

HƯỚNG DẪN VỀ COVID-19:

Sự kiện Thể thao Cộng đồng

Ngày 30 tháng 4 năm 2021

**Có hiệu lực từ ngày 1 tháng 5 năm
2021**

Hướng dẫn này được thiết kế để giải quyết việc mở cửa trở lại các ngành và hoạt động trên toàn tiểu bang. Tuy nhiên, các viên chức y tế địa phương có thể thực hiện các quy tắc nghiêm ngặt hơn được thiết kế phù hợp với điều kiện dịch tễ học địa phương, vì vậy chủ lao động cũng cần xác nhận các chính sách mở cửa địa phương có liên quan.

TỔNG QUAN

Đại dịch COVID-19 tiếp tục ảnh hưởng đến sức khỏe của người dân California. Bệnh được báo cáo dao động từ rất nhẹ (một số người không có triệu chứng) đến bệnh nặng có thể dẫn đến tử vong. Một số nhóm nhất định, bao gồm những người mắc các bệnh nền nghiêm trọng, chẳng hạn như bệnh tim hoặc bệnh phổi hoặc tiểu đường, có nguy cơ nhập viện và biến chứng nghiêm trọng cao hơn. Ngoài ra, nguy cơ mắc bệnh nặng hơn và tử vong gia tăng khi tuổi tăng. Vì đại dịch đã diễn ra, chúng ta biết rằng nhiều cơ quan trong cơ thể có thể bị ảnh hưởng bởi COVID-19 và có nhiều cách mà bệnh có thể ảnh hưởng đến sức khỏe của một người.

Trong khi hầu hết những người mắc COVID-19 hồi phục và trở lại mức sức khỏe cơ bản, một số người có thể có các triệu chứng kéo dài nhiều tuần hoặc thậm chí nhiều tháng sau hồi phục sau khi mắc bệnh cấp tính. Ngay cả những người không nằm viện và những người bị bệnh nhẹ cũng có thể gặp phải các triệu chứng kéo dài hoặc muộn.

Lây truyền rất có thể xảy ra khi người đó tiếp xúc gần hoặc ở khu vực thông khí kém với người bị nhiễm bệnh. Sự lây truyền có thể xảy ra khi người bị nhiễm bệnh có triệu chứng, không có triệu chứng hoặc chưa có triệu chứng. Các hạt vi-rút có thể di chuyển hơn sáu feet trong không gian trong nhà và vẫn lơ lửng trong không khí ngay cả sau khi người bị nhiễm bệnh đã rời khỏi phòng. Môi trường trong nhà có nguy cơ lây truyền cao hơn nhiều so với môi trường ngoài trời. Khi một người bị nhiễm bệnh thực hiện một số hoạt động nhất định, chẳng hạn như hát hoặc cười khúc khích, nói to hoặc thở mạnh, ví dụ như tập thể dục, có thể làm tăng thêm nguy cơ so với thở bình thường và nói chuyện.

Do đó, điều cần thiết là cần thực hiện tất cả các bước có thể để đảm bảo an toàn cho nhân viên và công chúng.

Các thông lệ thực hành phòng ngừa chính bao gồm:

- ✓ giãn cách ở mức tối đa có thể,
- ✓ việc sử dụng khẩu trang của nhân viên (khi không còn cần bảo vệ đường hô hấp) và khách hàng,
- ✓ cho các địa điểm trong nhà, đảm bảo thông gió đầy đủ trong tất cả các không gian,
- ✓ rửa tay thường xuyên và vệ sinh và khử trùng thường xuyên,
- ✓ đào tạo nhân viên về những yếu tố này và các yếu tố khác của chương trình phòng ngừa COVID-19.

Vào ngày 30 tháng 11 năm 2020, Cơ quan Sức khỏe và An toàn Lao động California (Cal/OSHA) đã triển khai [các tiêu chuẩn khẩn cấp tạm thời bắt buộc](#) (Emergency temporary standard, ETS) để ngăn ngừa phơi nhiễm với COVID-19 cho người lao động ở hầu hết các nơi làm việc mà người lao động không được bảo hiểm theo [tiêu chuẩn Bệnh lây truyền qua không khí](#) của Cal/OSHA. Theo ETS, chủ lao động có nghĩa vụ phải phát triển và thực hiện các chính sách và quy trình ngăn ngừa lây truyền bệnh tại nơi làm việc; xác định các ca bệnh mới nếu chúng xảy ra; và, khi xác định được ca bệnh, can thiệp nhanh chóng và làm việc với các cơ quan y tế công cộng để ngăn chặn sự lây lan của vi-rút. ETS bao gồm các chủ đề cũng được đề cập trong hướng dẫn này. Hướng dẫn đã được cập nhật để làm rõ bất kỳ trường hợp nào trong đó hướng dẫn y tế công cộng đặt ra các *yêu cầu* bổ sung ngoài những yêu cầu bắt buộc của ETS và để nêu bật các thực hành được khuyến nghị bổ sung cho các mục đích y tế công cộng ngoài phạm vi được ETS yêu cầu.

MỤC LỤC

Mục Đích	4
Bắt buộc Sử dụng Khẩu trang	6
Chương trình Phòng ngừa COVID-19 tại Nơi làm việc	7
Bùng phát và Xét nghiệm	7
Các biện pháp kiểm soát và sàng lọc cá nhân	7
Thông gió	8
Cách thức Vệ sinh Và Khử trùng	8
Hướng dẫn Về Giãn cách Xã hội.....	9

Mục Đích

COVID-19 tiếp tục gây ra rủi ro nghiêm trọng cho cộng đồng và yêu cầu tất cả người dân ở California phải tuân theo các biện pháp phòng ngừa được khuyến nghị. Hướng dẫn này đưa ra định hướng về các sự kiện thể thao cộng đồng nhằm hỗ trợ một môi trường an toàn cho các hoạt động này. Hướng dẫn áp dụng cho tất cả các sự kiện thử thách sức bền cộng đồng và chạy/đi bộ **có tổ chức**. Những sự kiện này được xác định là: chạy, đi bộ, chạy marathon và ba môn phối hợp, sự kiện sức bền, v.v. Hướng dẫn này không áp dụng cho thanh thiếu niên ngoài trời và trong nhà và các môn thể thao giải trí. Ngoài ra, hướng dẫn này không áp dụng cho các môn thể thao đại học hoặc chuyên nghiệp. Các sự kiện thể thao cộng đồng sẽ tiếp tục diễn ra ở California bắt đầu từ ngày 1 tháng 5 năm 2021 theo các nguyên tắc này.

Tình trạng của các sự kiện thể thao cộng đồng sẽ được đánh giá lại liên tục và có thể thay đổi bất cứ lúc nào với mức độ lây truyền COVID-19 và tiềm chủng ở California.

Điều phối viên sự kiện phải xác định và giám sát Mức độ Rủi ro của Quận cho quận mà cơ sở đang hoạt động và thực hiện các điều chỉnh cần thiết đối với hoạt động của họ. Để biết thông tin cập nhật nhất về trạng thái của quận, hãy truy cập [Kế hoạch chi tiết cho một Nền kinh tế An toàn hơn](#). Xin lưu ý rằng các quận có thể có các tiêu chí hạn chế hơn và quy định đóng cửa khác nhau. Tìm [thông tin địa phương tại quận của quý vị](#).

Hồ sơ rủi ro sự kiện

Nói chung, mọi người có nguy cơ lây lan COVID-19 cho những người khác bên ngoài nhà của họ cao hơn khi họ tương tác gần với những người khác, đặc biệt là khi họ gắng sức nhiều hơn và tiếp xúc gần gũi trong thời gian dài.

Các sự kiện thể thao cộng đồng bao gồm các hoạt động khác nhau có các mức độ nguy cơ lây truyền COVID-19 khác nhau. Các hoạt động ngoài trời có nguy cơ lây truyền thấp hơn đáng kể so với các hoạt động so sánh trong nhà, dựa trên các bằng chứng khoa học hiện tại. Việc tụ tập đông người cũng làm tăng sự hỗn hợp giữa các nhóm và bên ngoài cộng đồng, điều này cũng góp phần vào khả năng lây lan bệnh COVID-19.

Đối với các sự kiện thể thao cộng đồng:

- Nguy cơ gia tăng khi không đeo khẩu trang và không duy trì giãn cách.
- Rủi ro tăng lên khi mức độ tiếp xúc giữa những người tham gia ngày càng tăng; tiếp xúc gần hơn (đặc biệt là tiếp xúc trực diện), và tần suất và tổng thời gian tiếp xúc gần, làm tăng nguy cơ các hạt hô hấp sẽ được truyền giữa những người tham gia.
- Rủi ro tăng lên khi mức độ gắng sức lớn hơn; gắng sức nhiều hơn làm tăng nhịp thở và lượng không khí hít vào thở ra trong mỗi nhịp thở.
- Rủi ro gia tăng khi có sự kết hợp giữa các nhóm và các nhóm, đặc biệt khi từ các hộ gia đình và cộng đồng khác nhau; trộn lẫn với nhiều người hơn sẽ làm tăng nguy cơ mắc bệnh truyền nhiễm.

Tất cả các cấp:

Các yêu cầu hướng dẫn chung sau đây phải luôn được tuân thủ:

- Tất cả người tham gia, nhân viên và tình nguyện viên phải đăng ký trước, không đăng ký vào ngày diễn ra sự kiện.
- Thu thập và giám sát các địa chỉ liên hệ của người tham gia và nhân viên để đảm bảo truy tìm địa chỉ liên hệ.

- Người tham gia và khán giả phải đeo khẩu trang tuân theo CDPH Hướng dẫn sử dụng khẩu trang.
- Tất cả nhân viên phải được cung cấp và đeo khẩu trang đúng cách & giãn cách ít nhất 6 feet với tất cả những người khác và nhân viên theo yêu cầu của [tiêu chuẩn tạm thời khắt cấp](#) (ETS).
- Hạn chế trộn lẫn giữa các hộ:
 - Kết hợp với các hộ gia đình khác trước và sau kỳ sự kiện nào phải tuân thủ nghiêm ngặt hướng dẫn [tụ họp](#) hiện tại
 - Thực hiện các biện pháp đảm bảo giãn cách và giảm thiểu tập trung tại các trạm cứu trợ.
- Chỉ những người tham gia trong tiểu bang. Các đội và người tham gia phải tuân thủ khuyến nghị [Tự vấn Đi lại CDPH](#) khi quyết định đi lại để thi đấu. Những người tham gia ngoài tiểu bang được phép theo quy định của [Phu lục của Kế hoạch chi tiết](#) Hoạt động & Biểu đồ Bạc Kinh doanh - Các Cá nhân và Bộ phận Đã được Xét nghiệm và Tiêm chủng đầy đủ, nếu đã được tiêm chủng đầy đủ - Các Cá nhân và Bộ phận đã được Xét nghiệm và Tiêm chủng đầy đủ, nếu đã được tiêm chủng đầy đủ.
- Không dùng chung chai nước và các vật dụng, thiết bị cá nhân khác.
- Không nên tổ chức triển lãm trong nhà trước sự kiện.
- Bán lẻ và tiếp thị trong nhà KHÔNG được phép trong thời gian diễn ra sự kiện.
- Được phép bán thực phẩm tự động cho công chúng và dinh dưỡng sau sự kiện cho những người tham gia miễn là những người tham dự và những người tham gia duy trì sự cân bằng về thể chất trong một khu vực ăn uống được chỉ định.
- Không có khu vực lễ hội hoặc giải trí (ví dụ: hòa nhạc, biểu diễn trực tiếp, tiệc xem trực tiếp, v.v.). Điều này thu hút sự đông đúc và xen kẽ của các hộ gia đình. Một phát thanh viên trong sự kiện được phép.
- KHÔNG được phép bán hoặc cung cấp rượu trong sự kiện này.
- Khán giả và người quan sát bị giới hạn bởi các giới hạn hướng dẫn tập hợp hiện tại theo các cấp. Lễ trao giải phải tuân theo các giới hạn tham dự và các yêu cầu như được xác định trong [Hướng dẫn biểu diễn và sự kiện trực tiếp ngoài trời của CDPH](#).
- Những người tham gia phải được sàng lọc bằng cách sử dụng các câu hỏi sàng lọc tiêu chuẩn trước khi đến sự kiện để đảm bảo họ khỏe mạnh (ví dụ: các triệu chứng, xét nghiệm âm tính, tiêm chủng, v.v.).
- Phù hợp với [Hướng dẫn của CDC về tổ chức các sự kiện và tụ tập lớn](#), tiến hành kiểm tra sức khỏe hàng ngày (ví dụ, kiểm tra nhiệt độ và [kiểm tra triệu chứng](#) của nhân viên và những người tham dự một cách an toàn và tôn trọng, và phù hợp với bất kỳ luật và quy định hiện hành nào về quyền riêng tư. Quản lý sự kiện có thể xem xét sử dụng các ví dụ về các phương pháp sàng lọc trong [Các câu hỏi thường gặp về kinh doanh chung của CDC](#) như một hướng dẫn.
- Để giảm bớt tình trạng đông đúc, hãy xem xét lượng khách đến dồn dập hoặc nhiều điểm vào cổng của cuộc đua.
- Giảm thiểu nhân viên hỗ trợ (ví dụ: cổ vũ, phân phát nước, tình nguyện viên, v.v.).
- Cân nhắc phát trực tiếp các sự kiện để có thể xem chúng từ nhà.

- Trừ khi có yêu cầu khác đối với thường năng lực, việc tiêm chủng hoặc xét nghiệm cho tất cả những người tham gia được khuyến khích. Xét nghiệm đối với những người tham gia nên được tiến hành trong vòng 72 giờ trước thời gian bắt đầu sự kiện, nếu sử dụng PCR. Các xét nghiệm kháng nguyên được chấp nhận và phải được tiến hành trong vòng 24 giờ sau khi bắt đầu sự kiện. Kết quả của xét nghiệm phải có sẵn trước khi bắt đầu sự kiện. Việc xác nhận vắc xin phải được gửi tại thời điểm đăng ký tham gia sự kiện.

Đối với các Sự kiện Thể thao Cộng đồng, hãy tham khảo [Kế hoạch chi tiết cho một nền kinh tế an toàn hơn để xác định cấp hiện tại của quận](#). Các giới hạn số người tham dự & sức chứa sau đây sẽ được áp dụng:

- **Tím – Lan rộng – Cấp 1:**

- Đóng cửa.

- **Đỏ – Phần lớn – Cấp 2:**

- Sự kiện được giới hạn cho 100 người tham gia mỗi giờ và tổng số 200 người tham gia.
- Nếu tất cả những người tham gia đều được xét nghiệm hoặc tiêm chủng đầy đủ, các sự kiện có thể có tối đa 500 người tham gia.

- **Cam – Trung bình – Cấp 3:**

- Sự kiện được giới hạn cho 200 người tham gia mỗi giờ và tổng số 500 người tham gia.
- Nếu tất cả những người tham gia đều được xét nghiệm hoặc tiêm chủng đầy đủ, các sự kiện có thể có tối đa 1.500 người tham gia.

- **Vàng – Tối thiểu – Cấp 4:**

- Sự kiện được giới hạn cho 500 người tham gia mỗi giờ và tổng số 1.500 người tham gia.
- Nếu tất cả những người tham gia đều được xét nghiệm hoặc tiêm chủng đầy đủ, các sự kiện có thể có tối đa 3.000 người tham gia.

Xin lưu ý rằng các quận có thể có các tiêu chí hạn chế hơn và quy định đóng cửa khác nhau. Tìm [thông tin sở y tế địa phương của bạn](#).

Hướng dẫn này không nhằm mục đích thu hồi hoặc bãi bỏ bất kỳ quyền nào của nhân viên cho dù là theo luật định, quy định hoặc thương lượng tập thể, và cũng không đầy đủ, vì nó không bao gồm các lệnh y tế của quận cũng như không thay thế cho bất kỳ yêu cầu quy định hiện hành nào liên quan đến sức khỏe và an toàn, ví dụ như của Cal/OSHA, bao gồm [Tiêu chuẩn Khẩn cấp Tam thời](#) mới đã có hiệu lực vào ngày 30 tháng 11 năm 2020.¹ Hãy luôn cập nhật những thay đổi về hướng dẫn y tế công cộng và lệnh của tiểu bang/địa phương, vì tình hình dịch bệnh COVID-19 vẫn còn tiếp diễn. Cal/OSHA có nhiều hướng dẫn về an toàn và sức khỏe hơn trên trang web [Hướng dẫn và Nguồn lực về COVID-19 của Cal/OSHA](#).



Bắt buộc Sử dụng Khẩu trang

Tham khảo ý kiến [Hướng dẫn của Bộ Y tế Công cộng California \(CDPH\) về việc sử dụng khẩu trang](#). Bạn có thể xem thông tin đầy đủ, bao gồm tất cả các yêu cầu và trường hợp ngoại lệ đối với những quy tắc này, trong hướng dẫn; đồng thời nêu thường xuyên kiểm tra cập nhật của hướng dẫn này. Ngoài ra, CDPH cung cấp [tư vấn](#) về các thực hành hiệu quả liên quan đến đeo khẩu trang.



Chương trình Phòng ngừa COVID-19 tại Nơi làm việc

Theo yêu cầu của các tiêu chuẩn [phòng ngừa COVID-19](#) của Cal/OSHA, chủ lao động phải thiết lập, thực hiện và duy trì Chương trình Phòng ngừa COVID-19 bằng văn bản dành cho nhân viên và đại diện được ủy quyền của họ (ví dụ: công đoàn). Thông tin chi tiết đầy đủ, bao gồm tất cả các yêu cầu và miễn trừ đối với các quy tắc này, mẫu cho các mô hình Chương trình Phòng ngừa COVID-19 và các Câu hỏi Thường gặp có thể được tìm thấy tại [liên kết](#) sau đây. Tất cả tài liệu tham khảo và hướng dẫn nên được kiểm tra định kỳ để cập nhật.



Bùng phát và Xét nghiệm

Người sử dụng lao động cũng được yêu cầu tuân thủ các quy định của Cal/OSHA đối với [bùng phát](#) và [bùng phát lớn](#), bao gồm bất kỳ [yêu cầu xét nghiệm liên quan cho nhân viên và các yêu cầu báo cáo](#). Họ nên xem lại [các Câu hỏi Thường gặp về các Đợt Bùng phát Dịch](#) để biết thêm về các cân nhắc cũng như giải thích về các quy định.

Tham khảo phần [Ứng phó COVID-19 tại Nơi làm việc của CDPH](#) để biết các định nghĩa cụ thể về những gì cấu thành một đợt bùng phát dịch và tất cả các yêu cầu báo cáo bắt buộc.



Các biện pháp kiểm soát và sàng lọc cá nhân

ETS của Cal/OSHA yêu cầu chủ lao động phát triển và thực hiện quy trình sàng lọc nhân viên và ứng phó với nhân viên có triệu chứng COVID-19 cũng như giải quyết một số biện pháp kiểm soát cá nhân khác thông qua việc triển khai các thành phần cần thiết của Chương trình Phòng ngừa COVID-19. Xem các tài liệu được liên kết để biết chi tiết về các yêu cầu đó.

Ngoài các yêu cầu theo ETS, chủ lao động phải:

- Thực hiện các biện pháp hợp lý, bao gồm thông báo địa chỉ công cộng, biển báo treo đăng tại các địa điểm chiến lược và có tầm nhìn cao, và trong xác nhận đặt trước, để nhắc nhở công chúng và nhân viên rằng họ phải sử dụng khẩu trang như được mô tả trong Hướng dẫn Sử dụng Khẩu trang của CDPH (trừ khi được miễn theo ETS), thực hành giãn cách, không chạm vào mặt, thường xuyên rửa tay bằng xà phòng trong ít nhất 20 giây hoặc sử dụng nước rửa tay.
- CDPH khuyến nghị các biện pháp bổ sung sau đây để giảm thiểu hơn nữa nguy cơ lây truyền hoặc các nguy cơ sức khỏe khác:
 - Những người tham gia bị bệnh hoặc có các triệu chứng của COVID-19 nên ở nhà.
 - Cung cấp các nguồn lực để thúc đẩy vệ sinh cá nhân. Điều này bao gồm khăn giấy, thùng rác không chạm vào, xà phòng rửa tay, đủ thời gian để rửa tay, chất khử trùng tay có cồn và khăn lau dùng một lần.
 - Cân nhắc xem găng tay dùng một lần có thể là một bổ sung hữu ích cho việc

rửa tay hoặc sử dụng chất khử trùng tay, chẳng hạn như khi xử lý các vật dụng thường chạm vào hay không.



Thông gió

- Tất cả các doanh nghiệp được phép vận hành trong nhà phải tuân theo [hướng dẫn tạm thời của CDPH và Cal/OSHA về thông gió, lọc và chất lượng không khí](#) để giảm sự lây lan của COVID-19 trong môi trường trong nhà. Hướng dẫn này cũng đề cập đến các yêu cầu thông gió có trong ETS COVID-19 của Cal/OSHA.
- [CDC](#) cũng có hướng dẫn chi tiết bổ sung về thông gió.
- Việc thông gió ở các địa điểm trong nhà phải được tăng lên đến mức tối đa có thể và tùy thuộc vào công suất phòng tập thể dục và trung tâm thể dục hoặc bán lẻ có liên quan theo từng cấp.



Cách thức Vệ sinh Và Khử trùng

- Chủ lao động phải thực hiện các quy trình vệ sinh và khử trùng, như được định nghĩa trong ETS COVID-19 [của Cal/OSHA](#). Việc vệ sinh và khử trùng phải được thực hiện theo cách không gây nguy hiểm cho nhân viên.
- Hướng dẫn CDPH không áp dụng bất kỳ yêu cầu bổ sung nào ngoài các yêu cầu theo ETS.
- CDPH khuyến nghị các biện pháp bổ sung sau đây để giảm thiểu hơn nữa nguy cơ lây truyền hoặc các nguy cơ sức khỏe khác:
 - Để giảm thiểu rủi ro [nhiễm bệnh nhiễm trùng phổi Legionnaires](#) và các bệnh khác liên quan đến nước, thực hiện các bước để đảm bảo rằng tất cả các hệ thống và tính năng nước (ví dụ: vòi uống nước, đài phun nước trang trí) an toàn để sử dụng sau khi cơ sở ngừng hoạt động kéo dài.
 - Bố trí thời gian để nhân viên triển khai các biện pháp vệ sinh trong ca làm của mình. Nên giao cho nhân viên nhiệm vụ vệ sinh trong giờ làm việc và coi đó là một phần của công việc. Bố trí phương án thuê công ty vệ sinh bên thứ ba để hỗ trợ khi nhu cầu vệ sinh tăng lên, nếu cần.
 - Lắp đặt các thiết bị không tiếp xúc tay, nếu có thể, bao gồm đèn cảm biến chuyển động, hệ thống thanh toán không tiếp xúc, hộp nhả xà phòng và khăn giấy tự động và hệ thống thẻ chấm công.
 - Khuyến khích khách hàng sử dụng thẻ ghi nợ hoặc thẻ tín dụng, ví dụ: thông qua các biển hiệu.
 - Khi chọn hóa chất khử trùng, nên sử dụng các sản phẩm được phê duyệt sử dụng chống COVID-19 theo danh sách được [Cơ quan Bảo vệ Môi trường \(Environmental Protection Agency \(EPA\) phê duyệt](#) và tuân theo hướng dẫn sử dụng sản phẩm. Chọn các chất khử trùng ít có khả năng gây hen suyễn hơn bằng cách sử dụng các sản phẩm có trong danh sách "N" của EPA có chứa hydro peroxit (không mạnh hơn 3%) hoặc etanol (rượu etylic) và không chứa axit peroxyacetic hoặc axit peracetic. Tránh các sản phẩm khử trùng trong danh sách "N" có chứa các tác nhân gây hen suyễn, chẳng hạn như thuốc tẩy (natri

hypoclorit) hoặc hợp chất amoni bậc bốn (ví dụ: benzalkonium clorua). Tuân thủ [các phương pháp về sinh an toàn cho người bị bệnh hen suyễn](#) được Bộ Y tế Công cộng California khuyến nghị và đảm bảo thông gió thích hợp.

- Khi dùng chung thiết bị trong một hoạt động, những người tham gia thực hiện vệ sinh tay (rửa tay bằng xà phòng và nước hoặc sử dụng nước khử trùng tay có cồn) trước, trong khi nghỉ giải lao, sau khi nghỉ giải lao và sau khi kết thúc hoạt động.
- Phòng vệ sinh và/hoặc nhà vệ sinh di động sẽ có tỷ lệ 4:1 giữa phòng vệ sinh với trạm rửa tay của một trong hai/hoặc, xà phòng và nước hoặc nước khử trùng tay. Số lượng phòng vệ sinh và/hoặc nhà vệ sinh di động sẽ được quyết định ở cấp địa phương và phụ thuộc vào loại và quy mô sự kiện.
- Các trạm vệ sinh sẽ được cung cấp trên toàn bộ khu vực có mật độ người đi lại nhiều cao, bao gồm nhưng không giới hạn ở: làm thủ tục, phòng vệ sinh, bãi đậu xe, vạch xuất phát và kết thúc, v.v.



Hướng dẫn Về Giãn cách Xã hội

- Chỉ riêng giãn cách xã hội không đủ để phòng ngừa lây truyền COVID-19.
- Chủ lao động phải thực hiện các quy trình và thủ tục liên quan đến giãn cách xã hội ít nhất sáu feet giữa người lao động và những người khác, như được xác định trong ETS Phòng ngừa COVID-19 của [Cal/OSHA](#). Bạn có thể tìm thêm thông tin chi tiết và ví dụ trong phần [Các câu hỏi thường gặp của Cal/OSHA](#).
- Ngoài các yêu cầu về giãn cách xã hội trong hướng dẫn này, CDPH khuyến nghị các biện pháp bổ sung sau đây để giảm thiểu rủi ro lây truyền hoặc các rủi ro sức khỏe khác:
 - Tránh các cuộc họp trực tiếp và, nếu cần thiết, hãy điều chỉnh các cuộc họp để đảm bảo giãn cách xã hội và tổ chức các cuộc họp cá nhân nhỏ hơn tại các cơ sở để đảm bảo hướng dẫn giãn cách.
 - Cung cấp một lối vào được chỉ định một cách rõ ràng và riêng biệt để giúp duy trì giãn cách xã hội khi có thể.
 - Hãy đặt các tài liệu hỗ trợ chuyển tiếp, chẳng hạn như các bảng thông báo và bảng thông tin, để giảm bớt sự chuyển giao giữa người với người, khi có thể. Bất cứ khi nào có thể, hãy sử dụng chữ ký không tiếp xúc để giao hàng.
 - Nếu có thể, hãy tạo các khu vực nghỉ ngơi ngoài trời với mái che bóng râm và bố trí chỗ ngồi đảm bảo khoảng cách.
- Duy trì khoảng cách ít nhất 6 feet và tạo điều kiện thuận lợi cho việc giữ khoảng cách giữa những người tham gia ở mức tối đa có thể (ví dụ: xuất phát so le thay vì xuất phát đồng loạt cho các cuộc đua, đảm bảo tránh xa ở khu vực xuất phát và kết thúc).
- Giải thưởng nên có tùy chọn được gửi qua đường bưu điện hoặc nhận từng cá nhân từ một nhà ga.
- Thời gian kết thúc (cho các sự kiện được hẹn giờ) sẽ được gửi qua email và/hoặc tin nhắn văn bản và có sẵn qua mã QR được dán xung quanh địa điểm.

¹Các yêu cầu bổ sung phải được xem xét đối với những người dễ bị tổn thương. Chủ lao động phải tuân thủ tất cả các tiêu chuẩn của [Cal/OSHA](#) và chuẩn bị tuân thủ hướng dẫn của họ cũng như hướng dẫn của [Trung tâm kiểm soát và phòng ngừa dịch bệnh \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) và [Sở Y tế công đồng California \(California Department of Public Health, CDPH\)](#). Ngoài ra, người sử dụng lao động phải chuẩn bị để thay đổi hoạt động của mình khi những hướng dẫn đó thay đổi.

