NEW YORK STATE | Department of Health

COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থায় জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিক

এই নথিটি পড়া হয়ে গেলে আপনি নিচে তা নিশ্চিত করতে পারবেন।

17 আগস্ট 2020 পর্যন্ত

উদ্দেশ্য

COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থা চলাকালীন জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের মালিক/অপারেটর এবং তাদের কর্মচারী, ঠিকাদার এবং বিক্রেতাদের COVID-19 এর প্রাদুর্ভাব থেকে সাবধানতা সংক্রান্ত বিধি-নিষেধ প্রদান করার জন্য এই অন্তর্বর্তী নির্দেশিকা ("জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের জন্য COVID-19 এর অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা") তৈরি হয়েছে।

নিউ ইয়র্কের সকল অঞ্চলের জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের জন্য সোমবার, 24 আগস্ট 2020 তারিখে এই নির্দেশিকা কার্যকর হবে। যদিও, নিউ ইয়র্ক সিটির বাইরের কাউন্টির প্রধান নির্বাহী (অর্থাৎ, কাউন্টি নির্বাহী, প্রশাসক, ম্যানেজার, অথবা, যদি নির্বাচিত আইন পরিষদের অধীনে কাজ করে তাহলে এই ধরনের আইন পরিষদের চেয়ারম্যান) অথবা নিউ ইয়র্ক সিটির মেয়র তাদের এখতিয়ারের মধ্যে কার্যকর তারিখ স্থগিত করার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন পরবর্তী একটি তারিখ পর্যন্ত কিন্তু তা 2 সেপ্টেম্বর, 2020 তারিখের পর হতে পারবে না। একবার কার্যকর হলে এই ধরনের সুবিধা এখানে সমন্বিত প্রয়োজনীয়তা অনুযায়ী পুনরায় খুলতে পারে; যদিও, নিউ ইয়র্ক সিটির বাইরের কাউন্টির প্রধান নির্বাহী (অর্থাৎ, কাউন্টি নির্বাহী, প্রশাসক, ম্যানেজার, অথবা, যদি নির্বাচিত আইন পরিষদের অধীনে কাজ করে তাহলে এই ধরনের আইন পরিষদের চেয়ারম্যান) অথবা নিউ ইয়র্ক সিটির মেয়র তাদের এখতিয়ারের মধ্যে ইনডোর গ্রুপ ফিটনেস এবং অ্যাকুয়াটিক ক্লাসের অনুমতি না দেওয়ার সিদ্ধান্ত নিতে পারেন,এবং এগুলির পুনরায় খোলা একটি পরবর্তী সময় পর্যন্ত স্থগিত করতে পারেন। এই নির্দেশিকাগুলি ফিটনেস কার্যকলাপ এবং স্থানের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য, যার মধ্যে রয়েছে, কিন্তু তাতেই সীমাবদ্ধ নয়, স্বতন্ত্র, হোটেল, আবাসিক, এবং অফিস জিম এবং ফিটনেস সেন্টার, জিম এবং উচ্চশিক্ষা প্রতিষ্ঠানের ফিটনেস সেন্টার, যোগব্যায়াম/পীলাত/ব্যারে স্টুডিও, বক্সিং/কিকবক্সিং জিম, ফিটনেস বুট ক্যাম্প, ক্রসফিট বা অন্যান্য প্লায়োমেট্রিক বক্স, এবং অন্যান্য দলগত ফিটনেস ক্লাসসমূহ (যেমন স্পিন, রোয়িং, নাচ)। আবাসিক এবং হোটেল জিম এবং ফিটনেস সেন্টারে অবশ্যই কর্মী থাকতে হবে যাতে এই নির্দেশিকা মেনে চলা নিশ্চিত করা যায়। এই অন্তর্বর্তী নির্দেশিকা পরিবর্তন সাপেক্ষ যেহেতু স্টেট প্রাথমিকভাবে স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে ঘনিষ্ঠভাবে কাজ করবে এই নির্দেশিকাসহ জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের মালিক/অপারেটরদের মেনে চলা পর্যবেক্ষণ করার জন্য, পরিদর্শন সহ, এবং জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের সাথে সংশ্লিষ্ট জনস্বাস্থ্যের অবস্থা নিরুপণ করবে, COVID-19 এর বিস্তারে কোনরূপ পরিবর্তন আছে কি না তা সহ।

জিম বা ফিটনেস সেন্টারে অনুষ্ঠিত ক্রীড়া এবং বিনোদন কার্যক্রমকে অবশ্যই "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থার সময় ক্রীড়া ও বিনোদনের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Sports and Recreation During the COVID-19 Public Health Emergency) অনুসরণ করতে হবে; যদিও, যদি প্রয়োজনীয়তার মধ্যে কোন পার্থক্য থাকে, তাহলে আরো সাম্প্রতিক নির্দেশিকা প্রযোজ্য হবে। জিম বা ফিটনেস সেন্টারে থাকা সুইমিং পুল কার্যক্রমকে অবশ্যই "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থার সময় পুল এবং বিনোদনমূলক অ্যাকুয়াটিক স্প্রে গ্রাউন্ডের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Pools and Recreational Aquatic Spray Grounds During the COVID-19 Public Health Emergency) অনুসরণ করতে হবে; যদিও, যদি প্রয়োজনীয়তার মধ্যে কোন পার্থক্য থাকে, তাহলে আরো সাম্প্রতিক নির্দেশিকা প্রযোজ্য হবে। জিম বা ফিটনেস সেন্টারের সাথে সংশ্লিষ্ট খুচরা দোকানগুলোকে অবশ্যই স্বাস্থ্য অধিদপ্তরের (Department of Helath, DOH) বর্ণিত খুচরা বিক্রয় নির্দেশিকা অনুসরণ করতে হবে "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থা চলাকালীন অপরিহার্য এবং দ্বিতীয় পর্যায়ের খুচরা ব্যবসায়িক কার্যক্রমের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন

নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Essential and Phase II Retail Business Activities during the COVID-19 Public Health Emergency)। জিম বা ফিটনেস সেন্টারে অবস্থিত রেস্টুরেন্ট এবং বারগুলিকে অবশ্যই DOH এর "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থা চলাকালীন সময় খাদ্য পরিষেবাদির জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Food Services during the COVID-19 Public Health Emergency)-তে দেওয়া নির্দেশিকা অনুসরণ করতে হবে। অফিস ভিত্তিক কার্যকলাপগুলিকে অবশ্যই "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি পরিস্থিতিতে অফিস-ভিত্তিক কাজের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশনা" (Interim Guidance for Office-Based Work during the COVID-19 Public Health Emergency) অনুযায়ী কার্য পরিচালনা করতে হবে। জিম বা ফিটনেস সেন্টারে অবস্থিত শিশু পরিচর্যা কেন্দ্রগুলোকে অবশ্যই "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থা চলাকালীন শিশু পরিচর্যা এবং ডে ক্যাম্প প্রোগ্রামের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Child Care and Day Camp Programs During the COVID-19 Public Health Emergency) এবং নির্দেশিকায় বর্ণিত ন্যূনতম মান পূরণ হলে তবেই পুনরায় খুলতে হবে। এই নির্দেশনাগুলি, নিউ ইয়র্ক স্টেট স্বাস্থ্য দপ্তরের (Department of Health, DOH) "COVID-19 জনস্বাস্থ্যের সংকটকালীন পরিস্থিতিতে পেশাদার খেলাধুলার প্রশিক্ষণ কেন্দ্রগুলির জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশনা" (Interim Guidance for Professional Sports Training Facilities During the COVID-19 Public Health Emergency) দ্বারা উল্লিখিত পেশাদার খেলাধুলার প্রশিক্ষণ কেন্দ্রগুলিতে প্রযোজ্য নয়।

এই নির্দেশিকাগুলি কেবলমাত্র ন্যূনতম আবশ্যিকতা এবং জিম বা ফিটনেস সেন্টারের মালিক/অপারেটর অতিরিক্ত সতর্কতা এবং নিষেধাজ্ঞা জারি করতে পারেন। এই নির্দেশিকাগুলি প্রকাশনার সময় সর্বাধিক পরিচিত গণস্বাস্থ্য অনুশীলনের উপর ভিত্তি করে, এবং যেই নথির উপর নির্ভর করে এই নির্দেশিকা তৈরি হয়েছে তা প্রায়শই পরিবর্তন হতে পারে এবং পরিবর্তন হয়ে থাকে। দায়বদ্ধ পক্ষ – নিচে সংজ্ঞায়িত অনুযায়ী – জিম বা ফিটনেস সেন্টার পরিষেবা সংক্রান্ত সব স্থানীয়, স্টেট এবং ফেডারেল প্রয়োজনীয়তা পালন করার জন্য দায়বদ্ধ। দায়বদ্ধ পক্ষ এই প্রয়োজনীয়তায় যেকোনো হালনাগাদকরণের সাথে সঙ্গত থাকার জন্য দায়বদ্ধ, সেইসাথে জিম বা ফিটনেস সেন্টার পরিষেবা কার্যক্রমের এবং/অথবা সাইটের নিরাপত্তা পরিকল্পনা মধ্যে তা অন্তর্ভুক্ত করার জন্যও দায়বদ্ধ থাকবে।

পটভূমি

7ই মার্চ, 2020 তারিখে, গভর্নর অ্যান্ড্রু এম. কুওমো COVID-19 এর পরিপ্রেক্ষিতে একটি জরুরি অবস্থা ঘোষণা করে নির্বাহী আদেশ 202 জারি করেন। সমগ্র নিউইয়র্ক জুড়ে COVID-19 এর কমিউনিটি ট্রান্সমিশন ঘটেছে। আরো ছড়িয়ে পড়া হ্রাস করতে, যেখানে সম্ভব, ব্যক্তিদের মধ্যে অবশ্যই অন্তত 6 ফুটের সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখতে হবে।

20 মার্চ 2020 তারিখে গভর্নর কুওমো নির্বাহী আদেশ 202.6 জারি করেন, যাতে সমস্ত গৌণ ব্যবসাগুলিকে দপ্তরের দপ্তর মধ্যস্থ কর্মীদের কাজকর্মকে বন্ধ রাখার নির্দেশ দেওয়া হয়। অত্যাবশ্যক ব্যবসা, যেমন এম্পায়ার স্টেট ডেভেলপমেন্ট কর্পোরেশন (Empire State Development Corporation, ESD) এর নির্দেশিকা দ্বারা সংজ্ঞায়িত, এই সশরীরে উপস্থিতি সংক্রান্ত সীমাবদ্ধতার অধীন ছিল না, কিন্তু, তাদের DOHদ্বারা জারি করা একটি পরিষ্কার এবং নিরাপদ কর্ম পরিবেশ বজায় রাখার জন্য নির্দেশনা ও আদেশ মেনে চলার জন্য নির্দেশ করা হয়, এবং দৃঢ়ভাবে যতটা সামাজিক দূরত্ব ব্যবস্থা বজায় রাখার জন্য আহ্বান জানানো হয়।

12ই এপ্রিল, 2020 তারিখে, গভর্নর কুওমো সমসস্ত অত্যাবশ্যকীয় ব্যবসায়ীক প্রতিষ্ঠানকে তার কর্মীদের, যারা কর্মস্থলে উপস্থিত আছে, বিনামূল্যে তাদের মুখের আচ্ছাদন, যা তাদের কাজের সময় জনসাধারণ বা গ্রাহকদের সঙ্গে সরাসরি সংযোগ ঘটার সময় অবশ্যই ব্যবহার করতে হবে, তা প্রদান করতে নির্বাহী আদেশ 202.16 জারি করেছিলেন। 15 এপ্রিল 2020 তারিখে গভর্নর কুওমো নির্বাহী আদেশ 202.17 জারি করেছেন যা দুই বছরের বেশি বয়সী এবং চিকিৎসাগতভাবে মুখের আবরণ সহন করতে সক্ষম সকলকে একটি সর্বজনীন স্থানে এবং যখন সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখা সম্ভব নয়, বা যখন সামাজিক দুরত্ব বজায় রাখছেন না, তখন তাদের নাক ও মুখ একটি মাস্ক অথবা কাপড়ের তৈরি মুখের আবরণ দিয়ে ঢাকার জন্য নির্দেশ দেয়। 16 এপ্রিল 2020 তারিখে গভর্নর কুওমো নির্বাহী আদেশ 202.18 জারি করেন যা সরকারী এবং বেসরকারী পরিবহণ বা অন্যান্য ভাড়ার পরিবহণ ব্যবহার করা দুই বছরের বেশি বয়সের এবং চিকিৎসাগতভাবে একটি মুখের আবরণ সহণ করতে সক্ষম সকল মানুষকে অবশ্যই কোন যাত্রার সময় তাদের নাক এবং মুখের উপর একটি মাস্ক অথবা মুখাবরণ পরার নির্দেশ দেয়। এছাড়াও সরকারি বা বেসরকারি

পরিবহনের যে কোন পরিচালক বা চালককে একটি মুখের আবরণ বা মাস্ক যা তাদের নাক এবং মুখ ঢেকে রাখে, টা পরার নির্দেশ দেয় যখন তেমন কোন গাড়িতে কোন যাত্রী থাকে। ব্যবসায়িক প্রতিষ্ঠানের পরিচালক/মালিকদের, মুখের আবরণ বা মাস্কের আবশ্যিকতা না মেনে চলা ব্যক্তিবর্গকে প্রবেশ করতে না দেওয়ার অধিকার প্রদান করে গভর্নর কুওমো, 29 শে মে, 2020 তারিখে নির্বাহী আদেশ 202.34 জারি করেছেন।

26শে এপ্রিল, 2020 তারিখে গভর্নর কুওমো ঘোষণা করেন যে তথ্য-পরিচালিত, আঞ্চলিক বিশ্লেষণে পর্যায় ভিত্তিতে নিউইয়র্কে শিল্প এবং ব্যবসা পুনরায় খোলার ব্যাপারে পর্যায় ভিত্তিক দৃষ্টিভঙ্গি গ্রহণ করা হবে। 4 মে 2020 তারিখে গভর্নর ব্যবস্থা করেন যে নতুন COVID-19 সংক্রমণ জনসাস্থ পরিষেবা লক্ষণ ভিত্তিক পরীক্ষা এবং কন্টাক্ট ট্রেসিং সহ জনস্বাস্থ্যের বিভিন্ন দিক মাথায় রেখে আঞ্চলিক বিশ্লেষণটি করা হবে। 11 মে, 2020-এ, গভর্নর কুওমো ঘোষণা করেন যে, নিউ ইয়র্কের বেশ কিছু অঞ্চলে 15 মে, 2020-এর প্রথম পর্যায় শুরু হবে, যা উপলভ্য আঞ্চলিক মেট্রিক্স এবং সূচকের উপর ভিত্তি করে। 29 শে মে, 2020 তারিখে, গভর্নর কুওমো ঘোষণা করেছেন যে স্টেটের বিভিন্ন অঞ্চলে রিওপেনিংয়ের দ্বিতীয় পর্যায় শুরু হবে, এবং ভাইরাসটি কিভাবে প্রতিরোধ করা যেতে পারে তা অনবরত পর্যবেক্ষণ করার জন্য নিউ ইয়র্কবাসী, সরকারী কর্মকর্তা এবং বিশেষজ্ঞদের জন্য রাজ্যের বিস্তৃত ডেটা সংগ্রহের প্রচেষ্টাকে একত্রিত করতে একটি নতুন প্রারম্ভিক সতর্কীকরণ ড্যাশবোর্ড বাস্তবায়ন ব্যবহার করার কথাও ঘোষণা করেছেন। 11 জুন 2020, গভর্নর কুওমো ঘোষণা করেন যে 12 জুন 2020 তারিখে নিউ ইয়র্কের বেশ কিছু অঞ্চলে পুনরায় খোলার তৃতীয় পর্যায় আরম্ভ হবে। 24 জুন, 2020 তারিখে গভর্নর কুয়োমো ঘোষণা করেন যে স্টেটের বেশ কয়েকটি অঞ্চল 26 জুন, 2020 থেকে পুনরায় খোলার চতুর্থ পর্যায়ে প্রবেশ করতে যাচ্ছে। জুলাই 20, 2020 নাগাদ, নিউ ইয়র্ক সিটি সহ নিউ ইয়র্কের সব অঞ্চল, স্টেটের পুনরায় খোলার চতুর্থ পর্যায়ে পৌঁছেছে।

নিম্নলিখিত মানগুলি ছাড়াও, ব্যবসাগুলিকে স্বাস্থ্য বিভাগ (Department of Health, DOH) এর জারি করা পরিচ্ছন্ন এবং নিরাপদ কর্ম পরিবেশ বজায় রাখার নির্দেশনা ও আদেশ মেনে চলা অব্যাহত রাখতে হবে।

অনুগ্রহ করে লক্ষ্য করুন যে, নিউ ইয়র্ক স্টেট দ্বারা ইস্যু করা অন্যান্য পরিচালনাবিধি থেকে এই নথিতে উল্লেখ করা পরিচালনা বিধি পৃথক, অধিক সাম্প্রতিক নির্দেশিকা প্রয়োগ করা হবে।

নিউ ইয়র্ক স্টেটে জিম এবং ফিটনেস সেন্টারসমূহের জন্য দায়িত্বশীল অপারেশনের মান

আমেরিকানস উইথ ডিজাবিলিটিজ অ্যাক্ট (Americans with Disabilities Act, ADA), সেন্টার্স ফর ডিজিজ কন্ট্রোল অ্যান্ড প্রিভেনশন (Centers for Disease Control and Prevention, CDC), এনভায়রনমেন্ট প্রোটেকশন এজেন্সি (Environmental Protection Agency, EPA) এবং মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের শ্রম বিভাগের অকুপেশনাল সেফটি অ্যান্ড হেলথ অ্যাডমিনিস্ট্রেশন (Occupational Safety and Health Administration, OSHA)-এর অনুরূপ ন্যূনতম রাজ্যের মান, এবং প্রযোজ্য ফেডারেল শর্তাবলী, তবে তার মধ্যেই সীমাবদ্ধ নয়, এগুলি না পূরণ করে কোনো জিম এবং ফিটনেস সেন্টার পরিচালিত হতে পারবে না।

এই নির্দেশিকার মধ্যে থাকা স্টেটের মান COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থার সময় পরিচালিত সকল জিম এবং ফিটনেস সেন্টার পরিষেবার ক্ষেত্রে প্রযোজ্য যতক্ষণ না স্টেট কর্তৃক বাতিল বা সংশোধন করা হয়। জিম এবং ফিটনেস সেন্টার/কার্যক্রমের অপারেটর, অথবা অপারেটর কর্তৃক নির্দিষ্ট করা অন্য কোনও পক্ষ (উভয়ক্ষেত্রে, "দায়বদ্ধ পক্ষ") এই মানদণ্ড পূরণের জন্য দায়বদ্ধ থাকবেন।

নিম্নলিখিত নির্দেশিকা তিনটি পৃথক শ্রেণি ঘিরে সংগঠিত হয়: মানুষ, স্থান, এবং প্রক্রিয়া।

I. মানুষ

A. শারীরিক দূরত্ব

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে জিম বা ফিটনেস সেন্টারের ধারণক্ষমতা যেকোন সময় কোন নির্দিষ্ট এলাকার জন্য সার্টিফিকেট অফ অকুপ্যান্সি দ্বারা নির্দিষ্ট সর্বোচ্চ ধারণক্ষমতার 33% এর বেশি হতে পারবে না, কর্মচারী এবং পৃষ্ঠপোষকদের অন্তর্ভুক্ত করে, যাদের উভয়কেই শুধুমাত্র জিম বা ফিটনেস সেন্টারে প্রবেশের অনুমতি দিতে হবে যদি তারা:
    - সব সময় গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ পরে; যদিও নিশ্চিত করতে হবে যে কর্মী বা পৃষ্ঠপোষকের বয়স 2 বছরের বেশী এবং চিকিৎসাগতভাবে সে এই ধরনের আবরণ সহ্য করতে সক্ষম।
        - যারা চিকিৎসাগতভাবে একটি গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ সহ্য করতে অক্ষম, দায়বদ্ধ পক্ষকে নিশ্চিত করতে হবে যে এই ধরনের ব্যক্তিরা সব সময় ফেস শিল্ড পরিধান করে। কিন্তু, CDC "বর্তমানে মাস্কের একটি [পর্যাপ্ত] বিকল্প হিসেবে ফেস শিল্ড ব্যবহারের সুপারিশ করে না"।
    - 14 নং পৃষ্ঠায় সেকশন III: প্রক্রিয়া, সাবসেকশন A: স্ক্রিনিং এবং টেস্টিং এ বর্ণীত স্বাস্থ্য স্ক্রিনিং পাস করে; এবং
    - সুবিধাটি তে প্রবেশ করার পর সাইন-ইন (অথবা রিমোট চেক-ইন এর মাধ্যমে), করে যোগাযোগ ট্রেসিং প্রচেষ্টায় ব্যবহারের জন্য তাদের সম্পূর্ণ নাম, ঠিকানা এবং ফোন নম্বর প্রদান করে।
        - সাইন-ইন প্রক্রিয়াটি যেকোন উপায়ে পরিচালিত হতে পারে যা দায়বদ্ধ পক্ষ উপরোক্ত যোগাযোগ তথ্য সংগ্রহ করতে প্রতিষ্ঠা করে, জার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত কিন্তু এতেই সীমাবদ্ধ নয় একটি ডিজিটাল অ্যাপ্লিকেশন, বারকোড রিডার, সোয়াইপ কার্ড রিডার, এবং/অথবা কাগজ ফর্ম।
        - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই 28 দিন ধরে উল্লিখিত সাইন-ইন তথ্যের রেকর্ড বজায় রাখতে হবে এবং অনুরোধ করা হলে স্টেট ও স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের কাছে এই ধরনের তথ্য উপলভ্য করতে হবে।
- দায়বদ্ধ পক্ষের নিশ্চিত করা উচিত যে কর্মী এবং পৃষ্ঠপোষক সহকারে ব্যক্তিদের মধ্যে সব সময় অন্তত ছয় ফুট দূরত্ব বজায় থাকে, যদি না মূল কার্যকলাপের কারণে স্বল্প দূরত্বের প্রয়োজন হয় (যেমন চলাচলের যন্ত্রপাতি, এলিভেটর ব্যবহার, কোন চিকিতসাগত জরুরি পরিস্থিতিতে সেবা করা)। মূল কার্যকলাপ ব্যায়াম কার্যকলাপের ক্ষেত্রে প্রযোজ্য নয়, যা করার সময় সবসময় ব্যক্তির মধ্যে অন্তত ছয় ফুট দূরত্ব রাখতে হবে।
    - দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত ফ্রি ওয়েট ব্যায়াম নিরুৎসাহিত করা যার জন্য একজন স্পটারের প্রয়োজন হয়। যদি তা করতেই হয়, তাহলে মুখ ঢাকা একজন কর্মচারীকে উপলভ্য থাকতে হবে অথবা যে পৃষ্ঠপোষক ওজন তুলছেন, তার পরিবার/পক্ষের একজন সদস্যকে থাকতে হবে যিনি মুখাবরণ পরে আছেন তাকে উপলভ্য থাকতে হবে স্পট করার জন্য। উভয় ক্ষেত্রেই, সম্ভাব্য ন্যূনতম সময়ের মধ্যে স্পটিং পরিচালনা করতে হবে (অর্থাৎ, কোন দীর্ঘস্থায়ী বা সামাজিকীকরণ নয়)।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে নিশ্চিত করতে হবে যে কর্মচারী এবং পৃষ্ঠপোষকসহ সকল ব্যক্তিকে সব সময় গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ পরিধান করে যখন তারা জিম বা ফিটনেস সেন্টারে থাকবে, যদি না তারা খায় (উদাহরণস্বরূপ, একটি নির্দিষ্ট এলাকায়, যেমন ব্যায়াম এলাকা ছাড়া একটি ক্যাফে), মদ্যপান, অথবা জলজ পরিবেশে (যেমন, পুল, ব্যক্তিগত গোসল) যদি তারা দুই বছরের বেশী বয়সী হয় এবং চিকিৎসাগতভাবে এই ধরনের আবরণ সহ্য করতে সক্ষম হয়।
    - COVID-19 এর জন্য গ্রহণযোগ্য মুখাবরণের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত কিন্তু এতেই সীমাবদ্ধ নয়, ব্যায়াম উপযোগী কাপড়-ভিত্তিক মুখ আবরণ এবং ডিসপোজেবল মাস্ক যা মুখ এবং নাক উভয় ঢেকে রাখে। ব্যান্ডানা, বাফ, এবং গেইটার জিম এবং ফিটনেস সেন্টারে ব্যবহারের জন্য গ্রহণযোগ্য মুখের আবরণ নয়।
    - যদিও, কাজের ধরনের জন্য যেখানে সাধারণত ব্যক্তিগত সুরক্ষামূলক সরঞ্জামের (Personal Protective Equipment, PPE) একটি উচ্চ মানের সুরক্ষার প্রয়োজন সেইসব ক্ষেত্রে কর্মক্ষেত্রের কার্যকলাপগুলির জন্য কাপড়ের, ডিজপোজেবল, বা বাড়িতে তৈরি অন্যান্য মুখাবরণ স্বীকৃত নয়। সেই ক্রিয়াকলাপগুলির জন্য, OSHA নির্দেশিকা অনুসারে বিদ্যমান শিল্প মানের অধীনে ব্যবহৃত N95 রেস্পিরেটর বা অন্যান্য PPE ব্যবহার করা চালিয়ে যাওয়া উচিত।

- ফেডারেল ADA এবং নিউ ইয়র্ক স্টেট এবং সিটির মানবাধিকার আইনের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ ভাবে মুখাবরণ পরার প্রয়োজনীয়তা প্রয়োগ করতে হবে, যেমনটা প্রযোজ্য।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই উপলভ্য ওয়ার্কআউট স্টেশন এবং ব্যায়াম সরঞ্জামের ব্যবহার নিয়ন্ত্রণ, পুনরায় সাজানো এবং/অথবা সংখ্যা পরিবর্তন করতে হবে (উদাহরণস্বরূপ, কার্ডিও সরঞ্জাম, ফ্রি ওয়েট, সাইকেল, ম্যাট) যাতে ব্যক্তিরা সব দিক থেকে অন্তত ছয় ফুট ব্যবধানে থাকে (উদাহরণস্বরূপ, পাশাপাশি এবং যখন একে অপরের মুখোমুখি হয়)।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে নিশ্চিত করতে হবে যে ব্যক্তিরা ব্যবহারের মধ্যে পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্তকরণ এবং ছাড়া যন্ত্রপাতি ভাগাভাগি করছে না।

- ব্যায়াম সম্পর্কিত নয় এমন অঞ্চলের (যেমন অভ্যর্থনা ডেস্ক) মধ্যে দূরত্ব বজায় রাখা সম্ভব না হলে, দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই বস্তুগত বাঁধা ব্যবহার করতে হবে (যেমন প্লাস্টিকের বিভাজক দেওয়াল) যেখানে বায়ুপ্রবাহ, হিটিং, কুলিং, বা বায়ু নির্গমনে বাঁধা সৃষ্টি করবে না, বা অন্য কোনো ভাবে স্বাস্থ্য বা নিরাপত্তার ঝুঁকির কারণ হবে না।
  - OSHA নির্দেশিকা অনুযায়ী শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখার জন্য বাধা তৈরি করা উচিত।
  - বস্তুগত বাঁধার বিকল্পগুলি অন্তর্ভুক্ত করতে পারে: ফালি করে কাটা পর্দা, কিউবিকল ওয়াল, প্লেক্সিগ্লাস বা সেই ধরনের উপকরণ, বা অন্যান্য অপ্রবেশ্য বিভাজক বা পার্টিশন।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে একই সময়ে একাধিক ব্যক্তির ছোট সীমাবদ্ধ স্থান (যেমন স্টোরেজ ক্লজেট বা যন্ত্রপাতি নেওয়ার এলাকা) ব্যবহার নিষিদ্ধ করা উচিত, যদি না একই সময়ে এই ধরনের স্থানের সকল কর্মচারী গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ পরিধান করে। তবে, মুখাবরণ ব্যবহার করা সত্ত্বেও, ওই স্থানে থাকা ব্যক্তির সংখ্যা কখনই স্থানের সর্বাধিক ধারণক্ষমতার 33% এর বেশি হতে পারবে না, যদি না সেটি একজন ব্যক্তির ব্যবহারের জন্য তৈরি করা হয়ে থাকে।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই জিম বা ফিটনেস সেন্টার জুড়ে, DOHএর COVID-19 সাইনেজের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ সংকেতগুলো লাগাতে হবে। দায়বদ্ধ পক্ষ তাদের কর্মক্ষেত্র বা সেটিং-এর উপর ভিত্তি করে নিজেদের কাস্টমাইজড চিহ্ন তৈরি করতে পারে, এই ধরনের চিহ্ন ডিপার্টমেন্টের চিহ্নের সঙ্গে সঙ্গতিপূর্ণ হতে হবে। ব্যক্তিদের নিম্নোক্ত বিষয়গুলি মনে করিয়ে দেওয়ার জন্য চিহ্নের ব্যবহার করা উচিত:
  - তারা অসুস্থ বোধ করলে বাড়িতে থাকা।
  - খাওয়া, পান করা, অথবা জলজ পরিবেশে (উদাহরণস্বরূপ, পুল, ব্যক্তিগত গোসল) ছাড়া তাদের নাক এবং মুখ সব সময় মুখ ঢেকে রাখা।
  - যদি তারা সম্প্রতি COVID-19 এর উল্লেখযোগ্য কমিউনিটি সংক্রমণ রয়েছে এমন একটি স্টেটে গিয়ে থাকে, তাহলে DOH এর ভ্রমণ নির্দেশিকা অনুসারে কোয়ারেন্টিন করতে হবে।
  - PPE সঠিকভাবে রাখা, পরিষ্কার করা এবং যখন প্রয়োজন, তা বাতিল করা।
  - শারীরিক দূরত্বের নির্দেশীকাগুলি মেনে চলা।
  - COVID-19 এর উপসর্গ বা সংক্রমণের প্রতিবেদন করা, এবং কিভাবে এটি করা উচিত।
  - হাতের পরিচ্ছন্নতা এবং পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্তকরণের নির্দেশিকা অনুসরণ করা।
  - যথাযথ শ্বাস-প্রশ্বাসের পরিচ্ছন্নতা এবং কাশির শিষ্টাচার অনুসরণ করা।
  - ব্যবহারের আগে এবং পরে জীবাণুনাশক ওয়াইপস দিয়ে সরঞ্জাম মুছে ফেলা।

B. আবদ্ধ স্থানে সমাবেশ

- দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে অবশ্যই যতটা সম্ভব সশরীরে কর্মী সমাবেশ সীমিত করতে হবে (যেমন কর্মচারী সভা, ব্রেক রুমে, স্টক রুম) এবং, রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) এর নির্দেশিকা "ব্যবসা ও নিয়োগকর্তাদের জন্য করোনাভাইরাস রোগ 2019 (COVID-19) এর জন্য পরিকল্পনা এবং প্রতিক্রিয়ার অন্তর্বর্তী নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Businesses and Employers to Plan and Respond to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)) অনুযায়ী ভিডিও বা টেলিকনফারেন্সিং এর মতো অন্যান্য পদ্ধতি ব্যবহার করার কথা বিবেচনা করতে হবে। যখন ভিডিওকনফারেন্সিং বা টেলিকনফারেন্সিং সম্ভব হয় না, তখন দায়িত্বশীল দলগুলোর খোলা, ভালভাবে ভেন্টিলেটারের মধ্যে মিটিং করা উচিত এবং নিশ্চিত করা উচিত যে ব্যক্তি এক আরেকজনের মধ্যে ছয় ফুট সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখবে (যেমন চেয়ার থাকলে, চেয়ারের মধ্যবর্তী জায়গা ছেড়ে দেওয়া, কর্মীদেরকে একটা চেয়ার ছেড়ে পরের চেয়ারে বসতে হবে)।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে ছোটো এলাকায়, যেমন লকার রুম, বিশ্রামকক্ষ এবং ব্রেকরুম-এ অবশ্যই যথাযথ সামাজিক দূরত্বের পালনের ব্যবস্থা করতে হবে, এবং এই ধরনের এলাকাগুলিতে যখন সামাজিক দূরত্ব রক্ষা করা যাবে না, তখন লোক সমাগম সীমাবদ্ধ রাখার জন্য চিহ্ন এবং সিস্টেম (যেমন ব্যবহৃত হচ্ছে চিহ্ন) ব্যবহার করতে হবে; এবং

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই যে কোন সাম্প্রদায়িক শাওয়ার বন্ধ করতে হবে। স্বতন্ত্র শাওয়ার খোলা থাকতে পারে, যদি দায়বদ্ধ পক্ষ নিশ্চিত করে যে সেগুলি প্রতি ব্যবহারকারীর ব্যবহারের পর পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করা হয়।

- দায়বদ্ধ পক্ষ সাম্প্রদায়িক বাথরুমের জন্য সর্বোত্তম অনুশীলন বাস্তবায়ন করতে পারে, যার মধ্যে রয়েছে:
  - যদি ছয় ফুট ব্যবধান রাখা সম্ভব না হলে, টয়লেট এবং সিঙ্কের মধ্যে বস্তুগত বাঁধা স্থাপন করা; এবং
  - স্পর্শহীন সাবান এবং কাগজের তোয়ালে ডিসপেনসার ব্যবহার করা।

- দায়বদ্ধ পক্ষগুলির উচিৎ যতদূর সম্ভব তাদের কর্মীদের যে কোন সমাবেশের জন্য সামাজিক ব্যবধান (অর্থাৎ ছয় ফুট ব্যবধান) পালন করার উদ্দেশ্যে (যেমন কফি পানের বিরতি, খাবার, শিফট শুরু/শেষ হওয়া) সময়সূচী আগু-পিছু করা।

C. অন-সাইট কার্যকলাপ

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই খোলার আগে অথবা খোলার 14 দিনের মধ্যে এই সুবিধা পরিদর্শনের জন্য তাদের স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের সাথে সমন্বয় সাধন করতে হবে। স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগগুলো এই সুবিধা পরিদর্শন করবে যাতে তারা মেনে চলা নিশ্চিত করতে পারে।

- দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত অ্যাপয়েন্টমেন্ট, রিজার্ভেশন, এবং/অথবা দূরবর্তী চেক-ইন বাস্তবায়ন করা এবং ব্যবহার করতে উৎসাহিত করা, বিশেষ করে সদস্যপদ-ভিত্তিক ক্রিয়াকলাপের জন্য, দখল সম্পর্কিত নিষেধাজ্ঞা মেনে চলার একটি পদ্ধতি হিসেবে।

- ফিটনেস ক্লাস এবং/অথবা ব্যায়ামের জন্য যাতে দলগত মিথস্ক্রিয়া জড়িত:
  - এই ধরনের ক্লাস এবং/অথবা কার্যক্রম বাইরে পরিচালনা করার জন্য দায়বদ্ধ পক্ষকে উৎসাহিত করা হয় কিন্তু বাধ্য নয়।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই ক্লাস এবং স্থানের জন্য অ্যাপয়েন্টমেন্ট, রিজার্ভেশন, দূরবর্তী চেক-ইন, এবং/অথবা অগ্রিম সাইন-আপ ব্যবহার করতে হবে।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই ফিটনেস ক্লাস বা দলগত কার্যক্রমে অংশগ্রহণকারীদের সংখ্যা এগুলোর মধ্যে যেটি কম তাতে সীমাবদ্ধ রাখতে হবে:

    (1) সেই মানুষের সংখ্যা যা সেই স্থান ধারণ করতে পারে যাতে ব্যক্তিগণের মধ্যে সব সময় অন্তত ছয় ফুট দূরত্ব বজায় রাখা যায়;

(2) আদর্শ ক্লাসের আয়তনের 33% (অর্থাৎ, স্টেশন, সাইকেল বা অন্যান্য সরঞ্জাম খালি রাখা); বা

(3) যে অঞ্চলে জিম বা ফিটনেস সেন্টার অবস্থিত তার জন্য রাজ্যের সামাজিক সমাবেশের সীমা দ্বারা অনুমোদিত ব্যক্তির সংখ্যা।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে নিশ্চিত করতে হবে যে প্রশিক্ষক(গণ) এবং পৃষ্ঠপোষকসহ ব্যক্তিরা সব সময় একে অপরের মধ্যে অন্তত ছয় ফুট দূরত্ব বজায় রাখেন, এবং উপরোক্ত প্রয়োজনীয়তার সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ মুখাবরণ পরিধান করা হয়।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে কোন সরঞ্জাম (উদাহরণস্বরূপ, মেশিন, ডাম্বেল) পরিষ্কার করা হয় এবং বিভিন্ন ব্যক্তির ব্যবহারের মধ্যে জীবাণুমুক্ত করা হয়।
- দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত পৃষ্ঠপোষকদের তাদের নিজস্ব ব্যক্তিগত সরঞ্জাম (উদাহরণস্বরূপ, ম্যাট) আনতে উৎসাহিত করা, তাদের নাম এই ধরনের সরঞ্জামের উপর লেবেল যুক্ত করা, এবং অন্য কোন পৃষ্ঠপোষকের সরঞ্জাম পরিচালনা করা থেকে বিরত থাকা।

- জলজ ব্যায়াম ক্লাসের জন্য, দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে:
  - অংশগ্রহণকারীর সংখ্যা এএগুলোর মধ্যে যেটি কম সেটিঃ

    (1)সেই মানুষের সংখ্যা যা সেই স্থান ধারণ করতে পারে যাতে ব্যক্তিগণের মধ্যে অন্তত ছয় ফুট দূরত্ব বজায় রাখা যায়;

    (2) সাধারণ ক্লাসের আকারের 33% ; বা

    (3) যে অঞ্চলে জিম বা ফিটনেস সেন্টার অবস্থিত তার জন্য রাজ্যের সামাজিক সমাবেশের সীমা দ্বারা অনুমোদিত ব্যক্তির সংখ্যা।

  - শেয়ারকৃত সরঞ্জাম প্রতিটি ব্যবহারের পর পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করা হয়; এবং
  - DOH এর "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থার সময় পুল এবং বিনোদনমূলক জলজ স্প্রে গ্রাউন্ডের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Pools and Recreational Aquatic Spray Grounds During the COVID-19 Public Health Emergency) অনুসরণ করা হয়।

- জিম বা ফিটনেস সেন্টারে ব্যক্তিগত প্রশিক্ষণের জন্য, দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে:
  - পৃষ্ঠপোষক এবং প্রশিক্ষকগণ সব সময় মুখাবরণ পরিধান করেন।
  - পৃষ্ঠপোষক এবং প্রশিক্ষকরা যতদূর সম্ভব ছয় ফুট দূরত্ব বজায় রাখেন, মাঝে মাঝে, সংক্ষিপ্ত যোগাযোগ যা একটি স্বাস্থ্য বা নিরাপত্তা ঝুঁকি মোকাবেলা করার জন্য ছয় ফুটের কম হতে পারে (উদাহরণস্বরূপ, ব্যায়াম, সঠিক ফর্ম বা ভঙ্গি প্রদর্শন)। যেকোনো ক্ষেত্রেই, এই ঘনিষ্ঠ যোগাযোগ সম্ভাব্য ন্যূনতম সময়ের মধ্যে পরিচালনা করতে হবে (অর্থাৎ, কোন দীর্ঘস্থায়ী বা সামাজিকীকরণ নয়);
  - পৃষ্ঠপোষক এবং প্রশিক্ষকদের অবশ্যই একে অপরের সাথে ব্যক্তিগত আইটেম শেয়ার করা নিষিদ্ধ করতে হবে (উদাহরণস্বরূপ, তোয়ালে); এবং
  - পৃষ্ঠপোষক এবং প্রশিক্ষকদের অবশ্যই ব্যবহারের মধ্যে যে কোন অংশীদারি সরঞ্জাম পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করতে হবে (উদাহরণস্বরূপ, দেখিয়ে দেওয়ার পর)।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই উচ্চ ঝুঁকিপূর্ণ কার্যকলাপ নিষিদ্ধ করতে হবে যেখানে শারীরিক যোগাযোগ ক্রমাগত এড়ানো যাবে না (উদাহরণস্বরূপ, মার্শাল আর্ট, বক্সিং), এবং ক্লাসে হাতে ধরে সমন্বয় নিরুৎসাহিত করা উচিত

(উদাহরণস্বরূপ, যোগব্যায়াম, পিলাটিস), যদি না একটি স্বাস্থ্য বা নিরাপত্তা ঝুঁকি কমানোর জন্য প্রয়োজন হয়। নির্দিষ্ট কর্মকাণ্ডের সাথে জড়িত ঝুঁকি স্তর সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য DOH এর "COVID-19 গণস্বাস্থ্য জরুরি অবস্থায় ক্রীড়া ও বিনোদনের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Sports and Recreation during the COVID-19 Public Health Emergency) দেখুন, যা প্রকাশনার সময়, "ব্যক্তি বা দূরবর্তী গ্রুপ প্রশিক্ষণ এবং সংগঠিত নো/লো-কন্ট্যাক্ট গ্রুপ প্রশিক্ষণ" কে উচ্চ ঝুঁকি স্তর হিসাবে সীমাবদ্ধ করে।

- দায়বদ্ধ পক্ষ ওয়ার্ক-আউট "শিফট" বাস্তবায়ন করতে পারে যেখানে ব্যক্তিরা নির্দিষ্ট সময়ে ব্যায়ামের জন্য সাইন আপ করে এবং ধারাবাহিক ভাবে কাজ করে এমন দল গড়ে তোলে (অর্থাৎ প্রতিবার একই সেট ব্যক্তি একসাথে ওয়ার্ক-আউট করে)।

- দায়বদ্ধ পক্ষদের প্রযোজ্য হলে ঘনিষ্ঠ সুযোগ-সুবিধা বন্ধ রাখতে হবে, যার মধ্যে রয়েছে:
  - ওয়ার্লপুল, সাউনা, এবং বাষ্প কক্ষ;
  - সাম্প্রদায়িক শাওয়ার;
  - জিম বা ফিটনেস সেন্টারের মধ্যে সাধারণ বসার জায়গা (উদাহরণস্বরূপ, অভ্যর্থনা ডেস্কের কাছাকাছি সোফা);
  - পানির ফোয়ারা (যদিও, পানির বোতল রিফিল স্টেশন খোলা থাকতে পারে); এবং
  - নিজে পরিবেশিত বার এবং নমুনা;

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই আন্তঃব্যক্তিগত যোগাযোগ এবং সমাবেশ কমানোর জন্য ব্যবস্থা গ্রহণ করতে হবে, যেমন:
  - কর্মক্ষেত্রের ভিতরে উপস্থিতি শুধুমাত্র আবশ্যক কর্মীদের মধ্যেই সীমিত রেখে;
  - কর্মক্ষেত্রের সময়গুলির সামঞ্জস্যবিধান;
  - বাইরের জায়গা ব্যবহারে উৎসাহিত করা, যেখানে সম্ভব;
  - সামাজিক দূরত্বের নির্দেশিকা পালনের জন্য অন-সাইট কর্মচারীর সংখ্যা হ্রাস করা;
  - শিফটিং ডিজাইন (উদাহরণস্বরূপ A/B দল, আগমন/প্রস্থানের বিভিন্ন সময়);
  - পৃষ্ঠপোষকদের মনে করিয়ে দেওয়া যাতে তারা তাদের ওয়ার্কআউট রুটিন পরিকল্পনা করতে পারে, যাতে তারা দীর্ঘস্থায়ী সময় থাকা কমাতে পারে;
  - সাইন-আপ নীতি বাস্তবায়ন করা যাতে পৃষ্ঠপোষকদের সমন্বয়কে উৎসাহিত করা যায় যাতে তারা ধারাবাহিক, নির্দিষ্ট সময়ে কাজ করতে পারে;
  - টেলিফোন, কপিয়ার, প্রিন্টার, রেজিস্টার ইত্যাদি সাধারণ অফিস সরঞ্জামের নিরাপদ ব্যবহারের জন্য প্রোটোকল তৈরি; এবং/অথবা
  - ব্যবহার এবং বদ্ধ সরঞ্জাম স্টোরেজে রাখার পর যথাযথ পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করা ছাড়া শেয়ারকৃত সরঞ্জাম ব্যবহার নিষিদ্ধ করা।

- দায়বদ্ধ পক্ষগণকে DOH এর নিম্নলিখিত নির্দেশনা, অনুযায়ী, পরিষ্কারকরণ পদ্ধতিগুলি কার্যকর করতে প্রয়োজন অনুযায়ী সময়ের সামঞ্জস্য বিধান করতে হবে, "COVID-19:স্বাস্থ্য পরিচর্যার জন্য নয় এমন সেটিংগুলির পরিষ্কারকরণ এবং জীবাণুমুক্তকরণের জন্য সাধারণ নির্দেশনা" (General Guidance for Cleaning and Disinfecting for Non-Health Care Settings)।

D. চলাচল ও বাণিজ্য

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই প্রতিষ্ঠানের মধ্যে ভিড়ের প্রবাহ নিরীক্ষণ এবং নিয়ন্ত্রণ করতে হবে যাতে নিশ্চিত করা যায়ঃ
    - সর্বোচ্চ ক্ষমতা এবং সামাজিক দূরত্বের প্রয়োজনীয়তা মেনে চলা; এবং
    - কর্মচারী এবং পৃষ্ঠপোষকসহ সকল ব্যক্তি সাইন-ইন করেন এবং একটি স্বাস্থ্য পরীক্ষা সম্পন্ন করেন।
- দায়বদ্ধ পক্ষদের সরু গলি, হলের রাস্তা অথবা জায়গা বা জিম সরঞ্জামের মাঝের জায়গায় তীরচিহ্ন সহ টেপ বা প্রতীক ব্যবহার করে উভয়মুখী হাঁটা পথের ভিড় কমাতে এবং সমস্ত সাধারণ ব্যবহৃত চত্বরগুলি এবং সাধারণত লাইন তৈরি হতে পারে অথবা লোক জমায়েত হতে পারে এমন কোনো চত্বরে (যেমন ক্লক ইন/আউট স্টেশন, স্বাস্থ্য স্ক্রিনিংয়ের স্টেশন, বিশ্রামের কক্ষ, সরঞ্জাম নেওয়ার এলাকা, ক্যাশ রেজিস্টার এলাকা, লকার রুম) ছয় ফুট দূরত্ব বজায় রাখার চিহ্ন এবং দূরত্বের মার্কার দিয়ে উপযুক্ত ব্যবস্থাপনা নিতে হবে।
- দায়বদ্ধ পক্ষের পরিষ্কারভাবে নির্দিষ্ট, পৃথক প্রবেশদ্বার এবং প্রস্থান প্রদান করা উচিৎ, যতদূর বাস্তবসম্মত হয়।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে পৃষ্ঠপোষকদের জন্য প্রতিষ্ঠানের বাইরে শারীরিক দূরত্ব বজায় রেখে সারিবদ্ধ করে দাঁড় করানোর ব্যবস্থা রাখতে হবে, যার মধ্যে চাক্ষুষ ইঙ্গিত এবং/অথবা সারি নিয়ন্ত্রণ যন্ত্র (যেমন স্টানশন, লাইনের দূরত্ব মার্কার, তীর চিহ্ন)ইত্যাদি অন্তর্ভুক্ত।
- দায়বদ্ধ পক্ষের উচিৎ অন্যান্য পৃষ্ঠপোষকদের মধ্যে সামাজিক দূরত্ব বৃদ্ধি করার জন্য জনগণের ওয়েটিং এলাকার ব্যবস্থা করা (যেমন লাইন, পার্কিং এলাকা) এবং এলাকার অন্যদের সাথে যোগাযোগ কমানোর ব্যবস্থা করা।
- দায়বদ্ধ পক্ষের অন-সাইট মিথস্ক্রিয়া সীমিত করা উচিত (উদাহরণস্বরূপ, যে সমস্ত ব্যক্তি জিম বা ফিটনেস সেন্টার থেকে চলে যাচ্ছেন এবং যারা প্রবেশ করছেন তাদের জন্য পৃথক প্রস্থান এবং প্রবেশদ্বারের ব্যবথা রাখা) এবং চলাচল সীমিত করা উচিৎ s (যেমন কর্মীদের উচিৎ নিজেদের ওয়ার্কস্টেশনের কাছে যথাসম্ভব থাকা)।
    - যেখানে কার্যকর, দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত (1) জিম বা ফিটনেস সেন্টারে চলাচল প্রবাহ পরিচালনা করার জন্য প্রবেশদ্বারের সংখ্যা সীমিত করা এবং দখল/ধারণক্ষমতার সীমা পর্যবেক্ষণ করা এবং (2) অগ্নি নিরাপত্তা এবং অন্যান্য প্রযোজ্য নিয়মকানুন মেনে চলা নিশ্চিত করে সাইন ইন এবং স্বাস্থ্য পরীক্ষার সুবিধা প্রদান করা।
- দায়বদ্ধ পক্ষক যতটা সম্ভব যোগাযোগ সীমিত করতে অবশ্যই পিকআপ এবং ডেলিভারির জন্য নির্দিষ্ট এলাকা নির্দিষ্ট করতে হবে।
- পণ্য বা সরঞ্জাম ডেলিভারির জন্য, দায়বদ্ধ পক্ষদের স্পর্শ না করে একটি ডেলিভারি ব্যবস্থার বাস্তবায়ন করতে হবে, যেখানে ডেলিভারি নেওয়ার সময় ড্রাইভার গাড়িতে বসে থাকবে অথবা যেখানে সম্ভব নয় সেখানে, দায়বদ্ধ পক্ষরা প্রত্যাশিত কার্যকলাপের উপযুক্ত গ্রহণযোগ্য PPE প্রদান করবে যার মধ্যে ন্যূনতমভাবে ডেলিভারি প্রক্রিয়া চলাকালীন সময়ের জন্য বিনামূল্যে ডেলিভারির সাথে জড়িত ব্যক্তির জন্য একটি মুখের আবরণ অন্তর্ভুক্ত থাকে।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে পণ্যের একটি লোড স্থানান্তর (উদাঃ একজন ডেলিভারি ড্রাইভার থেকে) করার আগে এবং পরে অবশ্যই কর্মীদের কর্তৃক হাত জীবাণুমুক্তকরণ নিশ্চিত করতে হবে (যেমন পণ্য লোড করতে শুরু করার আগে হাত জীবাণুমুক্ত করা; এবং একবার সব পণ্য লোড করা হয়ে গেলে, তাদের হাত জীবাণুমুক্ত করে সমাপ্ত করা)।
- দায়বদ্ধ পক্ষর উচিত স্পর্শহীন চেক-ইন এবং পেমেন্ট অপশন বাস্তবায়ন করা অথবা পৃষ্ঠপোষকদের দ্বারা ব্যবহার করার জন্য অগ্রিম পেমেন্টের বিকল্পগুলি প্রদান করা, যখন উপলভ্য করা হয়। দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত নগদ টাকা, ক্রেডিট কার্ড, মেম্বারশিপ কার্ড এবং মোবাইল ডিভাইস পরিচালনা করা সীমিত করা, যেখানে সম্ভব।

II. জায়গা

A. বায়ু ব্যবস্থাপনা সিস্টেম

- সেন্ট্রাল এয়ার হ্যান্ডলিং সিস্টেম সহ ফেসিলিটির জন্য দায়বদ্ধ পক্ষকে কেন্দ্রীয় HVAC সিস্টেম ফিল্টারেশন বর্তমানে ইনস্টল করা ফিল্টার র‍্যাক এবং এয়ার হ্যান্ডলিং সিস্টেমের সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ তা নিশ্চিত করতে হবে, যা ন্যূনতম MERV-13, অথবা শিল্পের সমতুল্য বা তার চেয়ে বেশি (উদাহরণস্বরূপ, HEPA), যেমন প্রযোজ্য, এবং একটি প্রত্যয়িত টেকনিশিয়ান বা সংস্থা, অ্যামেরিকান সোসাইটি অফ হিটিং, রেফ্রিজারেটিং অ্যান্ড এয়ার কন্ডিশনিং (American Society of Heating, Refrigerating and Air-Conditioning Engineers, ASHRAE)-প্রত্যয়িত, পেশাদার, প্রত্যয়িত রেট্রো-কমিসনিং পেশাদার, অথবা নিউ ইয়র্কের লাইসেন্সপ্রাপ্ত পেশাদার বিল্ডিং ইঞ্জিনিয়ার হতে হবে।
    - দায়বদ্ধ পক্ষ CDC এবং ASHRAE সুপারিশ অনুযায়ী অতিরিক্ত ভেন্টিলেশন এবং এয়ার ফিল্ট্রেশন মিটিগেশন প্রোটোকল গ্রহণ করার কথা বিবেচনা করতে পারে, বিশেষ করে 15 বছরের বেশী বয়সী ভবনগুলোর জন্য, যার মধ্যে রয়েছে:
        - কেন্দ্রীয় ব্যবস্থার প্রয়োজনীয় রেট্রো-কমিশনিং, সেই সাথে প্রয়োজন অনুযায়ী পরীক্ষা, ভারসাম্য এবং মেরামত করা;
        - ভেন্টিলেশন রেট এবং আউটডোর এয়ার ভেন্টিলেশন যতটা সম্ভব বাড়ানো;
        - দীর্ঘ সময় ধরে সিস্টেম চালু রাখা, বিশেষ করে দখলদারিত্বের আগে এবং পরে দৈনিক কয়েক ঘন্টার জন্য;
        - চাহিদা-নিয়ন্ত্রিত ভেন্টিলেশন নিষ্ক্রিয় করা, যেখানে যুক্তিসঙ্গত, এবং তাজা বায়ু সরবরাহ বৃদ্ধি কারী সিস্টেম রক্ষণাবেক্ষণ;
        - সম্ভাব্য মাত্রায় পুনঃসঞ্চালন হ্রাস বা নির্মূল করার জন্য আউটডোর এয়ার ড্যাম্পার খোলা;
        - বাইপাস সীমিত করার জন্য ফিল্টারের কিনারা সিল করা;
        - এগুলি সঠিকভাবে কাজ করছে তা নিশ্চিত করতে সিস্টেম এবং ফিল্টার নিয়মিত পরিদর্শন করা, এবং ফিল্টারগুলি যথাযথভাবে ইনস্টল করা, পরিষেবার মেয়াদকালে সার্ভিস করানো হয় তা নিশ্চিত করা।
        - বাসিন্দাদের নিরাপত্তা এবং স্বাচ্ছন্দ্যের জন্য সুযোগ রেখে জানালা খোলা রাখা;
        - বায়ুবাহিত ভাইরাস কণা নিষ্ক্রিয় করতে যথাযথভাবে ডিজাইন করা এবং অতিবেগুনী জীবাণু বিকিরণ (Ultraviolet Germicidal Irradiation (UVGI)) ইনস্টল করা; এবং/অথবা
        - বহনযোগ্য এয়ার ক্লিনার (উদাহরণস্বরূপ, বৈদ্যুতিক HEPA ইউনিট) ব্যবহার করা, যে ইউনিট গুলি যথাযথ কর্মক্ষমতা স্তরে সর্বোচ্চ বায়ু পরিবর্তন হার প্রদান করে এবং ক্ষতিকর বাইপ্রোডাক্ট উৎপাদন করে না।

- কেন্দ্রীয় এয়ার হ্যান্ডলিং সিস্টেম সহ ফেসিলিটির জন্য যেগুলি উপরে উল্লিখিত ন্যূনতম ফিল্টারেশনের মাত্রা (অর্থাৎ, MERV-13 বা তার বেশি) পরিচালনা করতে পারে না, দ্যাবদ্ধ পক্ষের অবশ্যই উচিৎ একটি প্রত্যয়িত HVAC টেকনিশিয়ান, পেশাদার, অথবা কোম্পানি, ASHRAE-প্রত্যয়িত পেশাদার, প্রত্যয়িত রেট্রো-কমিশনিং পেশাদার, অথবা নিউ ইয়র্ক লাইসেন্সপ্রাপ্ত পেশাদার বিল্ডিং ইঞ্জিনিয়ারের থেকে সার্টিফিকেট নেওয়া এবং নথিভুক্ত করা যে বর্তমানে ইনস্টল করা ফিল্টার র ্যাক এবং এয়ার হ্যান্ডলিং সিস্টেম ন্যূনতম স্তরে গরম এবং ঠান্ডা করতে পারবে না যা তারা অন্যথায় COVID-19 মহামারির জনস্বাস্থ্য সঙ্কটের আগে করতে পারতেন এবং যদি তেমন উচ্চ মাত্রার ফিল্ট্রেশন (অর্থাৎ MERV-13 বা তার বেশি) ইন্সটল করা হত। উপরন্তু, আদর্শভাবে MERV-11 বা MERV-12 এর কমে অপারেট করার জন্য দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই স্টেট বা স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের কর্মকর্তাদের পর্যালোচনার জন্য এই ধরনের কাগজপত্র রাখতে হবে, অতিরিক্ত ভেন্টিলেশন এবং এয়ার ফিল্ট্রেশন কমানোর প্রোটোকল সহ।

- উপরন্তু, যেসব দায়বদ্ধ পক্ষের ফ্যাসিলিটির একটি কেন্দ্রীয় এয়ার হ্যান্ডলিং সিস্টেম আছে যারা MERV-13 বা তার বেশি ফিল্টারেশন রেটিং পূরণ করতে অক্ষম তাদের CDC এবং ASHRAE সুপারিশ প্রতি অতিরিক্ত ভেন্টিলেশন এবং এয়ার ফিল্টারেশন মিটিলেশন প্রোটোকল গ্রহণ করতে হবে, যার মধ্যে রয়েছে:
  - কেন্দ্রীয় ব্যবস্থার প্রয়োজনীয় রেট্রো-কমিশনিং, সেই সাথে প্রয়োজন অনুযায়ী পরীক্ষা, ভারসাম্য এবং মেরামত করা;
  - ভেন্টিলেশন রেট এবং আউটডোর এয়ার ভেন্টিলেশন যতটা সম্ভব বাড়ানো;
  - দীর্ঘ সময় ধরে সিস্টেম চালু রাখা, বিশেষ করে দখলদারিত্বের আগে এবং পরে দৈনিক কয়েক ঘন্টার জন্য;
  - চাহিদা-নিয়ন্ত্রিত ভেন্টিলেশন নিষ্ক্রিয় করা, যেখানে যুক্তিসঙ্গত, এবং তাজা বায়ু সরবরাহ বৃদ্ধি কারী সিস্টেম রক্ষণাবেক্ষণ;
  - সম্ভাব্য মাত্রায় পুনঃসঞ্চালন হ্রাস বা নির্মূল করার জন্য আউটডোর এয়ার ড্যাম্পার খোলা;
  - বাইপাস সীমিত করার জন্য ফিল্টারের কিনারা সিল করা;
  - এগুলি সঠিকভাবে কাজ করছে তা নিশ্চিত করতে সিস্টেম এবং ফিল্টার নিয়মিত পরিদর্শন করা, এবং ফিল্টারগুলি যথাযথভাবে ইনস্টল করা, পরিষেবার মেয়াদকালে সার্ভিস করানো হয় তা নিশ্চিত করা।
  - বাসিন্দাদের নিরাপত্তা এবং স্বাচ্ছন্দ্যের জন্য সুযোগ রেখে জানালা খোলা রাখা;
  - বায়ুবাহিত ভাইরাস কণা নিষ্ক্রিয় করতে যথাযথভাবে ডিজাইন করা এবং অতিবেগুনী জীবাণু বিকিরণ (Ultraviolet Germicidal Irradiation, UVGI) ইনস্টল করা; এবং/অথবা
  - বহনযোগ্য এয়ার ক্লিনার (উদাহরণস্বরূপ, বৈদ্যুতিক HEPA ইউনিট) ব্যবহার করা, যে ইউনিট গুলি যথাযথ কর্মক্ষমতা স্তরে সর্বোচ্চ বায়ু পরিবর্তন হার প্রদান করে এবং ক্ষতিকর বাইপ্রোডাক্ট উৎপাদন করে না।

- যে সব দায়বদ্ধ পক্ষের ফ্যাসিলিটিতে কেন্দ্রীয় এয়ার হ্যান্ডলিং সিস্টেম নেই বা পরিচালনা করে না বা অন্যথায় সিস্টেমগুলি রক্ষণাবেক্ষণ করে, তাদের অবশ্যই CDC এবং ASHRAE সুপারিশ অনুযায়ী ভেন্টিলেশন এবং এয়ার ফিল্ট্রেশন মিটিগেশন প্রোটোকল গ্রহণ করতে হবে।
  - বহনযোগ্য এয়ার ক্লিনার (উদাহরণস্বরূপ, বৈদ্যুতিক HEPA ইউনিট) ব্যবহার করা, যে ইউনিট গুলি যথাযথ কর্মক্ষমতা স্তরে সর্বোচ্চ বায়ু পরিবর্তন হার প্রদান করে এবং ক্ষতিকর বাইপ্রোডাক্ট উৎপাদন করে না।
  - সঠিকভাবে কাজ করছে তা নিশ্চিত করতে যেকোনো রুমের ভেন্টিলেশন সিস্টেম এবং ফিল্টার নিয়মিত পরিদর্শন করা, এবং ফিল্টারগুলি যথাযথভাবে ইনস্টল করা, পরিষেবার মেয়াদকালে সার্ভিস করানো হয় তা নিশ্চিত করা।
  - দীর্ঘ সময় ধরে যেকোনো রুমের ভেন্টিলেশন সিস্টেম চালু রাখা, বিশেষ করে দখলদারিত্বের আগে এবং পরে দৈনিক কয়েক ঘন্টার জন্য;
  - তাজা বায়ু গ্রহণ সর্বোচ্চ করতে রুম ভেন্টিলেশন সিস্টেম সেটিং করা, ব্লোয়ার ফ্যান কম গতিতে সেট করা এবং বাসিন্দাদের থেকে যতদূর সম্ভব দূরে মুখ করে দেওয়া;
  - বাসিন্দাদের নিরাপত্তা এবং স্বাচ্ছন্দ্যের জন্য সুযোগ রেখে জানালা খোলা রাখা;
  - যে কোন সিলিং ফ্যান সেট করা যাতে বাসিন্দাদের থেকে উপরের দিকে বাতাস টানতে পারে, যদি প্রযোজ্য হয়;
  - যেখানে সম্ভব ইনডোর বাতাস এক্সজস্টের বদলে জানালায় ফ্যানের অগ্রাধিকার দেওয়া;

- এমন পাখা ব্যবহার করা থেকে বিরত থাকা যা শুধুমাত্র বাতাস পুনঃপ্রবাহ করে অথবা যথাযথ এক্সজস্ট সরবরাহ না করে শুধুমাত্র একটি ঘরে বাতাস দেয়; এবং/অথবা
- বায়ুবাহিত ভাইরাস কণা নিষ্ক্রিয় করতে যথাযথভাবে ডিজাইন করা এবং অতিবেগুনী জীবাণু বিকিরণ (UVGI) ইনস্টল করা;

B. প্রতিরক্ষামূলক সরঞ্জাম

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে কর্মী এবং পৃষ্ঠপোষকদের জিম বা ফিটনেস সেন্টারে প্রবেশের অনুমতি দেওয়া হবে কেবল যদি তারা একটি গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ পরে থাকেন, যদি কর্মী এবং পৃষ্ঠপোষকদের বয়স 2 বছরের বেশী হয় এবং তারা চিকিৎসাগতভাবে এই ধরনের আবরণ সহ্য করতে সক্ষম হন।
  - যারা চিকিৎসাগতভাবে একটি গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ সহ্য করতে অক্ষম, দায়বদ্ধ পক্ষকে নিশ্চিত করতে হবে যে এই ধরনের ব্যক্তিরা সব সময় ফেস শিল্ড পরিধান করে। কিন্তু, CDC "বর্তমানে মাস্কের একটি [পর্যাপ্ত] বিকল্প হিসেবে ফেস শিল্ড ব্যবহারের সুপারিশ করে না।"
- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে কর্মচারী এবং পৃষ্ঠপোষকসহ সকল ব্যক্তিকে নিম্নলিখিত ব্যতিক্রমসহ সব সময় মুখাবরণ পরতে হবে:
  - খাওয়া বা পান করার সময় ব্যক্তিবর্গকে সাময়িকভাবে মুখাবরণ অপসারণ করার অনুমতি দেওয়া হতে পারে, যতক্ষণ তারা অন্য ব্যক্তিদের থেকে ছয় ফুট দূরত্ব বজায় রাখে।
  - মুখাবরণ জলজ সেটিংসে পরা উচিত নয় (উদাহরণস্বরূপ, পুল, ব্যক্তিগত শাওয়ার)।
- নির্দিষ্ট কর্মক্ষেত্রের ক্রিয়াকলাপের জন্য আবশ্যিক PPE এর প্রয়োজনীয়তা ছাড়াও, দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে অবশ্যই গ্রহণযোগ্য মুখের আবরণ সংগ্রহ করতে, তৈরি করতে বা অন্যথায় অর্জন করতে হবে এবং এই ধরনের আবরণ কর্মক্ষেত্রে থাকাকালীন কর্মচারীদের বিনা মূল্যে প্রদান করা উচিত। দায়বদ্ধ পক্ষগুলির কাছে মুখের আবরণ, মাস্ক এবং অন্যান্য প্রয়োজনীয় ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক সরঞ্জাম (PPE)-এর পর্যাপ্ত যোগান থাকা উচিত, যদি কোনো কর্মচারীর প্রতিস্থাপন প্রয়োজন বা একজন পৃষ্ঠপোষকের তা প্রয়োজন হয়।
  - গ্রহণযোগ্য মুখাবরণের মধ্যে অন্তর্ভুক্ত থাকবে, কিন্তু এর মধ্যে সীমাবদ্ধ নয়, কাপড় (উদা: বাড়িতে তৈরি সেলাই করা কাপড়, কুইক কাটা), সার্জিক্যাল মাস্ক, এবং N95 রেসপিরেটর যা ব্যায়ামের জন্য উপযুক্ত। ব্যান্ডানা, বাফ, এবং গেইটার জিম এবং ফিটনেস সেন্টারে ব্যবহারের জন্য গ্রহণযোগ্য মুখের আবরণ নয়।
- মুখাবরণ ব্যবহারের পর পরিষ্কার বা প্রতিস্থাপন করতে হবে এবং ভাগাভাগি করা যাবে না। অনুগ্রহ করে কাপড়ের মুখাবরণ এবং অন্যান্য ধরনের PPE সম্পর্কে অতিরিক্ত তথ্যের জন্য রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (CDC) এর নির্দেশিকা দেখুন, একইসাথে তা ব্যবহার এবং পরিষ্কারের নির্দেশাবলী।
  - লক্ষ্য রাখবেন যে, যেসব ক্ষেত্রে কাজের প্রকৃতির কারণে ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক সরঞ্জাম হিসাবে উচ্চ মাত্রার সুরক্ষা প্রয়োজন হয় সেসব ক্ষেত্রে কাপড়, ডিসপোজেবল মুখাবরণ কর্মক্ষেত্রের কার্যকলাপের জন্য মুখ আবরণ হিসাবে গ্রহণযোগ্য নয়। এই ধরনের নিরাপত্তা সরঞ্জামের জন্য OSHA মান অবশ্যই মেনে চলতে হবে।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই কর্মী এবং পৃষ্ঠপোষকদের পরামর্শ দিতে হবে যদি মাস্ক ভিজে যায় বা ময়লা হয়ে যায় তাহলে তাদের মুখাবরণ নিয়মিত পরিষ্কার বা প্রতিস্থাপন করতে হবে।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে কর্মীদের নিজস্ব গ্রহণযোগ্য মুখাবরণ ব্যবহার করতে অনুমতি দিতে হবে কিন্তু কর্মীদের তাদের নিজের মুখ আবরণ সরবরাহ করতে বাধ্য করতে পারবে না। উপরন্তু, এই নির্দেশিকা কর্মীদের তাদের ব্যক্তিগত মালিকানাধীন অতিরিক্ত প্রতিরক্ষামূলক আবরণ (যেমন সার্জিকাল মাস্ক, N95 রেস্পিরেটর, বা ফেস শিল্ড) পরা থেকে প্রতিরোধ করবে না, অথবা অন্যথায় যদি দায়বদ্ধ পক্ষ অনুযায়ী তাদের কাজের প্রকৃতির কারণে কর্মীদের

আরো বেশি নিরাপত্তামূলক ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক সরঞ্জাম (PPE) ব্যবহারের প্রয়োজন হয়। নিয়োগকর্তাদের সকল প্রযোজ্য পেশাগত নিরাপত্তা এবং স্বাস্থ্য প্রশাসন (OSHA) মান মেনে চলতে হবে।

- দায়বদ্ধ পক্ষগণকে যন্ত্রপাতির মতো জিনিসগুলি শেয়ার করা, সেইসাথে রেলিং এবং ক্যাশ রেজিস্টারের মত শেয়ার করা পৃষ্ঠতলগুলি (ওয়ার্কআউট যন্ত্রপাতি ব্যাতিত) স্পর্শ করা সীমিত করতে হবে; অথবা, শেয়ার করা জিনিসগুলির বা প্রায়শই স্পর্শ করা পৃষ্ঠতলগুলির সংস্পর্শে আসার সময় কর্মীদের গ্লাভস (কাজের প্রয়োজনীয়তা অনুযায়ী বা মেডিকেল) পরা বাধ্যতামূলক করতে হবে; অথবা নিজেদের হাত, সংস্পর্শে আসার আগে এবং পরে জীবাণুমুক্ত করতে হবে।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে PPE – যার মধ্যে মুখাবরণ অন্তর্ভুক্ত, কিন্তু সীমাবদ্ধ নয়– কীভাবে যথাযথ ভাবে রাখা যায়, খুলে নেওয়া যায়, পরিষ্কার করা হয় (যেমন প্রযোজ্য), এবং ফেলে দেওয়া যায় সেই বিষয়ে কর্মচারীদের প্রশিক্ষণ দিতে হবে।

C. স্বাস্থ্যবিধি, পরিচ্ছন্নতা, এবং জীবানুমুক্তকরণ

- প্রাসঙ্গিকতা অনুযায়ী, দায়বদ্ধ পক্ষগণকে অবশ্যই CDC এবং DOH এর সুপারিশকৃত স্বাস্থ্যবিধি এবং পরিচ্ছন্নতা ও জীবাণুমুক্তকরণ সংক্রান্ত বাধ্যবাধকতাগুলি মেনে চলতে হবে, যেমন সেগুলি প্রযোজ্য, যার মধ্যে আছে "COVID-19 এর জন্য সরকারি এবং বেসরকারি কেন্দ্রগুলি পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করার নির্দেশিকা" (Guidance for Cleaning and Disinfection of Public and Private Facilities for COVID-19), এবং "ছড়িয়ে পড়া থামান" (STOP THE SPREAD) পোস্টার। দায়বদ্ধ পক্ষকে লগ বজায় রাখতে হবে যাতে তারিখ, সময় এবং পরিচ্ছন্নতার পরিধি অন্তর্ভুক্ত।

- দায়বদ্ধ পক্ষগুলোকে অবশ্যই সাইটে হ্যান্ড হাইজিন স্টেশন প্রদান করতে এবং রক্ষণাবেক্ষণ করতে হবে, নিম্নরূপে:
    - হাত ধোয়ার জন্য: সাবান, চলমান উষ্ণ পানি, এবং নিষ্পত্তিযোগ্য কাগজের তোয়ালে।
    - হাত স্যানিটাইজ করার জন্য: যেখানে হাত ধোয়ার সুবিধা পাওয়া যাবে না বা সম্ভব নাও হতে পারে সেইসব এলাকার জন্য একটি অ্যালকোহল ভিত্তিক হ্যান্ড স্যানিটাইজার যাতে অন্তত 60% অ্যালকোহল থাকে।
    - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই কর্মী এবং পৃষ্ঠপোষকদের ব্যবহারের জন্য জিম বা ফিটনেস সেন্টার জুড়ে হ্যান্ড স্যানিটাইজার উপলভ্য করতে হবে (উদাহরণস্বরূপ, প্রবেশদ্বার, প্রস্থান, অ্যাপয়েন্টমেন্ট ডেস্ক, ওয়ার্কআউট স্টেশনের পাশে)। যেখানে সম্ভব স্পর্শবিহীন হ্যান্ড স্যানিটাইজার ডিসপেনসার রাখতে হবে।

- দায়বদ্ধ পক্ষগণকে হ্যান্ড স্যানিটাইজারের জায়গাগুলির কাছে খুব বেশি নোংরা হাত সাবান এবং জল দিয়ে ধুতে হবে চিহ্নিত করে সাইনেজ দিতে হবে; হ্যান্ড স্যানিটাইজার খুব বেশি নোংরা হাতে কার্যকর হয় না।

- দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে PPE সহ ময়লা সামগ্রী নিষ্পত্তির পাত্র জিম বা ফিটনেস সেন্টারের চারপাশে স্থাপন করা উচিৎ।
- দায়িত্বশীল দলগুলোর উচিত পৃষ্ঠপোষকদের তাদের নিজস্ব সরঞ্জাম (যেমন, তোয়ালে, যোগব্যায়ামের ম্যাট, গ্রুপ ক্লাসে ব্যবহৃত হ্যান্ড ওয়েট) আনতে উৎসাহিত করা।
    - যদিও পৃষ্ঠপোষকদের নিজস্ব তোয়ালে আনা সবচেয়ে ভালো অভ্যাস, দায়বদ্ধ পক্ষ পৃষ্ঠপোষকদের তোয়ালে সরবরাহ করতে পারে এবং লন্ড্রি সেবা প্রদান করতে পারে, যদি তারা CDC নির্দেশিকা অনুযায়ী তা করে থাকে, যার মধ্যে রয়েছে:
        - প্রস্তুতকারকের নির্দেশনা অনুযায়ী, উষ্ণতম উপযুক্ত পানি সেটিং ব্যবহার করে আইটেম ধোয়া এবং সম্পূর্ণ শুকানো।
        - নোংরা লন্ড্রি সামলানোর সময় ডিসপোজেবল গ্লাভস পরা।
        - নোংরা লন্ড্রি ঝাঁকানো যাবে না।

- কাপড়ের হ্যাম্পার পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করুন।
- গ্লাভস খুলে ফেলুন, এবং লন্ড্রি সার্ভিস করার পর পরই হাত ধুয়ে ফেলুন।

- দায়বদ্ধ পক্ষগুলোকে জিম বা ফিটনেস সেন্টার নিয়মিতভাবে পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করতে হবে এবং অনেকের দ্বারা ব্যবহৃত উচ্চ ঝুঁকি সম্পন্ন স্থানগুলিকে আরও নিয়মিত পরিষ্কার এবং জীবানুমুক্ত করতে হবে। পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্তকরণ যথাযথ এবং চলমান হতে হবে এবং কার্যক্রম চলা অবস্থায় ঘন ঘন এবং প্রয়োজন অনুযায়ী হতে হবে। কীভাবে ফ্যাসিলিটিগুলি পরিষ্কার করবেন তার বিশদ নির্দেশাবলীর জন্য অনুগ্রহ করে DOH এর "COVID-19 এর জন্য সরকারি এবং বেসরকারি কেন্দ্রগুলি পরিষ্কার করা এবং জীবাণুমুক্ত করার বিষয়ে অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Cleaning and Disinfection of Public and Private Facilities for COVID-19) দেখুন।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে প্রতিবার ব্যবহারের পর কর্মচারী বা পৃষ্ঠপোষকদের দ্বারা শেয়ারকৃত সরঞ্জাম এবং মেশিন পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করা হয়।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে ভাগাভাগি করা এবং প্রায়শই স্পর্শ করা পৃষ্ঠতল এবং সরঞ্জাম পরিষ্কার করার জন্য উপযুক্ত পরিচ্ছন্নতার/জীবাণুমুক্তকরণ উপকরণ সরবরাহ করতে হবে এবং এই পৃষ্ঠতলের ব্যবহারের আগে এবং পরে পৃষ্ঠপোষকদের হাতের পরিচ্ছন্নতা সহ প্রস্তুতকারকের নির্দেশনা অনুসরণ করে এই উপকরণ ব্যবহার করতে উত্সাহিত করতে হবে।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে ব্যবহারকারীদের মধ্যে সরঞ্জাম "মুছে ফেলা" (অর্থাৎ, পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত) করার জন্য যথেষ্ট কর্মী উপলভ্য আছে, কিন্তু দায়বদ্ধ পক্ষ প্রতিবার ব্যবহারের আগে এবং/বা পরে পৃষ্ঠপোষকদের সরঞ্জাম "মুছে ফেলার" নিয়ম রাখতে পারে।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে ভাড়ার সরঞ্জাম (উদাহরণস্বরূপ, ক্লিটেড জুতা, যোগব্যায়ামের ম্যাট) পরিষ্কার করা এবং ব্যবহারের মধ্যে জীবাণুমুক্ত করা হয়।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে লকার রুম এবং বিশ্রামকক্ষ নিয়মিত পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করা নিশ্চিত করতে হবে। লকার রুম এবং বিশ্রামকক্ষ অন্তত প্রতি দুই ঘন্টা অন্তর পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করতে হবে, অথবা ব্যবহারের ঘনত্বের উপর নির্ভর করে আরও ঘন ঘন।
  - যেখানে সম্ভব সেখানে দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই চিহ্ন, ব্যবহৃত হচ্ছে এমন চিহ্ন এবং অন্যান্য পদ্ধতিতে বিশ্রামকক্ষের ধারণ ক্ষমতা হ্রাস করে দূরত্ব বিধিমালা পালন নিশ্চিত করতে হবে।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে শেয়ারকৃত ওয়ার্কস্টেশন (উদাহরণস্বরূপ, চেক-ইন ডেস্ক) পরিষ্কার করা এবং বিভিন্ন কর্মচারীদের ব্যবহারের মধ্যে জীবাণুমুক্ত করা হয়।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে সরঞ্জাম নিয়মিত (উদাহরণস্বরূপ, প্রত্যেক পৃষ্ঠপোষকের ব্যবহারের মধ্যে) রেজিস্টার্ড জীবাণুনাশক ব্যবহার করে পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করা হয়। EPA দ্বারা COVID-19-এর বিরুদ্ধে কার্যকর হিসেবে শনাক্ত হওয়া নিউইয়র্ক স্টেটের পরিবেশ সংরক্ষণ দপ্তরের (Department of Environmental Conservation, DEC) নিবন্ধিত পণ্যগুলোর তালিকা ব্যবহার করুন।
- পরিষ্কার বা জীবাণুমুক্ত করার পণ্যগুলি অথবা পরিষ্কার বা জীবাণুনাশের প্রক্রিয়া নিরাপত্তার ঝুঁকি তৈরি করে অথবা উপকরণ বা যন্ত্রপাতির কর্মক্ষমতা কমিয়ে দিলে, দায়বদ্ধ পক্ষকে এমন যন্ত্রপাতি বন্ধ করতে হবে, সরবরাহের মাঝে হাত ধোয়ার জায়গায় ব্যবস্থা করতে হবে, নিষ্পত্তিযোগ্য গ্লাভসের ব্যবহার এবং/অথবা সেই ধরনের যন্ত্রপাতি ব্যবহারে কর্মী সংখ্যার সীমাবদ্ধতা আনতে হবে।
- একজন ব্যক্তি COVID-19 এ আক্রান্ত হওয়ার ক্ষেত্রে দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে অবশ্যই তাদের দ্বারা ব্যবহৃত এলাকা পরিষ্কারের এবং জীবাণুমুক্ত করার ব্যবস্থা করতে হবে, এবং সেই পরিষ্কার করা এবং জীবাণুমুক্তকরণে কমপক্ষে সকল অধিক পরিবহনের এলাকা এবং বেশি স্পর্শ করা পৃষ্ঠতল (যেমন ফিটনেস জন্ত্রপারি, মেশিন, হ্যান্ডরেল, চেক-ইন ডেস্ক) অন্তর্ভুক্ত হতে হবে।

- কোনো ব্যক্তির COVID-19 আছে বলে সন্দেহ হলে অথবা নিশ্চিত হলে "আপনার ফেসিলিটি পরিষ্কার করা এবং জীবাণুমুক্ত করা"র (Cleaning and Disinfecting Your Facility) উপর CDC এর নির্দেশিকা নিম্নরূপ:
  - COVID-19 এ আক্রান্ত সন্দেহভাজন ব্যক্তি বা অসুস্থ ব্যক্তি দ্বারা ব্যবহৃত এলাকা বন্ধ করে দিন।
    - দায়বদ্ধ পক্ষকে তাদের কাজকর্ম বন্ধ করতে হবে না, যদি তারা ক্ষতিগ্রস্ত এলাকাগুলি বন্ধ করতে পারে।
  - এলাকায় বিমান বাতাস বাড়ানোর জন্য বাইরের দরজা ও জানালা খুলুন।
  - পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্ত করার আগে 24 ঘন্টা অপেক্ষা করুন। যদি 24 ঘন্টা সম্ভব না হয়, তাহলে যতক্ষণ সম্ভব অপেক্ষা করুন।
  - কোনো ব্যক্তির COVID-19 আছে বলে সন্দেহ হলে অথবা নিশ্চিত হলে, সেই ব্যক্তির ব্যবহার করা অঞ্চলগুলি, যেমন বাথরুম, সকলের ব্যবহারের অঞ্চলগুলি এবং শেয়ার করা যন্ত্রপাতিগুলি পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করুন।
  - একবার অঞ্চলটি যথাযথভাবে পরিষ্কার ও জীবাণুমুক্ত করা হয়ে গেলে, সেটি ব্যবহারের জন্য আবার খুলে দেওয়া যেতে পারে।
    - COVID-19 আছে বলে সন্দেহ করা হয়েছে অথবা নিশ্চিত করা হয়েছে এমন ব্যক্তির সাথে ঘনিষ্ঠ বা নিকট যোগাযোগ নেই এমন ব্যক্তিবর্গ পরিষ্কার এবং জীবানুমুক্তকরণের পর পরই এলাকায় ফিরে যেতে পারেন।
    - "ঘনিষ্ঠ বা নিকট" যোগাযোগ সম্পর্কে তথ্যের জন্য DOH এর "COVID-19 সংক্রমণ বা এক্সপোজারের পর কাজে ফিরে আসা সরকারি ও বেসরকারি কর্মচারীদের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Public and Private Employees Returning to Work Following COVID-19 Infection or Exposure) দেখুন।
  - COVID-19 এ সন্দেহভাজন বা নিশ্চিত অসুস্থ ব্যক্তির প্রদর্শন বা জিম বা ফিটনেস সেন্টার ব্যবহারের পর যদি সাত দিনের বেশি সময় অতিবাহিত হয়, তাহলে অতিরিক্ত পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্তকরণের প্রয়োজন নেই, কিন্তু নিয়মমাফিক পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্তকরণ করা উচিত।
- দায়বদ্ধ পক্ষগণকে কর্মচারীদের মধ্যে খাবার এবং পানীয় (যেমন, নিজে পরিবেশিত খাবার এবং পানীয়) ভাগ করে খাওয়া অবশ্যই নিষিদ্ধ করতে হবে, কর্মচারীদের বাড়ি থেকে লাঞ্চ নিয়ে আসতে উৎসাহিত করতে হবে, এবং খাবার খাওয়ার সময় সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার মতো পর্যাপ্ত জায়গা রিজার্ভ রাখতে হবে।

D. পর্যায়ক্রমিকভাবে পুনরায় শুরু করা

- দায়বদ্ধ পক্ষকে পুনরায় খোলার ক্রিয়াকলাপ পর্যায়ক্রমিকভাবে করার জন্য উৎসাহিত করা হয় যাতে উৎপাদন বা কাজ স্বাভাবিক পর্যায়ে ফিরে আসার আগে পরিচালন সংক্রান্ত সমস্যার সমাধান করা সম্ভব হয়। দায়বদ্ধ পক্ষকে প্রথমবার পুনরায় খোলার সময় পরিবর্তনের সঙ্গে মানিয়ে নিয়ে ক্রিয়াকলাপ উপলভ্য করে তোলার জন্য কর্মী সংখ্যা, কাজের সময় এবং সেবা প্রদান করা পৃষ্ঠপোষকদের সংখ্যা সীমিত করার কথা বিবেচনা করতে হবে।

E. যোগাযোগ পরিকল্পনা

- দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে অবশ্যই নিশ্চিত করতে হবে যে তারা রাজ্যের জারি করা শিল্প নির্দেশিকা পর্যালোচনা করেছেন এবং বুঝতে পেরেছেন, এবং তারা তা বাস্তবায়ন করবেন।
- দায়বদ্ধ পক্ষকে কর্মচারী এবং পৃষ্ঠপোষকদের জন্য একটি যোগাযোগ পরিকল্পনা গড়ে তুলতে হবে যা প্রযোজ্য নির্দেশাবলী, প্রশিক্ষণ, সাইনেজ এবং কর্মচারীদের তথ্য প্রদানের একটি অবিচলিত উপায়কে অন্তর্ভুক্ত করে। দায়বদ্ধ পক্ষ ওয়েবপেজ, টেক্সট এবং ইমেল গ্রুপ, এবং সোশ্যাল মিডিয়া গড়ে তোলার কথা বিবেচনা করতে হবে।

- দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত সাইনেজ ও মৌখিক যোগাযোগের মাধ্যমে গ্রাহকদের PPE- বিশেষত মুখাবরণের ব্যাবহারের ক্ষেত্রে CDC এবং DOH এর নির্দেশিকা মেনে চলতে উৎসাহিত করা।

- দায়বদ্ধ পক্ষের উপযুক্ত স্বাস্থ্যবিধি, শারীরিক দূরত্ব বজায় রাখার নিয়ম, PPE এর উপযুক্ত ব্যবহার এবং পরিষ্করণ ও জীবাণুনাশের প্রোটোকলগুলি মেনে চলার কথা কর্মী এবং গ্রাহকদের মনে করিয়ে দিতে জিম বা ফিটনেস সেন্টারের ভিতরে এবং বাইরে চিহ্ন লাগাতে হবে।

III. প্রক্রিয়াসমূহ

A. স্ক্রিনিং এবং টেস্টিং

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই কর্মী এবং পৃষ্ঠপোষকদের জন্য বাধ্যতামূলক দৈনিক স্বাস্থ্য পরীক্ষা অনুশীলন বাস্তবায়ন করতে হবে এবং যেখানে কার্যকর, বিক্রেতা এবং ঠিকাদারদের ক্ষেত্রেও, কিন্তু এই ধরনের স্ক্রিনিং ডেলিভারি কর্মীদের জন্য বাধ্যতামূলক করা হবে না।
- ব্যক্তিবর্গ জিম বা ফিটনেস সেন্টারে প্রবেশ করার আগে, যতখানে সম্ভব, স্ক্রিনিংয়ের কাজগুলি দূরবর্তীভাবে করা যেতে পারে (যেমন টেলিফোনে বা ইলেকট্রনিকভাবে), বা সাইটে করা যেতে পারে।
- স্ক্রিনিং শেষ হওয়ার পূর্বে একে অপরের সাথে ঘনিষ্ঠ বা নিকট সংস্পর্শে মেলামেশা করা থেকে কর্মীদের বিরত রাখার জন্য স্ক্রীনিং এর সমন্বয়সাধন করা উচিত।
- অন্তত সব কর্মী, পৃষ্ঠপোষক এবং যেখানে সম্ভব, ঠিকাদার এবং বিক্রেতাদের স্ক্রিনিং করতে হবে এবং একটি প্রশ্নাবলী ব্যবহার করতে হবে যা নির্ধারণ করে যে ব্যক্তির সাথে নিম্নোক্ত ঘটনা ঘটেছে কি না:
    (a) জেনেশুনে গত 14 দিনের মধ্যে COVID-19 এর জন্য পরীক্ষায় পজিটিভ ফল এসেছে বা যার মধ্যে COVID-19 এর উপসর্গ রয়েছে এমন কারোর ঘনিষ্ঠ সংস্পর্শে থেকেছেন;

    (b) গত 14 দিনের মধ্যে COVID-19 এর জন্য ডায়াগনস্টিক পরীক্ষার মাধ্যমে পজিটিভ পরীক্ষিত হয়েছেন; অথবা

    (c) গত 14 দিনে তার COVID-19 এর কোনও লক্ষণ দেখা দিয়েছে কি না। এবং

    (d) গত 14 দিনে 24 ঘন্টারও বেশি সময় ধরে COVID-19 এর উল্লেখযোগ্য কমিউনিটি সংক্রমণ আছে এমন স্টেটে ভ্রমণ করেছেন।

- COVID-19 এর সাথে সংশ্লিষ্ট উপসর্গ সম্পর্কে সর্বাধিক হালনাগাদকৃত তথ্যের জন্য "করোনাভাইরাসের লক্ষণ" (Symptoms of Coronavirus) সম্পর্কে CDC নির্দেশিকা দেখুন।

- COVID-19 এবং কোয়ারান্টাইন প্রয়োজনীয়তা সহ রাজ্যগুলির সর্বোচ্চ হালনাগাদ তথ্যের জন্য DOH ভ্রমণ নির্দেশিকা দেখুন।

- স্ক্রিনিংয়ের চর্চাগুলি অন্তর্ভুক্ত করে:

    - জায়গা এবং ভবনের গঠনপ্রণালী সুযোগ দিলে, COVID-19 এর সন্দেহজনক বা নিশ্চিত কেসের ক্ষেত্রে প্রভাবটিকে ন্যুনতম করতে বিল্ডিংয়ের প্রবেশদ্বারে বা তার নিকটে ব্যক্তিবর্গকে স্ক্রিন করুন।

    - স্ক্রিনিং এবং/অথবা বিল্ডিংয়ে প্রবেশের জন্য লাইনে দাঁড়িয়ে থাকা ব্যক্তিবর্গকে যথাযথ সামাজিক দূরত্ব বজায় রাখার সুযোগ দিন।

- যারা দূরবর্তীভাবে স্ক্রিন হয়েছেন বা প্রবেশের সময় স্ক্রিন করেছেন শুধুমাত্র তাদেরই প্রবেশ করতে দিন।
- যদি তাপমাত্রা পরীক্ষা করা হয়, তাহলে সম্ভাব্য উপসর্গযুক্ত ব্যক্তিবর্গকে শনাক্ত করতে বিল্ডিংয়ের প্রবেশদ্বারে স্পর্শহীন থার্মাল ক্যামেরা ব্যবহার করুন এবং একটি পরবর্তী স্ক্রিনিং সম্পূর্ণ করতে তাদেরকে মাধ্যমিক স্ক্রিনিং অঞ্চলে প্রেরণ করুন। যদি সম্ভব না হয় বা সহজসাধ্য না হয়, তাহলে যোগাযোগবিহীন থার্মোমিটার ব্যবহার করে তাপমাত্রা পরীক্ষা করা যেতে পারে।

- দায়বদ্ধ পক্ষের উচিৎ কর্মীদের জন্য এটি আবশ্যক করা যাতে, যদি এবং যখন উপরোক্ত কোন প্রশ্নের প্রতি তাদের উত্তরে পরিবর্তন হয় তারা যেন অবিলম্বে তা প্রকাশ করেন, যেমন যদি তারা উপসর্গ অনুভব করতে শুরু করেন, কাজের সময় বা তার পরে।

- সম কর্মসংস্থানের সুযোগ কমিশন (Equal Employment Opportunity Commission) বা DOH এর নির্দেশিকা অনুযায়ী তাপমাত্রা পরীক্ষা করাও হতে পারে। দায়বদ্ধ পক্ষ কর্তৃক কর্মীদের স্বাস্থ্য তথ্যের রেকর্ড রাখা নিষিদ্ধ (উদাহরণস্বরূপ, একজন ব্যক্তির নির্দিষ্ট তাপমাত্রার তথ্য), কিন্তু এমন রেকর্ড বজায় রাখার অনুমতি দেওয়া হয় যা নিশ্চিত করে যে ব্যক্তিকে স্ক্রিন করা হয়েছে এবং এই ধরনের স্ক্রিনিং এর ফলাফল (উদাহরণস্বরূপ, পাস/ফেল, ক্লিয়ার/ক্লিয়ার করা হয়নি)।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে নিশ্চিত করতে হবে যে তাপমাত্রা পরীক্ষণ সহ অন্যান্য স্ক্রিনিং কার্যক্রম সম্পাদন করা কোনো কর্মী, জিম বা ফিটনেস সেন্টারে প্রবেশ করা সম্ভাব্য সংক্রামিত ব্যক্তিদের দ্বারা সংক্রমণ থেকে যথাযথ ভাবে সুরক্ষিত। যে কর্মীরা স্ক্রিনিং কার্যক্রম সম্পাদন করেন তাদের রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ কেন্দ্র (CDC), স্বাস্থ্য বিভাগ (DOH) এবং পেশাগত নিরাপত্তা এবং স্বাস্থ্য প্রশাসন (OSHA) প্রোটোকলের সাথে পরিচিত, নিয়োগকর্তার দ্বারা সনাক্ত করা ব্যক্তিদের দ্বারা প্রশিক্ষিত হওয়া উচিত।

- স্ক্রিনিং করা কর্মীদের জন্য কমপক্ষে একটি স্বীকৃত ফেস কভারিং বা মাস্ক সহ ব্যক্তিগত প্রতিরক্ষামূলক সরঞ্জাম (PPE) প্রদান করা উচিত এবং তাদের তা ব্যবহার করা উচিত, এবং তাতে গ্লাভস, একটি গাউন, এবং/অথবা একটি ফেস শিল্ড অন্তর্ভুক্ত হতে পারে।

- COVID-19 পজিটিভ হওয়া কোন কর্মীকে প্রতিষ্ঠানে প্রবেশ করার অনুমতি দেওয়া উচিত নয় এবং যে কর্মীরা পরীক্ষায় পজিটিভ ফল লাভ করেছেন তাদের অবশ্যই স্বাস্থ্যসেবা প্রদানকারির সাথে যোগাযোগের নির্দেশনাবলী দিয়ে বাড়িতে পাঠিয়ে দেওয়া উচিত।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে কর্মচারীটিকে দূরবর্তীভাবে স্বাস্থ্যসেবা ও টেস্টিং রিসোর্সের তথ্য প্রদান করতে হবে।
  - দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে COVID-19 পরীক্ষণে কোনো ইতিবাচক ফলাফল সম্পর্কে অবিলম্বে রাজ্য এবং স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগকে জানাতে হবে।

- দায়বদ্ধ পক্ষের COVID-19 এর সন্দেহভাজন বা নিশ্চিত কেস বা COVID-19 এ আক্রান্ত ব্যক্তির সাথে ঘনিষ্ঠ বা কাছাকাছি যোগাযোগের পর কাজে ফিরে আসতে চাওয়া কর্মচারীদের সংক্রান্ত প্রোটোকল বা পলিসি জানার জন্য "COVID-19 সংক্রমণ বা এক্সপোজারের পর কাজে ফিরে আসা সরকারি ও বেসরকারি কর্মচারীদের জন্য অন্তর্বর্তীকালীন নির্দেশিকা" (Interim Guidance for Public and Private Employees Returning to Work Following COVID-19 Infection or Exposure) দেখা উচিত।

- দায়বদ্ধ পক্ষের উচিত যোগাযোগের একটি কেন্দ্রীয় ব্যক্তি নির্ধারণ করা, যা কার্যকলাপ, অবস্থান, শিফট বা দিন দ্বারা পরিবর্তিত হতে পারে, যে সকল প্রশ্নপত্র গ্রহণ এবং যাচাই করার জন্য দায়ী, এই ধরনের যোগাযোগের ব্যক্তিকে সবার জন্য নির্দিষ্ট পার্টি হিসেবে চিহ্নিত করা হয়েছে যাকে তারা পরে COVID-19 সম্পর্কিত উপসর্গ অনুভব করছে কি না তা জানাবে।

- জিম বা ফিটনেস সেন্টারের জন্য চিহ্নিত যোগাযোগের ব্যক্তিকে শনাক্ত কেসের ব্যক্তিদের কাছ থেকে বিজ্ঞপ্তি পেতে এবং সংশ্লিষ্ট পরিষ্কার এবং জীবাণুমুক্তকরণ প্রক্রিয়া শুরু করার জন্য প্রস্তুত থাকতে হবে।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই একটি সাইট নিরাপত্তা মনিটর মনোনীত করতে হবে যার দায়িত্বের মধ্যে রয়েছে সাইটের নিরাপত্তা পরিকল্পনার সকল দিক সর্বদা মেনে চলা নিশ্চিত করা।

- দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই যথাযথ PPE পরিধান করে বা স্পর্শহীন উপায়ে সম্পন্ন করা ডেলিভারিগুলি ছাড়া, কর্মী ও পৃষ্ঠপোষক, এবং যেখানে সম্ভব ঠিকাদার এবং বিক্রেতা সহ প্রত্যেক ব্যক্তির, যাদের কাজের সাইটে বা অঞ্চলে অন্যান্য ব্যক্তিদের সাথে নিকট বা ঘনিষ্ঠ সংযোগ হতে পারে তাদের জন্য সব সময় একটি অব্যাহত লগ বজায় রাখতে হবে। লগটিতে অবশ্যই প্রত্যেক ব্যক্তির পূর্ণ নাম, ঠিকানা এবং ফোন নম্বর সহ যোগাযোগ তথ্য ধারণ করতে হবে, যাতে একটি ইতিবাচক COVID-19 কেসের ক্ষেত্রে সকল যোগাযোগ চিহ্নিত, খুঁজে বের করা এবং অবহিত করা যেতে পারে।
  - সাইন-ইন প্রক্রিয়াটি যেকোন উপায়ে পরিচালিত হতে পারে যা দায়বদ্ধ পক্ষ উপরোক্ত যোগাযোগ তথ্য সংগ্রহ করতে প্রতিষ্ঠা করে, জার মধ্যে অন্তর্ভুক্ত কিন্তু এতেই সীমাবদ্ধ নয় একটি ডিজিটাল অ্যাপ্লিকেশন, বারকোড রিডার, সোয়াইপ কার্ড রিডার, এবং/অথবা কাগজ ফর্ম।
  - দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই 28 দিন ধরে উল্লিখিত সাইন-ইন তথ্যের রেকর্ড বজায় রাখতে হবে এবং অনুরোধ করা হলে রাজ্য ও স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগের কাছে এই ধরনের তথ্য উপলভ্য করতে হবে।

B. শনাক্ত এবং খুঁজে বের করা

- দায়বদ্ধ পক্ষ তাদের জিম বা ফিটনেস সেন্টারে কোনো ব্যক্তি COVID-19 পরীক্ষায় পজিটিভ ফলাফল হয়েছে বলে জানতে পারলে তাদের অবশ্যই অবিলম্বে স্টেট এবং স্থানীয় স্বাস্থ্য বিভাগকে সেই সম্পর্কে জানাতে হবে।

- টেস্টিংয়ে একজন ব্যক্তি পজিটিভ হলে, দায়বদ্ধ পক্ষকে জিম বা ফিটনেস সেন্টারে ঐ ব্যক্তির সংস্পর্শে আসা সকলকে চিহ্নিত করার জন্য স্টেট এবং স্থানীয় স্বাস্থ্য দপ্তরের সাথে সহযোগিতা করতে হবে এবং ব্যক্তি প্রথম COVID-19 এর উপসর্গ বোধ করার বা পজিটিভ টেস্ট হওয়ার, এর মধ্যে যেটি আগে হয়েছে, তার 48 ঘণ্টা আগে জিম বা ফিটনেস সেন্টারে প্রবেশ করা সকল ব্যক্তিদের সম্পর্কে স্টেট এবং স্থানীয় স্বাস্থ্য দপ্তরকে অবগত করতে হবে। ফেডারেল এবং স্টেট আইন এবং প্রবিধান অনুযায়ী প্রয়োজন অনুসারে গোপনীয়তা বজায় রাখতে হবে।

  - জিম বা ফিটনেস সেন্টারে থাকাকালীন কোন ব্যক্তির উপসর্গ দেখানোর ক্ষেত্রে, দায়বদ্ধ পক্ষকে অবশ্যই আশেপাশের এলাকার কর্মীদের অথবা যারা প্রভাবিত হয়ে থাকতে পারেন তাদের উক্ত ব্যক্তি জিম বা ফিটনেস সেন্টার জুড়ে কোথায় কোথায় ছিলেন সে সম্পর্কে তথ্য অবিলম্বে জানাতে হবে এবং যদি উক্ত ব্যক্তি ইতিবাচক পরীক্ষা করে থাকেন তাহলে তাদের অবহিত করতে হবে।

- স্টেট এবং স্থানীয় স্বাস্থ্য অধিদপ্তর তাদের আইনি ক্ষমতাবলে গৃহ বিচ্ছিন্নতা বা সঙ্গনিরোধ সহ সংক্রমিত বা এক্সপোজড ব্যক্তিদের মনিটরিং ও চলাচলে বিধিনিষেধ বাস্তবায়ন করতে পারে।

- যে সমস্ত কর্মচারীদের সতর্ক করে দেওয়া হয়েছে যে তারা একজন COVID-19 সংক্রমিত ব্যক্তির ঘনিষ্ঠ সান্নিধ্যে এসেছেন, এবং চিহ্নিতকরণ, ট্র্যাকিং বা অন্যান্য পদ্ধতিগুলির মাধ্যমে সতর্ক করে দেওয়া কর্মচারীদের, সতর্ক করে দেওয়ার সময় তা নিজে থেকে তাদের নিয়োগকারীকে রিপোর্ট করতে হবে এবং তারা উপরে উল্লিখিত সমস্ত প্রোটোকল মেনে চলবেন।

IV. নিয়োগকারীর পরিকল্পনাসমূহ

দায়বদ্ধ পক্ষগুলিকে সহজেই চোখে পরে এমন স্থানে অবশ্যই কর্মীদের জন্য সাইটে সম্পূর্ণ করা নিরাপত্তার পরিকল্পনা পোস্ট করতে হবে। COVID-19 বিস্তার থেকে রক্ষা করতে ব্যবসার মালিক এবং পরিচালকদের উন্নত পরিকল্পনা উন্নয়নে গাইড করার জন্য রাজ্য একটি ব্যবসা পুনরায় খোলার নিরাপত্তা পরিকল্পনার টেমপ্লেট উপলব্ধ করেছে।

অতিরিক্ত নিরাপত্তা তথ্য, নির্দেশিকা এবং সম্পদ পাওয়া যাবে এখানে:

ঝুঁকি মূল্যায়ন, বিস্তার হ্রাসকারী আচরণগুলির প্রচার, স্বাস্থ্যসম্মত কার্য পরিচালনা এবং পরিবেশ বজায় রাখা, এবং কেউ অসুস্থ হলে তার জন্য প্রস্তুতি সম্পর্কে সাধারণ নির্দেশনার জন্য, CDC এর "জিম এবং ফিটনেস সেন্টারের মালিক" (Gym and Fitness Center Employers) দেখুন।

নিউ ইয়র্ক স্টেট স্বাস্থ্য দপ্তরের নভেল করোনাভাইরাসের (COVID-19) ওয়েবসাইট
https://coronavirus.health.ny.gov/

মার্কিন যুক্তরাষ্ট্রের রোগ নিয়ন্ত্রণ ও প্রতিরোধ করোভাইরাস (COVID-19)
ওয়েবসাইটhttps://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html

পেশাগত নিরাপত্তা এবং স্বাস্থ্য প্রশাসন COVID-19 ওয়েবসাইট
https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/

নিচের লিঙ্কটিতে, নিশ্চিত করুন যে আপনি এই নির্দেশিকা অনুযায়ী পরিচালনা করার জন্য আপনার দায়বদ্ধতা পড়েছেন এবং বুঝেছেন:

https://forms.ny.gov/s3/ny-forward-affirmation