

ਦਫਤਰ ਕਿਰਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ, ਪੰਜਾਬ,  
ਕਿਰਤ ਭਵਨ (ਮਾਡਲ ਵੈਲਫੇਅਰ ਸੈਂਟਰ), ਫੇਜ਼-10, ਮੋਹਾਲੀ

ਵੱਲੋਂ

ਕਿਰਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ-ਕਮ-  
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ ਫੈਕਟਰੀਜ਼, ਪੰਜਾਬ।

ਸੇਵਾ ਵਿਖੇ,

ਰਾਜ ਦੇ ਸਮੂਹ,

1. ਡਿਪਟੀ/ਸਹਾਇਕ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ ਫੈਕਟਰੀਜ਼,
2. ਸਹਾਇਕ ਕਿਰਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ/ਕਿਰਤ ਤੇ ਸੁਲਾਹ ਅਫਸਰ,
3. ਕਿਰਤ ਇੰਸਪੈਕਟਰ ਗ੍ਰੇਡ-1, 2/ ਲੇਬਰ ਇਨਫੋਰਸਮੈਂਟ ਅਫਸਰ

ਨੰ: 7497-7624  
ਮਿਤੀ, ਮੋਹਾਲੀ: 16-3-2020


ਵਿਸ਼ਾ:- COVID-19 ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਅਤੇ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਲਈ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ਼ ਜਾਰੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ।

\*\*\*\*

ਉਪਰੋਕਤ ਵਿਸ਼ੇ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿੱਚ ਆਪ ਨੂੰ ਹਦਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਕਿ COVID-19 ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਪੰਜਾਬ ਰਾਜ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਫੈਕਟਰੀਆਂ/ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਪਾਰਕ ਅਦਾਰਿਆਂ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਲਈ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ਼ ਜੋ ਕਿ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ-ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਫੈਕਟਰੀਆਂ/ਦੁਕਾਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਪਾਰਕ ਅਦਾਰੇ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਨੂੰ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਵਾਇਆ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਜੋ ਕਿਰਤੀਆਂ/ਪ੍ਰਬੰਧਕਾਂ ਵਿੱਚ COVID-19 ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਸਬੰਧੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕੇ।

ਇਨ੍ਹਾਂ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦੀ ਇਨ-ਬਿਨ ਪਾਲਣਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ।

ਨੱਥੀ: ਉਕਤ ਅਨੁਸਾਰ

  
ਕਿਰਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ-ਕਮ-  
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ ਫੈਕਟਰੀਜ਼, ਪੰਜਾਬ।

ਪਿੱਠ ਐਕਟ ਨੰ:

ਮਿਤੀ:

ਇਸ ਦਾ ਇੱਕ ਉਤਾਰਾ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਨੂੰ ਸੂਚਨਾ ਅਤੇ ਲੋੜੀਂਦੀ ਕਾਰਵਾਈ ਲਈ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ:-

- 1) ਰਾਜ ਦੇ ਸਮੂਹ ਵਿਭਾਗਾਂ ਦੇ ਮੁਖੀ।
- 2) ਰਾਜ ਦੇ ਸਾਰੇ ਡਿਪਟੀ ਕਮਿਸ਼ਨਰ।
- 3) ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਕਿਰਤ ਮੰਤਰੀ, ਪੰਜਾਬ।
- 4) ਪੀ.ਏ. ਟੂ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਕੱਤਰ, ਕਿਰਤ, ਪੰਜਾਬ।

ਕਿਰਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ-ਕਮ-  
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ ਫੈਕਟਰੀਜ਼, ਪੰਜਾਬ।

## GUIDELINES FOR PREVENTING THE SPREAD OF COVID 19

In view of the prevailing situation of Corona Virus disease 2019 (COVID-19), Following guidelines shall be strictly followed in all factories, shops and commercial establishments/work place for preventing the spread of corona virus.

### 1. AVOID


- Shaking Hands
- Close Contacts as well as hugs
- Spitting in open
- Biometric Attendance
- Public Gathering/ Functions and locations having closed spaces.
- Touching eyes nose and face.
- Spending long hours in controlled environments.

### 2. Cleanliness

- Repeated Hand wash with Soap & Water or Sanitizer (Alcohol based) for minimum 20 Seconds.
- Frequently touched surfaces to be cleaned daily with disinfectants (Alcohol and sodium hypochlorite Based).
- Regular cleaning of washrooms and toilets.
- Cleaning of frequently used personal items like mobiles, toiletries/ keys.

3. Anyone having fever & cough should self report to the nearest Government Hospital. He/ she should avoid going to the mass gatherings.
4. Anyone having fever & cough should cover the face with a mask or handkerchief or he/ she should use inside of his elbow while coughing and sneezing.
5. A distance of at least 1 meter should be maintained from a person who is having fever & cough.
6. Healthy person does not need a mask.
7. Call Helpline number 104 for any more information.

**Note:** -Guidelines to be displayed at all prominent places including main entrance of the unit, Canteens, Hostels and Colonies of the workers. Employers must ensure that such awareness is generated among workers frequently and if possible during reporting and leaving time.

  
Labour Commissioner  
Cum Director of Factories,  
Punjab



## कोरोना की रोकथाम के लिए गाइडलाइन्स

### 1. परहेज:-

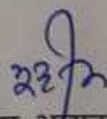
- क) हाथ मिलाना
- ख) किसी के नजदीकी संपर्क में न आये
- ग) खुले में थूकना
- घ) बायोमेट्रिक उपस्थिति
- ङ) सार्वजनिक सभा, कार्य और भीड़ वाले स्थान में जाना
- च) आँखों, नाक और चेहरे को छूना
- छ) नियंत्रित वातावरण में लम्बा समय बिताना

### 2. स्वच्छता:-

- क) साबुन और पानी या सैनिटाइज़र (अल्कोहल आधारित) के साथ बार-बार हैंडवाश न्यूनतम 20 सेकंड तक करना।
- ख) रोजाना स्पर्श किये जाने वाली सतहों को कीटाणुनाशकों (शराब और सोडियम हाइपोक्लोराइट आधारित) से साफ़ करे।
- ग) वाशरूम और शौचालयों की नियमित सफाई करे।
- घ) मोबाइल, टॉयलेटरीज़ / चाबियों जैसे अक्सर इस्तेमाल की जाने वाली व्यक्तिगत वस्तुओं की सफाई करे।

- 3. बुखार और खांसी वाले किसी भी व्यक्ति को नजदीकी सरकारी अस्पताल में अपनी रिपोर्ट करनी चाहिए। उसे सामूहिक समारोहों में जाने से बचना चाहिए।
- 4. किसी को बुखार और खांसी होने पर चेहरे को मास्क या रुमाल से ढक लेना चाहिए और उसे खाँसते और छींकते समय अपने नाक को अपनी कोहनी के अंदर ढकना चाहिए।
- 5. जिस व्यक्ति को बुखार और खांसी हो रही हो, उससे कम से कम एक मीटर की दूरी बनाए रखनी चाहिए।
- 6. स्वस्थ व्यक्ति को मास्क लगाने की आवश्यकता नहीं है।
- 7. किसी भी अधिक जानकारी के लिए हेल्पलाइन नंबर 104 पर कॉल करें।

**नोट:-** यूनिट के मुख्य प्रवेश द्वार, कार्यकर्ताओं के हॉस्टल और कॉलोनियों सहित सभी प्रमुख स्थानों पर यह दिशा निर्देश प्रदर्शित करने चाहिए। अगर हो सके नियोक्ताओं को यह सुनिश्चित करना चाहिए कि रिपोर्टिंग और छोड़ने के दौरान श्रमिकों को जागरूक करे।

  
श्रम आयुक्त-एवं-  
कारखाना निदेशक, पंजाब

## ਕੋਰੋਨਾ ਦੇ ਰੋਕਥਾਮ ਲਈ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ਼ ਦੀ ਸੂਚੀ

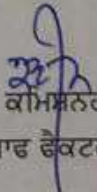
### 1. ਅਜਿਹਾ ਨਾ ਕਰੋ:

- ਹੱਥ ਮਿਲਾਉਣਾ।
- ਨਿਜੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ।
- ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਵਿੱਚ ਬੁਕਣਾ।
- ਬਾਇਓਮੈਟ੍ਰਿਕ ਹਾਜ਼ਰੀ।
- ਜਨਕਤ ਇਕੱਠ/ਫੰਕਸ਼ਨਾਂ ਅਤੇ ਭੀੜੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਜਗ੍ਹਾਂ ਤੇ ਜਾਣਾ।
- ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਅਤੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਛੂਹਣਾ।
- ਘੱਟ ਤਾਪਮਾਨ ਵਾਲੇ ਵਾਤਾਵਰਣ ਵਿੱਚ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਬਿਤਾਉਣਾ।

### 2. ਸਫਾਈ:

- ਘੱਟੋ ਘੱਟ 20 ਸੈਕਿੰਟ ਲਈ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਜਾਂ ਸੈਨੀਟਾਇਜ਼ਰ (ਅਲਕੋਹਲ ਅਧਾਰਤ) ਨਾਲ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਹੱਥ ਧੋਵੋ।
  - ਰੋਗਾਣੂਨਾਸ਼ਕ (ਅਲਕੋਹਲ ਅਤੇ ਸੋਡੀਅਮ ਹਾਈਪੋਕਲੋਰਾਈਟ ਅਧਾਰਤ) ਨਾਲ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਛੂਹਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਤ੍ਹਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ।
  - ਵਾਸ਼ਰੂਮ ਅਤੇ ਪਖਾਨਿਆਂ ਦੀ ਨਿਯਮਤ ਸਫਾਈ।
  - ਅਕਸਰ ਨਿਜੀ ਵਰਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵਸਤਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੋਬਾਇਲ, ਟਾਇਲਟਰੀਆਂ/ਕੁੰਜੀਆਂ ਦੀ ਸਫਾਈ।
3. ਜੇ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ, ਜੁਖਾਮ ਅਤੇ ਖੰਘ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਹਸਪਤਾਲ/ਡਾਕਟਰ ਵਿੱਚ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਸਨੂੰ ਸਮੂਹਕ ਇਕੱਠਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਤੋਂ ਵੀ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
  4. ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ, ਜੁਖਾਮ ਅਤੇ ਖੰਘ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਿਹਰੇ ਨੂੰ ਇੱਕ ਮਾਸਕ ਜਾਂ ਰੁਮਾਲ ਨਾਲ ਕਵਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਨੂੰ ਉਸਨੂੰ ਖੰਘ ਅਤੇ ਛਿੱਕਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੀ ਕੂਹਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
  5. ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਇੱਕ ਮੀਟਰ ਦੀ ਦੂਰੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਤੋਂ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਬੁਖਾਰ ਅਤੇ ਖੰਘ ਹੈ।
  6. ਸਿਹਤਮੰਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾਸਕ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ।
  7. ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੈਲਪਲਾਈਨ ਨੰਬਰ 104 ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਨੋਟ:- ਸਾਰੇ ਪ੍ਰਮੁੱਖ ਸਥਾਨਾਂ ਤੇ ਉਕਤ ਗਾਈਡਲਾਈਨਜ਼ ਦਰਸਾਈਆਂ ਜਾਣ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਯੂਨਿਟ ਦੇ ਮੁੱਖ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਦੁਆਰ, ਕੰਟੀਨ, ਹੋਸਟਲ ਅਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਕਲੋਨੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ। ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਸੁਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅਜਿਹੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਕਰਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਤਾਂ ਅਜਿਹੀ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਰਕਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟਿੰਗ ਅਤੇ ਛੱਡਣ ਸਮੇਂ ਵੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ।

  
ਕਿਰਤ ਕਮਿਸ਼ਨਰ-ਕਮ-  
ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਆਫ ਫੈਕਟਰੀਜ਼, ਪੰਜਾਬ।