

راهنمای ارائه دهندگان خدمات آموزشی پیش دبستانی الزامات و بهترین راهکارها

روز رسانی‌ها:

01/11/2022

- توصیه اکید به کلیه کارکنان واجد شرایط جهت دریافت دوز تقویتی واکسن کووید-19 علاوه بر سری واکسن اولیه خود.
- اینک استفاده از ماسک در تمام فعالیت‌های فضای باز که در آن برقراری فاصله گذاری فیزیکی امکان پذیر نیست، به جز هنگام خوردن یا آشامیدن الزامیست.
- کارکنان ملزم هستند ماسک‌های ارتقا یافته بپوشند (ماسک جراحی یا تجهیزات حفاظتی شخصی با سطح حفاظت بالاتر).
- اکیداً به دانش‌آموزان توصیه می‌شود ماسک‌هایی با برازش مناسب، غیر پارچه‌ای دارای چند لایه مواد غیر بافت با سیم بینی بپوشند.

خوش آمدید

با توجه به انتقال اجتماعی مداوم کووید-19 و حضور غالب سویه دلتا و سویه امیکرون، برای کاهش سرعت انتشار کووید-19 در رویدادها، در مشاغل و در جامعه، استفاده از ماسک در فضاهای سرپوشیده و روباز که در آنها رعایت فاصله گذاری امکان‌پذیر نیست، فارغ از وضعیت واکسیناسیون، ضروری است. سویه امیکرون و ویروس بسیار راحت‌تر از دیگر گونه‌های ویروس منتشر می‌شود. برای پیشگیری از افزایش ناگهانی موارد ابتلا به کووید-19، رعایت دقیق الزامات و بهترین راهکارهای مشروح در این راهنما مهم است.

طبق گزارش‌های منتشر شده، عواملی که خطر ابتلا، از جمله سرایت به افرادی که بیش از 6 فوت فاصله دارند را افزایش می‌دهند، عبارتند از:

- فضاهایی بسته با کمبود تهویه یا جریان نامناسب هوا که امکان انباشت مایعات تنفسی بازدم شده، به‌ویژه قطرات بسیار ریز و ذرات آبروسل را در هوا فراهم می‌کند.
- افزایش بازدم مایعات تنفسی که ممکن است زمانی اتفاق بیفتد که فرد مبتلا مشغول فعالیت فیزیکی شدید است یا صدای خود را بلند می‌کند (مثلاً هنگام ورزش کردن، فریاد زدن، آواز خواندن).
- مواجهه طولانی مدت در این موقعیت‌ها.

الزامات و بهترین راهکارها برای ارائه دهندگان خدمات آموزشی و مراقبت زودهنگام (ECE) در زیر خلاصه شده تا بدین ترتیب همزمان با انتقال به ظرفیت کامل فعالیت‌ها، ایمنی را بهبود بخشند و از خطر انتقال کووید-19 در مجموعه‌های ECE خود بکاهند. علاوه بر این اطلاعات، لطفاً به یاد داشته باشید:

- ارائه دهندگان ECE باید از [استانداردهای اضطراری موقت پیشگیری از کووید-19 Cal/OSHA \(ETS\)](#) که اطلاق پذیر هستند و همچنین فرمان افسر بهداشت شهرستان لس آنجلس پیروی کنند. لطفاً توجه داشته باشید در مواردی که دستورات فرمان افسر بهداشت شهرستان لس آنجلس از [Cal/OSHA ETS](#) سختگیرانه‌تر است، باید از بخشنامه‌های فرمان افسر بهداشت تبعیت شود.
- ارائه دهندگان ECE باید [راهنمای عمومی مشاغل](#) را مرور کرده و از آن تبعیت کنند. بهترین راهکارهای مراکز ECE که در اینجا تشریح شده، به عنوان مکمل راهنمای عمومی در نظر گرفته شده است.
- ارائه دهندگان ECE باید [راهنمای برنامه مدیریت مواجهه کووید-19 برای واحدهای آموزشی و مراقبت زودهنگام](#) را که در ادامه به تفصیل تشریح شده بررسی کنند.

از مقررات ماسک مربوط به کارکنان، کودکان و مراجعان پیروی کنید

[فرمان کنونی افسر بهداشت](#) شهرستان لس آنجلس، همه افراد را ملزم می‌سازد، فارغ از وضعیت واکسیناسیون‌شان، در تمامی محیط‌های عمومی سرپوشیده و مشاغل ماسک بزنند. این فرمان، و الزام ایالتی ماسک‌گذاری در مراکز ارائه خدمات به کودک، در مورد کودکان 2 سال (24 ماه) به بالا، کارمندان،

کارکنان، داوطلبان، والدین و کلیه مراجعان صدق می‌کند. برخی موارد استثناء مرتبط با الزام ماسک‌گذاری کماکان مطابق موارد زیر اعمال می‌شوند. بر مبنای این قوانین، ارائه دهندگان ECE و مجموعه‌ها باید:

- مراجعان: همه مراجعان، از جمله والدین و مراقبان را ملزم کنید، فارغ از وضعیت واکسیناسیون، زمانی که در **فضاهای سرپوشیده و روباز مجموعه** حضور دارند که رعایت فاصله گذاری در آن امکان‌پذیر نیست، **ماسک همراه داشته باشند و بپوشند**. به کسانی که بدون ماسک در محل حاضر می‌شوند، ماسک دهید.

- **کودکان:** در محیط‌های ECE سرپوشیده و همچنین شلوغ روباز، زدن ماسک را برای همه کودکان 24 ماهه و بزرگتر الزامی کنید. اکیداً توصیه می‌شود، اما الزامی نیست که دانش‌آموزان ماسک‌های ارتقا یافته‌ای بپوشند که حداقل برازش مناسب دارند، غیر پارچه‌ای و دارای چند لایه مواد غیر بافت با سیم بینی هستند. هیچ بندی در این پروتکل ایجاب نمی‌کند که مجموعه ECE ماسک‌های ارتقا یافته را به کل جمعیت دانش‌آموزان خود ارائه دهد و باید ترجیح والدین در مورد میزان تجهیزات حفاظتی شخصی که دانش‌آموز می‌پوشد محترم شمرده شود. با این حال، استفاده همگانی از ماسک همراه با نوع مناسبی از پوشش صورت در محیط‌های سرپوشیده و همچنین شلوغ روباز در یک دوره ECE الزامیست. در هنگام خواب نیمروز یا زمانی که کودکان مشغول خوردن و آشامیدن هستند، می‌توان ماسک‌ها را برداشت.

- **کارکنان: الزام ارائه ماسک‌های ارتقا یافته به کلیه کارکنان ECE:** در حال حاضر باید به کلیه کارکنان ECE حاضر در فضاهای سرپوشیده، ماسک‌های درجه جراحی (که به آن ماسک‌های عمل پزشکی نیز گفته می‌شود) یا تجهیزات حفاظتی شخصی با سطح حفاظت بالاتر (مانند ماسک‌های تنفسی KN95 یا N95) ارائه شود و آن را بپوشند. برای کسانی که ماسک‌های جراحی می‌پوشند، استفاده از ماسک دوتایی با پوشیدن یک پوشش پارچه‌ای صورت روی ماسک جراحی توصیه می‌شود. پوشش‌های پارچه‌ای صورت دیگر به تنهایی قابل قبول نیست، زیرا سطح یکسانی از کنترل منبع یا حفاظت شخصی را مانند یک ماسک جراحی مناسب یا تجهیزات حفاظتی شخصی با سطح حفاظت بالاتر ارائه نمی‌دهد. انتظار می‌رود مطابقت کامل با این فرمان حداکثر تا 17 ژانویه 2022 صورت گیرد.

○ برای کارهایی مانند سرو غذا، تعویض پوشک، حمل زباله یا هنگام استفاده از محصولات تمیز کننده و ضدعفونی کننده، به افراد دستکش دهید.

*برخی پیمانکاران مستقل تحت آیین‌نامه کارگران ایالتی، کارمند تلقی می‌شوند. برای جزئیات بیشتر، صفحه وب وزارت روابط سازمانی کالیفرنیا درباره **پیمانکاران مستقل در قیاس با کارکنان** را بررسی کنید.

غربالگری و پاسخ به موارد ابتلا

- **اکیداً** توصیه می‌شود **غربالگری‌های ورودی**، قبل از ورود کارکنان به مجموعه ECE انجام شود.
 - غربالگری ورودی باید شامل بررسی موارد سرفه، تنگی نفس، مشکل تنفسی و تب یا لرز باشد، و اینکه آیا کارمند اکنون تحت فرمان انزوا یا قرنطینه قرار دارد. در صورت امکان سنجش دمای بدن توصیه می‌شود.
 - این غربالگری‌ها را می‌توان بصورت حضوری در بدو ورود به محل یا از راه دور و پیش از ورود، با استفاده از اپلیکیشن دیجیتال یا دیگر روش‌های قابل اثبات انجام داد.
- **علامتی** نصب کنید تا به هر فردی که وارد مجموعه‌تان می‌شود یادآور شوید چنانچه به علائم کووید-19 مبتلا هستند یا تحت فرمان انزوا یا قرنطینه قرار دارند، نباید وارد شوند.
- پیرو الزام بخش صدور پروانه مراقبت‌های اجتماعی اداره خدمات اجتماعی CDSS (CCLD) و **پیرو سرفصل 22 در CCR بندهای 101216(h)**، **101226.1(a)(1)** و **102417(e)**، هر کودک یا کارمندی را که علائم بیماری یا مریضی مسری دارد، تا زمانی که بتوان آنها را به خانه منتقل کرد، ایزوله کنید یا هر شخص دیگری را با شرایط مذکور از حضور منع کنید.
 - کودکانی که حین مراقبت، به‌تازگی علائم کووید-19 در آنان ظاهر شده است را از کودکان و کارکنان دیگر جدا کنید.
 - اطمینان یابید که کودکان ایزوله شده کماکان نظارت کافی را دریافت می‌کنند و طبق الزامات مجوزدهی، به‌طور مستمر در طول روز سلامت کودک بررسی می‌شود.

- اگر فردی که در خانه شخصی مراقبت از کودک سکونت دارد علائم کووید-19 از خود نشان می‌دهد، از دستورالعمل‌های اداره بهداشت عمومی در خصوص [قرنطینه](#) یا [انزوا](#) تبعیت کنید.
- ارائه دهندگان ECE باید موارد ابتلای تأیید شده کووید-19 را به مقامات اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس، کارکنان CCLD، و خانواده‌ها اطلاع دهند.
- جهت گزارش‌دهی موارد ابتلای کووید-19 به اداره بهداشت عمومی، از [راهنمای برنامه مدیریت مواجهه کووید-19 در واحدهای آموزشی و مراقبت زودهنگام](#) تبعیت کنید.
 - موارد فردی ابتلا (1 مورد) باید طی 1 روز کاری گزارش شوند.
 - گروه مبتلایان شامل 3 نفر یا بیشتر در طی 14 روز، باید سریعاً به اداره بهداشت عمومی گزارش شود. پیرو الزام [سرفصل 22](#)، بند [CCR 101212\(d\)](#)، همه‌گیری‌ها را به بخش صدور پروانه مراقبت‌های اجتماعی CDSS (CCLD) از طریق دفتر منطقه‌ای آنان گزارش دهید.
 - مطابق [سرفصل 22](#)، بند [CCR 102416.2\(c\)\(3\)](#)، خانه‌های شخصی مراقبت از کودک باید شیوع بیماری واگیردار را در صورت تعیین توسط مقام بهداشتی محلی، به CCLD از طریق دفتر منطقه‌ای آنان گزارش دهند.
- برای اطلاعات تکمیلی راجع به گزارش‌دهی و مدیریت مبتلایان و مواجهه با بیماری در محیط کار به [جعبه ابزار کووید-19 ECE](#) مراجعه کنید.

حفظ فاصله گذاری فیزیکی و گروه‌های ثابت را در نظر بگیرید

- با آنکه برقراری فاصله گذاری فیزیکی دیگر در مجموعه‌های ECE اجباری نیست، اما این اقدام ابزاری تکمیلی برای کنترل سرایت است که می‌توان از آن برای کاهش شیوع کووید-19 در مجموعه‌های ECE بهره برد. در صورت امکان، اجرای اقدامات زیر را در نظر بگیرید:
- **گروه‌های هم‌دوره‌ای که فعالیت مشترک آنها بخوبی تعریف شده.** محیط‌های خدمات آموزشی و مراقبت زودهنگام به‌طور معمول یک مدل ثابت از گروه‌های مشترکی از کارکنان و کودکان دارند که هر روز با هم هستند. به‌منظور حفظ تفکیک بارز بین گروه‌ها در طول روز، ارائه دهندگان ECE باید اقداماتی را در نظر گیرند. در صورت عملی بودن این امر، اگر کودک یا کارکنان آلوده به محل بیایند، این کار می‌تواند به کاهش خطر شیوع کووید-19 کمک کند.
 - **برای کاهش ازدحام، زمان رساندن و بردن افراد را نوبتی کنید.** در نظر بگیرید که رساندن و بردن کودکان را در شروع و پایان روز برای والدین و مراقبان آسان‌تر کنید تا تعداد کودکانی که همزمان وارد و خارج می‌شوند نوبتی شود و از ازدحام در ورودی جلوگیری کنید.
 - **به منظور یادآوری به کودکان جهت حفظ فاصله از دیگران از وسایل کمکی بصری استفاده کنید.** به کودکان کمک کنید که برای تمرین در طول روز از وسایل کمکی بصری مانند نوار روی زمین یا تصاویر استفاده کنند تا بدین ترتیب به آنان یادآور شوید که فاصله خود از سایر کودکان و کارکنان حفظ کنند.
 - **برای ایمن‌تر کردن وعده‌های غذایی اقداماتی اتخاذ نمایید:**
 - برای کارمندان، کارکنان و داوطلبان، فضای استراحتی را در فضای باز در نظر بگیرید تا کارمندان بتوانند زمان استراحت خود را آنجا سپری کنند. کارکنان باید در فضای باز یا به تنهایی در یک دفتر سرپوشیده غذا بخورند. اگر کارکنان باید در فضاهای سرپوشیده غذا صرف کنند، چنانچه در یک محوطه غذاخوری مشترک و سرپوشیده هستند، لازم است دست کم 6 فوت (حدود 2 طول بازو) از دیگران فاصله داشته باشند.
 - برای کودکان، چنانچه شرایط جوی و فضا اجازه می‌دهد، ترتیبی دهید تا در فضای باز غذا بخورند. هنگام صرف غذا در فضاهای سرپوشیده، برای پراکنده کردن کودکان میزها را جابجا کنید یا برای نشان دادن محل نشستن کودکان از نوار یا تصاویر استفاده کنید و به برقراری فاصله کافی بین آنان کمک کنید.
 - جهت حفاظت از کارکنانی که کاملاً واکسینه نشده‌اند و به‌طور مکرر با دیگر کارکنان یا مراجعان در تماس نزدیک هستند، [استفاده از حائل‌ها](#) و پارتیشن بین اتاق‌ها را در نظر داشته باشید.

تهویه را بهبود بخشید

- مطمئن شوید که سیستم تهویه ساختمان شما در وضعیت عملکردی مناسب قرار دارد.

- نصب دستگاه‌های تصفیه قابل حمل با بهره‌وری بالا، ارتقاء فیلترهای هوای ساختمان به فیلترهایی با حداکثر بهره‌وری، و انجام سایر اصلاحات به منظور افزایش کمیت هوای خارج از ساختمان و تهویه هوا در تمام محیط‌های کاری را در نظر داشته باشید.
- در نظر داشته باشید که چگونه می‌توان بصورت ایمن هوای تازه را به مجموعه وارد کرد. هنگامی که شرایط جوی و کاری اجازه می‌دهد، با باز کردن پنجره‌ها و درها جریان هوای تازه خارجی را افزایش دهید. برای افزایش تأثیر باز بودن پنجره‌ها از پنکه‌های ایمن برای کودکان استفاده کنید؛ پنکه‌های پنجره‌ای را همیشه طوری قرار دهید که هوا را به بیرون بدمند، نه داخل.
- هنگامی که باز کردن پنجره‌ها به دلیل شرایط جوی خارجی امکان پذیر نیست، برای کاهش خطر انتشار، پایبندی به اقدامات کنترل سرایت مانند استفاده صحیح از ماسک و فاصله گذاری فیزیکی مهم است.
- در مناطقی که افزایش جریان هوای خارجی امکان پذیر نیست، ظرفیت را کاهش دهید.
- اگر کسب و کار شما از وسایل حمل و نقل، مانند اتوبوس یا ون استفاده می‌کند، توصیه می‌شود چنانچه ایمن است و شرایط جوی اجازه می‌دهد، پنجره‌ها را باز کنید تا گردش هوای خارجی افزایش یابد.
- از راهنمای موقت تهویه، فیلتراسیون و کیفیت هوای محیط‌های داخلی CDPH و صفحه CDC با عنوان [تهویه در مدارس و برنامه‌های مراقبت از کودک](#) دیدن فرمایید.

نظافت و ضد عفونی کنید

- نظافت و ضد عفونی سطوح می‌تواند خطر ابتلا را کاهش دهد. کارکنان را آموزش دهید و نظارت نمایید که آنان از رویه‌های کنترل سرایت مرتبط با الزامات نظافت و ضد عفونی، نظافت منزل و اصول بهداشتی مندرج در زیر پیروی می‌کنند:
- مطابق آنچه در بندهای [\(2\)\(e\)101216](#)، [\(c\)102416](#)، [\(a\)101238](#) و [\(b\)102417 CCR](#) عنوان شده است، از الزامات نظافت و ضد عفونی تبعیت کنید.
 - رخت‌های چرک، مانند لباس و ملافه باید با استفاده از تنظیم مناسب آب گرم شسته شوند و فرصت دهید این اقلام کاملاً خشک شوند. اگر رخت‌های چرک فرد مبتلا را جایجا می‌کنید، دستکش بپوشید و ماسک بزنید.
 - هنگام انتخاب محصولات نظافتی، از محصولات مورد تأیید برای استفاده در برابر کووید-19 که در [لیست تأیید شده "N" سازمان حفاظت از محیط زیست](#) قرار دارند، استفاده کنید و از دستورالعمل‌های استفاده محصول پیروی نمایید.
 - [قانون مدارس سالم](#) هر فردی را که از مواد ضد عفونی کننده در مراکز مراقبت از کودک استفاده کند، ملزم می‌گرداند دوره آموزشی سالانه مورد تأیید اداره مقررات آفت‌کش‌ها در کالیفرنیا را بگذرانند. آموزش آنلاین در وبسایت مدیریت یکپارچه آفات در مدارس و مراکز مراقبت از کودک [کالیفرنیا](#) قابل دسترسی است. توجه: این امر در مورد خانه‌های شخصی مراقبت از کودک صدق نمی‌کند.
 - برای اطلاعات بیشتر درباره نظافت و ضد عفونی، به راهنمای CDC با عنوان [نظافت و ضد عفونی مجموعه خود](#) مراجعه نمایید.

واکسیناسیون را تشویق کنید

- واکسن‌های کووید-19 [ایمن و اثربخش](#) می‌باشند و بهترین راه پیشگیری از همه‌گیری کووید-19 در محیط کار و جامعه هستند. واکسن کووید-19 رایگان است و [به‌طور گسترده](#) در همه جوامع در دسترس است.
- برای انجام واکسیناسیون و دریافت دوزهای تقویتی، مرخصی باحقوق در نظر گیرید.
 - در محل کارتان [کلینیک واکسیناسیون](#) راه‌اندازی کنید تا انجام واکسیناسیون برای کارکنان‌تان راحت‌تر باشد. فرصت‌هایی را جهت تشویق کارکنان‌تان به انجام واکسیناسیون در نظر بگیرید یا انجام واکسیناسیون را برایشان آسان‌تر کنید. این امر می‌تواند شامل ارائه پاداش‌هایی از قبیل مرخصی باحقوق تکمیلی یا پرداخت پاداش نقدی، و/یا سیاست‌هایی آسان‌تر برای کارکنانی باشد که [کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه](#) هستند.

از شستشوی دست حمایت کنید

- ایستگاه‌های شستشوی دست یا ضد عفونی کننده دست را همراه با علامت ترویج استفاده از آن، در راه ورود و خروج سرویس‌های بهداشتی همگانی قرار دهید. مطمئن شوید که ضد عفونی کننده دست دور از دسترس کودکان قرار دارد. برای جلوگیری از بلع الکل یا تماس آن با چشم، هنگامی که کودکان زیر 6 سال از ضد عفونی کننده دست استفاده می‌کنند، بر آنان نظارت کنید.
- شستشوی مکرر دست را بین کودکان و کارکنان تشویق کنید.
- به راهنمای CDC مراجعه نمایید، «چه زمانی و چگونه دستان خود را بشویید».

اطلاع رسانی کنید

- **علامتی** نصب کنید تا مراجعانی که به ساختمان شما وارد می‌شوند از سیاست‌هایتان، از جمله الزام تمامی مراجعان، کارکنان و کودکان بالای 24 ماه به پوشیدن ماسک در فضاهای سرپوشیده و روبازی که در آنها رعایت فاصله گذاری فیزیکی امکان پذیر نیست، مطلع شوند.
- راهنمای والدین خود را بروز رسانی کنید و هر گونه سیاست جدید را با والدین به اشتراک بگذارید.
- برای اطلاع رسانی در مورد خط مشی‌های ایمنی کووید-19 خود به عموم از پلتفرم‌های آنلاین‌تان استفاده کنید.

مقابله با پریشانی خاطر (استرس)

همچنانکه جهان به مبارزه خود علیه کووید-19 ادامه می‌دهد، بسیاری با معضله‌هایی روبرو هستند که می‌تواند هم برای بزرگسالان و هم برای کودکان باعث پریشانی خاطر باشد. بسیاری از ما و خیلی از خانواده‌هایی که به آنان خدمت‌رسانی می‌کنیم، ممکن است در خصوص وضعیت سلامتمان و سلامت عزیزانمان دچار دلواپسی، نگرانی و هراس بیشتری باشیم. در جریان همه‌گیری کووید-19، احساس پریشانی خاطر، اضطراب، اندوه و نگرانی طبیعی است. اگر شما، خانواده‌ای که به او خدمت می‌کنید یا شخص دیگری که او را می‌شناسید برای کنار آمدن با این شرایط دوران سختی را سپری می‌کند، کمک شبانه‌روزی از طریق تماس با خط مشاوره 1-800-854-7771 اداره بهداشت روان شهرستان لس آنجلس در دسترس است. کمک همچنین از طریق ارسال متن "LA" به شماره 741741 یا به آسانی از طریق تماس با پزشک خانوادگی فرد نیازمند حمایت، در دسترس است. در صفحه وب <http://dmh.lacounty.gov/resources> نکاتی برای کمک به مدیریت پریشانی خاطر و بهبود سلامت عاطفی شما ذکر شده است.

در زیر چند منبع و توصیه برای کمک به مقابله با پریشانی خاطر آورده شده است:

- شیوه‌نامه کالیفرنیا با عنوان **تسکین پریشانی خاطر در جریان کووید-19**، در زمینه نحوه پی بردن به پریشانی خاطر در کودکان راهنمایی‌هایی ارائه می‌دهد و در رابطه با چگونگی کاهش پریشانی خاطر در کودکان و بزرگسالان راهبردها و ابزارهایی را مطرح می‌کند.
- تغذیه سالم، خواب، عادات فعالیت بدنی و خود مراقبتی را ترویج کنید.
- راهبردهای کاهش اضطراب را با همکاران و خانواده‌ها بحث کنید و با آنان به اشتراک بگذارید.
- کارکنان و کودکان را تشویق کنید تا با افراد مورد اطمینان‌شان درباره نگرانی‌ها و احساسات خود صحبت کنند.
- در مورد خدمات پشتیبانی بهداشت روان موجود در دسترس جامعه، از جمله اگر مشاور بهداشت روان در برنامه موجود، بصورت صریح و به دفعات با کارکنان، کودکان و خانواده‌ها گفتگو کنید.
- علامتی را درباره **CalHOPE** و خط ویژه ملی اضطراب نصب کنید: با شماره 1-800-985-5990 تماس بگیرید یا کلمه "TalkWithUs" را به شماره 66746 پیامک کنید.
- کارمندان را تشویق کنید در صورتی که **شدیداً تحت تأثیر احساساتی** همچون غم، افسردگی یا اضطراب قرار گرفته‌اند با مرکز ملی پیشگیری از خودکشی به شماره 1-800-273-TALK (1-800-273-8255)، 1-888-628-9454 برای اسپانیایی، یا **خط ویژه گفتگوی بحران** تماس بگیرند، یا چنانچه احساس می‌کنند می‌خواهند به خود یا دیگران آسیب برسانند، با شماره 911 تماس بگیرید.