



Phòng Ngừa COVID-19 Tại Các Cơ Sở Giáo Dục Và Chăm Sóc Mầm Non Thông Tin Dành Cho Cha Mẹ & Người Giám Hộ

Các cơ sở giáo dục và chăm sóc mầm non (ECE), bao gồm các trung tâm trông giữ trẻ, các cơ sở nhận trông giữ trẻ tại nhà và các trường mẫu giáo, được phép hoạt động theo [Hướng dẫn Dành cho các Cơ sở Giáo dục và Chăm sóc Mầm non](#). Hướng dẫn này tóm tắt các quy định và khuyến nghị nhằm cung cấp nhiều mức độ bảo vệ để giúp các cơ sở ECE ngăn chặn sự lây lan của COVID-19. Các cơ sở ECE đã và đang phối hợp chặt chẽ với Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles để tạo ra môi trường thúc đẩy sự an toàn cho trẻ em và nhân viên.

Quý vị có thể giúp đỡ bằng cách tìm hiểu về các quy định và khuyến nghị an toàn về COVID-19, và nếu con quý vị đủ lớn để hiểu, hãy giải thích cho trẻ về những điều trẻ cần phải làm khi đi nhà trẻ.

Vì sự an toàn của mọi người, các cơ sở ECE sẽ yêu cầu:

Tất cả mọi người phải đeo khẩu trang ở những không gian trong nhà.

- Tất cả trẻ em trên 2 tuổi (24 tháng tuổi), nhân viên và khách ra vào các cơ sở ECE bắt buộc phải đeo khẩu trang.
 - Trẻ cần tháo khẩu trang trong giờ ngủ trưa hoặc khi đang ăn uống.
 - Trẻ từ 2 đến 8 tuổi cần phải có sự giám sát của người lớn khi đeo khẩu trang.
 - Một số người không nên đeo khẩu trang. Trẻ nhỏ dưới 2 tuổi (24 tháng tuổi) không nên đeo khẩu trang. Những người mắc một số bệnh lý hay có tình trạng về sức khỏe tâm thần, hoặc người bị khuyết tật không nên đeo khẩu trang nếu được bác sĩ chỉ định như vậy. Các trường hợp được miễn đeo khẩu trang tại các cơ sở ECE do có bệnh lý về sức khỏe thể chất hoặc tâm thần, bị khuyết tật, hay bị suy giảm thính lực phải được quyết định bởi bác sĩ có chứng chỉ hành nghề hoặc chuyên gia y tế khác làm việc theo giấy phép hành nghề của một bác sĩ. Việc tự chứng nhận và có xác nhận của cha mẹ để được miễn đeo khẩu trang sẽ không được chấp nhận. Những người được miễn đeo khẩu trang vì lý do y khoa phải đeo tấm che mặt có rèm phủ phía dưới để che vùng cổ, nếu tình trạng sức khỏe của họ cho phép.
- Để biết thêm thông tin về việc đeo khẩu trang, hãy truy cập vào trang ph.lacounty.gov/masks.

Trẻ em không được đến nhà trẻ nếu bị ốm (bệnh) hoặc đang chịu lệnh cách ly hay lệnh kiểm dịch.

- Gia đình không được cho trẻ đang bị sốt hoặc có biểu hiện khác của việc bị ốm (bệnh) đến cơ sở ECE. Để biết các triệu chứng của COVID-19, vui lòng xem ph.lacounty.gov/covidcare.
- Trẻ có thể được kiểm tra sàng lọc các triệu chứng và đo nhiệt độ khi đến cơ sở ECE. Trẻ sẽ không được phép vào cơ sở ECE nếu có biểu hiện bị ốm (bệnh). Nếu một trẻ bắt đầu có các triệu chứng trong ngày, trẻ đó sẽ được cách ly khỏi những người khác và được cho về nhà. Hãy đảm bảo rằng cơ sở ECE có số điện thoại hiện tại của quý vị trong trường hợp con quý vị trở bệnh.
- Lên kế hoạch trước. Chuẩn bị sẵn kế hoạch chăm sóc trẻ em khẩn cấp phòng trường hợp trẻ bị ốm (bệnh), để trẻ có thể nghỉ học ở nhà một cách an toàn.

Các cơ sở ECE có thể lựa chọn yêu cầu các biện pháp an toàn tăng cường

Dưới đây là các biện pháp an toàn nhằm để giảm thiểu hơn nữa rủi ro lây truyền COVID-19 bằng cách áp dụng giãn cách, giảm sự đông đúc và tăng cường sự thông gió. Tất cả mọi người đều phải tuân thủ các quy định do cơ sở ECE đề ra. Hãy nhớ kiểm tra với cơ sở ECE của con quý vị để biết rõ hơn về các biện pháp an toàn được áp dụng.

Phòng Ngừa COVID-19 Tại Các Cơ Sở ECE

Các cơ sở ECE có thể lựa chọn:

- **Giao cho cùng các nhân viên làm việc với cùng các nhóm trẻ** cho hầu hết các hoạt động trong ngày, bao gồm cả các bữa ăn và giờ ngủ trưa.
- **Mở cửa sổ và cửa ra vào phòng học** để tăng sự lưu thông không khí.
- **Tổ chức các bữa ăn và hoạt động ở ngoài trời**, đặc biệt là đối với những hoạt động có mức rủi ro lây truyền COVID-19 cao hơn, bao gồm các lớp học thể dục, khiêu vũ, hô đồng thanh và ca hát.
- **Tăng cường giãn cách trong các phòng học và khu vực khu trưa.**

Cách quý vị có thể giúp để thúc đẩy sự an toàn trong cơ sở ECE của con quý vị

Nếu con quý vị đã đủ lớn để hiểu, hãy nói với trẻ về những điều trẻ cần phải làm ở cơ sở ECE của trẻ. Điều này bao gồm giải thích cho trẻ rằng trẻ cần phải:

- **Đeo khẩu trang ở những không gian ngoài trời có đông người.**
 - Điều này bao gồm cả khi đang xếp hàng chờ để ra, vào các không gian, hoặc trong giờ giải lao hay giờ ăn khi không ăn uống.
 - Đảm bảo rằng trẻ đeo khẩu trang đúng cách (xem phần 'Lời khuyên về Khẩu trang' ở bên dưới).
- **Tuân thủ các quy định về nhóm trẻ em và nhân viên mà trẻ học cùng.**
 - Ngoài việc chỉ định cùng các nhóm trẻ em và nhân viên, các cơ sở có thể yêu cầu trẻ ngồi hay đứng xa nhau hơn. Trẻ cũng có thể được chỉ định chỗ ngồi, đặc biệt là trong các hoạt động như ăn uống khi không đeo khẩu trang.
- **Giữ khoảng cách với những người khác.**
 - Nói với trẻ về việc tránh các nhóm có đông người tụ tập. Khi ở ngoài lớp học, trẻ cần phải cố gắng giữ khoảng cách ít nhất là 6 feet với những người khác khi có thể. Minh họa cho trẻ xem khoảng cách 6 feet là như thế nào.
 - Bất cứ khi nào trẻ ở gần những người khác và không đeo khẩu trang (như trong giờ ăn), trẻ cần phải giữ khoảng cách với người khác.
- **Thực hành vệ sinh tay kỹ lưỡng.**
 - Mọi người cần phải rửa tay thường xuyên, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh, trước khi ăn và sau khi hỉ mũi, ho hay hắt hơi.
 - Hướng dẫn trẻ cách rửa tay bằng xà bông và nước và cách sử dụng dung dịch khử trùng tay đúng cách.
 - Lưu ý: Trẻ nhỏ chỉ nên sử dụng chất khử trùng tay có cồn khi có sự giám sát của người lớn. Điều này là để đảm bảo rằng trẻ không nuốt phải hoặc cho tay vào miệng trước khi chất khử trùng tay khô đi.
 - Nhắc học sinh tránh ăn uống và chạm tay chưa rửa sạch vào mặt.

Lời khuyên về khẩu trang dành cho trẻ em

- Loại khẩu trang bảo vệ tốt nhất là loại mà trẻ cảm thấy thoải mái khi đeo *trùm kín cả mũi và miệng* vào mọi lúc khi ở tại những không gian trong nhà. Khẩu trang cần phải vừa khít với mũi và cằm, không có khe hở lớn hai bên khuôn mặt của trẻ. Khẩu trang phải có ít nhất hai lớp được làm bằng chất liệu dệt khít và thoáng khí.
- Có một số loại khẩu trang cung cấp mức độ bảo vệ cao hơn. Tìm hiểu thêm về khẩu trang tại ph.lacounty.gov/masks. Hãy lưu ý, khẩu trang càng có mức độ bảo vệ cao hơn càng có thể khiến trẻ không thoải mái khi đeo khẩu trang đó cả ngày.
- Tốt nhất là cho trẻ đeo thử khẩu trang ở nhà để đảm bảo trẻ có thể thở thoải mái và có thể đeo được loại khẩu trang đó trong cả ngày học tại Cơ sở ECE. Hãy cho trẻ đeo khẩu trang trong nhà trong ít nhất vài giờ khi thử ở nhà.
- Chuẩn bị thêm khẩu trang dự phòng cho trẻ khi đến trường để trẻ có thể thay khẩu trang mới nếu khẩu trang đang đeo bị dơ bẩn hoặc ướt.

Phòng Ngừa COVID-19 Tại Các Cơ Sở ECE

Để biết những lời khuyên khác, vui lòng xem

[Giữ gìn An toàn và Ngăn chặn Sự lây lan dành cho Cha mẹ có Con Chưa được Chích ngừa Đầy đủ.](#)

Đối với Cha mẹ và Người giám hộ, để tìm hiểu thêm về cách để giảm bớt rủi ro bị nhiễm bệnh của quý vị và làm chậm sự lây lan của COVID-19, bao gồm thông tin về những tình huống có nguy cơ cao hơn, hãy truy cập vào trang ph.lacounty.gov/reducerisk.

Đi chích ngừa là cách tốt nhất để bảo vệ không bị nhiễm COVID-19.

Các loại vắc-xin chích ngừa sẵn có và miễn phí cho tất cả mọi người từ 5 tuổi trở lên, bất kể tình trạng nhập cư, được cung cấp rộng rãi trên toàn Quận LA mà không cần hẹn trước. Có dịch vụ chích ngừa tại nhà cho những người không thể rời khỏi nhà.

Truy cập vào trang [**VaccinateLACounty.com**](http://VaccinateLACounty.com) và nhấp vào "[Cách để được Chích ngừa](#)" để tìm một điểm chích ngừa gần quý vị hoặc gọi đến

Tổng đài Hỗ trợ Chích ngừa của Sở Y tế Công cộng
theo số **833-540-0473**, hàng ngày từ 8 giờ 00 sáng đến 8 giờ 30 tối.