

# COVID-19 LUS QHIA TXOG KEV UA LAG LUAM:

Cov Khw Noj Mov,  
Cov Chaw Haus Dej  
Haus Cawv, thiab  
Cov Chaw Tsim Cawv  
Txiv Hmab Txiv Ntoo

Lub Xya Hlis, Tim 29, 2020

*Txhua cov lus qhia tsuas yog yuav tau siv nrog  
lub cheeb tsam nroog uas tus neeg ua hauj  
lwm saib xyuas kev noj qab haus huv tau pom  
zoo ua raws li lawv kev tshuaj xyuas ntawm  
cov ntaub ntawv kab mob sib kis uas muaj  
cov neeg kis mob li 100,000 tus neeg, feem  
pua cov ntsuas pom muaj kab mob, thiab  
tsoom fwm hauv zej zog npaj los mus txhawb  
kev saib xyuas noj qab haus huv, cov neej pej  
xeem muaj feem kis mob, tiv toj txheeb xyuas  
thiab ntsuas mob.*

## NTHUAV QHIA

Nyob rau Lub Peb Hlis Ntuj Tim 19, 2020, lub Xeev Tus Thawj Coj Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv thiab Tus Thawj Kav Xwm ntawm California Chav Hauj Lwm Ntsig Txog Zej Tsoom Kev Noj Qab Haus Huv (California Department of Public Health) tau muaj lus txib yuav kom cov neeg California nyob twj ywm hauv tsev los txo qhov sib kis ntawm COVID-19 ntawm qhov chaw muaj neeg coob.

Qhov cuam tshuam tsis zoo ntawm COVID-19 nyob rau cov neeg California kev noj qab haus huv tseem tsis tau paub zoo. Tau tshaj tawm txog kev tsis xis neej pib ntawm qhov mob me (qee tus neeg tsis hnov muaj tsos mob li) mus rau qhov mob loj uas tsim ua rau tuag taus. Muaj ntau pawg neeg tshwj xeeb, suav nrog rau cov neeg muaj hnuv nyoo 65 xyos los sis laus dua thiab tus uas muaj yam ntxwv mob hnyav, xws li mob plawv los sis mob ntsws los sis mob ntshav qab zib, yog cov muaj kev pheej hmoo siab zog ntawm kev pw tsev kho mob thiab muaj ntau yam mob hnyav. Kev sib kis no feem ntau lawm yog thaum tib neeg nyob sib ze los sis nyob rau qhov chaw uas huab cua tsis hloov zoo nrog tus neeg kis kab mob lawm, tab txawm tus neeg ntawd tsis muaj cov tsos mob los sis cov tsos mob tsis tau tshwm sim los xij.

Cov ntaub ntawv qhia tseeb txog ntawm qhov coob thiab cov qib ntawm COVID-19 los ntawm cov chaw ua lag luam los sis cov pab pawg neeg ua hauj lwm, suav nrog rau cov neeg ua hauj tsim kho kev uas ua hauj lwm hnyav tsis tau muaj nyob rau lub sijhawm no. Nws tau muaj kev kis kab mob nyob rau ntau cov chaw ua hauj lwm, qhia tias cov neeg ua hauj lwm ntxim li yuav los sis kis tau kab mob COVID-19. Cov piv txwv ntawm cov chaw ua hauj lwm no muaj suav nrog cov tsev kho mob, cov tsev laus, cov tsev txim, cov tsim khoom noj, cov tsev cia khoom, cov chaw luas nqaij thiab cov khw muag khoom noj.

Cov lus txib kom nyob twj ywm hauv tsev tau muaj kev hloov pauv, nws tseem ceeb rau txhua cov kauj ruam ntxim ua tau los ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm thiab cov zej tsoom nyab xeeb.

Cov cai ua kev pov thaiv tseem ceeb muaj nrog:

- ✓ ua kom lub cev nyob sib nrug deb kom ntau li ntau tau,
- ✓ cov neeg ua hauj lwm thiab cov tub lag luam/cov qhua siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (ntawm qhov chaw uas tsis tas siv kev pov thaiv kev ua pa),
- ✓ nquag ntxuav tes thiab tua kab mob thiab tu txhais tes kom huv,
- ✓ qhia cov neeg ua hauj lwm txog cov no thiab lwm yam ntawm lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19.

Ib qhov ntxiv, nws yuav yog cov txheej txheem lis hauj lwm uas nyuaj los txheeb txog cov xwm txheej tshiab ntawm cov chaw ua hauj lwm muaj mob thiab, thaum twg tau txheeb pom, qhov cuam tshuam sai thiab kev ua hauj lwm nrog cov nom tswj saib xyuas zej tsoom kev noj qab haus huv los ua kom txo tau kev kis tus kab mob.

## LUB HOM PHIAJ

Cov ntaub ntawv no muab cov lus qhia rau cov khw noj mov, cov chaw haus beer, cov chaw cwb cawv, cov chaw haus caw dej npias, cov pub haus dej cawv, thiab cov chaw ua cawv txiv hmab txiv ntoo (xa mus rau raws li "chaw noj mov, tuav, thiab cov chaw ua cawv txiv hmab txiv ntoo") los txhawb qhov chaw nyab xeeb, huv si rau cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua.

**LUS CIM:** Cov khw noj mov, cov chaw haus dej caw, thiab cov chaw ua cawv txiv hmab txiv ntoo raug txhawb kom tau txais cov hauj lwm ntxiv mus thiab xa me nyuam thaum ua tau. Cov chaw uas tau txais kev tso cai muag dej cawv, cawv ntxiv hmab txiv ntoo thiab dej caw mus haus yuav tsum tau ua raws li [qhov kev taw qhiarau khw muag khoom](#). Cov chaw tsim khoom npias, cawv txiv hmab txiv ntoo thiab dej caw yuav tsum ua raws li [qhov kev taw qhia raukev tsim khoom](#). Cov khw noj mov, cov chaw haus dej haus cawv, thiab cov chaw tsim cav txiv hmab txiv ntoo uas muaj kev ua si xws li cov chaw cuam pob bowling, cov chaw ntaus xab nuv kawj, thiab lwm yam ntxiv yuav tsum ua raws li [qhov kev taw qhia hauv tsev lom ze](#). Qhov lus qhia no tsis yog tsim los rau cov xam thiaj ua yeeb yam, cov chaw ua yeeb yam, los sis cov chaw tsim lom zem. Cov khw noj mov, cov chaw haus dej haus cawv, thiab cov chaw ua cawv txiv hmab txiv ntoo yuav tsum tsis txhob txuas rau txoj kev lom zem no kom txog rau thaum cov hauj lwm no tau tso cai los hloov kho los sis kev ua hauj lwm txhua yam li qib tag nrho. Tag nrho cov xwm txheej los sis kev sib sau ua ke uas yuav coj cov neeg los ntawm cov tsev neeg uas tsis yog ib tse neeg, xws li cov koom haum ntiag tug, yuav tsum tau muab tshem tawm los sis muab ncua kom txog thaum muaj lwm tsab ntawv ceeb toom ntxiv.

Qhov kev taw qhia yuav tsis raug thim tawm los sis kev thov rov hais dua ntawm cov neeg ua hauj lwm cov cai, tsis hais kev cai lij choj, kev tswj hwm lossis kev sib khom nqi, thiab tsis suav daws, vim nws tsis suav nrog lub nroog txoj kev noj qab haus huv, thiab tsis yog ib yam kev hloov pauv rau ib qho kev nyab xeeb thiab kev noj qab haus huv uas muaj feem rau txoj cai. xws li cov Cal/OSHA.<sup>1</sup> Soj qab rau qhov kev hloov pauv ntawm cov lus qhia txog kev noj qab haus huv ntawm tsoom fwv thiab lub xeev/hauv zej zog cov hauj lwm raws li qhov xwm txheej Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) txuas ntxiv. Cal/OSHA muaj cov lus qhia zoo dua ntawm lawv li [Cal/OSHA Cov Lus Qhia txog Kev Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Hauj Lwm Los Ntawm Cov Kab Mob COVID-19 hauv nplooj ntawv saum huab cua](#). Teb Chaws Meskas Cov Khoom Noj thiab Tshuaj Yeeb Muaj [qhov kev taw qhia rau cov khw noj mov](#) thiab CDC muaj ntxiv [kev txiav txim siab rau tsev noj movthiab cov chaw haus dej haus cawv](#).

# Yuav Tau Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Nyob rau Lub Rau Hlis Ntuj Tim 18, CDPH tau tawm [Lus Qhia Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#), qhov uas cov zej tsoom neeg thiab cov neeg ua hauj lwm nyob rau txhua qhov chaw muaj zej tsoom neeg los puav leej yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg thiab tej chaw ua hauj lwm yuav tau teeb seb muab qhov chaw twg ua qhov muaj kev pheej hmoo nphav tau kab mob.

Tib neeg nyob hauv California yuav tsum rau cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thaum lawv mus ua hauj lwm, tsis hais nyob ntawm chaw ua hauj lwm los sis thaum tawm mus ua hauj lwm sab nrauv, thaum:

- Ua hauj lwm cuam tshuam tim ntsej tim muag nyob nrog cov neeg zej tsoom;
- Kev ua hauj lwm nyob rau txhua qhov chaw muaj zej tsoom neeg tuaj saib, yam tsis quav ntsej txog seb lub sijhawm ntawd puas muaj zej tsoom neeg leej twg tuaj.
- Kev ua hauj lwm nyob rau qhov chaw npaj khoom noj los sis ntim khoom noj ua pob muag los sis muab xa mus rau lwm qhov chaw;
- Tab tom ua hauj lwm nyob hauv los sis taug kev hla cov chaw muaj neeg coob, xws li cov chaw taug kev hauv tsev, cov ntawv, cov liv nce nqis thiab cov chaw nres tsheb;
- Nyob rau hauv tej lub chaw los sis qhov chaw uas muaj lwm tus neeg nyob ib ncig (tsis xam nrog cov neeg hauv tsev neeg los sis cov neeg zej zog nyob ib ncig hauv) uas tuaj thaum tsis tuaj yeem ua kom lub cev nyob sib nrug tau;
- Kev tsav tsheb los sis kev ua hauj lwm nyob rau txhua qhov kev thauj mus los los sis kev khiav tsheb thauj zej tsoom neeg, tshav tav xij, los sis tsheb ntiag tug ua hauj lwm thauj neeg los sis tsheb sib koom caij thaum muaj neeg tuaj caij. Thaum tsis muaj neeg tuaj caij, los yuav tau npog qhov ncauj qhov ntswg kom zoo.

Ua kom tiav cov ntsiab lus qhia, suav nrog rau txhua cov cai yuav tau ua thiab cov yuav tau zam rau cov cai no, tuaj yeem pom muaj nyob hauv qhov [lus qhia](#). Peb yeej xav kom neeg siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau lwm lub sijhawm lossis lwm qhov chaw, thiab cov tuam txhab ntiav neeg ua haujlwm yuav hais tau kom neeg siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg ntxiv los mus ua kom tau raws li lawv tes dejnum los npaj ib lub chaw haujlwm uas muaj kev nyabxeeb thiab noj qab nyob zoo rau cov neeg ua haujlwm. Cov tuam txhab ntiav neeg ua haujlwm yuav tsum tau npaj kom muaj ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg rau cov neeg ua haujlwm siv lossis ntxiv nyiaj rov qab rau cov neeg ua haujlwm uas lawv rho lawv li nyiaj mus yuav cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los siv.

Cov tswv hauj lwm tsim nyog tsim kho txoj cai siv rau lub chaw so rau tus neeg ua hauj lwm uas ua tau raws ib ntawm cov kev zam los ntawm kev npog qhov ncauj qhov ntswg. Yog tias ib tus neeg ua hauj lwm uas yuav tau rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg vim yuav tau nyob ze nrog tus tsis tuaj yeem npog tau vim tus yam ntxwv kev mob nkeeg, lawv tsim nyog yuav tau ua lwm yam tsis muaj kev txwv, xws li siv daim npog khwb thoob plaws lub ntsej muag, yog tias ua tau thiab yog tias siv tau raws tus

yam ntxwv mob.

Cov lag luam uas qhib rau zej tsoom neeg tsim nyog yuav tau paub txog cov kev zam rau kev npog qhov ncauj qhov ntswg nyob rau [CDPH Lus Qhia Txog Kev Npog Ntseg Muag](#) yuav tsis suav nrog txhua tus zej tsoom neeg uas tsis npog ntseg muag yog tias tus neeg ntawd tab tom ua raws li qhov [lus qhia](#). Cov lag luam yuav tsum tsim kom muaj cov cai txog rau kev hais daws cov kev zam no ntawm cov neeg qhua, cov neeg uas tau txais kev pab cuam, cov neeg tuaj saib, thiab cov neeg ua hauj lwm.



## Lub Phiaj Xwm Tshwj Xeeb Xeeb Chaw Ua Hauj Lwm

- Teeb tsa sau ua ntaub ntawv, ntsuam xyuas lub chaw ua hauj lwm tshwj xeeb rau lub phiaj xwm pov thaiv COVID-19 nyob rau txhua qhov chaw, ua kev ntsuam xyuas qhov pheej hmoo kom txhij txhua ntawm txhua cov hauj lwm thiab cov luag hauj lwm, thiab teeb ib tus neeg nyob rau ntawm qhov chaw teeb tsa los lis hauj lwm lub phiaj xwm.
- Teeb tsa [CDPH Qhov Kev Taw Qhia Txog Kev Siv Daim Npog Ntsej Muag](#) rau hauv Txoj Phiaj Xwm Tshwj Xeeb Rau QHov Chaw Ua Hauj Lwm thiab suav nrog txoj cai tswj fwm cov kev zam.
- Txheeb txog ntaub ntawv rau kev sib txuas lus rau chav hauj lwm ntsig txog kev noj qab haus huv hauv zos qhov chaw uas ua hauj lwm rau kev sib txuas lus txog ntawm kab mob COVID-19 kev sib kis ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua.
- Cob qhia thiab sib txuas lus nrog cov neeg ua hauj lwm thiab tus sawv cev neeg ua hauj lwm nyob rau lub phiaj xwm thiab tsim kom muaj lub phiaj xwm rau cov neeg ua hauj lwm thiab lawv cov neeg sawv cev.
- Teeb tsa ua kev ntsuam xyuas tas li rau lub hom phiaj ua kom tau raws thiab ua ntaub ntawv thiab txheeb txog qhov tseem ua tsis tau zoo.
- Tshawb nrhiav qhov tsim ua rau muaj mob COVID-19 thiab ntaus nqi tias cov feem xyuam twg cuam tshuam hauj lwm uas tuaj yeem tsim ua rau pheej hmoo kis tau kab mob. Hloov kho lub phiaj xwm raws qhov xav tau los pov thaiv kom txhob muaj ntau xwm txheej ntiv.
- Ua kev lis hauj lwm cov txheej txheem tseem ceeb thiab cov txheej txheem thaum lub chaw ua hauj lwm muaj qhov kev sib kis kab mob, saib raws li [CDPH cov lus qhia](#).
- Txheeb txog qhov nyob sib ze (sib nrug li ntawm rau feet ntev li 15 feeb los sis ntev dua) ntawm tus neeg ua hauj lwm uas kis tau mob lawm thiab ua cov kauj ruam los cais tus neeg ua hauj lwm uas ntsuam xyuas pom muaj COVID-19 lawm thiab cov tau nyob sib ze nrog mus nyob ib leeg.
- Coj raws li cov lus qhia hauv qab no. Tsis ua raws yuav tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm muaj mob nkeeg uas tsim ua rau lub chaw ua hauj lwm raug kaw ib ntus los sis muaj ciam txwv.



## Cov Ncauj Lus rau Neeg Ua Hauj Lwm Xyaum

- Ntaub ntawv nyob rau [COVID-19](#), txoj hauv kev los pov thaiv kom txhob kis mus, thiab qhov twg yog lub hauv paus tsim ua rau muaj cov yam ntxwv mob uas ua rau tib neeg yuav kis tau tus kab mob.
- Kev ntsuam xyuas tus kheej hauv tsev, suav nrog rau kev ntsuas txog qhov kub txias thiab/los sis kev ntsuam xyuas tus yam ntxwv mob uas yog kev siv [CDC cov lus qhia](#).
- Qhov tseem ceeb ntawm kev tsis tuaj hauj lwm:
  - Yog tias tus neeg ua hauj lwm muaj cov tsos mob ntawm tus kab mob COVID-19 raws li [tau piav qhia ntawm CDC](#), xws li ua npaws los sis ua daus no, hnoos, txog siav lossis ua pa nyuaj, qaug zog, mob leeg nqaij lossis mob ib ce, mob taub hau, tsis qab los, tsis hnov ntxhiab, mob caj pas, txhaws ntswg los yog los ntswg, xeev siab, ntuav, lossis raws plab, LOS SIS
  - Yog tias tus neeg ua hauj lwm raug ntaus nqi tias muaj COVID-19 thiab tseem tsis tau raug tso tawm ntawm qhov chaw cais nyob ib leeg, LOS SIS
  - Yog tias, 14 hnuv dhau mus lawm, tus neeg ua hauj lwm tau nyob ze nrog tej tus neeg uas ntaus nqi pom muaj COVID-19 thiab tau muab xam tias ntxim kis tau kab mob lawm (piv txwv tseem nyob rau qhov chaw cais nyob ib leeg).
- Rov qab mus ua hauj lwm tom qab tus neeg mob tau txais kev ntaus nqi txog COVID-19 yog tias 10 hnuv twb dhau mus lawm txij hnuv pom muaj cov tsos mob zaum xub thawj, lawv cov tsos mob zoo lawm, thiab tus neeg ua hauj lwm tsis ua npaws lawm (yam tsis tas siv tshuaj los txo qhov ua npaws) nyob rau 72 teev. Yog tias 10 hnuv dhau mus lawm uas tus neeg ua hauj lwm raug ntaus nqi pom muaj COVID-19 tsis muaj yam ntxwv mob txij hnuv pib sim pom muaj COVID-19 los ces rov mus hauj lwm tau.
- Los nrhiav kev ua zoo saib xyuas yog tias cov tsos mob dhau los ua mob loj lawm, suav nrog rau muaj qhov mob los sis ceev hauv siab, feeb tsis meej los sis dis ncauj los sis ntsej muag xiav. Muaj ntaub ntawv thiab ntaub ntawv hloov kho tshiab nyob ntawm [CDC lub vas sab](#).
- Kev nquag ntxuav tes tas li nrog xab npum thiab dej yog qhov tseem ceeb, suav nrog rau kev muab xab npum txhuam li ntawm 20 feeb (los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes uas muaj cawv tov nrog yam tsawg kawg 60% (raws qhov nyiaj siv) los sis 70% cawv tov nrog (yog tias cov me nyuam uas tsis tau kev saib xyuas mus kov tsis tau qhov khoom) thaum cov neeg ua hauj lwm tsis tuaj yeem mus rau ntawm lub



tais ntxuav tes los sis qhov chaw ntxuav tes, raws li [CDC cov lus qhia](#)).

- Kev lub cev nyob sib nrug yog qhov tseem ceeb, tag nrho lub sij hawm nyob ntawm txoj hauj lwm thiab tsis nyob ntawm txoj hauj lwm (saib nqe lus qhia Kev Nyob Sib Nrug hauv qab no).
- Kev npog ntsej muag kom zoo, suav nrog:
  - Kev npog ntsej muag yuav pov thaiv tsis tau tus npog thiab yuav tsis yog cuab yeej pov thaiv tus kheej (PPE).
  - Kev npog ntsej muag tuaj yeem pov thaiv tau cov neeg nyob ze tus npog, tab sis yuav hloov tsis tau qhov yuav tau nyob sib nrug thiab kev nquag ntxuav tes tas li.
  - Kev npog ntsej muag yuav tsum npog kom tau qhov ncauj qhov ntswg.
  - Cov neeg ua hauj lwm tsim nyog ntxuav tes los sis pleev tshuaj tua kab mob rau txhais tes ua ntej thiab tom qab kev siv los sis kev txav daim ntaub npog ntsej muag.
  - Zam kev kov qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.
  - Txhob sib qiv siv cov ntaub npog ntsej muag thiab yuav tau muab ntshua los sis txhob siv lawm tom qab sij hauj lwm.
- Ntaub ntawv muaj nyob hauv [CDPH Lus Qhia rau Siv Ntaub Npog Ntsej Muag](#), uas muaj lus txib rau cov xwm txheej uas cov ntaub npog yuav tsum tau rau thiab cov kev zam, raws li ntau txoj cai, cov cai ua hauj lwm, thiab cov cai uas tus tswv hauj lwm tau hloov kho los ua kom ntseeg tias siv cov ntaub npog ntsej muag. Muab kev qhia xyaum suav nrog rau tus tswv hauj lwm cov cai nyob rau txoj hauv kev tib neeg tus uas raug zam ntawm kev rau daim ntaub npog ntsej muag yuav tau ua.
- Nco ntsoov tias txhua tus neeg cog lus ua hauj lwm ywj pheej, ua hauj lwm ib ntus, lossis cov neeg ua hauj lwm uas muaj ntawv cog lus ntawm lub chaw hauj lwm yuav tsum tau txais kev qhia paub txog tsab cai kev tiv thaiv kab mob COVID-19 thiab muaj cov khoom siv uas tsim nyog thiab PPE. Sib tham txog cov luag hauj lwm ua ntej lub sij hawm uas cov koom haum xa cov neeg ua hauj lwm ib ncua thiab/los sis cov neeg ua hauj lwm muaj ntawv cog lus tuaj.
- Ntaub ntawv qhia txog cov txiaj ntsig hnuv so uas them nyiaj rau tus neeg ua hauj lwm yuav muaj cai rau los txais uas ua kom tau txais nyiaj yooj yim zog rau kev los nyob hauv tsev. Saib cov Ntaub ntawv qhia ntshuv ntawm [tsoom fwcov hauj lwm pab cuam kev pab txhawj nqa cov neeg mob so hauj lwm thiab cov nyiaj txhawb dej siab rau cov neeg ua hauj lwm ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), suav nrog cov neeg ua hauj lwm txoj cai mob so hauj lwm nyob rau hauv [Cov Tsev](#)



[Neeg Cov Lus Teb Ua NtejTxog Txoj Cai Los Daws Tus Kab Mob Khaus Laus Nam Vais Lav](#) thiab Tus Tswv Xeev [Daim Ntawv Xaj N-51-20](#), thiab cov neeg ua hauj lwm txoj cai rau cov neeg ua hauj lwm kom tau txais cov nyiaj raug mob thiab xav tias kev ua hauj lwm-cuam tshuam txog ntawm tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) raws li Tus Tswv Coj [Daim Ntawv Xaj N-62-20 thaum qhov kev Txiaiv tim ntawd pib siv](#).



## **Yuav Tau Tswj Saib Xyuas thiab Ntsuam Xyuas Txhua Tus Neeg**

- Ua kev ntsuam xyuas qhov kub txias thiab/los sis tus yam ntxwv mob rau txhua tus neeg ua hauj lwm nyob rau qhov pib ntawm lawv sij hauj lwm thiab cov neeg muag khoom, cov muaj ntawv cog lus ua hauj lwm nrog, los sis lwm cov neeg ua hauj lwm tab tom siv qhov kev teeb tsa. Ua kom ntseeg tias lub ntsuas qhov kub txias/ntsuas tus yam ntxwv mob txhob nyob ze dhau rau tus neeg ua hauj lwm los ua kom nrug tab tom.
- Yog tias yuav tsum tau kuaj mob tus kheej hauv tsev, uas yog ib txoj kev xaiv tsim nyog muab qhov kev kuaj no ntawm ib qho chaw teev tseg, kom pom tias cov neeg ua hauj lwm tau kuaj mob ua ntej lawv tawm ntawm tsev rau lawv zeeg hauj lwm thiab ua raws li [CDC cov lus qhia](#), uas tau piav qhia hauv Cov Ncauj Lus tshooj Kev Qhia Neeg Ua Hauj Lwm saum toj saud.
- Txhawb nqa cov neeg ua hauj lwm tus uas muaj mob los sis muaj cov yam ntxwv mob ntawm COVID-19 lawm kom nyob tsev.
- Cov tswv hauj lwm yuav tsum muab thiab ua kom ntseeg tias cov neeg ua hauj lwm yuav tsum siv txhua cuab yeej pov thaiv tus kheej, suav nrog rau tsom iav thaiv qhov muag thiab cov hnab looj tes nyob qhov chaw tsim nyog.
- Cov tswv hauj lwm tsim nyog ua zoo xav siv cov hnab looj tes uas siv tag pov tseg uas yuav pab tau zoo rau kev ntxuav tes tas li los sis kev siv tshuaj pleev tua kab mob ntawm tes; piv txwv cov neeg ua hauj lwm tus uas ntsuam xyuas lwm tus cov tsos mob los sis saib xyuas tej chaw uas kov tas li. Cov neeg hauj lwm yuav tsum rau cov hnab looj tes thaum tuav cov khoom uas tau paug tej kua dej ntawm neeg lub cev.
- Cov cev dej caw, cov neeg khaws rooj tog, cov neeg tov cawv, thiab lwm cov neeg ua hauj lwm txav khoom siv uas yog siv los ntawm cov qhua (piv txwv li, lub khob qias neeg, lub phaj, ntaub so tes, thiab lwm yam ntxiv) los sis tuav lub hnab ntim khoom pov tseg yuav tsum siv hnab looj tes pov tseg (thiab ntxuav tes ua ntej muab tso rau thiab tom qab tshem lawv) thiab aprons thiab uas tau hloov zaus tsis tu ncua.
- Cov neeg ntxuav tais diav yuav tsum siv cov khoom los thaiv lub qhov

muag, lub qhov ntswg, thiab qhov ncauj los ntawm kev yuav txaws tuaj lo rau yus yam uas siv cov tsom iav, cov tsom iav khwb ntsej muag, los sis cov iav khwb ntsej muag nrog rau cov ntaub npog qhov ncauj tib si. Cov tshuab ntxuav tais diav yuav tsum tau muab cov ntaub so pauv thiab hloov kho tsis tu ncua. Cov khoom siv tiv thaiv uas rov qab muab siv xws li cov iav khwb ntsej muag thiab cov tsom iav yuav tsum tau muab tua kab mob txhua zaus thaum uas siv.

- Cov chaw tsim khoom yuav tsum ua qhov kev ntsuas tsim nyog, suav nrog kev tshaj tawm cov paib ntawm txhua qhov chaw nkag thiab hauv cov chaw muaj tswv yim thiab muaj qhov chaw pom thiab tau txais kev pom zoo, kom ceeb toom rau cov pej xeeb tias lawv yuav tsum siv daim npog ntsej muag thaum tsis noj mov thiab haus dej thiab ua kom lub cev tsis sib xws, thiab yuav tsum tau nquag ntxuav lawv ob txhais tes nrog xab npum li 20 vib nas this, siv tshuaj ntxuav tes uas muaj cov cuab cawv cuaj caum, thiab tsis txhob kov lawv lub ntsej muag.
- Ceeb toom rau cov qhua ua ntej kom lawv nqa ntaub npog ntsej muag thiab npaj kom txhij rau txhua tus neeg tuaj txog kom lawv muaj txhua leej, yog tias ua tau.
- Cov qhua thiab cov qhua yuav tsum tau ntsuas qhov kub thiab/los sis cov tsos mob thaum tuaj txog, thov siv tshuaj ntxuav tes, thiab looj lub npog ntsej muag thaum tsis noj mov los sis haus dej. Cov tswv hauj lwm muaj txoj cai los mus thim kev tswj tseg rau cov tib neeg/cov pawg neeg uas muaj cov qhua muaj cov tsos mob.
- Muab cov ntawv teeb tsa kom pom meej meej rau cov qhua tuaj noj mov thiab cov neeg ua haujlwm ntawm qhov chaw nkag uas yuav tsum ua kom nkag siab. Cov kev cai yuav muaj cov lus qhia siv cov tshuaj ntxuav tes, tswj kommuaj kev nyob sib nrug deb ntawm lwm cov qhua tuaj noj mov, tsis txhob kov cov chaw noj mov hauv tsev noj mov yog tias tsis tsim nyog, cov ntaub ntawv tiv tauj rau lub chaw saib xyuas kev noj qab haus huv hauv cheeb tsam, thiab hloov cov kev pab cuam. Yog thaum twg ua tau, cov cai yuav tsum muaj nyob hauv dis cis toj (digital), suav nrog cov duab me qhia, thiab suav nrog rau hauv/nrog cov ntawv qhia (menu).



## **Cov Txheej Txheem Kev Ua Kom Huv thiab Kev Tuab Kab Mob**

- Ua kev ntxuav tu kom huv hauv cov chaw muaj neeg coob, xws li cov chaw tos qhua thiab chaw tos txais qhua, chav so, cov chaw noj su thiab cov chaw ntawm chaw noj mov thiab chaw nyob suav nrog chaw sawv tos, cov kev nkag, cov theem ntaiv, cov ntaiv, ntaiv fais fab khiav, cov tes tuav, thiab chaw tswj lub liv nce nqis. Nquag tsuag tshuaj rau

cov npoo tuav nquag tuav suav nrog lub qhov rooj, cov tes qhov rooj, qhov chaw them nyiaj, cov chaw nta-tua teeb, cov tog zaum tos, cov chaw rho nyiaj, daim nyem ATM PIN, cov ntawv txais nyiaj, lub phaj txais nyiaj, kev siv cov tais, phaj nqa khoom noj, xov tooj, chav dej, kab ces tsheb, thiab chaw ntxuav tes.

- Nquag ntxuav tu cov khoom huv tau kov los ntawm cov neeg saib xyuas, tshwj xeeb yog cov uas yuav ua rau muaj kev sib cuag tau los ntawm cov me nyuam yaus suav nrog khaub noom thiab khoom ua si muag khoom noj, tshuab ua si, cov pas ntses zoo nkauj, cov tub rau khoom saib ua si, chaw ua kom zoo nkauj thiab lwm yam ntxiv.
- Ntxuav tu cov chaw tuav tau kom huv si ntawm kev hloov chaw los sis ntawm cov neeg siv, saib qhov twg ntau dua, suav nrog tab sis tsis txwv rau cov chaw ua hauj lwm, cov xov tooj, cov ntawv sau npe, daim taum (touchpaid)/daim sau nab cos, xov tooj thej lev, cov moos, cov khoom siv, chav ua noj thiab chaw cia khoom siv thiab khoom siv, qhov rooj lub ncu, qhov cub ci thiab ntau yam cov pob qhov rooj, cov laub thiab cov laub thawb, tus yuam sij, thiab lwm yam ntxiv.
- Zam kev sib koom siv cov cuab yeej kaw suab, cov xov tooj, cov tav nplej kov, cov khoos phib tawj, cov rooj zaum, cov cij mem, thiab lwm yam khoom siv ua hauj lwm thaum nyob rau thaum ua tau. Tsis txhob sib qiv PPE.
- Txwv txiav kev sib koom siv cov mloog pob ntseg thiab lwm yam khoom siv mus los ntawm cov neeg hauj lwm tshwj tsis yog tias cov cuab yeej ntawd raug tua kab tag lawm tom qab siv tas. Sab laj nrog cov tuam txhab tsim khoom siv txhawm rau txiav txim txog cov kauj ruam tua kab mob uas tsim nyog, tshwj xeeb yog rau cov chaw uas muag, thiab zooj xws li cov rwb zooj ntawm lub mloog pob ntseg.
- Muab sij hawm rau cov neeg ua hauj lwm los ua kev tu kom huv ncuaj sij hawm lawv sij hauj lwm. Cov hauj lwm kev tu ntxuav yuav tsum tau muab teev rau hauv cov teev sij hawm ua hauj lwm yam li yog ib feem ntawm tus neeg hauj lwm txoj hauj lwm.
- Nrhiav cov kev xaiv rau lwm feem neeg xws li cov tuam txhab tu ntxuav los pab tu nthuav kom tau raws qhov xav tau, raws li tsim nyog yuav tsum tau ua.
- Tsim kom muaj chaw seem xws li chav noj mov thiab chav saj khoom noj, chaw haus dej haus cawv, cov rooj rau khoom, thiab chav ua noj nrog cov khoom ntxuav kom huv, suav nrog ntxuav tes thiab ntxuav huv si rau txhua tus neeg ua hauj lwm ncaj qha pab cov qhua tuaj noj mov.
- Ua kom ntseeg siab tias cov tsev rau khoom tua kom huv ua tau hauj lwm tas li thiab muaj khoom siv txhua lub sij hawm thiab muab xab npum, phuam so dej, thiab tshuaj tua kab mob ntawm txhais tes ntxiv

raws qhov xav tau.

- Thaum xaiv cov khes mis los tua kab mob, cov tswv hauj lwm yuav tsum siv cov khoom uas tau kev pom zoo lawm rau kev tawm tsam COVID-19 nyob rau qhov [Koom Haum Pov Thaiv Huab Cua Ib Puag Ncig \(EPA\)-tau pom zoo rau](#) Siv cov tshuaj tua kab mob uas muaj ntawv sau lo rau siv tawm tsam cov kab mob tawm tshiab kom tau zoo, tshuaj ntxuav tsev (5 diav tshuaj yej rau ib gallon dej), los sis muaj cawv tov nrog li ntawm 70% uas phim rau qhov khoom yuav txhuam. Muab kev qhia pab rau cov neeg ua hauj lwm txog kev siv tshuaj khes mis phom sij, cov lus lub chaw tsim qhia, yuav tau muaj kev lim huab cua kom zoo, thiab ua raws Cal/OSHA cov cai siv kom nyab xeeb. Cov neeg ua hauj lwm tab tom siv cov tshuaj tu kom huv los sis cov tshuaj tua kab mob tsim nyog rau hnab looj tes thiab lwm cov cuab yeej pov thaiv tus kheej raws li cov lus qhia siv ntawm qhov khoom siv. Ua raws li cov [kev ntxuav tu kom huv si rau muaj kev nyab xeeb duacov hau kev](#) California Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeeb thiab xyuas kom muaj qhov cua tawm mus los tsim nyog.
- Kav tsij ua raws cov cai uas twb muaj lawm hais txog kev ntxuav tu kom huv si (kom ntau dua li ntawm muab tshuaj tshuag tua kab mob) ntawm cov npoo rau zaub mov.
- Txo qhov pheej hmoo [kab mob Legionnaires](#) thiab lwm cov kab mob uas cuam tshuam nrog dej, [ua ntau kauj ruam](#) los ua kom ntseeg tias txhua cov kev ua hauj lwm txog dej thiab txhua yam uas saib pom muaj kev nyab xeeb rau siv tom qab lub chaw ua hauj lwm raug kaw kho lawm.
- Cov khw noj mov, cov chaw haus dej haus cawv, thiab cov chaw tsim cav txiv hmab txiv ntoo yuav tsum nce cov cua huv los ntawm qhib lub qhov rooj lossis qhov rooj, yog tias ua tau thiab raws txoj cai kev nyab xeeb thiab kev nyab xeeb.
- Qhov chaw ntxim muaj, txhob txhuam cov plag tsev los sis ua lwm yam hauv kev uas yuav ua rau cov kab mob ri mus rau saum huab cua. Siv lub nqus cua uas muaj lub lim HEPA nyob rau qhov chaw uas ua tau.
- Ntsuam xyuas kev txhim kho lub tshuab ua huab cua kom ua tau huab cua zoo es nqa tau, txhim kho lub tsev lim cua kom ua hauj lwm tau zoo npaum li zoo tau, thiab hloov kho lwm qhov txhawm rau qhov ua kom tau txais cov huab cua sab nraud thiab kev hloov pauv huab cua nyob hauv txhua qhov chaw ua hauj lwm.
- Muab cov ntawv qhia tshwj xeeb los ntawm lwm txoj hauv kev, siv tus qauv kom muaj kev tuav tsawg, yog tias ua tau, xws li cov ntawv siv pov tseg, cov saum los sis daim phiaj sau tsis tau tuav, thiab cov xaiv dis cis toj (menu digital) uas cov qhua tuaj yeem saib ntawm lub cuab yeej hluav taws xob tus kheej tau. Qhia kom meej cov lej xaj/ntaub ntawv taug soj

qab, yog tias ua tau. Yog tias tsis tuaj yeem muab tau lwm yam kev pa bcuam, muab tshuaj ntxuav tais diav kom huv, xaj lej naj npawb, lwm yam ntxiv ua ntej thiab tom qab cov qhua tuaj noj mov tag. Xav txog cov kev xaiv rau txhua tus qhua xaj ua ntej.

- Ua kom tsis txhob muaj cov rooj noj mov ua ntej nrog cov ntawv so ntswg, ntawv txiav, iav, khoom noj khoom haus, thiab lwm yam ntxiv. Cov no yuav tsum tau muab kev pab cuam ntawm rau civ tib neeg ntawm cov qhua raws li xav tau. Tsis txhob tso daim npav sawv, cov ntawv tshaj tawm, nqhov chaw cia daim natub so ntswg, los sis lwm yam khoom ntawm lub rooj.
- Ncua kev siv cov khoom sib koom khoom noj haus xws li cov fwj roj, ntsev thiab kua txob shaker, thiab lwm yam thiab muab cov zaub mov no rau hauv ib lub thawv, yog tias ua tau. Qhov twg tsis tuaj yeem ua tau, cov khoom sib koom xws li cov fwj tshuaj, cov shaker, thiab lwm yam ntxiv, yuav tsum tau muab khoom raws li qhov xav tau ntawm cov neeg siv khoom thiab tua kab mob tom qab siv txhua zaus.
- Cov chaw rau tais diav ua ntej tau siv los ntawm cov qhua. Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ntxuav tes ua ntej kev siv cov khoom siv hauv daim ntaub so qhov ncauj. Lub ntim ua ntej yuav tsum tau muab cia rau hauv lub thawv huv si. Tom qab cov qhua tuaj zaum noj mov, cov ntaub qhwb khoom siv ua ntej yuav tsum muab tso rau saum lub rooj los ntawm tus neeg ua hauj lwm uas nyuam qhuav ntxuav tes.
- Cov neeg tuaj yeem siv tau nrog rau cov tais diav, khoom noj khoom haus, khob cij khoom noj, thiab lwm yam, yuav tsum tau ntxuav kom zoo, yaug, thiab ntxuav kom huv. Cov diav thiab cov dawg, dawg me thiab diav me, cov tais diav hu si, thiab lwm yam ntxiv, yuav tsum khaws cia kom deb ntawm cov qhua thiab cov neeg ua hauj lwm kom txog thaum npaj siv. Siv cov khoom siv tas pov tseg yog tias cov khoom rov qab siv tau dua uas raug ntshuav huv lawm.
- Cov thawv ntim khoom yuav tsum tau ntim los ntawm cov qhua tuaj noj mov thiab muaj nyob thaum muaj kev thov.
- Cov ntaub pua rooj uas siv hauv cov rooj noj mov xws li cov ntaub pua rooj thiab ntaub so tes yuav tsum tau muab tshem tawm tom qab txhua tus neeg siv thiab thauj los ntawm thaj chaw noj mov hauv cov hnab ntim khoom. Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum looj hnab looj tes thaum tuav cov ntaub rooj uas qias neeg.
- Ua kom huv si txhua tus neeg yuav khoom noj/khoom haus tom qab siv txhua tus. Qhov no yuav suav nrog kev tsuag tshuaj ntxuav rau lub rooj, tog zaum, tog zaum ntxiv, rooj tog zaum siab, lub rooj muag khoom, thiab lwm yam rooj ntxiv thiab pub sij hawm txaus rau kev siv tshuaj tsuag tua kab mob kom zoo, ua raws li cov lus qhia ntawm cov khoom. Lub

Chaw Tiv Thaiv Ib Puag Ncig - pom zoo siv tshuaj tua kab mob yam tsawg kawg yuav tsum muaj lub sij hawm sib tiv tauj tsawg kawg nkaus (ob vib nas this mus rau feeb) kom muaj kev tiv thaiv zoo rau tib neeg tus kab mob kahus laus nam vais lav (coronavirus).

- Xav txog kev siv cov npog rooj zaum uas siv pov tseg tas mus li, tshwj xeeb rau ntawm cov chaw zoo khoob qhov. Muab pov tseg thiab hloov lub rooj zaum ntawm txhua qhov siv. Muab cov ntaub npog uas siv tas pov tseg los tso rau ntawm lub hauv ncoo siv hauv chaw zaum thiab hloov/ntxuav kom zoo tom qab siv txhua zaus.
- Kaw cov chaw uas cov qhua tuaj yeem sib sau los sis kov cov zaub mov los sis cov zaub mov nqa khoom noj uas lwm tus qhua siv. Hloov kho cov khoom xa los ntawm kev muab cov khoom rau cov qhua ib tus zuj zus, hloov mus rau chav ua noj chav-pab cuam, thiab lwm yam ntxiv. Mob cov khoom siv ua ke pov tseg los sis ntxuav kom huv, ntxuav tawm, los sis ntxuav kom huv tom qab siv txhua tus, raws li tsim nyog. Thaj chaw uas yuav tsum raug kaw suav nrog tab sis tsis txwv rau:
  - Qhov chaw pab cuam tus kheej nrog cov chaw rau khoom ntxiv khoom noj kom qab xws li ntsev los yog kua txob, ntaub so tes, cov hau khwb, cov thoj nqus dej haus, taub ntim dej, mus rau cov thawv ntim khoom, thiab lwm yam khoom ntxiv.
  - Kev siv cov tshuab pab muab kev pab cuam rau tus kheej suav nrog rau dej khov, dej qab zib soda, cov khob haus dej khov thiab cov kua mis, thiab lwm yam.
  - Qhov chaw zaub mov tus kheej xws li buffets, salsa bars, zaub xam lav, chaw khoom txom ncauj ua si thiab lwm yam.
- Txiaiv lub rooj noj mov npaj thiab nthuav tawm xws li cov khoom noj xaiv cov laub khoom thiab cov siv conveyor, kev npaj guacamole, thiab lwm yam.
- Tsis txhob tawm mus tom qab cov puas noj tom qab, cov qhob noom, khoom noj txom ncauj, los sis pas txhuam hniav rau cov neeg yuav khoom nyob hauv tus kheej pabcuam.. Muab rau lawv nrog kos los yog tsuas yog thov.
- Nruab cov tshuaj ntxuav tes tsis huv, tsis muaj kev cuam tshuam yog qhov ua tau, ntawm cov qhua thiab cov neeg ua hauj lwm nkag thiab thaj chaw sib cuag xws li chaw tsheb, chaw txais tos, hauv chav noj mov, ze rau tsaws tsaws chaw, cov chaw saj khoom noj thiab cov chaw haus, thiab lwm yam ntxiv.
- Xav txog kev txiaiv tsis siv cov khoom lom ze koom nrog uas nyuaj rau kev ntxuav thiab tua kab mob xws li daim phiaj game, phau ntawv, thiab lwm yam ntxiv.





## Lus Qhia Rau Lub Cev Nyob Sib Nrug

- Yuav tsum xaiv cov rooj zaum sab nraum zoov thiab cov chaw tos thauj mus los kom tsawg tshaj plaws kev hla ntawm cov qhua nyob rau qhov chaw ib puag ncig kaw. Cov khw noj mov, cov chaw haus dej haus cawv, thiab cov chaw ua cawv txiv hmab txiv ntoo tuaj yeem nthuav dav lawv cov chaw zaum sab nraud yog tias lawv ua raws li cov cai hauv zos.
- Xav txog muab kev xa khoom, xa khoom, thiab tsav los ntawm cov kev xaiv rau cov qhua tuaj noj txhua lub sij hawm. Cov khoom nqa mus yuav tsum tsis tau tuav ntau ntawm cov qauv kev nqa thiab kev xa cov khoom.
- Txw kev sib cawv ntawm ib tus neeg-rau-lwm tus neeg rau kev xa cov khoom thaum twg ua tau. Teeb tsa cov chaw muag khoom tawm kom tau txais cov khoom xa tawm ntawm qhov chaw muaj tsheb ntau. Tswj kom muaj kev nyob sib nrug deb yam tsawg kawg li rau (6) fij nrog tus tsav xa khoom.
- Txhawb cov chaw so thiab kev teem sij hawm thaum muaj kev teem caij nyooq los ntsuag tshuaj rau cov chaw noj mov thiab haus.
- Xav txog kev cia rau cov neeg yuav khoom ua ntej txiav txim lub sij hawm ua ntej txwv cov sij hawm nyob hauv lub lag luam. Hais kom cov qhua tuaj noj mov tos hauv lawv lub tsheb los sis nyob kom deb ntawm qhov chaw tsim khoom thaum tos chaw zaum. Yog tias ua tau, ceeb toom cov cov qhua tuaj noj mov los ntawm lawv lub xov tooj ntawm tes thaum twg lawv lub rooj npaj txhij lawm kom zam kev chwv thiab siv ntawm "cov pob nias."
- Kho cov cai kev nyob ua ke kom siab tshaj hauv tsev lag luam raws li nws qhov loj me kom txwv cov neeg sab hauv thiab/los sis siv cov khoom tiv thaiv uas hla tsis tau ntawm cov rooj pab cuam los tiv thaiv cov qhua kom sib nrug thiab cov neeg ua haujlwm. Rau cov chaw zaum sab nraum zoov, tswj cov qauv kev nyob sib deb ntawm lub cev kom tsawg kawg yog rau fij thiab raws li tau teev tseg hauv cov lus qhia no.
- Txwv tus naj npawb ntawm cov qhua uas tuaj zaum ntawm lub rooj twm zeej mus txog rau qhov chaw rau ib tsev neeg los sis cov qhua uas thov zaum ua ke. Pab pawg neeg nyob hauv tib lub rooj zaum ntawm tib lub rooj tsis tas yuav tsum sib nrug.
- Siv cov kev ntsuas los xyuas kom lub cev sib nrug ntawm tsawg kawg rau ntiv taw ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab cov qhua/ib pab pawg. Qhov no tuaj yeem suav nrog kev siv cov ntu ntawm lub cev los sis cov duab kos cim kom pom (piv txwv li, cov cim hauv pem teb los sis cov



paib los qhia rau qhov chaw rau cov neeg ua hauj lwm thiab/los sis cov qhua yuav tsum sawv).

- Nruab cov khoom thaiv los sis faib ntu ntawm qhov chaw sau nyiaj, kab tuav, tus tswv chaw sawv, thiab lwm qhov chaw uas tswj kev nyob sib nrug deb ntawm lub cev ntawm rau fij ntawv ua tau nyuaj.
- Ib thaj chaw twg uas cov chaw tos ntawm qhua los sis cov neeg ua hauj lwm yuav tsum tau cim kom pom tseeb raws li kev nyob sib deb ntawm lub cev uas tsim nyog. Qhov no suav nrog cov chaw nkag thiab cov chaw tawm, cov chaw nres tsheb pa hluav taws thiab cov kab, chav dej, nce chav dej, chaw tswv sawv thiab chaw tos, chaw nre tsheb xa qhua thiab tuaj tos, thiab lwm qhov chaw uas cov qhua sib sau ua pawg.
- Tsim cov kev hauv kev thiab cov kev hla kev kom muaj tsheb khiav mus los, yog tias ua tau, yuav tshem tawm cov neeg ua hauj lwm hla kev dhau ib leeg.
- Cov qhua yuav tsum nkag los ntawm lub qhov rooj uas muaj kev tos los sis qhib siv tshuab, yog tias ua tau. Cov tshuaj ntxuav tes yuav tsum muaj rau cov qhua uas yuav tsum tau tuav cov tes qhov rooj.
- Tshem cov rooj thiab cov tog zaum los ntawm chaw noj mov kom rau fij ntawm kev nyob sib deb ntawm lub cev tuaj yeem ua tau rau cov qhua thiab cov neeg ua hauj lwm. Yog tias cov rooj zaum, rooj zaum, rooj zaum, thiab lwm yam ntxiv, tsis tuaj yeem txav mus, siv lub ntsej muag kom pom/lub cev tias lawv tsis tuaj yeem siv los sis teeb tsa Plexiglas los sis lwm yam kev tiv thaiv kev mob lub cev kom txo qis ntawm cov neeg siv khoom.
- Tsum kev cia cov qhua tuaj zaum thiab/los sis cov pab pawg tuaj zaum ua ke ntawm lub chaw zaum haus dej haus cawv, rooj zaum tos noj sushi, thiab lwm yamntxiv.
- Tsum kev cia muaj chaw zaum. Txhua tus neeg ntawm cov pab pawg neeg yuav tsum tau hais qhia ua ntej zaum thiab tus tswv yuav tsum coj tag nrho pawg mus rau lub rooj ib zaug. Thaum twg los xij uas tsim nyog, hais kom cov qhua zaum ntau dua kom sawv kom tsis pub txav rau tej yam tsis tsim nyog.
- Tsis xav pub kom cov neeg muas zaub mus rau ntawm lub chaw xaj zaub mov thiab hloov cov neeg txais tos ncav qha rau lawv cov rooj. Cov neeg ua hauj lwm yuav tsum ua thiab xa cov kev xaj zaub mov mus rau cov neeg noj mov los txwv cov neeg mus nyob ib puag ncig ntawm qhov chaw sib koom. Yog tias cov qhua xaj khoom noj ntawm lub chaw xaj zaub mov, rov teeb chaw kom cov neeg tov dej caw, lwm tus neeg ua hauj lwm, thiab cov qhua tuaj yeem tswj kev nyob sib nrug deb yam tsawg kawg rau fij ntawm ib tus neeg mus rau lwm tus.

- Kho cov suab paj nruag kom cov neeg ua hauj lwm tuaj yeem ua tau qhov nyob sib deb ntawm cov qhua kom hnov cov lus xaj.
- Ua lub sij hawm lub sij hawm siab tshaj plaws, suav nrog tus tswv tsev kom nco qab cov qhua kom nyob sib nruag deb yam tsawg kawg rau fij ntawm cov pawg neeg sab nraud los sis hauv cov chaw tos.
- Txwv qhov coob ntawm cov neeg ua hauj lwm pab cuam rau cov qhua, ua raws li cov cai them nyiaj hli thiab teev.
- Txhawb txoj kev siv daim npav rho nyiaj thiab cov nyiaj them tsis sib cuag.
- Txhua tus neeg ua hauj lwm hauv lub tsev noj mov yuav tsum siv sij hawm kom tsawg nyob rau hauv kev nyob sib nruag deb li rau fij ntawm cov qhua.
- Kev cais ntawm kev nyob sib deb ntawm lub cev yuav tsum raug siv rau hauv txhua cov chaw ua hauj lwm, chav ua noj, chaw khaws zaub mov, cov tub yees txias loj uas nkag mus tau, los sis lwm qhov chaw ua muaj neeg coob, thaj chaw ua hauj lwm uas muaj neeg mus los coob, yog qhov ua tau.
- Rooj sib tham ua ntej ua hauj lwm ntawm cov neeg ua hauj lwm thiab kev qhia ua hauj lwm yuav tsum ua sib deb los sis thaj chaw uas cia kom muaj kev nyob sib deb ntawm lub cev ntawm cov neeg ua hauj lwm. Zaub mov noj, dej haus, Luaj kaub tais diav, thiab lwm yam, yuav tsum tsis txhob sib koom.
- Qhov kem lub sij hawm tuaj uas tus neeg ua hauj lwm siv, ua raws li tus nqi zog ntawm lub sij hawm ua hauj lwm, los tswj kom tau cov cai lub cev nyob sib nruag.
- Txiax txim siab muab cov neeg ua hauj lwm uas thov cov hauj lwm hloov kho uas txo lawv txoj kev sib cuag nrog cov neeg siv khoom thiab lwm tus neeg ua hauj lwm (piv txwv, tswj cov khoom xa khoom dua li ua hauj lwm ntawm tus neeg khaws nyiaj los sis tswj cov hauj lwm xav tau hauv xov tooj).
- Rov txhim kho tej chaw ntawm chaw ua hauj lwm, chaw tos txais qhua, chaw haus cawv, chav ua noj thiab lub rooj ua hauj lwm, thaj chaw sawv thiab lwm qhov chaw qhov twg los tau ua kom tsawg kawg rau fij ntawm kev sib nruag deb ntawm co neeg noj mov, ua hauj lwm, thiab hla dhau cov chaw rau kev nkag thiab tawm.
- Kaw lub chav so, siv qhov los kem, los sis ua kom cov rooj/cov tog nyob sib nruag los cais cov neeg ua hauj lwm thiab ua kom txhob nyob sib ti lub sij hawm so. Thaum ua tau, tsim cov chaw so nyob sab nraum zoov uas muaj qhov khwb roos thiab muaj chaw zaum kom lub cev tau nyob sib nruag.

- Rov tsim kho chav ua noj los tswj kom nyob sib nrug deb ntawm cov chaw ua hauj lwm no. Xav txog kev npaj ua hauj lwm sij hawm ua ntej kom thiab li tso siab rau cov kev hloov ncua sij hawm los txo qis cov neeg ua hauj lwm coob hauv chav ua noj ib lub sij hawm.
- Tiv thaiv cov neeg ua hauj lwm kev npaj zaub mov noj los ntawm kev hloov pauv los sis nkag mus lwm tus lub chaw ua hauj lwm thaum ncua sij hawm ua hauj lwm.
- Tsis Txhawb cov neeg los ntawm kev sib koom hauv cov chaw muaj neeg coob xws li chav da dej, txoj kev hauv tsev, thaj chaw haus dej haus cawv, thaj chaw tshwj tseg thiab chaw siv daim npav them nyiaj, thiab lwm yam.
- Cov neeg ua hauj lwm yuav tau zam kev tuav tes thiab kev hais nyob zoo sib thooj li no uas yuav ua tsis tau qhov nyob kom sib nrug.
- Cov neeg ua hauj lwm tsim nyog qhib cov qhov rooj tsheb los sis tsheb tav xij.
- Yog tias ua tau, nruab cov khoom siv hloov chaw, xws li chaw nkaum thiab cov ntawv xov xwm, kom txo tau tus neeg siv tes ntawm ib tug mus rau lwm tus.
- Tsum cov hauj lwm uas txhawb kom muaj kev txav mus los thiab sib koom khoom ntawm cov qhua nrog rau kev hu nkauj karaoke, qhib mic ua yeeb yam, cov hauj lwm tsis tseem ceeb, cov mixer, chaw sawv haus dej haus cawv, thiab lwm yam ntxiv.
- Tsum cov kev pab cuam thiab cov hauj lwm uas ua rau muaj kev pheej hmoo ntau tuaj ntawm kev sib kis los ntawm kev sib koom thiab sib xyaw thiab xws li kev haus ua game ua si thiab/los sis kev sib tw, khob cawv me, thiab lwm yam ntxiv.
- Xav txog kev txwv kev haus cawv ntau dhau uas tuaj yeem cuam tshuam tau cov qhua kev ua raws li cov lus qhia no.
- cov chaw seev cev sab hauv thiab tsum kev ua yeeb yam xws li kev ua yeeb yam hu nkauj los sis seev cev uas txhawb kom muaj kev sib sau coob.



## Cov Kev Txiaiv Txim Ntxiv rau Cov Saj Khoom Noj

- Muab cov iav huv si rau txhua qhov chaw saj khoom noj thiab, yog tias ua tau, tsis txhob ncuav dej rau hauv lub khob uas cov neeg siv tau siv lawm (hnia lawm, saj ntawm, thiab lwm yam ntxiv)
- Tsum tsis txhob siv cov chaw khaws khoom pej xeem, cov thoob nto tawm, cov hub, thiab lwm yam ntxiv. Muab kom nyias muaj nyias ib lub khob, cov khob uas siv tas pov tseg rau txhua tus qhua es zam kom tsis txhob muaj kev sib kis ntawm cov qhua.
- Tsis txhob kov cov hau khob ntawm lub tub rau dej haus, khob, thiab lwm yam ntxiv, thaum hliv cov cawv, npias, los sis dej caw.
- Ua kev ntsuas los xyuas kom meej tias cov sij hawm pawg saj ua ke tsis sib tshooj los txo qis kev cuam tshuam ntawm cov neeg nyob ua ke coob los ntawm cov pab pawg tsis yog cov neeg hauv tsev neeg thiab ntaw qhov chaw.
- Tsi txhob txuas ntxiv koj qhua ncig xyuas ua si uas muab los koom ua ke los ntawm cov tsev neeg uas tsis yog tib tse neeg mus ua si tib pab pawg ua ke. Tus neeg txhais lus koj qhia ncig yuav tsum tswj kom yam tsawg kawg rau fij ntawm lwm tus ntawm cov qhua tuaj noj mob/cov tuaj saib.

---

<sup>1</sup>Lwm cov cai yuav tau ua ntxiv los ua zoo xav txog qhov sib nrug ntawm cov neeg coob. Cov khw noj mob, cov chaw haus dej haus cawv, thiab cov chaw ua cawv txiv hmab txiv ntoo yuav tsum ua raws li txhua cov qauv ntawm [Cal/OSHA](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Imz/Pages/2019/07/20190701-California-Lub-Chaw-Hauj-Lwm-Saib-Xyuas-Kev-Noj-Qab-Haus-Huv-(CDPH).aspx) thiab tau npaj kom mus ua raws li nws qhov kev taw qhia thiab kev taw qhia ntawm [Cov Chaw Tswj Xyuas Kab Mob thiab Kev Tiv Thaiv \(CDC\)](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Imz/Pages/2019/07/20190701-California-Lub-Chaw-Hauj-Lwm-Saib-Xyuas-Kev-Noj-Qab-Haus-Huv-(CDPH).aspx) thiab [California Lub Chaw Hauj Lwm Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv \(CDPH\)](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Imz/Pages/2019/07/20190701-California-Lub-Chaw-Hauj-Lwm-Saib-Xyuas-Kev-Noj-Qab-Haus-Huv-(CDPH).aspx). Ib qho ntxiv, cov tswv hauj lwm yuav tau npaj los ceeb toom txog lawv kev ua hauj lwm raws qhov cov cai ntawv kev hloov pauv.

