

## 重新开放青少年体育联盟的规定

### 最近更新信息：

2020年8月20日：更新后将大学体育活动从本规定不适用的活动名单中移除。

2020年8月12日：更新后，允许运动员在剧烈运动期间摘下布面面罩（更改以黄色高亮显示）。

2020年8月6日：更新后，说明了青少年可以两人一组来回踢或扔一个球，但该运动不能作为一项集体活动进行（更改以黄色高亮显示）。

洛杉矶县公共卫生局正在采取分阶段的方法，并在科学和公共卫生专业知识的支持下，允许某些场所重新安全开放。以下要求特别适用于根据加州公共卫生主管的命令允许重新开放的青少年体育联盟。除了州长对这些特定场地所施加的条件外，这类项目还必须遵守符合青年体育活动检查清单中所列出的条件。

注意，本规定适用于休闲类青少年体育联盟，俱乐部体育活动，旅行类体育活动，以及由私立和公立学校赞助的为 TK-12 学校学生服务的体育活动。它不适用于成年人体育联盟，或业余组成人类体育活动，根据加州卫生主管的命令，这些类型的体育项目必须继续保持关闭。**在另行通知之前，所有青少年体育活动必须在户外进行。**

请注意：本规定可能会随着更多信息和资源的提供而更新，因此请务必定期查看洛杉矶县网站：<http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>以获取本规定的任何更新的信息。

该清单包括：

- (1) 保护和支持员工与顾客的健康
- (2) 保持适当的身体距离
- (3) 确保感染控制
- (4) 与公众沟通
- (5) 确保能公平获得服务

在您的项目制定任何重新开放的规定时，这五个关键领域必须包含在内。

所有的青少年运动队必须实施以下列出的所有适用措施，并准备好解释为什么任何未实施的措施不适用于该运动队。

青少年运动队/联盟名称：

教练姓名及设施地址：

## A. 为保障运动员和教练安全所制定的措施

- 运动员之间以及运动员与教练之间的身体距离必须始终保持六(6)英尺。青少年体育活动仅限于使所有运动员和教练之间始终能够保持至少六英尺的身体距离，且在体力消耗较大时保持八英尺距离的活动。这些活动包括但不限于训练，调节和技能强化活动。接触式运动不能像发生COVID-19之前那样进行练习。
- 所有运动员、教练、家庭成员及访客均须在任何时候戴上适当的面罩，以遮住口鼻，但在游泳、淋浴、进食/饮水，**或进行剧烈运动（同时与他人保持 8 英尺或更远的距离），**或独自进行体力活动（例如独自慢跑）时除外。这适用于所有成年人和 2 岁及以上的儿童。不应该佩戴带有单向呼吸阀门的口罩。只有那些因身体疾病、精神健康状况或残疾而不能佩戴面罩的人士，才可以免于佩戴口罩。如果发现有呼吸困难，运动员应停止运动。如果面罩湿后粘在运动员脸上，并妨碍呼吸，则应更换其口罩或面罩。不建议在剧烈运动时佩戴会限制呼吸气流的口罩（如 N-95 口罩）。
- 运动员和教练员在参加青少年体育活动前要进行**症状检查**。检查必须包括发烧、咳嗽、呼吸短促、呼吸困难、发烧或发冷，以及员工是否在过去 14 天内与已知或疑似感染 COVID-19 的病人有过接触。这些检查可以等他们到场后当面进行，也可以通过其他方法进行，例如在线检查系统，或者通过在设施入口处张贴**标牌**，以告知出现这些症状的访客不应进入设施内。
  - 如果此人在过去 14 天内没有出现症状，也没有接触过已知或疑似患有 COVID-19 的病例，他们可以获准参加当天的活动。
  - 如果该人士在过去 14 天内接触过已知或疑似患有 COVID-19 的病例，应立即将其送回家并要求其在家进行检疫。向他们提供居家检疫指南，网址为：  
[ph.lacounty.gov/covidquarantine](http://ph.lacounty.gov/covidquarantine)。
  - 如果此人出现上述任何症状，应立即将其送回家并要求其在家中隔离。向他们提供隔离指南，网址为：  
[ph.lacounty.gov/covidisolation](http://ph.lacounty.gov/covidisolation)。
- 在另行通知之前，所有青少年体育活动只能在室外进行。参与的队伍可以使用罩棚或其他类型的遮阳棚，但前提是罩棚或遮阳棚的侧面没有关闭，且有足够的室外空气流动。
- 所有青少年体育赛事，包括锦标赛，活动或比赛，在这个时候是不允许进行的。同队运动员之间的练习比赛（队内的小型比赛，混战和/或正式比赛）只允许以非接触式运动的方式进行。非接触式运动包括那些允许所有参与小型比赛，混战或正式比赛的运动员在比赛中彼此保持8英尺距离的运动（例如单打网球比赛、高尔夫球比赛、某些类型的田径比赛）。
- 运动员在场外或场下就座的任何区域（例如板凳，休息区，候补队员区）都已重新调整，以增大相邻座位的距离，并放置更多的座位数量，这样运动员和工作人员在该区域内就能够保持6英尺的身体距离。
- 青少年体育项目应确保运动员始终留在稳定的队伍中，以限制病毒传播的风险（详情请参见[适用于学校和队伍的CDC指南](#)）。
- 考虑为较小的团队重新设计青少年体育活动，重新安排练习和比赛区域，以使所有人能够保持身体距离。
- 在可能的情况下，鼓励运动员自备器材（如球棒、高尔夫球杆、球拍）练习，切勿共用器材。运动员可以进行有限度的器材共用，例如在两名球员之间踢足球，或作为技能训练的一部分投掷棒球、足球或飞盘。但是，以这种方式共用器材只能在指定的运动员对中进

行，且不能作为一种集体活动。如果必须共用器材，则在每次不同的人使用之后进行消毒，以降低COVID-19传播的风险。

- 运动员、教练和员工之间不应进行不必要的身体接触（例如，击掌、握手、碰拳），以限制疾病传播的可能性。
- 配有室内浴室和储物柜的运动队可以使用这些设施来进行手部清洁、更衣、淋浴和使用卫生间。错开更衣室或卫生间的使用时间，以让所有人在室内时能够与他人保持身体距离。
- 所有正在使用的更衣室或卫生间都要按照下面的时间表进行经常性的消毒：

- 更衣室

---

- 卫生间

---

- 其他

- 当无法洗手时，运动员和教练应使用擦手液。擦手液必须在手上揉搓，直到完全干燥为止。注意：经常洗手比使用擦手液更有效，特别是在双手看上去很脏的情况下。
- 9岁以下儿童应在成人监督下使用擦手液。如果误吞，请致电中毒控制中心：1-800-222-1222。应首选使用含有乙醇的擦手液，当儿童有可能在无监督的情况下使用时，应使用该类型的擦手液。含有异丙基的擦手液毒性更大，且可通过皮肤吸收。
- 鼓励运动员携带自己已预先灌好的可重复使用或购买的水瓶。饮水机只适用于给这些类型的水瓶装水。运动员不应从同一个饮料容器中饮用或分享饮料。
- 在选择清洁产品时，应使用美国环境保护署(EPA)批准的对COVID-19有效的产品清单“N”上批准的产品，并遵循产品的使用说明。这些产品含有对哮喘患者更安全的成分。
- 使用产品标签上已标明对新出现的病毒病原体有效的消毒剂，并按照产品标签上的说明，以适当的稀释率和接触时间使用该产品。为员工提供关于化学品危害、制造商说明和Cal/OSHA安全使用要求的培训。
- 必须为负责清洁和消毒现场的保洁人员配备适当的防护设备，包括手套，护眼装备，呼吸保护和产品要求的其他适合的防护设备。所有清洁用品都放在了儿童接触不到的地方，并存放在一个限制出入的区域内。
- 已告知所有员工，如果生病，或接触过COVID-19的患者，就不要上班。员工理解如何遵守DPH的自我隔离和检疫隔离指南（如适用）。审核和修改工作场所的请假制度，以确保员工因病在家时，不会受到处罚。
- 向员工提供有关员工可能有权获得的雇主或政府资助的休假福利的信息，这些福利将使其在经济上更容易留在家中。详情请参见关于支持COVID-19病假和员工补偿金的政府[方案](#)的补充资料，包括[《家庭优先新冠病毒应对法案》](#)规定的雇员病假权利，以及根据州长[第N-62-20号行政命令](#)规定的在3月19日至7月5日期间发生的COVID-19接触病例的员工可获得的员工补偿福利以及推定的因COVID-19而与工作相关的权利。
- 当被告知一名或多名员工，教练，运动员的检测结果呈阳性，或有符合COVID-19的症状（病例）时，运动队应制定计划或规定，要求病例患者[在家中](#)进行隔离，并要求所有在工作场所接触过病例患者的工作人员立即进行[自我检疫](#)。运动队或联盟的计划中应考虑制定

一项协议规定，即让所有被检疫隔离的工作人员都能进行或接受COVID-19检测，以确定是否存在其他的工作场所接触感染，这可能需实施额外的COVID-19控制措施。请参见[在工作场所应对COVID-19](#)的公共卫生局指南。

- 在员工进入工作区域之前进行[员工症状检查](#)。检查必须包括咳嗽、呼吸短促、呼吸困难、发烧或发冷，以及员工是否在过去14天内与已知感染COVID-19的病人有过接触。这些检查可以远程进行，也可以在员工到达时当面进行。如果可行的话，还应在工作现场进行体温检查。
- 如果在14天内于青少年运动队运动员中所发现3例或更多的COVID-19病例，教练或联盟必须向公共卫生局报告该集中爆发式病例情况，电话是(888)397-3993或(213)240-7821。如果在工作地点发现了集中爆发式病例，公共卫生局将启动集中爆发式病例应对反应措施，其中包括提供感染控制指南和建议、技术支持和针对特定场所的控制措施。公共卫生局将指派一名公共卫生病例管理人员参与集中爆发式病例的调查，以帮助指导应对工作。
- 与他人接触的员工可以免费获得适合的可以覆盖口鼻的面罩。员工在工作期间与他人接触或可能与他人接触时，应始终佩戴口罩。已被医生告知不应佩戴口罩的员工，只要在条件允许的情况下，应遵照加州的指引，佩戴底部有褶皱的防护面罩。该面罩最好有适合下巴形状的褶皱。不应该佩戴带有单向呼吸阀门的口罩。当员工独自在私人办公室或有实心隔板的隔间（其竖起的高度已超过员工的高度）时，员工无需佩戴口罩。
- 要求员工每天清洗或更换他们的布面面罩。
- 已提醒员工，教练，青少年运动队队员遵循个人预防措施，包括：
  - 当你生病时，请留在家里。
    - 在症状首次出现后至少10天和痊愈后至少24小时内留在家中，这意味着在没有使用退烧药物的情况下你已退烧，并且你的症状（例如咳嗽，呼吸急促）也有所改善。
    - 如果你的 COVID-19 检测结果呈阳性，但从未出现任何症状，你必须留在家中，直到：
      - 第一次检测结果呈阳性的 10 天之后，但是
      - 如果出现症状，请遵循以上说明。
  - 经常用肥皂和水洗手（至少20秒）。如果没有肥皂和水，请使用至少含有60%酒精的擦手液。请在饭前，上厕所后，并在咳嗽和打喷嚏后洗手。
  - 当咳嗽和打喷嚏时请用纸巾捂住口鼻，然后在使用后立即扔掉纸巾并洗手。如果你没有纸巾，请用你的手肘（而不是你的手）。
  - 不要用未经洗净的手触摸你的嘴，眼睛和鼻子。
  - 避免与病人接触。
  - 避免共享如手机或其他设备等物品。如果设备必须共享，请一定要在共享前后用消毒剂擦拭。
  - 经常观察你与其他员工和运动员的工作/运动距离。与他人保持建议的最少6英尺的距离，除非特定的需要较近距离才能完成的工作/训练任务，并且在靠近他人或与他人一起工作/训练时戴上布面面罩。



- 对经常接触的物体和表面进行消毒，这应该在开放时间内的每个小时完成一次。
- 本规定的副本已分发给所有员工，青少年运动队以及运动员的家庭。

### **B. 维护规定**

- 禁止集体聚会，凳子和桌子已因不能使用而被移走或用警戒线封锁。
- 常用物品要定期消毒。
- 常用器材/设备在每次使用前后都要进行消毒。
- 卫生间要定期消毒。
- 饮水机只能用来装满水瓶。

### **C. 监督规定**

- 整个设施内都张贴了关于感染控制、保持身体距离和佩戴布面面罩的指示性和信息性告示。青少年体育项目的在线网点（网站、社交媒体等）提供了关于保持身体距离、佩戴口罩等问题的明确信息。
- 已张贴告示牌提醒访客，如果他们出现呼吸道症状，就应该留在家里。
- 教练和联盟的经理应负责监督张贴规定的遵守情况。
- 如果有参与者不遵守这些规定，他们将被要求离开该场所。

上述未包括的任何额外措施应另在单独的页面上列出，且运动协调员应将其附到本文件之后。

关于本规定的任何问题或意见，你可以联系以下人员：

青少年体育活动  
负责方联络人  
姓名： \_\_\_\_\_

电话号码： \_\_\_\_\_

最后一次  
修改的日期： \_\_\_\_\_