



在 TK-12 学校内预防 COVID-19

适用于学生、家长和监护人的信息

洛杉矶县的小学、初中和高中可以在遵循 [《重新开放 K-12 学校的规定》](#) 的前提下重新开放。该规定列出了学校应遵循的规定和建议，这些规定和建议采取了多层级的保护措施，以防止 COVID-19 的传播，并允许学校安全地全面恢复面对面授课。学校一直在与洛杉矶县公共卫生局密切合作，以共同营造促进安全的校园环境。此外，加州于 2021 年 8 月 11 日发布了一项 [卫生主管令](#)，要求所有学校的工作人员要么出示已全剂量接种疫苗的证明，要么每周至少进行一次 COVID-19 检测。

家长和监护人可以通过了解 COVID-19 的安全规定和建议，来为孩子上学做好准备。向你的孩子解释，当他们回到学校后会有哪些要求。这将有助于确保学校能度过一个安全和成功的学年。

为了每个人的安全，学校将要求：

无论疫苗接种情况如何，每个人都必须在室内佩戴口罩。

- 这包括在所有学校校舍内、公共和学校交通工具（例如校车和面包车）上以及在室内上体育课时。
- 允许学生在进行以下活动时摘下口罩：
 - 吃饭、喝饮品、洗澡、游泳或小睡。
- **不应该佩戴口罩的人群。** 2岁（24个月）以下的儿童不应佩戴口罩。对于患有某些疾病，或存在精神健康问题，或身有残障的人士，若被医生告知不应佩戴口罩，则应遵循医嘱。由于身体疾病或精神健康状况、残障或听力障碍而在学校免于佩戴口罩的资格认定，必须由有执照的医生或在医生执照下执业的其他医疗专业人员作出。要求免于佩戴口罩的自我证明和家长证明将不予接受。如果他们的身体情况允许，那些获得免于佩戴口罩资格的人士必须佩戴防护面罩，且面罩的底部边缘有布帘，以遮住颈部。
- 欲了解更多关于佩戴口罩的信息，请访问：ph.lacounty.gov/masks。

如果学生生病，或正受到隔离或检疫令的限制，他们不得到校上课。

- 发烧或有其他生病迹象的儿童不应前往学校上课。有关COVID-19的症状，请参阅：ph.lacounty.gov/covidcare。
- 当学生到达学校时，可能会接受症状筛查，并进行体温测量。如果他们有生病的迹象，将不允许他们进入学校。如果当天早些时候学生开始出现COVID-19症状，则将该学生单独隔离，并可能让其返回家中。
- 提前做好计划。制定一项紧急儿童看护计划，这样如果你的孩子生病了，他们就可以安全地留在家中不去上学。



在 TK-12 学校内预防 COVID-19

学校可以要求执行额外的安全措施。

以下安全措施旨在通过与他人保持身体距离、减少拥挤以及增加通风，来进一步降低 COVID-19 的传播风险。每个人都必须遵守学校制定的规章制度。一定要与孩子的学校联系，了解他们采取了哪些安全措施。

学校可以选择：

- 修改或错开时间表，以降低在走廊发生拥挤的概率。
- 给学生和老师分配固定小组，让他们在进行一天的大部分活动时都待在一起。
- 打开教室的门窗，以增加新鲜空气的流通量，并改善通风。
- 对无症状学生进行例行定期的 COVID-19 检测（“筛查”）。或者，学校可以只安排出现 COVID-19 症状的学生或是其他 COVID-19 患者的密切接触者的学生接受检测。
- 在室外上课和用餐，尤其是对于传播 COVID-19 风险较高的活动。这包括体育、音乐、戏剧、舞蹈和歌唱课。需要摘下口罩的音乐活动（如吹奏管乐器）只能在室外以团体形式进行。
- 在室外进行表演、体育比赛和游戏。学校应该遵循 [《适用于大型活动的最佳做法》](#) 中的要求。

在学校内，孩子们可以采取更多的安全措施来降低他们的风险。

除了遵循学校的安全规定外，你的孩子在学校还可以做其他的事情来帮助降低他们的风险。

- 如果他们年满12岁或以上，请接种疫苗。
 - 接种疫苗是保护孩子免于感染COVID-19的最好方法。COVID-19疫苗是安全、有效且对每个人免费的。若你有任何担忧，请与孩子的医生交流。
- 在拥挤的室外场所佩戴口罩。
 - 这包括在排队等候进入场所、离开场所、课间休息，或在吃饭时段没有进食或喝饮品的时候。
- 让口罩发挥最大的保护作用。
 - 最具防护性的口罩是你的孩子在室内可以一直舒适地戴在鼻子和嘴巴上的口罩。口罩应该紧贴着他们的鼻子和下巴，且脸的两侧不能留有大的缝隙。它应该由至少两层紧密编织的透气材料制成。
 - 有一些类型的口罩提供更高级别的保护。欲了解更多信息，请访问：ph.lacounty.gov/masks。请注意，口罩防护级别越高，你的孩子可能就越难做到全天内舒适地佩戴那种口罩。
 - 一个好办法是让你的孩子在家中测试口罩，以确保他们能够舒适地呼吸，并能够在学校的一整天内都佩戴口罩。在家里让他们在室内一次佩戴口罩至少几个小时。
 - 为孩子准备好额外的口罩带去学校，这样当口罩变脏或变湿后，他们就可以更换口罩。

在 TK-12 学校内预防 COVID-19

- 与他人保持距离。
 - 和你的孩子谈论如何避开成群的学生。在教室外如果可能的话，他们应该尽量与其他人保持至少2臂长（约6英尺）的距离。
 - 任何时候当他们身边有其他人，并摘下口罩时（比如吃饭的时候），应与其他人保持距离。
- 保持良好的手部卫生习惯。
 - 他们应该经常用肥皂和水洗手，或使用酒精含量至少为60%的消毒洗手液。年幼的儿童只能在成人的监督下使用酒精消毒洗手液。这是为了确保他们在双手完全变干之前不吃任何东西，或者把手放进嘴里。
 - 提醒他们避免用不干净的手拿东西吃，或者触碰自己的脸。

欲了解更多提示，请参阅 [《为12岁以下儿童的父母准备的保持安全和防止病毒传播的指南》](#)。

对于父母和监护人而言，若需了解更多关于如何降低风险和减缓 COVID-19 传播的信息（包括哪些情况下风险更高），请访问 <http://ph.lacounty.gov/reducerrisk>。

接种疫苗是预防 COVID-19 的最佳做法。

所有 12 岁及以上的个人，无论其移民身份如何，都可以免费接种 COVID-19 疫苗。在洛杉矶县，你无需预约，即可在许多地点接种疫苗。无法外出的个人可以在家中接种疫苗。

请访问 VaccinateLACounty.com，点击“[如何接种疫苗](#)”，找到你附近的疫苗接种点，或致电公共卫生局疫苗呼叫中心热线：833-540-0473，服务时间为每天上午 8:00 至晚上 8:30。

