ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਬਾਰੇ ਕੀ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਬਰਡ ਫਲੂ, ਉਰਫ ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ, ਇੱਕ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਪੰਛੀਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੋਲਟਰੀ ਮੁਰਗੀਆਂ ਅਤੇ ਡੇਅਰੀ ਗਾਵਾਂ। ਬਰਡ ਫਲੂ ਇਨਸਾਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਕਈ ਵਾਰੀ ਹਲਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਈ ਵਾਰ ਕਾਫ਼ੀ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਬਿਮਾਰ ਪੰਛੀਆਂ, ਜਾਨਵਰਾਂ, ਡੇਅਰੀ ਗਾਵਾਂ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰਹਿੰਦ-ਖੂੰਹਦ (ਮਲ - ਮੂਤਰ) ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਮਜ਼ਦੂਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਬਰਡ ਫਲੂ ਕਿਵੇਂ ਫੈਲਦਾ ਹੈ?

ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਮਨੁੱਖਾਂ ਤੱਕ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਜ਼ੂਨੋਟਿਕ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੇਕਰ:

- ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ‘ਤੇ ਛਿੱਟੇ ਪੈ ਜਾਣ: ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਬਿਮਾਰ ਗਾਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਦੇ ਛਿੱਟੇ ਪੈ ਜਾਣ, ਜਾਂ ਬਿਮਾਰ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਥੁੱਕ, ਬਲਗਮ ਜਾਂ ਮਲ-ਮੂਤਰ ਦੇ ਛਿੱਟੇ ਪੈ ਜਾਣ।
- ਉਹ ਅਜਿਹੀ ਹਵਾ ‘ਚ ਸਾਹ ਲੈ ਲੈਣ ਜਿਸ ‘ਚ ਵਾਇਰਸ ਦੇ ਛੋਟੇ - ਛੋਟੇ ਕਣ ਹੋਣ।
- ਉਹ ਅਜਿਹੀ ਸਤਹ ਨੂੰ ਛੋਹਣ ਜਿੱਥੇ ਵਾਇਰਸ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸੇ ਹੱਥ ਨਾਲ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ, ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਛੋਹ ਲੈਣ।
- ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ - ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਬਰਡ ਫਲੂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਮਾਲਕਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਇੱਕ ਸੁਰੱਖਿਅਕ ਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਕੰਮ ਦਾ ਮਾਹੌਲ ਬਣਾਉਣ। ਜਦੋਂ ਪਸ਼ੂਆਂ ਪੋਲਟਰੀ ਮੁਰਗੀਆਂ ਜਾਂ ਡੇਅਰੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਵਿੱਚ ਬਰਡ ਫਲੂ ਦਾ ਪਤਾ ਚੱਲੇ ਤਾਂ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰਨਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਰੈਸਪੀਰੇਟਰ, ਗੋਗਲ ਜਾਂ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ, ਗਲਵਜ਼ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਰੂਰੀ ਪਰਸਨਲ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਿਵ ਸਾਜੋ - ਸਮਾਨ (PPE) ਪਹਿਨਣ ਨੂੰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ ਜੋ ਕੰਮ ਦੇ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਹੈ।

ਕਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੈ?

- ਉਹ ਲੋਕ ਜੋ ਪੰਛੀਆਂ, ਗਾਵਾਂ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਬਿਮਾਰ ਜਾਨਵਰ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਬਰਡ ਫਲੂ ਹੋਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਜਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।
- • ਇਹਨਾਂ ‘ਚ ਉਹ ਕੰਮ ਵਰਕਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ ਜੋ ਬਰਡ ਰੀਹੈਬਿਲੀਟੇਸ਼ਨ ਸੈਂਟਰ, ਸੈਂਕਚੁਅਰੀਆਂ, ਪਸ਼ੂ ਪੋਲਟਰੀ ਜਾਂ ਡੇਅਰੀ ਫਾਰਮਾਂ, ਬੁੱਚੜਖਾਨਿਆਂ ਜਾਂ ਫਿਰ ਉਹਨਾਂ ਲੈਬਾਂ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਿੱਥੇ ਵਾਇਰਸ ਲਈ ਸੈਂਪਲ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹ ਵਰਕਰ ਜਿਹੜੇ ਬਰਡ ਫਲੂ ਦੇ ਪ੍ਰੋਕੋਪ ਦੌਰਾਨ ਪੰਛੀਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਬਰਡ ਫਲੂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਇਨ੍ਹਾਂ ‘ਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਲੱਛਣ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਅੱਖਾਂ ਲਾਲ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਪਾਣੀ ਵਹਿਣਾ
- ਬੁਖਾਰ (100°F ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ)
- ਥਕਾਵਟ
- ਖੰਘ
- ਮਾਸਪੇਸ਼ੀਆਂ ਜਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿੱਚ ਦਰਦ
- ਗਲੇ ਵਿਚ ਖਰਾਸ਼
- ਜੀ ਕੱਚਾ ਹੋਣਾ ਜਾਂ ਉਲਟੀ ਆਉਣੀ
- ਦਸਤ
- ਨੱਕ ਬੰਦ ਜਾਂ ਵਹਿਣਾ
- ਸਿਰ ਦਰਦ
- ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਜਾਂ ਔਖਾ ਸਾਹ ਆਉਣਾ
- ਨਿਊਮੋਨੀਆ (ਫੇਫੜਾਂ ਦੀ ਇੰਫੈਕਸ਼ਨ)

ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਦਾ ਜਿੰਮਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਦੀ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਅਤੇ ਇਸਦੇ ਸੰਪਰਕ ‘ਚ ਆਉਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਲਾਜ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਆਤਮਕ ਉਪਾਅ ਕਰੇ।

ਮੁੱਖ CAL/ASHA ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ ਜੋ ਲਾਗੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਹ ਹੈ ਜ਼ੂਨੋਟਿਕ

(continued on next page)

ਐਰੋਸੋਲ ਟ੍ਰਾਂਸਮਿਸੀਬਲ ਡਿਜ਼ੀਜ਼ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨ, ਜਿਸਨੂੰ ਟਾਈਟਲ 8 ਸੈਕਸ਼ਨ 5199.1. ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜ਼ੂਨੋਟਿਕ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਨਵਰਾਂ ਤੋਂ ਆਉਂਦੀ ਹੈ। ਐਰੋਸੋਲ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਛਿੱਟੇ ਜਾਂ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਛੋਟੀਆਂ ਬੂੰਦਾਂ ਅਤੇ ਕਣਾਂ ਦੁਆਰਾ ਫੈਲਦੀ ਹੈ। ਜਿਹੜੇ ਮਾਲਕ ਆਪਣੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਪੰਛੀਆਂ ਅਤੇ ਗਾਵਾਂ ਦੇ ਆਸਪਾਸ ਕੰਮ ਕਰਵਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਕੁਝ ਜਰੂਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਉਪਾਏ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ।

- **ਸਫਾਈ:** ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:
  - ਪਸ਼ੂਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜੀ ਧੂੜ ਵਿੱਚ ਵਾਇਰਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਦਾ ਇਲਾਕਾ ਸਾਫ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਧੂੜ ਨੂੰ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਉੱਡਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
  - ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਹੱਥ ਧੋਣ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਅਤੇ ਪੇਪਰ ਤੌਲੀਏ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ।
  - ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਉਥੇ ਸ਼ਾਵਰ ਦੀ ਸੁਵਿਧਾ ਵੀ ਦੇਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਦਾ ਖਤਰਾ ਵੱਧ ਹੋਵੇ।
  - ਪਸ਼ੂਆਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਤੋਂ ਬਚਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- **ਸੇਫ਼ ਕੰਮ ਦੇ ਤਰੀਕੇ:** ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਕੋਲ ਲਿਖਤੀ ਸੇਫ਼ਟੀ ਨਿਯਮ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਨਿਯਮ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਸ਼ੂਆਂ ਤੋਂ ਫੈਲਣ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਹਨ।
- **ਕੰਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਚੋਟਾਂ ਅਤੇ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ:** ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਵਰਗੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਨਜ਼ਰਅੰਦਾਜ਼ ਨਾ ਕਰੋ। ਤੁਰੰਤ ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦਵਾਉਣ ਅਤੇ ਪਤਾ ਕਰਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋਏ।
- **ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ:** ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਰੇਗੂਲਰ ਟ੍ਰੇਨਿੰਗ ਦੇਣ, ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕਾਰਜ - ਸਥਾਨ ਦੇ ਖ਼ਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝ ਸਕੋ। ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਣ ਕਿ ਖ਼ਤਰੇ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜੋ PPE ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਵਰਤਣਾ ਹੈ।
- **ਪਰਸਨਲ ਪ੍ਰੋਟੈਕਟਿਵ ਸਾਜੋ - ਸਮਾਨ ਅਤੇ ਕੱਪੜੇ:** ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮਾਂ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ, ਤੁਹਾਡਾ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖੇ PPE ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ:
  - ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ
  - ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ
  - ਕਵਰਆਲਜ਼
  - ਐਪਰਨ
  - ਦਸਤਾਨੇ
  - ਸਿਰ ਦਾ ਕਵਰ
  - ਜੁੱਤਿਆਂ ਦਾ ਕਵਰ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਕੁਆਰੰਟੀਨ ਦੇ ਹੁਕਮ ਆਏ ਹਨ ਜਾਂ ਮੂਵਮੈਂਟ ਰੋਕੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ ਕੰਟਰੋਲ ਆਡਰ ਆਏ ਹਨ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਾਅ ਲਾਗੂ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ, ਭਾਵੇਂ ਉੱਥੇ ਕੋਈ ਬਿਮਾਰ ਜਾਨਵਰ ਨਾ ਹੋਵੇ।

- **ਵਾਧੂ ਸੁਰੱਖਿਆ:** ਜੇ ਬਿਮਾਰ ਜਾਨਵਰ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੜੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਦਮ ਲੈਣੇ ਪੈਣਗੇ, ਜਿਵੇਂ ਹੋਰ ਅਡਵਾਂਸ ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ।
- **ਮੈਡੀਕਲ ਸਰਵਿਸ:** ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਕਵਾਰੰਟੀਨ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਇੰਫੈਕਟੇਡ ਜਾਂ ਮਰੇ ਹੋਏ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਲ-ਮੂਤਰ ਨਾਲ ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿੱਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਦੀ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਡਾਕਟਰ ਤੋਂ ਚੈੱਕ-ਅੱਪ ਕਰਵਾਏ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਰੱਖਿਅਕ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ?

- ਜੋ PPE ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਵੱਲੋਂ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ, ਗੋਗਲ/ ਫੇਸ ਸ਼ੀਲਡ ਅਤੇ ਰੈਸਪੀਰੇਟਰ, ਉਹ ਸਾਰੇ ਪਹਿਨੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਉਪਕਰਣ ਕਾਫੀ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ N95 ਰੈਸਪੀਰੇਟਰ ਵੀ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤੇ ਪਹਿਨ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਆਪਣੇ ਮਾਲਕ ਦੀਆਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀਆਂ ਲਿਖਤੀ ਹਦਾਇਤਾਂ ਦਾ ਪਾਲਣ ਕਰੋ।
- ਅਜਿਹੀ ਕਾਰਜਪ੍ਰਣਾਲੀ ਅਪਣਾਓ ਜੋ ਧੂੜ ਨਾ ਬਣਾਉਣ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਅਕਸਰ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ, ਨੱਕ ਜਾਂ ਮੂੰਹ ਨੂੰ ਨਾ ਛੂਹੋ।
- ਜੇ ਲੋੜ ਪਏ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਨੂੰ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਜੋ ਹਵਾ ਵਿੱਚ ਧੂੜ ਘੱਟ ਬਣੇ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੰਛੀਆਂ ਦੇ ਮਲ ਜਾਂ ਜਾਨਵਰਾਂ ਦੇ ਬਾੜੇ ਦੀ ਸਫਾਈ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਸ ਖੇਤਰ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਗਿੱਲਾ ਕਰ ਲਓ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਸੁਪਰਵਾਇਜ਼ਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਲਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਕੋਲ ਭੇਜਣਗੇ, ਅਤੇ ਜੇ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਈ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਗੇ ਅਤੇ ਇਹ ਵੀ ਜਾਂਚਣਗੇ ਕਿ ਇਹ ਬਿਮਾਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਹੋਈ। ਜੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਲਕ ਸਾਰੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਖਰਚੇ ਦੇਵੇਗਾ।

(continued on next page)

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੱਕ ਹਨ!

ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੰਮ ਦੇ ਸਥਾਨ ‘ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਜੋ ਮਰਜ਼ੀ ਹੋਵੇ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ Cal/OSHA ਦੇ ਕੋਲ ਗੁਪਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਖਤਰੇ ਬਾਰੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੰਮ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਜਾਂ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਲਈ, Cal/OSHA ਕਾਲ ਸੈਂਟਰ ਨਾਲ ਅੰਗ੍ਰੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਸਪੈਨਿਸ਼ ਵਿੱਚ 833-579-0927 ‘ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ਾ

ਜੇ ਕੋਈ ਵਰਕਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਰਡ ਫਲੂ ਨਾਲ ਇਨਫੈਕਟੇਡ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਲਕ ਨੂੰ ਉਸਨੂੰ ਵਰਕਰਸ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਦੇਣਾ ਪਏਗਾ।

ਜੋ ਵਰਕਰ ਕੰਮ ‘ਤੇ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੇ ਹਨ, ਆਮ ਤੌਰ ‘ਤੇ ਇਹ ਸਾਬਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਕੰਮ ਤੋਂ ਹੀ ਹੈ, ਜਦ ਤੱਕ ਬਰਡ ਫਲੂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੰਮ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਤੇ ਹੋਰ ਨਾ ਹੋਇਆ ਹੋਵੇ।

ਵਰਕਰ ਮੁਆਵਜ਼ੇ ਦੇ ਲਾਭ:

- **ਮੈਡੀਕਲ ਸਹਾਇਤਾ** – ਮਾਲਕ ਕਿਸੇ ਵੀ ਬੀਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸੱਟ ਦੀ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਦੇ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਖਰਚੇ ਦਿੰਦੇ ਹਨ।
- **ਅਸਥਾਈ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਲਾਭ** – ਜੇ ਕਰਮਚਾਰੀ ਬੀਮਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਤਿੰਨ ਜਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਿਨ ਕੰਮ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਮਾਲਕ ਉਸ ਦੀ ਖੋਈ ਹੋਈ ਮਜ਼ਦੂਰੀ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਭਰਦਾ ਹੈ।
- **ਪੱਕਾ ਵਿਕਲਾਂਗਤਾ ਲਾਭ** – ਜੇ ਬੀਮਾਰੀ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਦੀਵੀ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇ ਗਈ ਹੈ ਜਾਂ ਅਸਮਰਥ ਬਣਾ ਗਈ ਹੈ।

ਪੇਡ ਸਿਕ ਲੀਵ

ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਪੇਡ ਸਿਕ ਲੀਵ ਦੇਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ 12 ਮਹੀਨੇ ਦੀ ਅਵਧੀ ਵਿੱਚ ਕਮਾਈ ਗਈ ਪੇਡ ਸਿੱਕ ਲੀਵ ਵਿੱਚੋਂ 40 ਘੰਟੇ ਜਾਂ 5 ਦਿਨ, ਜੋ ਵੀ ਵੱਧ ਹੋਵੇ, ਵਰਤਣ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦੇਣੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਯੋਗਤਾ ਲਈ, ਵਰਕਰਾਂ ਦਾ:

- ਇੱਕ ਸਾਲ ਵਿੱਚ ਇੱਕੋ ਮਾਲਕ ਲਈ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 30 ਦਿਨ ਕੰਮ ਕੀਤਾ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਵਰਕਰ 90ਵੇਂ ਦਿਨ ‘ਤੇ ਆਪਣੀ ਕਮਾਈ ਗਈ ਪੇਡ ਸਿੱਕ ਲੀਵ ਵਰਤਣ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਮਾਲਕ ਲੋੜ ਪੈਣ ‘ਤੇ ਅਕਾਉਂਟ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪੇਡ ਸਿੱਕ ਲੀਵ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਸਰੋਤ

- Cal/OSHA
  - Cal/OSHA ਨਾਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰੋ
  - Cal/OSHA ਨਾਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਵੇਂ ਦਰਜ ਕਰੀਏ
  - Cal/OSHA ਪਹੁੰਚ ਸੇਵਾਵਾਂ
  - ਆਪਣੇ ਕਾਰਜਸਥਲ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਹੱਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝੋ
  - ਏਵੀਅਨ ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ
- CDC ਇਨਫਲੂਐਂਜ਼ਾ (ਫਲੂ)
  - H5N1 ਬਰਡ ਫਲੂ: ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ
  - ਫਾਰਮ ਜਾਨਵਰਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ H5N1 ਤੋਂ ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰੋ
  - H5N1 ਬਰਡ ਫਲੂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਵਿੱਚ ਆਏ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਕੈਲਿਫੋਰਨੀਆ ਪਬਲਿਕ ਹੈਲਥ ਵਿਭਾਗ
  - ਮੌਜੂਦਾ ਬਰਡ ਫਲੂ ਸਥਿਤੀ
  - ਬਰਡ ਫਲੂ ਲਈ ਵਰਕਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ)
  - ਬਰਡ ਫਲੂ ਲਈ ਵਰਕਰ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ (ਸਪੈਨਿਸ਼)
- UC ਡੇਵਿਸ ਵੈਸਟਰਨ ਸੈਂਟਰ ਫ਼ੋਰ ਐਗ੍ਰੀਕਲਚਰਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ
  - ਫਾਰਮ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਬਰਡ ਫਲੂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਤੋਂ ਰੋਕਣਾ

ਨਵੰਬਰ 2024

© 2024 ਕੈਲੀਫੋਰਨੀਆ ਉਦਯੋਗਿਕ ਸੰਬੰਧਾਂ ਦਾ ਵਿਭਾਗ