ಅನುಬಂಧ

1. ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿಗಳು

- ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿಗಳು ಉಪಸ್ಥಿತಿ ಸಭೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕೋವಿಡ್ 19ರ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಅಗತ್ಯ ಮುನ್ನೆಚರಿಕೆ ವಹಿಸುವುದು. ಮಗು/ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಯಾವುದೇ ಸಿಸಿಐನಲ್ಲಿ ಇರಿಸಬೇಕು ಎಂಬ ಆದೇಶ ನೀಡುವ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ, ಮಗುವಿನ ಹಿತದೃಷ್ಠಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಿಸುವುದು. ವೀಡಿಯೋ(ಸ್ಕೈಪ್, ವಾಟ್ಸಪ್ ವೀಡಿಯೋಕಾಲ್ ಝೂಮ್ ಇತ್ಯಾದಿ) ಅಥವಾ ದೂರವಾಣಿ(ಕಾನ್ಫರೆನ್ಸ್ ಕಾಲ್ಸ್) ಮೂಲಕವು ಉಪಸ್ಥಿತಿ(ಸಿಟ್ಟಿಂಗ್) ನಡೆಸಬಹುದಾಗಿದ್ದು, ಈ ಬಗ್ಗೆ ಅಗತ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಯೋಗಕ್ಷೇಮವನ್ನು ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ವಿಚಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡಿ, ಮಕ್ಕಳನ್ನು, ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿ ಸದಸ್ಯರು, ಜಿಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣಾ ಘಟಕ, ಮಕ್ಕಳ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಿಗೆ ಹಂಚಿಕೆ ಮಾಡಿ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ಮಾತಾನಾಡಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪದ (Intervention) ಅಗತ್ಯಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.
- ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಮತ್ತು ರೋಗದ ಭಯದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಹಿಂಸೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಮತ್ತು ಲಿಂಗಾಧಾರಿತ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಹಿಂಸಾಚಾರಗಳು ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿಗಳು ವೀಡಿಯೋ, ವಾಟ್ಸ್‌ಆಪ್ ಹಾಗೂ ದೂರವಾಣಿ ಮೂಲಕ ಈ ರೀತಿಯ ಹಿಂಸೆಗಳು ತಡೆಗಟ್ಟಿರುವ ಕುರಿತು ಮಾನಿಟರ್/ಉಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡುವುದು.

2. ಬಾಲ ನ್ಯಾಯ ಮಂಡಳಿ ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ನ್ಯಾಯಾಲಯ

- ಬಾಲ ನ್ಯಾಯ ಮಂಡಳಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ನ್ಯಾಯಾಲಯಗಳು ಪ್ರಕರಣಗಳ ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ಆನ್‌ಲೈನ್ ಅಥವಾ ವೀಡಿಯೋ(ಸ್ಕೈಪ್, ವಾಟ್ಸಪ್ ವೀಡಿಯೋಕಾಲ್ ಝೂಮ್ ಇತ್ಯಾದಿ) ಅಥವಾ ದೂರವಾಣಿ(ಕಾನ್ಫರೆನ್ಸ್ ಕಾಲ್ಸ್) ಸೆಷನ್‌ಗಳ ಮೂಲಕ ಮಾಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ವೀಕ್ಷಣಾಲಯ/ ಪ್ಲೇಸ್ ಆಫ್ ಸೇಫ್ಟಿ/ ವಿಶೇಷ ಗೃಹದಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳು, ಕೋವಿಡ್ 19ರ ತೊಂದರೆಗೆ ಸಿಲುಕದಂತೆ ಅಗತ್ಯ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕಾ ಕ್ರಮ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಮಗುವನ್ನು ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಇರಿಸುವ ಆದೇಶ ಹೊರಡಿಸುವ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಹಿತದೃಷ್ಠಿ, ಆರೋಗ್ಯ ಹಾಗೂ ಸುರಕ್ಷತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನಿಸುವುದು.
- ವೀಕ್ಷಣಾಲಯದಲ್ಲಿ ಅಭಿರಕ್ಷಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಜಾಮೀನಿನ ಮೇಲೆ ಕಳುಹಿಸುವ ಬಗ್ಗೆ ಪರಿಶೀಲಿಸುವಾಗ ಕೆಳಕಂಡ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು.

REDMI NOTE 8
AI QUAD CAMERA

1) ಕೋವಿಡ್ 19 ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ಮಗುವನ್ನು ವೀಕ್ಷಣಾಲಯದಲ್ಲೇ ಮುಂದುವರೆಸುವುದು ಸೂಕ್ತವೇ ಅಥವಾ ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸುವುದು ಸೂಕ್ತವೇ? ಈ ಕುರಿತು ಮಗುವಿನ ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಿನ್ನೆಲೆ, ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಿ ಮಗುವನ್ನು ಮನೆಗೆ ವಾಪಸ್ಸು ಕಳುಹಿಸಿದಾಗ ಮನೆಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಕೋವಿಡ್–19 ತಡೆಗಟ್ಟಲು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ ಎಲ್ಲಾ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕಾ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಂಡ ನಂತರ ಮಗುವನ್ನು ಕಳುಹಿಸುವ ಕುರಿತು ನಿರ್ಧಾರಕ್ಕೆ ಬರಬೇಕು.

2) ಹಲವಾರು ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ಕಾನೂನಿನ ಸಂಘರ್ಷಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಾಲಕರು ಮನೆಗೆ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಸಿದ್ಧರಾಗಿರದೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಜಾಮೀನಿನ ಮೇಲೆ ಕಳುಹಿಸುವ ಪೂರ್ವದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಪೋಷಕರೊಂದಿಗೆ ಮಾತನಾಡಿ ಅವರು ಮನೆಗೆ ಕರೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗಲು ಒಪ್ಪಿದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಜಾಮೀನಿನ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು.

- ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ (ಹಾಗೂ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಿಗೂ) ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆ ದೊರಕುವುದನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಮತ್ತು ರೋಗದ ಭಯದಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಆತಂಕ ಮತ್ತು ಒತ್ತಡದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಹಿಂಸೆ, ಲೈಂಗಿಕ ಮತ್ತು ಲಿಂಗಾಧಾರಿತ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಸೇರಿದಂತೆ ವಿವಿಧ ರೀತಿಯ ಹಿಂಸಾಚಾರಗಳು ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಬಾಲ ನ್ಯಾಯ ಮಂಡಳಿಗಳು ವೀಕ್ಷಣಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು.

3. ಜಿಲ್ಲಾ ಮಕ್ಕಳ ರಕ್ಷಣಾಧಿಕಾರಿಗಳು:

1. ಕೋವಿಡ್ 19 ಸೋಂಕನ್ನು ಎದುರಿಸುವ ಕುರಿತು ಅಗತ್ಯ ಸಲಹೆ ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಿಗೆ ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ನೀಡುವುದು ಹಾಗೂ ಅನುಸರಣೆ ಮಾಡುವುದು.
2. ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳನ್ನು ಪಾಳಿಮೇಲೆ (On Rotation) ನೇಮಿಸುವುದು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಿಗೆ ಅಗತ್ಯ ತರಬೇತಿ ನೀಡುವುದು. ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಿಗೆ ಆಪ್ತಸಮಾಲೋಚನೆಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು.
3. ಸಂಸ್ಥೆಯ ಹಾಗು ಘಟಕದ ಎಲ್ಲಾ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು, ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಕರ್ತವ್ಯ ಪಾಲನೆ ಮಾಡುವಂತೆ ಸೂಚನೆ ನೀಡುವುದು ಮತ್ತು ಕರ್ತವ್ಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಲೋಪ ಉಂಟಾದಲ್ಲಿ ಅಂತಹವರ ವಿರುದ್ಧ ನಿಯಮಾನುಸಾರ ಕಠಿಣ ಶಿಕ್ಷಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳುವುದಾಗಿ ತಿಳಿಸುವುದು.
4. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಮಾಲೋಚನಾ ಅಧಿವೇಶನ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಆಗುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ(ಲಾಕ್‌ಡೌನ್) ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಹಿಂಸೆ, ದೌರ್ಜನ್ಯ, ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ, ತಾರತಮ್ಯಗಳು ಆಗದೇ ಇರುವಂತೆ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು.

REDMI NOTE 8
AI QUAD CAMERA

5. ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉಟೋಪಚಾರ, ಔಷಧಿ, ಉಡುಪು, ಶುದ್ಧಕುಡಿಯುವ ನೀರು, ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸ್ಯಾನಿಟರಿ ಪ್ಯಾಡ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಕೊರತೆಯಾಗದಂತೆ ಅಗತ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು.
6. ಈ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ (ಕೋವಿಡ್ 19) ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ಮಾಸ್ಕ್, ಸೋಪು, ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕ ವಸ್ತುಗಳು ಲಭ್ಯವಿರುವಂತೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡುವುದು

ಪೋಷಕತ್ವದಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣೆ(ಫಾಸ್ಟರ್ ಕೇರ್)

7. ಪೋಷಕತ್ವದಲ್ಲಿ ನೀಡಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಕುಟುಂಬಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ, ಕೋವಿಡ್ 19 ರ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು. ವಹಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ಎಚ್ಚರಿಕೆ, ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ವಿವರಿಸುವುದು.
8. ಅವರ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಮನೋ ಸಾಮಾಜಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಕುರಿತು ಅನುಸರಣೆ ಮಾಡುವುದು.
9. ಅನಾರೋಗ್ಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡು ಬಂದಲ್ಲಿ ಅನುಸರಿಸಬೇಕಾದ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.

4. ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು (ಸಿಸಿಐ)

1. ಕೋವಿಡ್ 19ರ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಉಂಟಾಗಿರುವ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಹಾನಿಯಾಗದಂತೆ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರ ಹಾಗು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳ ಪ್ರಮುಖ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.
2. ಕೋವಿಡ್ 19 ರ ಕುರಿತು ಯಾವುದೇ ಅನುಮಾನಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯವಾಣಿ 1075, 1800-112-545(ನ್ಯಾಷನಲ್ ಹೆಲ್ಪ್‌ಲೈನ್) ಅಥವಾ 1098 ಗೆ ಕರೆಮಾಡಿ ಅನುಮಾನ ಬಗೆಹರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾಗಿದೆ.
3. ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತರವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಬಗ್ಗೆ ಮೇಲ್ವಿಚಾರಣೆ ಮಾಡುವುದು.
4. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸಾಬೂನು ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಕೈತೊಳೆಯುವ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸತಕ್ಕದ್ದು ಹಾಗೂ ಈ ಕುರಿತು ಗಂಟೆ ಭಾರಿಸುವ ಮೂಲಕ ರಿಮೈಂಡರ್ ಹಾಕಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
5. ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ಅಡುಗೆಕೋಣೆ, ಸ್ನಾನದಕೋಣೆ, ಶೌಚಾಲಯಗಳನ್ನು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕದಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸತಕ್ಕದ್ದು. ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಅಗತ್ಯವಿರುವಷ್ಟು ನೀರು ಪೂರೈಕೆ ಆಗುವುದನ್ನು ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಕೊರತೆ ಇದ್ದಲ್ಲಿ ಪೂರೈಕೆಗೆ ಅಗತ್ಯಕ್ರಮ ವಹಿಸುವುದು.
6. ಸೂಕ್ತ ಕಸವಿಲೇವಾರಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು
7. ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಾಗು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಿಗೆ ಕೋವಿಡ್ ಹೇಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವುದು.

ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಪಾಲಿಸಬೇಕಾದ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು

- ಕೋವಿಡ್ 19 ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ, ಅವನ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬರುವ ಇತರೆ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ.

REDMI NOTE 8
AI QUAD CAMERA

- ಕೋವಿಡ್ ವೈರಸ್ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಾರದಂತೆ ಇರುವುದೇ ಅತ್ಯಂತ ಉತ್ತಮ ಮಾರ್ಗ, ಈವತ್ತಿನ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇದು ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಹರಡುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಕುರಿತು ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಾ ವರ್ಗಗಳ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗೆ ನೀಡುವುದು.
- ಕೋವಿಡ್ 19 ರಿಂದ ಸೋಂಕಿತಗೊಂಡ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ 2 ಮೀಟರ್ ಅಂತರದ ಒಳಗಿದ್ದರೆ ಮತ್ತು 15 ನಿಮಿಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸಮಯ ಅಂತಹವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಈ ಸೋಂಕು ತಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚು.
- ಸೋಂಕಿತ ವ್ಯಕ್ತಿಯು, ಕೆಮ್ಮುವಾಗ ಮತ್ತು ಸೀನುವಾಗ ಹೊರಸಿಡಿಯುವ ಹನಿಗಳ ಮೂಲಕ ಸೋಂಕು ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಹನಿಗಳು ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಮೂಗು, ಬಾಯಿಯ ಮೂಲಕ ಶ್ವಾಸಕೋಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶ ಹೊಂದುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ರೋಗಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ಅಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲಿ ಮುಟ್ಟುವ ಕೈಗಳನ್ನು ತೊಳೆಯದೆ ಬಾಯಿ, ಮೂಗು, ಕಣ್ಣು ಮುಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬಾರದು.
- ಕೋವಿಡ್ 19 ಕ್ಕೆ ಸಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಲಸಿಕೆ ಲಭ್ಯವಿಲ್ಲ.
- ಸಂಸ್ಥೆ ಒಳಗೆ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವ ಅಡುಗೆಯವರು, ರಕ್ಷಕರು, ತೋಟಗಾರ, ವಾಹನ ಚಾಲಕರು ಇತ್ಯಾದಿ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಆಗಾಗ್ಗೆ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕದಿಂದ ಹಾಗೂ ಸಾಬೂನು ಮತ್ತು ನೀರಿನಿಂದ ಕನಿಷ್ಠ 20 ಸೆಕೆಂಡುಗಳವರೆಗೆ ಕೈತೊಳೆಯುವಂತೆ ಕ್ರಮವಹಿಸುವುದು.
- ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ 70% ಆಲ್ಕೋಹಾಲ್ ಇರುವ ಕೈ ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು (ಹ್ಯಾಂಡ್ ಸ್ಯಾನಿಟೈಜರ್) ಒದಗಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಪೂರ್ಣವಾಗಿ, ಹಿಂದೆ ಮುಂದೆ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗು ಒಣಗುವವರೆಗೂ ಎರಡೂ ಕೈಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜುವುದು.
- ಆದಷ್ಟೂ ಮಕ್ಕಳು ಪರಸ್ಪರರಿಂದ ದೂರವಿರುವಂತೆ ತಿಳಿಸುವುದು. ಕೈಕುಲುಕುವುದು, ತಬ್ಬಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಮಾಡದಿರುವುದು. ಯಾರೇ ವ್ಯಕ್ತಿ ಕೆಮ್ಮುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಸೀನುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವರಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಕನಿಷ್ಠ 6 ಅಡಿ ದೂರವಿರುವುದು ಸೂಕ್ತ.
- ಸಂಸ್ಥೆಗೆ ಯಾರೂ ಭೇಟಿ ನೀಡದಂತೆ ಪ್ರವೇಶ ದ್ವಾರದಲ್ಲಿ ಕಠಿಣ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳುವುದು ಹಾಗೂ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಒಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲೇಬೇಕಾದ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಅಥವಾ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳು ಆಗಮನ ಮತ್ತು ನಿರ್ಗಮನದ ವಿವರವನ್ನು (ದಿನಾಂಕ ಮತ್ತು ಸಮಯವನ್ನು) ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ಒಂದು ರಿಜಿಸ್ಟರ್‌ನಲ್ಲಿ ನಮೂದಿಸಬೇಕು.
- ಸಭೆಗಳನ್ನು ವಿಡಿಯೋ ಕಾನ್ಫರೆನ್ಸಿಂಗ್ ಮೂಲಕ ನಡೆಸುವುದು.
- ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಓದುವ, ಊಟಮಾಡುವ, ಟೆಲಿವಿಷನ್ ನೋಡುವ ಕೊಠಡಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಂತರ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಹೆಚ್ಚು ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ಇಲ್ಲವೆ ಪಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸುವಂತೆ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸುವುದು.
- ಕೋವಿಡ್ ವೈರಾಣು ವಿವಿಧ ವಸ್ತುಗಳ ಮೇಲೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾಲವಧಿ ಜೀವಂತ ಇರುವ ಕಾರಣ ವಿವಿಧ ಮೇಲ್ಮೈಗಳನ್ನು ಕೇವಲ ಬಟ್ಟೆಯಿಂದ, ನೀರಿನಿಂದ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ವೈರಾಣು ನಿವಾರಿಸಲು ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕಗಳನ್ನು ಫಿಮಿಗೇಷನ್ ಅತ್ಯಗತ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸುವುದು.

REDMI NOTE 8
AI QUAD CAMERA

- ಶೌಚಾಲಯ ಹಾಗು ಸ್ನಾನದ ಕೊಠಡಿಗಳನ್ನು ದಿನಕ್ಕೆ ಎರಡು 2 ಬಾರಿಯಾದರೂ ತೊಳೆಯುವುದು, ಹೆಚ್ಚು ಜನರು ಬಳಸುವ, ಕಿಟಿಕಿ, ಬಾಗಿಲು, ಮೆಟ್ಟಿಲು ರೇಲಿಂಗ್ಸ್ (Railings), ಬಾಗಿಲು ಹಿಡಿಕೆಗಳು, ಚಿಲಕಗಳು, ಕಾಲಿಂಗ್ ಬೆಲ್, ನಲ್ಲಿ, ಆಟದ ಸಾಮಗ್ರಿ, ಟೇಬಲ್, ಲೈಟ್ ಸ್ವಿಚ್, ಗೇಟ್, ವಾಷ್ ಬೇಸಿನ್ ಪಾಠೋಪಕರಣಗಳನ್ನು(ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಸಂಬಂಧಿತ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಹೊರತುಪಡಿಸಿ) ಆಗಿಂದ್ದಾಗೆ ಸಾಬೂನು / ಸೋಂಕು ನಿವಾರಕದಿಂದ (Disinfectant) ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು. (Disinfect)
- ಧೂಳು ಹಿಡಿದ ಬಟ್ಟೆ, ಬೆಡ್ ಶೀಟ್, ಟವೆಲ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಕೊಡವದೇ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ನೆನಸಿ ತೊಳೆಯುವುದು. ಸೋಪನ್ನು ಬಳಸಿ ಬಿಸಿನೀರಿನಲ್ಲಿ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ಒಗೆಯುವುದು ಅಥವಾ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುವುದು.
- ಹೊರಗಡೆಯಿಂದ ಬಂದ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿ(Disinfect ಮಾಡಿ) ಒಳಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು.

ಪ್ರತಿಸ್ಪಂದನಾ ಕ್ರಮಗಳು

- ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಸ್ಕ್ರೀನಿಂಗ್ : ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಕೆಮ್ಮು, ಶೀತ , ನೆಗಡಿ ಜ್ವರ ಇತ್ಯಾದಿ ನಿರ್ಲಕ್ಷಿಸದೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡುವುದು. ಈ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕೋವಿಡ್ 19 ರಲ್ಲೂ ಕಂಡುಬರುವ ಕಾರಣ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು.
- ಆರೋಗ್ಯ ಮಾಹಿತಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ : ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಹಾಗೂ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಸಂಸ್ಥೆ ಸೇವೆ ಒದಗಿಸುವವರಲ್ಲಿ, ಏನಾದರು ಆರೋಗ್ಯದಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಯ ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಕೂಡಲೆ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆರೋಗ್ಯ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಅಥವಾ ನಿಯೋಜಿಸಲ್ಪಟ್ಟ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಬೇಕು. ಕೋವಿಡ್ 19 ರ ಸೋಂಕು ಆಗಿದೆ ಎಂದು ಅನುಮಾನವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಕೂಡಲೇ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಿ, ಅವರ ನಿರ್ದೇಶನದಂತೆ ಕ್ರಮ ವಹಿಸಬೇಕು.
- ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸುವುದು (Quarentine) ಕೋವಿಡ್ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿಡಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು, ಸ್ಥಳ ಲಭ್ಯವಾಗದಿದ್ದಲ್ಲಿ (Quarentine)ಗೆ ಬೇರೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ತುರ್ತು ಸಂದರ್ಭಗಳಿಗಾಗಿ ಪೂರ್ವತಯಾರಿ: ತುರ್ತು ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದಾದವರ ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ, ಹೆಸರು ಲಭ್ಯವಿರತಕ್ಕದ್ದು, ಅನಾರೋಗ್ಯಪೀಡಿತರನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಲು ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಪೋಷಕರಿಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡುವ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಆರೋಗ್ಯ ಇಲಾಖೆಯೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ ಸಾಧಿಸಿ, ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ವಿವರಿಸಿ ಅವರಿಂದ ಸಿಗುವ ಮಾಹಿತಿಯಂತೆ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಮಕ್ಕಳ ಕಲ್ಯಾಣ ಸಮಿತಿ ಹಾಗು ಬಾಲ ನ್ಯಾಯ ಮಂಡಳಿಯ ಆದೇಶ ಪಡೆದು ಮನೆ ಕಳುಹಿಸಬಹುದು.

REDMI NOTE 8
AI QUAD CAMERA

ಮಕ್ಕಳ ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಖಾತ್ರಿಪಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು

- ಕೋವಿಡ್ 19 ರಂತಹ ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ಕಾಯಿಲೆಯ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಉದ್ವೇಗ, ಆತಂಕ, ಯೋಚನೆ, ದುಃಖ: ಉಂಟಾಗುವುದು ಸಹಜವೆಂಬುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನಗಾಣಿಸುವುದು. ಈ ಕಾರಣದಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ವಿಭಿನ್ನವಾಗಿ ವರ್ತನೆ ತೋರುವ ಸಾದ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಮಂಕಾಗಬಹುದು, ಕೋಪ ತೋರಬಹುದು ಇತ್ಯಾದಿ.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಅವರು ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿದ್ದಾರೆಂದು ಧೈರ್ಯ ತುಂಬುವುದು. ಅವರಲ್ಲಿ ಆತಂಕ ಆದಲ್ಲಿ ಅದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕಎಂದು ತಿಳಿಸುವುದು.ಸ್ವಂತ ಅನುಭವಗಳಿದ್ದಲ್ಲಿ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಮಗೆ ನಂಬಿಕೆ ಇರುವವರೊಡನೆ ಮಾತಾನಾಡಲು ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸುವುದು.
- ಕೋವಿಡ್ 19 ಕುರಿತು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಓದುವುದು, ಕೇಳುವುದು, ಟಿವಿ ವೀಕ್ಷಣೆ ತಪ್ಪಿಸುವುದು. ಮಕ್ಕಳ ಗಮನ ಬೇರೆಕಡೆ ಸೆಳೆಯುವಂತೆ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು.
- ಶಾಲೆಗಳು ಮುಚ್ಚಿರುವುದರಿಂದ ಅವರ ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆ/ದಿನಚರಿಯಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ವೇಳಾಪಟ್ಟಿ ಸಿದ್ಧಪಡಿಸಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿಸುವುದು. ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆರೆತು ನಡೆಸುವುದು. ದಿನನಿತ್ಯದ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳೊಡನೆ ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಭಾಗವಹಿಸುವುದು. ಮಕ್ಕಳು ಮನಬಿಚ್ಚಿ ಮಾತಾನಾಡಲು, ಬರೆಯಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಒಳಾಂಗಣದಲ್ಲೇ ಆಟವಾಡಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದು.
- ಲಾಕ್‌ಡೌನ್ ಕಾರಣ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಆತಂಕ, ಒತ್ತಡ ಉಂಟಾಗಿ, ಹಿಂಸೆ ಪ್ರವೃತ್ತಿ (ಲೈಂಗಿಕ ದೌರ್ಜನ್ಯ ಹಾಗು ಲಿಂಗ ತಾರತಮ್ಯ ಒಳಗೊಂಡಂತೆ) ಉದ್ವಿಗ್ನಗೊಂಡಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತೀವ್ರತರವಾದ (Corporal) ಶಿಕ್ಷೆ ನೀಡತಕ್ಕದಲ್ಲ. ಇದರಿಂದ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಆತಂಕ ಹೆಚ್ಚಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.
- ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಮ್ಮ ಜೊತೆಗಾರರನ್ನು ಹೇಗೆ ಬೆಂಬಲಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಮಾಡುವುದು. ಯಾವುದೇ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪೀಡಿಸುವುದು ಹಾಗೂ ಮೂಲೆಗುಂಪು(ನೆಗ್ಲೆಟ್) ಮಾಡುವ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು.
- ಮಕ್ಕಳ ಪೋಷಣಾ ಸಂಸ್ಥೆಗಳಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗು ಸಿಬ್ಬಂದಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾತನೆ ಅಥವಾ ಆತಂಕದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡುಬಂದಲ್ಲಿ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಲು ಆರೋಗ್ಯಕಾರ್ಯಕರ್ತರು. ಸಮಾಜಕಾರ್ಯಕರ್ತರು/ಸಮಾಲೋಚಕರನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು ಹಾಗು ಸೂಕ್ತ ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ ಮತ್ತು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಒದಗಿಸುವುದು.
- ಯಾವುದೇ ಮಗು / ಸಿಬ್ಬಂದಿ ಕೆಮ್ಮುವ, ಸೀನುವ ಕಾರಣ ಅವರನ್ನು ಕಳಂಕಿತರನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಬಾರದು. ಇದು ಬಾಲ ನ್ಯಾಯಕಾಯ್ದೆಯ ತತ್ವದ ಉಲ್ಲಂಘನೆಯಾಗಿದೆ.
- ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಅವರ ದೇಹದ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸುವುದು.

*****