



ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ

COVID-19 ਸਾਨੂੰ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

- ਜੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ COVID-ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਪਾਵਾਂ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
- ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਸਾਥੀਆਂ ਨਾਲ ਰਹਿੰਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਨਿਯਮਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਮਿਲਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।
- ਜੇ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਬਹੁਤ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਬਚਾਏ ਰੱਖਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਵਾਜਬ ਵਿਵਸਥਾ ਕਰ ਸਕਣ।

ਆਪਣੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਹੱਲ ਨਿਕਲ ਆਵੇ।