

Новый коронавирус (COVID-19)

Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес Протокол открытия общественных пешеходных маршрутов для населения: приложение С

Последние обновления: (Изменения выделены жёлтым)

7/18/20: Внесены небольшие изменения в информацию о покрытии для лица

Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес при поддержке специалистов в области науки и здравоохранения применяет поэтапный подход для того, чтобы позволить использование населением общественных мест способами, ограничивающими риск заражения COVID-19. Соответственно, округ Лос-Анджелеса вновь открывает общественные пешеходные маршруты и тропы, чтобы жители могли иметь больше возможностей для отдыха на свежем воздухе. Оставаться физически активным – один из лучших способов сохранить здоровыми разум и тело. Использование рекреационных и многоцелевых маршрутов может быть важным способом преодоления стресса, получения доступа к свежему воздуху и витамину D, оставаться активным и безопасно общаться с природой. Во время пандемии COVID-19 крайне важно, чтобы вы следовали указанным ниже правилам что МОЖНО и что НЕЛЬЗЯ делать для использования общественных маршрутов, поддерживая вас и других людей в здоровом состоянии.

МОЖНО

1. Подготовьтесь перед проходом маршрута.
 - a. Свяжитесь с сотрудниками парка заранее, чтобы убедиться, что вы знаете, какие зоны или услуги открыты (такие как туалеты и точки торговли), и возьмите все необходимое с собой. С информацией о местных, уровня штата и федеральных трассах протяженностью в 600 миль, расположенных в округе Лос-Анджелес, можно ознакомиться на сайте <http://trails.lacounty.gov/>. Стандартные правила этикета и безопасности при использовании маршрутов можно найти по адресу <https://trails.lacounty.gov/Prepare>. Кроме того, мы рекомендуем вам посетить веб-сайт местной юрисдикции для получения дополнительной информации о маршрутах в вашем районе.
2. Соблюдайте все правила парка, тропы или заповедника, а также любые ограничения доступа.
3. Оставайтесь на расстоянии не менее шести (6) футов (2 метров) от других людей, которые не являются членами вашей семьи, проживающими с вами. Это может сделать некоторые открытые участки, маршруты и тропы более удобными для использования, чем другие. Избегайте людных мест. Каждому нужно носить покрытие для лица во время нахождения на тропе/парковках, а также на любых тропках, где поблизости присутствуют другие группы людей. Младенцы и дети в возрасте до 2 лет **не должны носить тканевые покрытия для лица. Люди, которым врач указал не носить покрытие для лица, также освобождаются от его ношения.**
4. Мойте руки как можно чаще водой с мылом минимум 20 секунд, особенно после посещения туалета, перед едой, а также после сморкания, кашля или чихания.
5. Соберите весь мусор за собой.

Рекомендации (не являющиеся требованиями):

1. Будьте бдительны и внимательны к окружающей среде при использовании троп.
2. Ознакомьтесь со следующими протоколами прохождения маршрутов пользователями:
 - a. Устанавливайте и поддерживайте зрительный контакт.
 - b. Обеспечивайте адекватное физическое дистанцирование при прохождении мимо других людей.
 - c. Сходите с тропы, чтобы позволить другим людям пройти по мере необходимости, где это безопасно.

Новый коронавирус (COVID-19)

Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес Протокол открытия общественных пешеходных маршрутов для населения: приложение С

- d. Объявляйте о своем намерении перед прохождением рядом с другими людьми, чтобы дать возможность медленно передвигающимся пользователям тропы переместиться в безопасное место (сойти с тропы, где это возможно).
3. Во время езды на велосипеде по тропам сохраняйте безопасную скорость, используйте велосипедные сигналы и замедляйте движение и/или останавливайтесь, когда проезжаете мимо других людей, чтобы придерживаться перечисленных выше рекомендаций по прохождению мимо других.
4. Отойдите в сторону, где это безопасно, если вы остановились для короткого отдыха на тропе.
5. Возьмите с собой воду и дезинфицирующее средство для рук или дезинфицирующие салфетки для регулярного мытья или дезинфекции ваших рук.

НЕЛЬЗЯ

1. Не используйте маршруты, которые, как вы знаете, переполнены. Если вы не можете находиться на расстоянии 6 футов (2 метров) от других людей, не являющихся членами вашей семьи, выберите другой маршрут.
 - a. Если вы находитесь на тропе и заметите толпу впереди, поверните назад.
 - b. Если прохождение вами рядом с другой группой людей неизбежно, обязательно надевайте свое тканевое покрытие для лица, когда вы проходите мимо других, и не останавливайтесь, чтобы собраться вместе или поговорить с другими группами людей.
2. Не выходите из дома, если вы больны и у вас высокая температура или респираторные симптомы, или если в данный момент вы находитесь в изоляции или на карантине.
3. Не собирайтесь группами и не задерживайтесь в каком-либо одном месте, кроме случаев, когда это необходимо для короткого отдыха.
4. Не делитесь с другими людьми едой или водой во время движения по тропам.

Знайте, где можно получить достоверную информацию

Остерегайтесь мошенников, ложных новостей и фальсификаций вокруг нового коронавируса. Точная информация, включая объявления о новых случаях в округе Лос-Анджелес, всегда будет распространяться Общественным здравоохранением через пресс-релизы, социальные сети и наш веб-сайт. На нашем веб-сайте есть дополнительная информация о COVID-19, включая «Часто задаваемые вопросы», инфографику и «Руководство по преодолению стресса», а также советы по мытью рук.

- Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес (LACDPH, уровень округа)
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - Социальные сети: @lapublichealth

Другие надежные источники информации о новом коронавирусе:

- Департамент общественного здравоохранения штата Калифорния (CDPH, уровень штата)
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC, национальный уровень)
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

Если у вас есть вопросы, и вы хотите с кем-то поговорить, позвоните по номеру 2-1-1 на круглосуточную Информационную линию округа Лос-Анджелес.