லவாய	0552274961	mohwellawaya@gmail.com
மேல் மாகாணம் சு.சே.மா.ப Dr. தம்மிக ஜெயலத் 011 2437154 071 4397939 dammikajayalath@gmail.com pd@healthdept.wp.gov.lk pdhswest@health.gov.lk	பிரதான சு.சே.பி.ப Dr. R.L.De S. விஜயமுனி 0112691922 cmoh@colombo.mc.gov.lk	ஆஊர் - ஊஆஊ	0112692830	jayampathiwc@gmail.com
		பகுதி - பண்டாரநாயக்க மாவத்தை	0112320256	bandaranayakamw@gmail.com
		பகுதி - பொரல்லை	0112695943	borellamh@gmail.com
		பகுதி - போபஸ் வீதி	0112694903	forbesrdmh@gmail.com
		பகுதி - கிருல்ல	0112586822	kirulamh@gmail.com
		பகுதி - கிரிலொப்பனை	0112512045	kirulapanemh@gmail.com
		பகுதி - குப்பியாவத்தை	0112695754	kuppiywattamh@gmail.com
		பகுதி - மாளிகாவத்தை	0112687280	maligawattamh@gmail.com
		பகுதி - மோதர	0112523695	modaramh@gmail.com
		பகுதி - மொஹிதீன் மஸ்ஜித்	0112434558	mohidhinmh@gmail.com
		பகுதி - புதிய பஸார்	0112421454	newbazaarmh@gmail.com
		பகுதி - கொம்பனித் தெரு	0112324693	slislandcwc@gmail.com
		பகுதி - புனித போல்ஸ்	0112433826	stpaulsmh@Gmail.com
		பகுதி - வசல வீதி	0112432494	wasalamh@gmail.com
		பகுதி - வெள்ளவத்தை	0112362495	wallawattamh@gmail.com
	கொழும்பு சு.சே.பி.ப Dr. A.I. ஜாகொட 011 2327893 0777316121 aijagoda@yahoo.com rdhscol@health.gov.lk	சு.வை.அ - பத்தரமுல்லை	0112886532	moh.battaramulla@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - பொரலஸ்கமுவ	0112519374	moh.boralesgamuwa@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - தெஹிவளை	0112126373	moh.dehiwala@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - எகொட உயன	0112645483	moh.moratuwa@@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - கோதடுவ	0112411281	moh.gothatuwa@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹன்வெல்ல	0362253502	
		சு.வை.அ - ஹோமாகம	0112855244	moh.homagama@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - கடுவெல்ல	0112571463	
		சு.வை.அ - கஹதுடுவ	0112818525	moh.dehiwala@healthdept.wp.gov.lk

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
		சு.வை.அ - கஸ்பேவ	0112600448	moh.kesbewa@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - கொலன்னாவ	0112411281	moh.kolonnawadehiwala@healthdept.wp.gov
		சு.வை.அ - மகரகம	0112843588	moh.maharagama@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - மொரட்டுவ	0112645483	moh.dehiwala@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - நுகேகொட	0112645483	moh.moratuwa@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - பாதுக்க	0112859097	moh.padukka@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - பிலியந்தலை	0112614489	
		சு.வை.அ - புறக்கோட்டை	0112862973	moh.pitakotte@healthdept.wp.gov.lk
		சு.வை.அ - ரத்மலானை	0112723371	moh.rathmalana@healthdept.wp.gov.lk
	கம்பஹா சு.சே.பி.ப Dr. R.M.C. செனரத்ன 033 2223783 rdhsgampaha@yahoo.com rdhsgampaha@health.gov.lk	சு.வை.அ - அட்டன்கல	0332287279	attanagallamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - பியகம	0774099908	biyagamamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - திவுலபிட்டிய	0312246007	divulapitiyamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - டொம்பே	0112404769	DOMPEMOH@yahoo.com
		சு.வை.அ - கம்பஹா	0332222278	gampahamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - ஜா எல	0112237525	mohjaela@gmail.com
		சு.வை.அ - கட்டான	0312238490	katanamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - களனி	0112914782	kelaniyamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - மாஹர	0112973506	maharamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - மினுவாங்கொட	0112295278	minuwangodamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - மீரிகம	0719854613	mirigamamoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - நீர்கொழும்பு	0312224467	Negombomoh@yahoo.com
		சு.வை.அ - ராகம	0112958035	mohragama@yahoo.com
		சு.வை.அ - சீதுவ	0112252660	mohseduwa@yahoo.com
		சு.வை.அ - வத்தளை	0112933212	

மாகாண பணிப்பாளர்-	பிராந்திய பணிப்பாளர்-	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி		
(சு.சே.மா.ப/PDHS)	(சு.சே.பி.ப/RDHS)	சுகாதார வைத்திய அதிகாரி (சு.வை.அ/MOH)	தொலைபேசி இலக்கம்	மின்னஞ்சல் முகவரி
	களுத்தறை சு.சே.பி.ப Dr. U.L.ரத்நாயக்க 034 2222610 071 8147181 santhushitha007@gmail.com isaacuster@gmail.com isaacuster@gmail.com rdhskalutara@health.gov.lk	சு.வை.அ - அகலவத்தை	0342249016	mohagalawatta@gmail.com
		சு.வை.அ - பண்டாரகம	0382290154	mohbandaragama@gmail.com
		சு.வை.அ - புலஸ்சிங்களம்	0342283158	moh.bulathsinghala@gmail.com
		சு.வை.அ - டோடன்கொட	0342285941	dodangodamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - ஹொரன	0342261278	mohhorana1@gmail.com
		சு.வை.அ - இங்கிரிய	0342268177	mohingiriya@gmail.com
		சு.வை.அ - மதுருவலை	0342251527	mohmadurawala13@gmail.com
		சு.வை.அ - மதுகம	0342247278	mohmathugama@gmail.com
		சு.வை.அ - மில்லனிய	0342207155	mohmillaniya@gmail.com
		சு.வை.அ - பலிந்தநுவர	0342244478	mohpalindanuwara@yahoo.com
		சு.வை.அ - பாணந்துறை	0382232278	mohpanadura@gmail.com
		சு.வை.அ - வத்துவை	0382283667	mohwadduwa@gmail.com
		சு.வை.அ - பேருவளை	0342284456	mohwallalwita@gmail.com
	ஜேர்ளு Dr.T. களுபோவில kalubowilatamara@yahoo.com 0342226319 / 0718270470	சு.வை.அ - களுத்தறை	0342270276	beruwalamoh@gmail.com
		சு.வை.அ - வலல்லவிட்ட	0342229445	moh.kaluthara@gmail.com

MINISTRY OF HEALTH AND INDIGENOUS MEDICAL SERVICES

17th April 2020

Directorate of Environmental Health, Occupational Health and Food Safety

Design & Printed by NEO 2 820 220