

Nghị Định Thư Mở Cửa Lại Các Giải Đấu Thể Thao Thanh Thiếu Niên

Cập Nhật Gần Đây:

22/10/20: Bổ sung câu để làm rõ rằng nếu có trường hợp phơi nhiễm với COVID-19 trong một nhóm ổn định, tất cả các thành viên trong nhóm sẽ cần phải cách ly. Làm rõ các yêu cầu về báo cáo cho Sở Y Tế Công Cộng khi một chương trình thể thao thanh thiếu niên được thông báo về một người bị nhiễm COVID-19 trong chương trình **(các thay đổi được tô màu vàng)**.

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 địa điểm nhất định mở cửa trở lại một cách an toàn. Các yêu cầu dưới đây cụ thể dành cho các Các Chương Trình Thể Thao Thanh Thiếu Niên được phép mở cửa theo **Lệnh của Viên chức Y Tế Công Cộng Tiểu Bang**. Ngoài các điều kiện áp dụng đối với các chương trình cụ thể này của Thống đốc, các loại chương trình này cũng phải tuân thủ các điều kiện được nêu trong Danh Sách Kiểm Tra này dành cho Các Môn Thể Thao Thanh Thiếu Niên.

Lưu ý rằng nghị định thư này áp dụng cho các giải đấu thể thao thanh thiếu niên, các môn thể thao câu lạc bộ, thể thao du lịch và thể thao được tài trợ bởi các trường tư thục và công lập phục vụ học sinh ở các trường từ mẫu giáo chuyên tiếp đến lớp 12 (TK-12). Nghị định thư này không dành cho các giải đấu thể thao dành cho người lớn, hoặc các môn thể thao dành cho người lớn nghiệp dư, phải đóng cửa theo **Lệnh của Viên Chức Y Tế Tiểu Bang**. **Cho đến khi có thông báo mới, tất cả các hoạt động thể thao trẻ phải diễn ra ngoài trời.**

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

Danh sách kiểm tra này bao gồm:

- (1) Bảo vệ và hỗ trợ về vấn đề sức khỏe cho nhân viên và khách hàng
- (2) Bảo đảm duy trì khoảng cách vật lý
- (3) Bảo đảm kiểm soát nhiễm bệnh thích hợp
- (4) Giao tiếp với công chúng
- (5) Bảo đảm quyền tiếp cận công bằng đến các dịch vụ.

Năm lĩnh vực chính này phải được giải quyết khi cơ sở của quý vị xây dựng bất kỳ nghị định tái mở cửa.

Tất cả các đội thể thao trẻ phải thực hiện mọi biện pháp áp dụng được nêu dưới đây và chuẩn bị để giải thích lý do bất kỳ biện pháp nào không được thực hiện vì không áp dụng được.

Đội Thể Thao Trẻ/Tên Giải đấu: _____

Tên Huấn Luyện Viên và Địa chỉ Cơ sở: _____

A. CÁC BIỆN PHÁP ĐỂ ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO NGƯỜI CHƠI VÀ HUẤN LUYỆN VIÊN

- **Yêu cầu bắt buộc phải luôn luôn giữ khoảng cách vật lý sáu (6) feet giữa mỗi người chơi và giữa người chơi và huấn luyện viên.** Các hoạt động thể thao trẻ được giới hạn ở các hoạt động cho phép tất cả người chơi và huấn luyện viên duy trì khoảng cách vật lý ít nhất sáu feet với nhau vào mọi lúc và khoảng cách tám feet trong thời gian hoạt động mạnh về thể chất. Những hoạt động này bao gồm nhưng không giới hạn ở các hoạt động huấn luyện, tập chuẩn bị cho tình huống, và xây dựng kỹ năng. Các môn thể thao có tiếp xúc không thể luyện tập theo cách tương tự như đã từng luyện tập trước COVID-19.
- Tất cả người chơi, huấn luyện viên, thành viên gia đình và khách đến thăm đều phải đeo khăn che mặt phù hợp che kín mũi và miệng vào mọi lúc, trừ khi bơi, tắm, ăn/uống, khi hoạt động thể lực nặng (trong khi duy trì khoảng cách từ 8 feet trở lên đối với người khác), hoặc tham gia hoạt động thể chất một mình (như tự mình chạy bộ). Điều này áp dụng cho tất cả người lớn và trẻ em từ 2 tuổi trở lên. Không sử dụng khẩu trang có van thở một chiều. Chỉ những người được nhà cung cấp dịch vụ y tế của mình hướng dẫn không được che mặt vì lý do y tế, tình trạng sức khỏe tâm thần hoặc tình trạng khuyết tật không che mặt được thì mới được miễn đeo. Người chơi nên nghỉ tập thể dục nếu chú ý thấy có bất kỳ triệu chứng khó thở nào và nên thay đổi khẩu trang hoặc khăn che mặt nếu bị ướt và dính vào mặt người chơi và làm cản trở việc thở. Các loại khẩu trang hạn chế luồng không khí khi hoạt động thể chất mạnh (như khẩu trang N-95) không được khuyến dùng để luyện tập.
- [Việc kiểm tra sàng lọc](#) được tiến hành trước khi người chơi và huấn luyện viên có thể tham gia vào các hoạt động thể thao thanh thiếu niên. Việc kiểm tra phải bao gồm phần kiểm tra liên quan đến triệu chứng sốt, ho, thở hụt hơi, khó thở và sốt hoặc ớn lạnh, và liệu người được kiểm tra có tiếp xúc với người đã được xác nhận nhiễm hoặc nghi ngờ bị nhiễm vi rút Corona chủng mới (COVID-19) trong 14 ngày qua hay không. Việc 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 [biên báo](#) được dán ở lối vào cơ sở nói rằng khách đến thăm có các triệu chứng này không nên vào cơ sở.
 - Nếu người được kiểm tra không có triệu chứng và không có tiếp xúc với trường hợp xác định bị nhiễm hoặc nghi ngờ bị nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua, họ có thể được thông qua để tham gia vào ngày hôm đó.
 - Nếu người đó đã có tiếp xúc với trường hợp xác định bị nhiễm hoặc nghi ngờ bị nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua, họ nên được cho về nhà ngay lập tức và yêu cầu kiểm dịch tại nhà. Cung cấp cho họ các hướng dẫn kiểm dịch được đăng tải trên ph.lacounty.gov/covidquarantine.
 - Nếu người đó có bất kỳ triệu chứng nào được ghi nhận ở trên, họ nên được cho về nhà ngay lập tức và yêu cầu cách ly tại nhà. Cung cấp cho họ các hướng dẫn cách ly được đăng tải trên ph.lacounty.gov/covidisolation.
- Cho đến khi có thông báo mới, tất cả các hoạt động thể thao thanh thiếu niên chỉ được diễn ra ngoài trời. Các đội có thể sử dụng một mái che, hoặc lều che nắng khác, nhưng chỉ khi các mặt bên của mái che hoặc lều che nắng không được đóng kín và có đủ lưu thông không khí ngoài trời.
- Tất cả các sự kiện thể thao thanh thiếu niên, bao gồm các giải đấu, sự kiện hoặc các cuộc thi đấu đều không được phép tổ chức tại thời điểm này. Các trận đấu tập giữa những người chơi cùng đội (các trò chơi, các trận thách đấu và/hoặc trận đấu trong phạm vi đội hình) chỉ được phép đối với các môn thể thao không tiếp xúc trực tiếp. Các môn thể thao không tiếp xúc trực tiếp bao gồm những môn thể thao cho phép tất cả người chơi trong trò chơi, trận thách đấu, hoặc trận có thể

duy trì khoảng cách 8 feet đối với nhau trong khi thi đấu (ví dụ: các trận đấu tennis đơn, trận đấu gôn, một số sự kiện chạy bộ và điền kinh).

- Bất kỳ khu vực nào mà người chơi được sắp xếp ngồi bên ngoài sân hoặc ngoài khu vực đấu (ví dụ: ghế dài, khu vực ngồi dưới sân, khu vực chờ có che rào) đã được tổ chức lại để tạo thêm chỗ ngồi sao cho người chơi và nhân viên có thể duy trì khoảng cách vật lý là 6 feet khi ở trong khu vực đó.
- Các chương trình thể thao thanh thiếu niên cần đảm bảo rằng người chơi vẫn ở trong một nhóm tập trung ổn định để hạn chế rủi ro lây nhiễm (xem [Hướng Dẫn Của CDC Về Trường Học và Nhóm Tập Trung](#)).
- Cân nhắc thiết kế lại các hoạt động thể thao trẻ thành các nhóm nhỏ hơn và sắp xếp lại không gian luyện tập và chơi để duy trì sự tách biệt về thể chất.
- Ở mức tối đa có thể thực hiện được, người chơi được khuyến khích mang theo thiết bị của riêng họ (ví dụ: gậy bóng chày, gậy đánh gôn, vợt) để luyện tập và không dùng chung thiết bị. Người chơi có thể tham gia vào việc chia sẻ thiết bị một cách hạn chế, chẳng hạn như đá bóng giữa hai người chơi hoặc ném bóng chày, bóng đá hoặc ném đĩa như một phần của các bài tập xây dựng kỹ năng. Tuy nhiên, việc chia sẻ thiết bị theo cách này chỉ nên diễn ra trong các cặp người chơi được chỉ định, chứ không phải là một hoạt động nhóm. Nếu phải dùng chung, thì thiết bị sẽ được khử trùng giữa những người dùng khác nhau để giảm nguy cơ lây lan COVID-19.
- Người chơi, huấn luyện viên và nhân viên được khuyến khích không tiếp xúc đụng chạm không cần thiết với nhau (ví dụ: đánh vào bàn tay, bắt tay, chạm nắm đấm tay) để hạn chế khả năng lây lan bệnh.
- Các đội thể thao có quyền được sử dụng phòng vệ sinh và các tủ đồ có khóa bên trong cơ sở có thể tiếp cận những nơi này cho mục đích làm vệ sinh tay, thay đồ, tắm, và sử dụng các phòng vệ sinh. Sắp xếp lịch sử dụng so le cho phòng thay đồ hoặc phòng vệ sinh để cho phép việc duy trì khoảng cách vật lý bên trong cơ sở.
- Bất kỳ phòng thay đồ hoặc phòng vệ sinh đang được sử dụng nào cũng đều được khử trùng thường xuyên, theo lịch trình sau đây:
 - Phòng thay đồ
 - _____
 - Phòng vệ sinh
 - _____
 - Khu vực khác
 - _____
- Người chơi và huấn luyện viên nên sử dụng dung dịch khử trùng tay khi không thể rửa tay. Dung dịch khử trùng phải được chà xát vào tay cho đến khi khô hoàn toàn. Lưu ý: rửa tay thường xuyên có hiệu quả hơn so với việc sử dụng dung dịch khử trùng tay, đặc biệt là khi tay rõ ràng bị bẩn.
- Trẻ em dưới 9 tuổi nên sử dụng dung dịch khử trùng tay dưới sự giám sát của người lớn. Hãy gọi cho Trung Tâm Kiểm Soát Độc nếu nuốt phải: 1-800-222-1222. Dung dịch khử trùng tay chứa cồn Ethyl là tốt hơn và nên được sử dụng khi có khả năng trẻ em sẽ sử dụng mà không có sự giám sát. Dung dịch khử trùng tay Isopropyl độc hơn và có thể hấp thụ qua da.
- Khuyến khích người chơi mang theo các chai nước có thể tái sử dụng của riêng họ hoặc chai nước mua sẵn. Vòi nước uống chỉ dành cho mục đích đổ đầy chai nước. Người chơi không nên uống chung từ một chai đựng đồ uống hoặc chia sẻ đồ uống.
- Khi chọn các sản phẩm tẩy rửa, hãy sử dụng những sản phẩm được phê chuẩn chống vi-rút COVID-19 trong danh sách “N” được phê chuẩn của Cục Bảo Vệ Môi Trường (EPA) và thực hiện theo hướng dẫn sản phẩm. Những sản phẩm này chứa các thành phần an toàn hơn cho những người mắc bệnh hen

suyễn

- Sử dụng các dung dịch khử trùng được dán nhãn là có hiệu quả chống lại các mầm bệnh virut mới xâm nhập, tuân theo các hướng dẫn trên nhãn để biết tỷ lệ pha loãng và thời gian tiếp xúc thích hợp. Đào tạo cho nhân viên về các mối nguy hiểm của hóa chất, hướng dẫn của nhà sản xuất và các yêu cầu về việc sử dụng hóa chất an toàn của Cal/OSHA.
- Nhân viên dọn vệ sinh có trách nhiệm làm sạch và khử trùng cơ sở phải được trang bị các thiết bị bảo vệ thích hợp, bao gồm găng tay, bảo vệ mắt, bảo vệ đường hô hấp và các thiết bị bảo vệ thích hợp khác theo yêu cầu của sản phẩm. Tất cả các sản phẩm phải được để xa tầm tay trẻ em và được lưu trữ trong một không gian có quyền tiếp cận hạn chế.
- Tất cả nhân viên đã được thông báo không đến làm việc nếu bị bệnh hoặc nếu họ tiếp xúc với người bị nhiễm COVID-19. Nhân viên hiểu làm theo hướng dẫn của DPH để tự cách ly và kiểm dịch, nếu có áp dụng. 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 ở nhà vì bệnh.
- Người lao động được cung cấp thông tin liên quan đến quyền lợi nghỉ phép mà vẫn được chủ lao động hoặc chính phủ trả lương mà nhân viên có thể có quyền nhận để họ dễ dàng hơn về mặt tài chính khi ở nhà. Tìm đọc thêm thông tin về các [chương trình](#) của chính phủ hỗ trợ nghỉ ốm và bồi hoàn cho người lao động do COVID-19, bao gồm quyền nhân viên được nghỉ ốm theo quy định trong [Đạo Luật Ứng Phó với Vi-rút Corona Ưu Tiên Gia Đình](#) và quyền nhân viên được nhận các phúc lợi bồi thường của người lao động và những giả định về COVID-19 liên quan đến công việc theo như quy định trong [Sắc Lệnh Hành Pháp N-62-20](#) của Thống Đốc.
- Một khi được thông báo rằng một hoặc nhiều nhân viên, huấn luyện viên, hoặc người chơi đã có kết quả xét nghiệm dương tính, hoặc có triệu chứng giống với các triệu chứng của COVID-19 (ca nhiễm), đội chơi có sẵn kế hoạch để (các) ca nhiễm này [tự cách ly tại nhà](#) và yêu cầu tất cả nhân viên đã phơi nhiễm tại nơi làm việc với (các) ca nhiễm này, [huấn luyện viên hoặc người chơi](#) đã phơi nhiễm với (các) ca nhiễm tại nơi làm việc ngay lập tức [tự kiểm dịch](#). Nếu có trường hợp phơi nhiễm với COVID-19 trong một nhóm ổn định trong một chương trình thể thao thanh thiếu niên, tất cả các thành viên của nhóm ổn định sẽ cần phải tự cách ly ngay lập tức.
- Kế hoạch của đội chơi hoặc giải đấu cần phải cân nhắc đến một giao thức sao cho tất cả nhân viên kiểm dịch được tiếp cận hoặc được xét nghiệm COVID-19 để quyết định xem liệu có thêm trường hợp phơi nhiễm tại nơi làm việc không. Điều này có thể yêu cầu thêm biện pháp kiểm soát COVID-19. Hãy xem hướng dẫn của cơ quan y tế công cộng về việc [đổi phó với COVID-19 ở nơi làm việc](#).
- [Việc kiểm tra sàng lọc triệu chứng cho nhân viên](#) được tiến hành trước khi nhân viên có thể vào không gian làm việc. Phần kiểm tra phải bao gồm việc hỏi về triệu chứng liên quan đến ho, thở hụt hơi, khó thở và sốt hoặc ớn lạnh và liệu nhân viên đã có tiếp xúc gần với người nào đã biết bị nhiễm COVID-19 trong vòng 14 ngày qua hay không. Những việc kiểm tra này có thể được thực hiện từ xa hoặc trực tiếp khi nhân viên đến. Phần kiểm tra thân nhiệt cũng nên được thực hiện nếu khả thi.
- Huấn luyện viên hoặc giải đấu được yêu cầu phải báo cáo tất cả các ca nhiễm COVID-19 trong chương trình thể thao thanh thiếu niên cho Sở Y Tế Công Cộng bằng cách hoàn thành Bảng Danh Sách Ca Nhiễm và Người Có Tiếp Xúc với COVID-19 trong Ngành Giáo Dục trong vòng 1 ngày làm việc kể từ khi thông báo về ca nhiễm. Trong trường hợp xác định được có từ ba (3) ca nhiễm trở lên trong số các thành viên của chương trình thể thao trẻ trong vòng 14 ngày, huấn luyện viên hoặc giải đấu cần phải báo cáo ngay lập tức về cụm ca mắc này cho Sở Y Tế Công Cộng qua email theo địa chỉ ACDC-Education@ph.lacounty.gov hoặc qua điện thoại theo số (888) 397-3993 hoặc

(213) 240-7821. Nếu xác định có cụm ca nhiễm tại nơi làm việc, Sở Y Tế Công Cộng sẽ bắt đầu ứng phó với cụm ca nhiễm, bao gồm cung cấp hướng dẫn kiểm soát lây nhiễm và các khuyến cáo, hỗ trợ kỹ thuật và các biện pháp kiểm soát cụ thể tại nơi làm việc. Một nhân viên quản lý ca nhiễm của Sở Y tế Công Cộng sẽ được phân công để điều tra cụm ca nhiễm nhằm giúp hỗ trợ đối phó.

- Tất cả các nhân viên có tiếp xúc với người khác đều được cung cấp, miễn phí, một khăn che mặt phù hợp. Khăn 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 nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ hướng dẫn rằng họ không nên đeo khăn che mặt thì nên 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 nên 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 chắc chắn vượt quá chiều cao của nhân viên khi đứng.
- Nhân viên được hướng dẫn giặt hoặc thay thế khăn che mặt hàng ngày.
- Nhân viên, huấn luyện viên và các thành viên đội thể thao thanh thiếu niên đã được nhắc nhở tuân thủ theo các hành động phòng ngừa cá nhân bao gồm:
 - Ở nhà khi quý vị bị bệnh.
 - Ở nhà cho đến khi ít nhất 10 ngày trôi qua kể từ khi các triệu chứng của quý vị xuất hiện VÀ ít nhất 24 giờ sau khi hồi phục, điều đó có nghĩa là quý vị đã hết sốt mà không cần sử dụng thuốc hạ sốt và các triệu chứng của quý vị được cải thiện (ví dụ như ho, thở hụt hơi).
 - Nếu quý vị đã xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng chưa bao giờ có bất kỳ triệu chứng nào, quý vị phải ở nhà cho đến khi:
 - 10 ngày sau ngày thử nghiệm dương tính đầu tiên, nhưng
 - Nếu quý vị phát triển các triệu chứng, quý vị cần làm theo các hướng dẫn ở trên.
 - Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước ít nhất 20 giây. Nếu không có xà phòng và nước, hãy sử dụng dung dịch khử trùng tay chứa cồn có chứa ít nhất 60% cồn. Rửa tay trước bữa ăn, sau khi sử dụng nhà vệ sinh và sau khi ho và hắt hơi.
 - Che miệng khi ho và hắt hơi bằng khăn giấy, sau đó vứt bỏ khăn giấy và lau tay ngay lập tức. Nếu quý vị không có khăn giấy, hãy sử dụng khuỷu tay (không phải bàn tay).
 - Không chạm vào miệng, mắt, mũi bằng tay không rửa sạch.
 - Tránh tiếp xúc với những người bị bệnh.
 - Tránh chia sẻ các vật dụng như điện thoại hoặc các thiết bị khác. Nếu phải dùng chung các thiết bị, hãy đảm bảo lau sạch chúng bằng khăn lau khử trùng trước và sau khi dùng chung.
 - Thường xuyên quan sát khoảng cách hoạt động của quý vị đối với các nhân viên và người chơi khác. Luôn duy trì khoảng cách được khuyến nghị tối thiểu 6 feet với người khác trừ khi sự phân công công việc cụ thể yêu cầu khoảng cách ít hơn và đeo khăn che mặt khi làm việc gần hoặc cùng với người khác.
 - Khử trùng các vật và bề mặt thường xuyên chạm vào. Điều này nên được thực hiện hàng giờ trong giờ làm việc.
- Bản sao của Nghị Định Thư này đã được phân phát cho tất cả nhân viên, thanh thiếu niên

và gia đình.

B. CÁC GIAO THỨC DUY TRÌ

- Việc tập hợp nhóm bị cấm, và các băng ghế và bàn được gỡ bỏ hoặc xâu chuỗi lại để không thể sử dụng được.
- Các vật dụng thường dùng được khử trùng thường xuyên.
- Thiết bị thường dùng được khử trùng trước và sau mỗi lần sử dụng.
- Phòng vệ sinh được làm sạch thường xuyên.
- Bồn phun nước chỉ dành cho mục đích đổ đầy các chai nước.

C. CÁC GIAO THỨC GIÁM SÁT

- Các bảng chỉ dẫn và thông tin được dán khắp cơ sở về vấn đề kiểm soát nhiễm bệnh, duy trì khoảng cách vật lý và sử dụng khăn che mặt. Các cửa hàng trực tuyến của chương trình thể thao thanh thiếu niên (trang web, phương tiện truyền thông xã hội, v.v.) cung cấp thông tin rõ ràng về việc duy trì khoảng cách vật lý, việc sử dụng khăn che mặt và các vấn đề khác.
- Các biển báo được đăng để hướng dẫn khách đến thăm rằng họ nên ở nhà nếu bị bệnh với các triệu chứng về đường hô hấp.
- Các huấn luyện viên và quản lý giải đấu giám sát việc tuân thủ các hạn chế đã được đăng.
- Người tham gia được yêu cầu rời khỏi nếu không tuân thủ các hạn chế này.

Bất kỳ biện pháp bổ sung nào không được bao gồm ở trên cần phải được liệt kê ở các trang riêng, mà điều phối viên chương trình thể thao trẻ phải đính kèm vào tài liệu này.

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

Tên Người Lãnh
Đạo Thể Thao
Trẻ Để Liên Lạc:

Số Điện Thoại:

Ngày Chỉnh Sửa
Gần Nhất: