

## Nghị Định Thụ Mở Cửa Trở Lại dành cho Các Trung Tâm Thể Hình và Phòng Tập Thể Dục: Phụ Lục L

**Cập nhật gần đây:** (Khoản thay đổi được tô màu vàng)  
**2/12/20:**

- Nhân viên làm việc tại các chỗ làm việc riêng, bao gồm cả những chỗ làm việc được trang bị vách ngăn, phải đeo khăn che mặt. Đây là một biện pháp tạm thời tuân theo LỆNH tạm thời của VIÊN CHỨC Y TẾ được ban hành vào ngày 28 tháng 11 năm 2020. Yêu cầu này có hiệu lực từ 12:01 sáng (theo Giờ Chuẩn Thái Bình Dương (PST)) ngày 30 tháng 11 năm 2020 đến 11:59 tối (PST) ngày 20 tháng 12 năm 2020.
- Vào tất cả những lúc ăn/uống, nhân viên phải duy trì khoảng cách 6 feet với người khác và nên ăn/uống ở ngoài trời, nếu có thể. Việc ăn/uống tại chỗ làm việc riêng hoặc khu vực làm việc riêng được ưu tiên hơn là ăn trong phòng nghỉ giải lao.

**Ngày 28 tháng 11 năm 2020:** Cập nhật để yêu cầu khách đến tập và nhân viên phải luôn đeo khăn che mặt; khách đến tập không được tháo khăn che mặt khi tập ở cường độ cao và được khuyến khích nghỉ giải lao thường xuyên trong khi thực hiện bài tập ở cường độ cao. Được phép bơi ở bể bơi ngoài trời với điều kiện đó là bơi theo phân làn quy định (một người bơi trên một làn). Sức chứa ngoài trời tại các trung tâm thể hình và phòng tập thể dục được giới hạn ở mức 50% của sức chứa ngoài trời.

**Ngày 21 tháng 11 năm 2020:** Cập nhật để yêu cầu các hoạt động không thiết yếu tại các trung tâm tập thể hình và phòng tập thể dục phải đóng cửa trong khoảng thời gian từ 10:00 tối đến 5:00 sáng theo Lệnh ở nhà Có hạn định của Viên chức Y tế Tiểu bang được ban hành vào ngày 19 tháng 11 năm 2020. Lệnh ở nhà có hiệu lực vào lúc 10:00 tối ngày 21 tháng 11 năm 2020 cho đến 5:00 sáng ngày 21 tháng 12 năm 2020. Ngoài ra, cập nhật các tiêu chuẩn sàng lọc để yêu cầu kiểm tra xem các cá nhân đăng ký đến cơ sở hiện có đang chịu lệnh cách ly hoặc kiểm dịch hay không.

Sở Y tế Công cộng Quận Los Angeles đang áp dụng một phương pháp theo từng giai đoạn, được hỗ trợ bởi các chuyên gia về khoa học và y tế công cộng, để cho phép một số trung tâm thể hình và phòng tập thể dục nhất định mở cửa trở lại một cách an toàn. Các điều kiện dưới đây dành cụ thể cho các trung tâm thể hình và phòng tập thể dục được phép mở cửa trở lại theo Lệnh của Viên chức Y tế Công cộng. Ngoài các điều kiện áp dụng đối với các doanh nghiệp cụ thể này của Thống Đốc, các loại doanh nghiệp này cũng phải tuân thủ các điều kiện được nêu trong Danh sách Kiểm tra dành cho các Trung tâm Thể hình và Phòng tập Thể dục này.

Xin lưu ý rằng các trung tâm tập thể hình và phòng tập thể dục phải tuân theo Lệnh ở nhà Có hạn định của Viên chức Y tế Tiểu bang được ban hành vào ngày 19 tháng 11 năm 2020. Lệnh ở nhà Có hạn định có hiệu lực vào lúc 10:00 tối ngày 21 tháng 11 năm 2020 và yêu cầu tất cả các cơ sở kinh doanh không thiết yếu phải ngừng hoạt động trong khoảng thời gian từ 10:00 tối đến 5:00 sáng. Lệnh này có hiệu lực đến 5:00 sáng ngày 21 tháng 12 năm 2020. Để biết thêm thông tin về Lệnh ở nhà Có hạn định, xin vui lòng truy cập trang [Câu hỏi Thường gặp](#) của Tiểu bang.

Cho đến khi có thông báo mới, tất cả các hoạt động của phòng tập thể hình và thể dục phải được tiến hành ngoài trời. Hoạt động ngoài trời có thể được tiến hành dưới một mái che hoặc lều che nắng khác nhưng chỉ khi các mặt bên không được đóng lại và có đủ luồng chuyển động không khí ở ngoài trời. Bể bơi ngoài trời có thể vẫn mở cửa **với điều kiện là bể bơi chỉ có thể được sử dụng cho bơi theo phân làn quy định (mỗi người bơi một làn)**. Hãy nhớ rằng tất cả nhân viên và khách đến tập phải luôn luôn đeo khăn che mặt **ngoại trừ khi đang bơi**.

Bồn tắm nước nóng ngoài trời chỉ có thể mở cửa phục vụ các nhóm hộ gia đình hoặc trong trường hợp có thể duy trì khoảng cách sáu feet. Hồ bơi, bồn tắm nước nóng, phòng xông hơi khô và phòng xông hơi ướt trong nhà phải tiếp tục đóng cửa.

Xin lưu ý: Tài liệu này có thể được cập nhật khi có thêm thông tin và tài liệu bổ sung, vì vậy quý vị hãy nhớ kiểm tra thường xuyên trang web của Quận LA tại <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> để xem bản cập nhật của tài liệu này.

Danh sách kiểm tra này bao gồm:

- (1) Các chế độ và biện pháp thực hiện tại nơi làm việc để bảo vệ sức khỏe nhân viên
- (2) Các biện pháp nhằm đảm bảo khoảng cách vật lý
- (3) Các biện pháp nhằm đảm bảo kiểm soát nhiễm bệnh
- (4) Giao tiếp với nhân viên và công chúng
- (5) Các biện pháp để đảm bảo quyền tiếp cận hợp tình hợp lý đến các dịch vụ thiết thực.

Năm lĩnh vực chính này phải được đề cập khi mà cơ sở của quý vị khai triển cho bất cứ nghị định **nào cho việc** mở cửa lại.

**Tất cả các doanh nghiệp được nêu trong hướng dẫn này phải thi hành tất cả các biện pháp được liệt kê dưới đây và phải chuẩn bị sẵn sàng để giải thích lý do nếu có biện pháp nào không được thực hiện vì không áp dụng được cho doanh nghiệp.**

**Tên Doanh nghiệp:**

---

**Địa chỉ Cơ sở:**

---

**Sức chứa Tối đa, theo Quy chuẩn  
Chứa cháy:**

---

**Tổng số foot vuông xấp xỉ của  
không gian mở cho công chúng:**

---

**A. CÁC CHÍNH SÁCH VÀ BIỆN PHÁP THỰC HIỆN TẠI NƠI LÀM VIỆC ĐỂ BẢO VỆ SỨC KHỎE NHÂN VIÊN (ĐÁNH DẤU TẤT CẢ NHỮNG MỤC MÀ ÁP DỤNG CHO CƠ SỞ)**

- Tất cả mọi người có thể làm công việc của họ ở nhà như đã được chỉ định làm như vậy.
- Nhân viên dễ bị tổn thương (những người trên 65 tuổi, người có tình trạng sức khỏe mãn tính) được phân công công việc cho phép làm tại nhà bất cứ khi nào có thể và nên thảo luận về bất kỳ mối quan tâm nào với hãng cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc dịch vụ y tế từ sở làm của họ để đưa ra quyết định phù hợp về việc trở lại nơi làm việc.
- Các quy trình làm việc được sắp xếp lại ở thời hạn nếu có thể nhằm gia tăng cơ hội cho nhân viên làm việc tại nhà.
- Lịch trình làm việc luân phiên, so le hoặc các ca làm việc phải thiết lập ra để tối đa hóa việc duy trì khoảng cách vật lý.
- Tất cả nhân viên đã được thông báo không đến nơi làm việc nếu bị bệnh hoặc nếu họ đã tiếp xúc với người nhiễm COVID-19. Nhân viên hiểu làm theo hướng dẫn của DPH để tự cách ly và kiểm dịch, nếu cần thiết. Chính sách nghỉ phép tại nơi làm việc đã được xem xét và sửa đổi để đảm bảo rằng nhân viên không bị phạt khi họ nghỉ ở nhà vì bị bệnh.
  - Thông tin về phúc lợi do nghỉ việc của chủ lao động hoặc chính phủ tài trợ mà nhân viên có thể được hưởng sẽ giúp việc ở nhà trở nên dễ dàng hơn về mặt tài chính. Xem thêm thông tin về các

[chương trình](#) của chính phủ hỗ trợ nghỉ ốm và trả tiền trợ cấp COVID19 cho nhân viên, bao gồm quyền nghỉ ốm của nhân viên theo [Đạo Luật Ứng Phó với Vi-rút Corona Ưu Tiên dành cho Gia Đình](#) và quyền lợi của người lao động đối với các phúc lợi bồi hoàn của nhân viên và các trường hợp được xem là bị phơi nhiễm với COVID-19 trong bối cảnh công việc xảy ra từ ngày 19 tháng 3 đến ngày 5 tháng 7 theo [Sắc Lệnh số N-62-20 của Thống Đốc](#).

- ❑ Khi được thông báo rằng một hoặc nhiều nhân viên đã có kết quả xét nghiệm dương tính, hoặc có triệu chứng giống với các triệu chứng của COVID-19 (ca mắc), chủ lao động khai triển một kế hoạch hoặc nghị định để (các) ca mắc này [tự cách ly tại nhà](#) và yêu cầu tất cả nhân viên đã phơi nhiễm tại nơi làm việc với (các) ca mắc này ngay lập tức [tự kiểm dịch](#). Kế hoạch của chủ sở làm cần cân nhắc một nghị định sao cho tất cả nhân viên tự cách ly được tiếp cận hoặc được xét nghiệm COVID-19 để quyết định xem liệu có thêm phơi nhiễm tại nơi làm việc không. Điều này có thể yêu cầu thêm biện pháp kiểm soát COVID-19. Xin xem hướng dẫn của cơ quan y tế công cộng ở phần [ứng phó với COVID-19 ở nơi làm việc](#).
- ❑ [Kiểm tra sàng lọc khi đến nơi](#) được tiến hành trước khi nhân viên bước vào không gian làm việc. Phần kiểm tra phải bao gồm việc hỏi về triệu chứng liên quan đến ho, thở hụt hơi hoặc sốt **và liệu nhân viên đó hiện có đang chịu lệnh cách ly hoặc kiểm dịch hay không**. Những việc kiểm tra này có thể được thực hiện từ xa hoặc trực tiếp khi nhân viên đến. Phần kiểm tra nhiệt độ cũng nên được thực hiện nếu khả thi.
- ❑ Trong trường hợp biết được có từ 3 ca nhiễm trở lên tại nơi làm việc trong vòng 14 ngày, chủ sở làm phải báo cáo về cụm ca nhiễm này cho Sở Y Tế Công Cộng theo số (888) 397-3993 hoặc (213) 240-7821. Nếu xác định có một cụm ca nhiễm tại nơi làm việc, Sở Y Tế Công Cộng sẽ bắt đầu phản hồi về cụm này như là cung cấp hướng dẫn và khuyến nghị kiểm soát nhiễm bệnh, hỗ trợ kỹ thuật và các biện pháp kiểm soát cụ thể tại chỗ. Một nhân viên quản lý ca nhiễm của cơ quan y tế công cộng sẽ được chỉ định để điều tra về cụm này để giúp hướng dẫn cho cơ sở cách đối phó. Sở Y Tế Công Cộng sẽ cần sự phối hợp ngay lập tức của cơ sở để xác định liệu cụm ca nhiễm có tạo thành một đợt bùng phát COVID-19 hay không.
- ❑ Tất cả các nhân viên có tiếp xúc với người khác đều được cung cấp miễn phí một khẩu trang che mặt phù hợp có che phần mũi và miệng. Khẩu trang che mặt sẽ được nhân viên đeo vào mọi lúc trong ngày làm việc khi tiếp xúc hoặc có khả năng tiếp xúc với người khác. Nhân viên đã được bác sĩ dịch vụ y tế của họ hướng dẫn rằng họ không nên đeo khăn che mặt thì phải đeo tấm chắn mặt có phần phủ ở rìa dưới, để tuân theo chỉ thị của Tiểu Bang, miễn là điều kiện của họ cho phép. Phần phủ ôm khít phần dưới cằm là tốt nhất. Không được sử dụng khẩu trang có van thở một chiều. Nhân viên không cần phải che mặt khi ở một mình trong văn phòng riêng hoặc chỗ ngồi có vách ngăn vững chắc vượt khỏi chiều cao của nhân viên khi đứng.
- ❑ **Tuân theo LỆNH CỦA VIÊN CHỨC Y TẾ VỀ VIỆC KIỂM SOÁT COVID-19: ỨNG PHÓ VỚI SỰ GIA TĂNG ĐỢT BIẾN SỐ CA NHIỄM CẤP 1** được ban hành vào ngày 28 tháng 11 năm 2020, tất cả nhân viên phải đeo khăn che mặt vào mọi lúc trừ khi làm việc một mình trong văn phòng riêng đóng kín cửa hoặc khi ăn/uống. Ngoại lệ được đưa ra trước đây cho những nhân viên làm việc tại chỗ ngồi có vách ngăn vững chắc vượt khỏi chiều cao của nhân viên khi trong tư thế đứng đã được hủy bỏ trong thời gian có hiệu lực của lệnh tạm thời, từ 12:01 sáng (theo Giờ Chuẩn Thái Bình Dương (PST)) ngày 30 tháng 11 năm 2020 đến 11:59 tối (PST) ngày 20 tháng 12 năm 2020.
- ❑ Để đảm bảo rằng khẩu trang được đeo đều đặn và đúng cách, nhân viên không được ăn/uống trừ khi trong giờ nghỉ giải lao khi họ có thể tháo khẩu trang một cách an toàn và cách xa những người khác về mặt vật lý. Vào tất cả những lúc ăn/uống, nhân viên phải duy trì khoảng cách tối thiểu 6 feet với người khác. Nên ăn/uống ở ngoài trời và tránh xa những người khác trong khi ăn/uống, nếu có thể. Việc ăn/uống tại chỗ làm việc riêng hoặc khu vực làm việc riêng được ưu tiên hơn là ăn trong phòng nghỉ giải lao nếu ăn tại chỗ làm việc riêng hoặc khu vực làm việc riêng tạo ra khoảng cách xa hơn và các rào chắn lớn hơn giữa các nhân viên.
- ❑ Những nhân viên luôn phải ở cách khách hàng hoặc đồng nghiệp trong vòng sáu feet phải đeo tăng cường

thêm thiết bị bảo vệ (ví dụ: tấm che mặt hoặc kính bảo hộ) ngoài việc đeo khăn che mặt. Tất cả nhân viên nên giảm đến mức tối thiểu lượng thời gian ở trong khoảng cách sáu feet với khách hàng.

- Nhân viên được hướng dẫn giặt hoặc thay khăn che mặt hàng ngày.
- Tất cả các khu vực làm việc được bố trí cách nhau ít nhất sáu feet.
- Phòng nghỉ giải lao, phòng vệ sinh và các khu vực chung khác được khử trùng thường xuyên, theo lịch trình sau đây:
  - Phòng nghỉ giải lao \_\_\_\_\_
  - Phòng vệ sinh \_\_\_\_\_
  - Các khu vực khác \_\_\_\_\_
- Giờ nghỉ giải lao được sắp xếp so le để đảm bảo rằng sáu (6) feet giữa các nhân viên có thể được duy trì trong phòng nghỉ giải lao mọi lúc.
- Đảm bảo nhân viên tạm thời hoặc hợp đồng tại cơ sở cũng được đào tạo đúng về các chính sách phòng ngừa COVID-19 và có các vật dụng và đồ bảo hộ cá nhân (PPE) cần thiết. Thảo luận trước về các trách nhiệm này với các tổ chức chuyên cung cấp nhân viên làm tạm thời và/hoặc theo hợp đồng.
- Việc che mặt là bắt buộc khi nhân viên ở gần người khác. Nhân viên phải có sẵn khăn che mặt và đeo khăn trong phòng tập thể dục, văn phòng hoặc trong các xe của công ty khi đi cùng người khác. Khăn che mặt là đặc biệt quan trọng nếu khoảng cách vật lý không thể được duy trì trong lúc làm việc (ví dụ, huấn luyện viên cá nhân và nhân viên hỗ trợ các thành viên tập thể dục). Không được chia sẻ dùng chung khăn che mặt. Chủ lao động được yêu cầu cung cấp khăn che mặt cho tất cả nhân viên.
- Để đảm bảo rằng khẩu trang được đeo một cách liên tục và đúng, nhân viên được khuyến khích không ăn hoặc uống trừ lúc nghỉ giải lao khi họ có thể an toàn tháo khẩu trang và duy trì khoảng cách vật lý với người khác.
- Dung dịch khử trùng và các vật dụng liên quan luôn có sẵn cho nhân viên tại (các) địa điểm sau:  
\_\_\_\_\_
- Dung dịch rửa tay khử trùng có hiệu quả chống lại COVID-19 có sẵn cho tất cả nhân viên tại (các) địa điểm sau:  
\_\_\_\_\_
- Nhân viên được phép nghỉ để đi rửa tay thường xuyên.
- Một bản sao của nghị định này đã được phân phát cho mỗi nhân viên.
- Mỗi nhân viên được phân công các công cụ, thiết bị riêng và được xác định không gian làm việc riêng. Việc chia sẻ các vật dụng cầm tay được giảm thiểu hoặc loại bỏ.
- Tất cả các chính sách được mô tả trong danh sách kiểm tra này ngoài các chính sách liên quan đến điều khoản tuyển dụng đều được áp dụng cho nhân viên giao hàng và bất kỳ công ty nào khác có thể có mặt tại cơ sở với tư cách là bên thứ ba.
- Phần không bắt buộc - Hãy mô tả các biện pháp khác:  
\_\_\_\_\_

## **B. CÁC BIỆN PHÁP NHẪM ĐẢM BẢO KHOẢNG CÁCH VẬT LÝ**

- Tất cả các hoạt động của trung tâm tập thể hình và phòng tập thể dục cung cấp cho công chúng được tiến hành ngoài trời. Các hoạt động ngoài trời có thể được tiến hành dưới mái che hoặc lều che nắng khác, miễn là các mặt của mái che hoặc lều che nắng không đóng và có đủ sự di chuyển không khí ngoài trời vào không gian bên trong. Sức chứa của không gian ngoài trời được giới hạn ở mức

50% hoặc ở mức cho phép tất cả nhân viên và khách hàng duy trì khoảng cách vật lý ít nhất 6 feet trong mọi lúc.

- Nhân viên có thể tiếp tục đến các khu vực trong nhà của phòng tập thể hình/thể dục để sử dụng phòng vệ sinh hoặc nghỉ giải lao, để quản lý các hoạt động thiết yếu của văn phòng và di chuyển vật tư và vật liệu ra vào tòa nhà mỗi ngày. Khách hàng không được vào trung tâm tập thể hình/thể dục bất cứ lúc nào hoặc vì bất cứ lý do gì, ngoại trừ việc sử dụng cá nhân phòng vệ sinh trong nhà. Khách hàng chờ sử dụng nhà vệ sinh trong nhà phải đợi bên ngoài cho đến khi phòng vệ sinh không có người. Các trung tâm thể hình và thể dục phải giám sát để hạn chế sức chứa của phòng vệ sinh và đảm bảo giữ khoảng cách giữa những khách hàng đang xếp hàng chờ sử dụng phòng vệ sinh trong nhà. Không được phép sử dụng phòng tắm, phòng thay đồ và tủ đựng đồ.
- ❑ Nếu có thể, thực hiện một hệ thống đặt chỗ trước để khách hàng hẹn trước thời gian tập thể dục ngoài trời để cơ sở có thể quản lý vấn đề sức chứa. Sử dụng hệ thống đặt chỗ trước để liên lạc với khách hàng đặt chỗ 24 giờ trước khi lịch đặt chỗ của họ đến để xác nhận chỗ của họ đã được ghi nhận và hỏi xem họ hoặc ai đó trong gia đình của họ có biểu hiện bất kỳ triệu chứng COVID-19 nào không. Nếu khách hàng trả lời khẳng định, khách hàng phải được nhắc nhở rằng họ chỉ nên sử dụng phòng tập thể dục nếu họ không bị bệnh. Việc giao tiếp như vậy có thể được thực hiện qua ứng dụng, email hoặc tin nhắn, nếu có thể.
- ❑ Tránh việc khách hàng xếp hàng bên ngoài phòng tập và xem xét sắp xếp một nhân viên ở lối vào của không gian tập thể dục ngoài trời để giúp duy trì mức số lượng người tối đa được cho phép.
- ❑ Yêu cầu tất cả khách hàng phải đeo khăn che mặt và găng tay trong khi ở không gian thể dục ngoài trời hoặc khi ở bên trong sử dụng phòng vệ sinh. Chỉ ngoại lệ duy nhất là khi khách hàng có thể đang bơi ở bể bơi ngoài trời. Điều này áp dụng cho tất cả người lớn và trẻ em từ 2 tuổi trở lên. Chỉ những cá nhân đã được hướng dẫn không đeo khăn che mặt bởi nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ mới được miễn yêu cầu này. Để hỗ trợ cho sự an toàn của nhân viên của quý vị và những khách khác, chuẩn bị khẩu trang che mặt cho khách đến mà không mang theo.
- ❑ Sức chứa của trung tâm tập thể hình bị giới hạn ở mức 50% hoặc ít hơn. Chỉ những khách hàng thực sự đang tập thể dục tại nơi tập ngoài trời mới được ở lại. Khách hàng đang chờ đến lượt hẹn nên đợi trong xe của họ.
- ❑ Các lớp đào tạo theo nhóm như thể dục nhịp điệu, yoga và khiêu vũ phải được tổ chức ngoài trời và phải được điều chỉnh để giới hạn số người trong lớp học nhằm đảm bảo tối thiểu việc duy trì khoảng cách vật lý sáu feet giữa các khách hàng.
  - Chỉ nên cung cấp các lớp/nhóm tập thể dục nếu điều kiện giữ khoảng cách duy trì được và ở đó không có sự tiếp xúc trực tiếp giữa người với người.
  - Đối với các lớp học có nhịp độ cao như thể dục nhịp điệu, nhảy xoay tròn hoặc điều hòa, hoặc với máy móc như máy elip, máy chạy bộ hoặc cầu thang, hãy cân nhắc sắp xếp các cá nhân và máy tập cách nhau ít nhất 8 feet thay vì 6 feet.
- ❑ Phải ngưng các chương trình đòi hỏi tiếp xúc gần với nhau ít hơn sáu feet. Điều này bao gồm các sự kiện thể thao nhóm, các hoạt động chuyển tiếp nhặt banh bóng rổ lên hoặc tổ chức cuộc chạy đua.
- ❑ Sân thể thao ngoài trời có thể được sử dụng để luyện tập cá nhân hoặc cho các hoạt động khi khoảng cách vật lý 6 feet có thể được duy trì trong suốt thời gian hoạt động. Khi mọi người đang chờ để sử dụng sân, nên thực hiện giới hạn thời gian tối đa cho mỗi người tham gia sử dụng sân. Người tham gia đang chờ đợi phải duy trì khoảng cách vật lý.
- ❑ Ngưng các lớp học yoga được tổ chức ở nhiệt độ trên 100 độ.
- ❑ Huấn luyện viên cá nhân được phép làm việc nếu họ duy trì khoảng cách sáu feet đối với khách hàng và đeo khăn che mặt. Khách hàng quen phải đeo khăn che mặt khi được hướng dẫn và phải được cảnh báo chỉ thực hiện các bài tập theo mức độ mà họ có thể thở dễ dàng khi đeo khăn che mặt để

che cả mũi và miệng mọi lúc.

- Thiết bị được di chuyển ra bên ngoài nếu có thể sử dụng an toàn ngoài trời và được đánh mức giới hạn để đảm bảo rằng khách hàng có thể duy trì khoảng cách ít nhất sáu (6) feet với những người khác. Băng dán hoặc các dấu hiệu khác được sử dụng để hỗ trợ khách hàng giữ khoảng cách 6 feet giữa họ và những người khác ở bất kỳ hàng nào. Một dấu hiệu xác định cả điểm bắt đầu cho khách hàng vừa đến xếp hàng và khoảng cách 6 feet cho những khách hàng tiếp theo tham gia vào hàng.
- Sử dụng đường hướng dẫn lưu thông theo một chiều trong không gian thể dục ngoài trời với các dấu hiệu và bảng thông báo đặt trước mắt.
- Đặt các thiết bị và máy móc ngoài trời cách nhau ít nhất sáu feet hoặc không cho sử dụng một số thiết bị để đạt được khoảng cách vật lý.
- Nhân viên đã được hướng dẫn duy trì khoảng cách ít nhất sáu (6) feet đối với khách hàng và với nhau trong tất cả các khu vực ngoài trời thuộc không gian trung tâm tập thể hình. Nhân viên có thể đến gần trong giây lát khi cần thiết để nhận thanh toán, giao hàng hóa hoặc dịch vụ hoặc khi cần thiết.
- Dịch vụ mát-xa được phép tiến hành nhưng phải được thực hiện ngoài trời và phải tuân thủ các phần liên quan trong nghị định về [Dịch vụ Chăm sóc Cá nhân](#) đã công bố.
- Các phòng vệ sinh bên trong cơ sở có thể được mở cho khách hàng sử dụng với sức chứa hạn chế.
- Phòng tắm và phòng thay đồ phải tiếp tục đóng cửa.
- Nên sử dụng các bảng chỉ dẫn và đánh dấu trên sàn nhà để đảm bảo duy trì khoảng cách vật lý thích hợp khi khách hàng ở trong phòng vệ sinh.
- Các thiết bị dùng chung trong phòng vệ sinh phải được làm sạch thường xuyên trong ngày sử dụng các chất khử trùng đã đăng ký với Cục Bảo Vệ Môi Sinh (EPA). Các bề mặt thường xuyên được chạm vào như vòi nước, bồn cầu, tay nắm cửa và công tắc đèn phải thường xuyên được vệ sinh và khử trùng.
- Tạo và dán lịch vệ sinh cho các thiết bị phòng vệ sinh. Dán lịch làm sạch trước cửa phòng vệ sinh để khách hàng biết khi nào họ có thể/không thể sử dụng nhà vệ sinh. Đảm bảo đóng cửa phòng vệ sinh trong quá trình làm sạch và khử trùng.
- Xem xét việc** sử dụng danh sách kiểm tra hoặc hệ thống kiểm tra để theo dõi số lần dọn dẹp vệ sinh.
- Đảm bảo các trang thiết bị vệ sinh luôn hoạt động và được liên tục dự trữ tại mọi thời điểm. Cung cấp thêm xà phòng, khăn giấy và nước khử trùng tay khi cần thiết. Nếu có thể, hãy lắp đặt các thiết bị không chạm tay bao gồm vòi nước bồn rửa tay gắn cảm biến chuyển động, bình đựng xà phòng, bình đựng dung dịch khử trùng và hộp đựng khăn giấy.
- Xem xét việc sửa đổi cửa của các phòng vệ sinh nhiều ngăn để có thể mở và đóng mà không cần chạm vào tay cầm, sử dụng thiết bị đóng mở hoặc bộ truyền động đóng mở với tay vịn bất cứ khi nào có thể. Nếu không thể mở cửa mà không chạm tay vào tay cầm hoặc bộ truyền động đóng mở kèm tay vịn, hãy đặt một thùng rác cạnh cửa để đảm bảo có thể thuận tiện vứt bỏ khăn giấy khi mở cửa. Địa điểm và vị trí của các thùng rác không được cản trở việc đi ra, giải tán, tiếp cận thiết bị khăn cấp hoặc bất kỳ sắp xếp thuận tiện hợp lý nào được cung cấp theo Đạo Luật Người Mỹ Khuyết Tật.
- Đảm bảo thường xuyên dọn sạch các thùng rác.
- Cung cấp thông tin về cách rửa tay đúng cách, bao gồm cả việc treo bảng chỉ dẫn trong phòng vệ sinh.
- Xem xét việc đình chỉ các hoạt động không cốt lõi, bao gồm các hoạt động bán lẻ, chăm sóc trẻ em và dịch vụ về thực phẩm. Nếu các phòng tập thể dục vận hành các tiện nghi như vậy, họ nên xem xét và tuân theo các quy trình y tế công cộng của quận được áp dụng cho các hoạt động này.
- Các bể bơi trong phòng tập thể dục phải tuân thủ các nghị định của quận đối với các bể bơi công cộng và chỉ có thể tiếp tục hoạt động nếu các bể bơi này được đặt ngoài trời.

### **C. CÁC BIỆN PHÁP KIỂM SOÁT NHIỄM BỆNH**

- Hệ thống HVAC ở trong tình trạng tốt, hoạt động tốt; đến mức tối đa có thể, sự thông gió đã được tăng lên. Xem xét việc lắp đặt các máy vệ sinh không khí nhỏ gọn có hiệu suất cao, nâng cấp thiết bị lọc không khí của tòa nhà tới mức hiệu suất cao nhất có thể, thực hiện các điều chỉnh khác để tăng cường số lượng thiết bị không khí và thông gió bên ngoài tại các văn phòng và những không gian khác.
  - Việc kiểm tra triệu chứng được tiến hành trước khi khách hàng có thể vào cơ sở. Việc kiểm tra phải bao gồm phần kiểm tra liên quan đến triệu chứng ho, thở hụt hơi, khó thở, sốt hoặc ớn lạnh **và liệu khách hàng đó hiện có đang chịu lệnh cách ly hoặc kiểm dịch hay không**. Những phần kiểm tra này có thể được thực hiện trực tiếp hoặc thông qua các phương pháp thay thế như qua các hệ thống đăng ký trực tuyến hoặc thông qua các [bảng chỉ dẫn](#) được dán ở lối vào cơ sở ghi rằng du khách có các triệu chứng này không nên vào cơ sở.
  - Các hệ thống thanh toán và đăng ký không cần tiếp xúc được lắp đặt sẵn hoặc, nếu không khả thi, các hệ thống này sẽ được sát trùng thường xuyên. Hãy mô tả:
- 
- Thực hiện vệ sinh kỹ lưỡng suốt cả ngày ở các khu vực người lưu thông cao trong tòa nhà của trung tâm thể hình hoặc phòng tập thể dục có thể được sử dụng bởi nhân viên, như khu vực lối ra vào bao gồm cầu thang, thang cuốn, tay vịn và nút bấm thang máy.
  - Thường xuyên khử trùng các bề mặt thường được sử dụng, bao gồm máy và thiết bị tập thể dục cá nhân, tay nắm cửa và chỗ rửa tay.
  - Yêu cầu khách hàng phải khử trùng dụng cụ tập thể dục, tấm lót ngồi và máy móc trước và sau khi sử dụng với khăn lau khử trùng được cung cấp. Đảm bảo rằng bao lót thùng đựng rác không cần chạm tay vào, phải có sẵn trong toàn bộ phòng tập thể dục để vứt bỏ khăn lau đã sử dụng.
    - Nếu các thành viên không thể hoặc không muốn lau/khử trùng thiết bị sau khi tập thể dục, hãy cung cấp các tấm thẻ ghi “sẵn sàng làm sạch” cho thành viên đặt lên thiết bị sau khi sử dụng, để đảm bảo thiết bị được nhân viên khử trùng trước khi sử dụng lần tiếp theo.
  - Hãy chắc chắn rằng tất cả các nhân viên được huấn luyện cách sử dụng và có một nguồn cung cấp đầy đủ các chất tẩy rửa và khử trùng đa dụng, khi cần thiết. Thực hiện theo các quy định của Cal/OSHA và hướng dẫn của nhà sản xuất về sử dụng an toàn và thiết bị bảo vệ cá nhân bắt buộc khi sử dụng các sản phẩm tẩy rửa.
  - Nhân viên cần có đủ nguồn thông gió (luồng không khí) ở những nơi họ đang khử trùng.
  - Các thiết bị vệ sinh chỉ để cho nhân viên sử dụng. Đảm bảo rằng các thiết bị vệ sinh luôn hoạt động và được dự trữ liên tục mọi lúc. Cung cấp thêm xà phòng, khăn giấy và nước rửa tay khi cần thiết. Lắp đặt các thiết bị không cần chạm tay khi sử dụng, nếu có thể, bao gồm vòi nước, vòi xả xà phòng, dụng cụ khử trùng và hộp đựng khăn giấy cảm biến theo chuyển động.
  - Đảm bảo thùng rác được dọn sạch thường xuyên.
  - Khách hàng nên được nhắc nhở phải duy trì khoảng cách sáu feet đối với nhân viên dọn vệ sinh và bảo vệ. Thực hiện quy trình thường xuyên kiểm tra với nhân viên để đảm bảo khách đến thăm tuân theo nghị định này. Đảm bảo nhân viên có thể chia sẻ thông tin đó mà không sợ bị trả đũa hoặc trả thù.
  - Xem xét việc chọn mua sử dụng dịch vụ các công ty vệ sinh bên thứ ba để hỗ trợ nhu cầu làm vệ sinh tăng lên, khi cần thiết.
  - Xem xét việc đình triển khai hệ thống cho khách hàng mượn để sử dụng bất kỳ thiết bị và phụ kiện nhỏ nào (ví dụ: dây tập thể dục, dây thừng, tấm trải ngồi, ống xốp, v.v.). Phát triển một quy trình để làm sạch và khử trùng các vật dụng này khi được trả lại.
  - Khách hàng được khuyến khích mang theo chai nước của riêng họ. Khuyến khích khách hàng mang theo khăn và tấm lót ngồi riêng của họ và xem xét loại bỏ việc cung cấp bất kỳ khăn lau hoặc các sản phẩm vệ sinh cá nhân nào do cơ sở cung cấp.

- Đối với bất kỳ khăn tắm, khăn lau hoặc các mặt hàng giặt ủi khác, cung cấp một thùng chứa đóng kín nơi khách hàng có thể đặt khăn hoặc các vật dụng đã sử dụng vào. Đảm bảo những vật dụng đó không thể được sử dụng lại cho đến khi được giặt đúng cách bằng dịch vụ giặt là thương mại hoặc quy trình giặt ở nhà. cất giữ tất cả các khăn sạch ở nơi sạch sẽ, có mái che. Đảm bảo nhân viên xử lý khăn bẩn hoặc thực hiện giặt giũ phải mang găng tay.
  - Yêu cầu nhân viên cung cấp khăn trải hoặc các vật liệu khác theo yêu cầu thay vì thiết lập khu vực tự phục vụ.
- Tiện nghi, bao gồm tạp chí, sách, trạm nước tự phục vụ (trừ khi hệ cảm ứng) và các vật dụng khác cho khách hàng, phải được gỡ bỏ khỏi tất cả các khu vực.
- Khi chọn hóa chất tẩy rửa, chủ cơ sở nên sử dụng các sản phẩm được phê duyệt để sử dụng chống lại COVID-19 trong danh sách được phê duyệt của Cục Bảo Vệ Môi Sinh (EPA) và làm theo hướng dẫn sản phẩm. Cách sử dụng chất khử trùng được dán nhãn là có hiệu quả chống lại mầm bệnh vi-rút mới nổi, dung dịch thuốc tẩy gia dụng pha loãng (5 muỗng canh cho mỗi gallon nước) hoặc dung dịch cồn với ít nhất 60% cồn phù hợp với bề mặt. Huấn luyện cho nhân viên về các hướng dẫn của nhà sản xuất và các yêu cầu của Cal/OSHA để sử dụng sản phẩm an toàn. Nhân viên sử dụng chất tẩy rửa hoặc chất khử trùng nên đeo găng tay và các thiết bị bảo vệ khác theo yêu cầu của sản phẩm. Thực hiện theo các phương pháp làm sạch an toàn hơn cho bệnh hen suyễn được Sở Y Tế Công Cộng California khuyến nghị.
- Cân nhắc việc lắp đặt máy lọc không khí hiệu quả cao có thể di chuyển được, nâng cấp bộ lọc không khí tòa nhà tới hiệu quả cao nhất có thể và thực hiện các sửa đổi khác để tăng lượng không khí bên ngoài và thông gió trong văn phòng và các không gian khác.
- Đóng cửa phòng vệ sinh công cộng.
- Dung dịch rửa tay khử trùng, khăn giấy và thùng rác có sẵn cho công chúng ở không gian tập thể hình/ thể dục ngoài trời. Cân nhắc thiết lập ít nhất một trạm rửa tay dành cho nhân viên và khách hàng ở không gian ngoài trời.
- Phần không bắt buộc – Hãy mô tả các biện pháp khác (ví dụ. đưa ra các giờ hoạt động chỉ dành cho người cao niên):

#### **D. CÁC BIỆN PHÁP ĐỂ GIAO TIẾP VỚI CÔNG CHÚNG**

- Một bản sao của nghị định này đã được đăng ở tất cả các lối đi công cộng vào cơ sở.
- Bản thông báo tại lối vào, nơi khách hàng xếp hàng và các vị trí dễ thấy thông báo cho nhân viên và khách hàng về số lượng chỗ hạn chế, về quy định cấm vào bên trong cơ sở, các yêu cầu để duy trì giãn cách xã hội và khăn che mặt đó phải được đeo mọi lúc, ngoại trừ lúc đang ở trong hồ bơi. Bản thông báo cũng phải cảnh báo cho khách hàng về việc không được gắng sức trong khi đeo khẩu trang và tập luyện.
- Các dịch vụ trực tuyến của cơ sở (trang web, phương tiện truyền thông xã hội, v.v.) cung cấp thông tin rõ ràng về giờ hoạt động của cửa hàng, yêu cầu sử dụng khăn che mặt, hoạt động ngoài trời, sức chứa tối đa bị hạn chế, các chính sách liên quan đến việc đặt chỗ trước, thanh toán trước và các vấn đề liên quan khác.

#### **E. CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO QUYỀN TIẾP CẬN HỢP TÌNH HỢP LÝ ĐẾN CÁC DỊCH VỤ THIẾT THỰC**

- Các dịch vụ quan trọng đối với khách hàng/khách mua dịch vụ đã được ưu tiên.
- Giao dịch hoặc dịch vụ có thể được cung cấp từ xa đã được chuyển thành trực tuyến.
- Các biện pháp được lập ra để đảm bảo quyền tiếp cận tới các dịch vụ cho khách hàng có những hạn chế về di chuyển và/hoặc có nguy cơ cao trong các không gian công cộng.



- Cần nhắc thực hiện các giờ hoạt động đặc biệt được chỉ định dành cho các nhóm người có nguy cơ cao hoặc dễ bị tổn thương về mặt y tế, bao gồm những người cao niên vào cửa chỉ bằng cách đã lấy hẹn trước.

**Bất kỳ biện pháp bổ sung nào không được bao gồm ở trên cần phải được liệt kê ở các trang riêng, mà doanh nghiệp phải đính kèm vào tài liệu này.**

**Quý vị có thể liên hệ với người sau đây khi có bất kỳ câu hỏi hoặc nhận xét nào về nghị định này:**

**Tên của Doanh nghiệp:**

---

**Số điện thoại:**

---

**Ngày Sửa đổi Gần nhất:**

---