

## 重新開啟體育和健身場所的協議規定：附錄 L

**最近更新資訊：**（更改已用黃色加亮顯示）

**2020 年 12 月 2 日：**

- 在隔間（包括設有隔板的隔間）工作的員工必須佩戴口罩。這些是遵照2020年11月28日發出的臨時衛生主管令而採取的臨時措施。該命令的有效期限為2020年11月30日上午12:01（太平洋標準時間）至2020年12月20日晚上11:59（太平洋標準時間）。
- 在進食或喝東西的任何時候，員工都必須與他人保持6英尺的距離，如果可能的話，也應該在室外進行。在隔間或工作站吃或喝東西比在休息室吃東西更好。

**2020 年 11 月 28 日：**更新後要求顧客和員工在任何時候都要佩戴口罩；顧客在劇烈運動時不可摘下面罩，並應在劇烈運動時經常休息。允許在室外游泳池游泳，但必須是規定在泳道內游泳（每條泳道一名游泳者）。體育館和健身中心的室外可容納人數應限制在室外法定容納人數的50%。

**2020 年 11 月 21 日：**根據加州衛生主管於 2020 年 11 月 19 日發佈的「限制居家令」，更新後要求體育和健身場所在晚上 10 點至早上 5 點之間關閉非基本業務。「限制居家令」將於 2020 年 11 月 21 日晚 10 點生效，並延續至 2020 年 12 月 21 日上午 5 點。同時還更新了症狀篩查標準，要求檢查個人目前是否受到隔離和檢疫令的限制。

洛杉磯縣公共衛生局正在採取分階段的方法，並在科學和公共衛生專業知識的支持下，允許某些體育和健身場所重新安全開啟。根據公共衛生主管的命令，以下必要條件適用於被允許重新開啟的體育和健身場所。除了州長對這些特定場地所施加的條件外，這些類型的企業還必須確保符合本體育和健身場所檢查清單中所列出的條件。

注意，體育館和健身場所必須遵守加州衛生主管於 2020 年 11 月 19 日發佈的「限制居家令」。「限制居家令」於 2020 年 11 月 21 日晚 10 點生效，並指示所有提供非基本服務的企業在晚 10 點至早 5 點之間停止營業。該命令的有效期至 2020 年 12 月 21 日早上 5 點為止。欲瞭解有關「限制居家令」的更多資訊，請透過加州常見問題解答頁面進行查詢。

請注意，在另行通知之前，所有體育和健身設施的運營必須在室外進行。室外作業可在天棚下或其他遮陽棚下進行，但前提是兩側不封閉，並且有足夠的室外空氣流動。室外泳池可繼續開放，但只可規定在泳道內游泳（每條泳道一名游泳者）。請注意，所有員工和顧客必須在任何時候戴上面罩（在游泳時除外）。

室外熱水浴缸只能開放給家庭團體使用，或者可以保證所有人與他人保持 6 英尺距離的前提下開放。室內游泳池，熱水浴缸，桑拿浴室和蒸汽房必須保持關閉狀態。

請注意：本規定可能會隨著更多資訊和資源的提供而更新，因此請務必定期查看洛杉磯縣網站：<http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>以獲取本規定的任何更新的資訊。

該清單包括：

- (1) 為保障員工健康而制定的工作場所政策和措施
- (2) 保持身體距離的措施
- (3) 確保感染控制的措施
- (4) 與員工和公眾溝通
- (5) 確保公平獲得重要服務的措施

這五個關鍵領域必須包含在你的設施制定重新開啟的規定內。

**本規定指南涵蓋的所有體育/健身場所必須實施以下列出的所有適用措施，  
並準備好解釋為什麼任何未實施的措施不適用於該體育/健身場所。**

企業名稱:

---

設施地址:

---

根據消防規範，設施內的  
最大可容納人數:

---

設施對公眾開放空間的大致總面積  
(平方英尺):

---

**A. 為保障員工健康而制定的工作場所政策和措施（在所有適用於該設施的選項上打勾）**

- 每位能在家完成工作任務的員工都已被指示這樣做。
- 較容易感染病毒（65歲以上和有慢性疾病健康問題）的員工應盡可能安排可在家完成的工作，並應與他們的醫療服務提供者或職業健康服務機構討論任何有關問題，以便就返回工作場所作出適當的決定。
- 盡可能重新分配工作流程，以增加員工在家工作的機會。
- 為了最大限度地保持人與人之間的身體距離，已經制定了交替、交錯或輪班的時間表。
- 已告知所有員工，如果生病，或接觸過COVID-19的患者，就不要來上班。員工理解如何遵守公共衛生局DPH的自我隔離和檢疫隔離指南（如適用）。已經審核和修改工作場所的請假制度，以確保員工因病在家時，不會受到處罰。
  - 關於僱主或政府資助的休假福利的資訊，員工可能符合獲得這些福利，從而使其在經濟上更容易留在家裡。詳情請參閱關於支持病假和COVID-19員工補償的政府[方案](#)的補充資料，包括《[家庭優先新冠病毒應對法案](#)》規定的僱員病假權利，以及根據州長[第N-62-20號行政命令](#)規定的在3月19日至7月5日期間發生的COVID-19接觸病例的員工可獲得的員工補償福利以及推定的因COVID-19而與工作相關的權利。
- 當被告知一名或多名工作人員的檢測結果呈陽性，或有符合COVID-19的症狀（病例）時，僱主應制定計劃或方案，要求[病例患者在家中進行隔離](#)，並要求所有在工作場所接觸過病例患者的工作人員立即進行

自我檢疫。僱主的計劃中應考慮制定一項協議規定，即讓所有被檢疫隔離的工作人員都能進行或接受COVID-19檢測，以確定是否存在其他的工作場所接觸情況，這可能需要實施額外的COVID-19控制措施。請參見在工作場所應對COVID-19的公共衛生局指南。

- ❑ 在員工進入工作區域之前進行進入症狀篩查。檢查必須包括咳嗽、呼吸短促、呼吸困難、發燒或發冷，以及個人目前是否受到隔離和檢疫令的限制。這些檢查可以遠程進行，也可以在員工到達時當面進行。如果可行的話，還應在工作現場進行體溫檢查。
- ❑ 如果14天內在工作場所發現3例或更多COVID-19病例，僱主必須向公共衛生局報告該群集病例事件，電話是(888) 397-3993或(213) 240-7821。如果在工作地點發現了群集病例，公共衛生局將啟動群集病例應對反應措施，其中包括提供感染控制指南和建議、技術支援和針對特定場所的控制措施。公共衛生局將指派一名公共衛生病例管理人員參與群集病例的調查，以幫助指導該設施制定應對措施。公共衛生局將需要該設施立即給予合作，以確定該群集病例是否構成COVID-19的爆發疫情。
- ❑ 與他人接觸的員工可以免費獲得適合的可以覆蓋口鼻的布面面罩。員工在工作期間與他人接觸或可能與他人接觸時，應始終佩戴布面面罩。已被醫生告知不應佩戴面罩的員工，只要在條件允許的情況下，應遵照加州的指引，佩戴底部有褶皺的防護面罩。該面罩最好有適合下巴形狀的褶皺。不應該佩戴帶有單向呼吸閥門的口罩。當員工獨自在私人辦公室或有實心隔板的隔間（其豎起的高度已超過員工的高度）時，員工無需佩戴面罩。
- ❑ 根據2020年11月28日發佈的「控制COVID-19的衛生主管令：第一級縣病例大幅激增應對措施」，所有員工必須在任何時候都佩戴面罩，但在緊閉的私人辦公室單獨工作或進食或喝東西時除外。在臨時命令生效期間，（即從2020年11月30日上午12點01分(太平洋標準時間)至2020年12月20日下午11點59分(太平洋標準時間)），在超過員工站立時高度的帶有實心隔板隔間工作的員工也應佩戴面罩（之前的例外已被否決）。
- ❑ 為了確保員工始終能夠正確佩戴口罩，不鼓勵員工進食或喝東西，除非在休息期間，他們能夠安全地摘下口罩，並與他人保持身體距離。在進食或喝東西時，員工必須與他人保持至少6英尺的距離。當需要吃或喝東西時，最好在室外進行，且如果可能的話，最好遠離其他人。如果在隔間或工作站吃東西會讓員工之間有更大的距離和障礙，比起在休息室吃東西，員工更應該在小隔間或工作站吃東西或喝東西。
- ❑ 與另一名工作人員或顧客始終處於6英尺距離以內的工作人員，除佩戴口罩外，還必須佩戴輔助防護設備（如防護面罩或安全護目鏡）。所有員工都應儘量縮短留在距離顧客六英尺範圍內區域的時間。
- ❑ 要求員工每天清洗或更換布面罩。
- ❑ 所有工作站之間至少應保持6英尺的距離。
- ❑ 休息室、衛生間和其他公共區域應經常消毒，消毒時間應在下表中標注：
  - 休息室 \_\_\_\_\_
  - 衛生間 \_\_\_\_\_
  - 其他公共區域 \_\_\_\_\_
- ❑ 員工的休息時間應是錯開的，這可以確保在休息室中的員工始終與他人保持六（6）英尺的距離
- ❑ 確保設施內的臨時工或合同工也接受了COVID-19預防政策的適當培訓，並擁有必要的用品和個人防護裝備。提前與提供臨時工和/或合同工的組織討論這些責任。
- ❑ 當員工在他人附近時，必須戴上面罩。員工必須備有面罩，在健身場所，辦公室或與他人同行且一併乘坐公司的車輛時，必須佩戴口罩。如果在工作中無法保持身體距離（例如，私人教練和員工在協助會員鍛煉時），佩戴口罩將尤為重要。面罩不得共用。僱主必須為所有僱員提供面罩。
- ❑ 為確保員工始終正確地佩戴面罩，員工不得進食或喝東西，除非在休息期間，他們能夠安全地摘下口罩，並與他人保持身體距離。

員工可在下列地點取得消毒劑及有關用品：

所有員工均可在以下地點獲得有效對抗COVID-19的消毒擦手液：

允許員工經常休息以清洗其雙手。

本協議規定副本已分發給每位員工。

每位員工都已獲得分配給他們使用的用品，設備和指定的工作空間。避免或取消共用物品。

本清單中所述的所有政策，除與僱用條款有關的政策外，均適用於送貨公司人員和任何其他在場的第三方公司的員工。

可選項 — 說明其他措施：

## B. 保持身體距離的措施

所有向公眾提供的體育和健身設施都是在室外進行的。這些場所的室外可在天篷或其他遮陽棚下進行，但條件是天篷或遮陽棚的兩側不是封閉的，且空間內有足夠的室外空氣流動。室外空間的可容納人數應限制在50%或類似的人數，這可以使所有員工和顧客始終與他人保持至少6英尺的身體距離。

- 員工可以繼續進入體育/健身設施的室內區域，使用洗手間或休息，進行必要的辦公室操作，並每天將用品和材料進出建築物。顧客除單獨使用室內洗手間外，在任何時間不能以任何理由進入體育/健身設施。等候使用室內洗手間的顧客必須在外面等候，直到洗手間沒有人使用為止。健身房和健身設施必須進行監控，以限制洗手間的可容納人數，並確保排隊使用室內洗手間的顧客之間能夠保持身體距離。不允許使用淋浴裝置，更衣室和儲物櫃。

如有可能，為顧客使用室外的健身設施實行預約制度，讓他們提前預約使用時間，以便設施能夠管理使用人數的情況。利用預約系統，在顧客預約時間前的24小時與他們取得聯繫，確認他們的預約，並詢問他們或他們家裡的人是否表現出任何COVID-19的症狀。如果顧客回答「是」，則應提醒顧客只有在沒有生病的情況下才可使用健身設施。如果可能的話，此類型的溝通可以透過手機應用程式，電子郵件或發短信的方式進行。

避免顧客在設施外排隊，並考慮在室外健身區域的入口處安排工作人員，以保持設施內限定的使用人數。

所有顧客在室外健身場地或在室內使用洗手間時都必須戴上布面口罩。唯一的例外是當顧客可能在戶外游泳池游泳。這適用於所有成人和2歲及2歲以上的兒童。只有被醫生告知不得佩戴口罩的個人才可免於佩戴口罩。為了保障員工和其他顧客的安全，應向到達場所且沒有面罩的顧客提供面罩。

健身中心的可容納人數應限制在50%或以下。只有那些真正在鍛煉身體的顧客才應該留在室外設施內。等候預約時間的顧客應在車內等候。

團體訓練課程（如有氧韻律操，瑜伽和舞蹈等）必須在室外進行，並應調整課程規模，以確保顧客之間的身體距離至少為6英尺。

- 只有在能夠保持距離要求且沒有人與人之間身體接觸的情況下，才應該提供團體運動課程。
- 對於高強度的有氧運動課程，如有氧韻律操、旋轉自行車、體能或機械訓練機如橢圓機、踏步機或樓梯機等器械，考慮放置個人使用器械與他人之間至少間隔8英尺（而不是6英尺）的距離。

需要距離小於6英尺的近距離接觸的高接觸頻率的專案應暫停。這包括諸如團體體育賽事，有組織的校際活

動，臨時籃球賽或有組織的賽跑等活動。

- 室外運動場地可以用於個人練習，也可以用於在整個活動過程中能夠與他人保持6英尺身體距離的活動。當人們等待使用場地時，應對每位場地使用者限制可使用最長時間。在等待中的參與者必須與他人保持身體距離。
- 不鼓勵在溫度超過100（華氏）度的情況下進行瑜伽課程。
- 如果私人教練與顧客能夠保持6英尺的距離，並戴上面罩，可以允許他們進行教學互動。應顧客在接受指導時必須戴上面罩，並應對他們進行提醒，只有在他們能夠呼吸順暢的情況下進行運動，而且必須一直戴著面罩以遮住口鼻。
- 如果可以安全地在室外使用，應將設備移到室外，並且已經對設備進行了標記，以確保顧客與他人保持至少六（6）英尺的距離。用膠帶或其他標記幫助顧客在他們與任何排隊隊伍的其他人之間保持6英尺的距離。用標記來為排隊的顧客標識出排隊隊伍的起始位置，也為隨後加入隊伍的顧客標識出了6英尺的間隔距離。
- 在整個室外健身區域中，使用帶有視覺提示和標識的單向人流行走模式。
- 將所有室外設備和機器間隔至少6英尺，或將一些設備和機器停用以實現保持身體距離的要求。
- 已經指示要求員工在室外健身場所的所有區域與顧客及員工之間保持至少六（6）英尺的距離。當需要接受付款，交付貨物或服務或有其他需要時，員工可以暫時靠近他人。
- 現在允許提供按摩服務，但必須在室外進行，並且必須遵守發佈的[個人護理服務](#)規定的相關部分。
- 設施內的洗手間可在限制可容納人數的情況下開放，以供顧客使用。
- 淋浴間和更衣室必須保持關閉。
- 應使用標誌和地面標記，以確保顧客在洗手間時與他人保持適當的身體距離。
- 共用的洗手間設施應全天定期清潔，並使用EPA註冊的消毒劑。水龍頭，馬桶，門把手和電燈開關等高接觸頻率表面必須經常進行清洗和消毒。
- 創建並張貼洗手間設施的清潔時間表。在門前張貼清潔時間表，這樣顧客就可以知道什麼時候可以/不能使用洗手間。在洗手間清潔和消毒過程中，確保關閉洗手間。
- 考慮使用檢查清單或審核系統來追蹤清洗的頻率。
- 確保衛生設施保持運作狀態，並隨時保持配備足夠的清潔用品。當需要時，應配備額外的肥皂，紙巾和擦手液。如果可能的話，安裝免接觸式設備，包括感應式水槽水龍頭，肥皂分配器，消毒劑分配器和紙巾分配器。
- 在可能的情況下，考慮調整擁有多個單間的洗手間的門，使人們能夠在不接觸把手的情況下開啟和關閉，使用自動開啟裝置，或可用手控制的電動門操作裝置。如果門不能在沒有接觸把手或門操作裝置的情況下打開，則應在門邊放置一個垃圾桶，以確保在打開/關閉門時用的紙巾可以隨時丟棄。垃圾桶的擺放位置不應妨礙出口，人群疏散，應急設備，或根據美國殘疾人法案提供的任何合理便利。
- 確保定期清空垃圾桶。
- 提供如何正確洗手的資訊，包括在洗手間懸掛標識牌。
- 考慮暫停非核心活動，包括零售業務，兒童保育和食品服務。如果健身場館準備運營這些設施，他們應該審查並遵循適用的洛杉磯縣公共衛生局發佈的適用於這些活動的協議規定。
- 健身房內的游泳設施應遵守張貼的洛杉磯縣公共游泳池規定，並且只有當它們位於室外時，才可以繼續使用。

### C. 確保感染控制的措施

- ❑ 確保暖通空調系統運行狀況良好，且運作正常；已在可能的最大程度上增加了通風。考慮安裝便攜式高效空氣淨化器，將建築物的空氣篩檢程式提升到最高的效率，並進行其他改變，以增加辦公室和其他區域的外部空氣量和通風量。
- ❑ 在顧客進入設施之前應進行症狀檢查。檢查必須包括有關咳嗽，呼吸急促，呼吸困難，發燒或發冷，以及個人目前是否受到隔離和檢疫令限制的登記檢查。這些檢查可以等顧客到達現場後進行，也可以透過其他方法進行，例如線上檢查系統，或者透過在設施入口處張貼標牌，以告知出現這些症狀的顧客不應進入設施內。
- ❑ 使用非接觸式的支付和登記系統，如果不可行，則應定期對系統進行消毒。說明：

---
- ❑ 在體育或健身設施的高人流量區域，如休息室，以及進出的地方，包括樓梯，樓梯間，自動扶梯，扶手和電梯控制器，應在全天候進行徹底的清潔工作。
- ❑ 經常消毒常用的表面，包括個人健身器材和器械，門把手，以及洗手設施。
- ❑ 要求顧客在使用個人運動器材、墊子和機器之前和之後，使用提供的消毒濕巾對其進行消毒。確保健身設施內放有套袋的非接觸式垃圾桶，以便丟棄用過的濕巾。
  - 如果會員在運動後不能或不願意擦拭/消毒器材，請提供“準備清潔”的標籤供會員在使用後貼在器材上，以確保器材在下次使用前已由員工消毒。
- ❑ 確保已經培訓所有工作人員使用並在有需要時配備足夠的通用式清潔劑和消毒劑。請遵循CAL/OSHA的要求和製造商的安全使用說明，以及所需的個人防護裝備以清潔產品。
- ❑ 員工正在進行消毒的區域，應保證供應有足夠的通風系統（空氣流通）。
- ❑ 衛生設施只供員工使用。確保衛生設施保持運作狀態，並隨時保持用品庫存充足。在必要時，提供額外的肥皂，紙巾和消毒擦手液。如果可能的話，安裝免接觸式設備，包括感應式水槽水龍頭，肥皂分配器，消毒劑分配器和紙巾分配器。
- ❑ 確保定期清空垃圾桶。
- ❑ 顧客應與清潔工或門衛看管人員保持6英尺的距離。執行一個工作流程來定期與工作人員檢查，以確保訪客遵守本協議規定。確保員工能夠分享這些資訊，而不必擔心遭到報復或打擊。
- ❑ 如有需要，可選擇第三方清潔公司來協助完成所增加的清潔需求工作量。
- ❑ 考慮創建一種簽出系統，供顧客在使用任何小型設備和配件（即運動帶，繩索，墊子，泡沫滾筒等）後退還。制定一項流程，在顧客使用完退還這些物品後，對其進行清潔和消毒。
- ❑ 鼓勵顧客自帶水瓶。鼓勵顧客自帶毛巾和墊子，並考慮取消提供任何由設施提供的毛巾或個人衛生用品。
- ❑ 對於任何毛巾，抹布或其他清洗過的物品，請提供一個密閉的容器，供顧客放置用過的毛巾或其他物品。確保這些物品不會被再次使用，直到在商業清洗服務或內部清洗程式進行適當的清洗後為止。把所有乾淨的毛巾放在一個乾淨，有遮蓋的地方。確保處理髒毛巾或衣物的員工戴上手套。
  - 讓工作人員根據會員的要求提供毛巾或其他材料，而不是設置自助區供會員自取。
- ❑ 娛樂設施，包括雜誌，書籍，自助供水站（除非是非觸摸式的）和其他供顧客使用的物品，必須從所有地方移走。
- ❑ 在選擇清潔化學品時，僱主應使用由環境保護局(EPA)批准的清單上認證對COVID-19有效的產品，並遵循產品使用說明。使用標籤上已標明的對新出現的病毒病原體有效的消毒劑，稀釋的家用消毒溶液（每加侖水中加5湯匙消毒劑），或適合於表面的至少含有60%酒精的酒精溶液。為員工提供有關製造商說明和CAL/OSHA安全使用要求的培訓。使用清潔劑或消毒劑的員工應按產品要求戴上手套和其他防護裝備。請遵循加州公共衛

生局推薦的對哮喘更安全的清潔方法。

- 考慮安裝可攜式高效空氣淨化器，將設施內的空氣篩檢程式升級到盡可能最高的效率，並進行其他調整，以增加辦公室和其他空間的外部空氣量和通風量。
- 公共衛生間已關閉。
- 應在室外體育/健身場所提供洗手液、紙巾和垃圾桶。考慮在室外區域內至少設置一個洗手站，以供員工和顧客使用。
- 可選項 — 請說明其他措施（例如，提供僅為老年人服務的工作時間）：  

---

#### D. 與公眾溝通的措施

- 本協議規定的副本已張貼在設施的所有公共入口處。
- 入口處和/或顧客排隊處的極其顯眼的指示牌已告知顧客和員工該場地的可容納人數限制，禁止進入設施內，保持社交距離的要求以及除游泳池外任何時候都必須遮蓋面部。標牌還應提醒顧客在戴面罩運動時不要過度勞累。
- 該設施的網站上（網站，社交媒體等）應該提供關於設施的營業時間，要求佩戴面罩，只在室外區域操作，可容納人數限制，及有關預約、預付費和其他相關問題政策的明確資訊。

#### E. 確保公眾公平獲得關鍵服務的措施

- 已優先考慮對顧客/客戶至關重要的服務。
- 可以遠程提供的交易或服務已轉到線上進行。
- 已制定相應措施，確保行動不便和（或）在公共場所面臨高風險的顧客能夠獲得商品和服務。
  - 考慮為高風險或易患病的脆弱人群（包括老年人）指定特殊的服務時段，包括只允許此類人群透過預約的方式進入健身設施。

未包括在上述的任何額外措施應另外在單獨的頁面上列出，  
且體育/健身場所的運營方應將其附在本文件之後。

關於本規定的任何問題或意見，請聯繫以下人員：

企業連絡人姓名：

---

電話號碼：

---

最後一次

修改的日期：

---