

# COV LUS QHIA UAS XAV KOM TXHUA PHAB LAGLUAM UA TAU LOS TIV THAIV TUS KAB MOB COVID- 19:

## Chaw Ua Cawv thiab Chaw Sim Cawv

### Lub Kaum Ib Hlis, Tim 24, 2020

Cov lus qhia uas xav kom ua tau ntawm no yog tsim los qhia tias yuav tau ua li cas thaum yuav qhib tej phab haujlwm lossis lagluam thiab lwm yam dejnum nyob thoob plaws hauv lub xeev. Tiamsis, tej zaum cov neeg tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog kuj tseem yuav muaj cov cai nruj tshaj cov ntawm no uas npaj raws li cov kev muaj tus kabmob sib kis nyob hauv lawv lub nroog; yog li ntawd, cov chaw haujlwm lossis lagluam yuav tsum tau mus nug kom paub meej hais txog cov lus tswjhwj kev qhib chaw haujlwm lossis lagluam nyob hauv lawv lub nroog.

## COV NTSIAB LUS DAV DAV

Thaum Lub Peb Hlis, Tim 19, 2020, Tus Coj thiab Tus Neeg Saibxyuas Dejnum Ntawm California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Pejxeem Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo tau muaj ib cov lus hais kom neeg ua uas yuav tsum kom feem ntau ntawm California cov pejxeem nyob twb ywm hauv tsev los mus txwv txoj kev sibkis ntawm tus kabmob COVID-19 hauv cov pejxeem.

Qhov teebmeem uas tus kabmob COVID-19 tsim rau California cov pejxeem txoj kev noj qab nyob zoo yeej yog ib yam uas peb tseem tsis tau paub meej. Cov mob uas neeg muaj yog muaj cov mob me ntsis (tej tus neeg yeej tsis hnov muaj sab mob dabtsi li) mus rau cov mob loj uas yeej ua tau rau tus neeg tuag. Muaj tej pawg neeg, suav nrog rau cov tib neeg muaj hnub nyoog 65 xyos lossis laus dua thiab cov neeg uas muaj tej yam mob loj, xws li kabmob plawv lossis mob tsws lossis kabmob ntshav qab zib, yog cov neeg uas ntxim yuav tau mus pwv hauv tsev khomob thiab muaj lwm yam teebmeem yog lawv kis tau tus kabmob. Txoj kev sibkis feem ntau yog muaj rau thaum neeg mus nyob sib ze lossis nyob hauv lub chaw uas tsis muaj cua hliv txaus nrog ib tus neeg muaj tus kabmob, txawm tias tus neeg ntawd yeej tsis muaj ib tus sab mob li lossis yeej tseem tsis tau muaj sab mob li.

Peb yeej tseem tsis tau muaj cov ntaub ntawv uas qhia tau meej txog qhov tias saib muaj pes tsawg tus neeg thiab muaj pes tsawg feem ntawm cov neeg ua haujlwm hauv txhua phab lagluam lossis txhua yam haujlwm muaj tus kabmob COVID-19, suav nrog rau cov neeg tuav cov dejnum tseemceeb. Nws muaj ntau yam chaw haujlwm uas muaj neeg kis tau tus kabmob, uas qhia tias cov neeg ua haujlwm txhua tus yeej muaj qhov ntxim yuav kis tau tus kabmob COVID-19 lossis ntxim yuav muab tus kabmob kis tau rau lwm tus neeg. Cov pivtxwv ntawm cov chaw haujlwm ntawm no yog muaj cov tsev khomob, cov chaw rau cov neeg pab tsis tau lawv tus kheej mus nyob, cov tsev kaw neeg, chaw npaj khoom noj, cov tsev rau khoom, cov chaw hlais nqaij, khw noj mov, thiab cov khw muag khoom noj.

Thaum muab cov lus hais kom neeg nyob twb ywm hauv tsev kho dua tshiab, qhov uas neeg ua raws li cov kauj ruam ua tau los mus ua kom cov neeg ua haujlwm thiab cov pejxeem muaj kev nyabxeeb yog ib yam tseemceeb heev.

Cov kev los tiv thaiv yog muaj:

- ✓ xyuas kom meej tias muaj cua hliv txaus nyob rau hauv txhua lub chaw,
- ✓ muaj kev nyob nruv deb ntawm lwm cov neeg kom deb li deb tau,
- ✓ cov neeg ua haujlwm thiab cov qhua lagluam siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg (nyob rau ntawm cov chaw uas tsis tag siv cov ntaub muaj chaw ua pa),
- ✓ ntxuav tes thiab tu thiab tsuag tshuaj tua kabmob rau tej khoom thiab chaw siv tsis tseg,
- ✓ cob qhia cov neeg ua haujlwm hais txog cov kev tiv thaim ntawm no thiab lwm yam hauv txoj kev npaj los tiv thaiv tus kabmob COVID-19.

Ntxiv ntawd, yuav tsum tau npaj kom muaj ib cov kauj raum los nug kom paub cov neeg uas nyuam qhuav kis tau tus kabmob nyob hauv cov chaw haujlwm thiab, yog thaum twg paub cov neeg ntawd lawm, los mus nqis tes pab sai thiab los mus koomtes nrog cov neeg ua haujlwm nyob hauv lub chaw tuav dejnum saibxyuas pejxeem txoj kev noj qab nyob zoo los txiav txoj kev sibkis ntawm tus kab virus.

## LUB HOMPHIAJ

Daim ntawv teev lus qhia ntawm no npaj muaj lus qhia uas xav kom cov chaw cub cawv thiab chaw sim cawv **uas tsis muaj zaub mov noj** los mus ua. Cov chaw cub cawv uas muaj khw noj mov thiab npaj zaub mov (raws li cov lus qhia uas California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Dej Cawv (California Department of Alcoholic Beverage Control) muaj, suav nrog rau [cov lus uas qhia tias saib cov zaub mov zoo li cas thiaj li yuav muab hais tau tias yog ib pluag mov](#) yuav tsum tau ua raws nraim li cov lus qhia uas xav kom cov khw noj mov los mus ua. Cov lus qhia ntawm no yog npaj los mus ua kom muaj ib lub chaw ua haujlwm muaj kev nyabxeeb rau cov neeg ua haujlwm thiab cov qhua lagluam. Cov lagluam yuav tsum paub thiab soj ntsuam taug qab Theem Uas Ntxim Yuav Kis Tau Tus Kabmob Nyob Hauv Lub Nroog (County Risk Level) rau lub ntawm uas lawv ua lagluam nyob hauv thiab ua raws li lub ntawm cov lus qhia uas yuav tsum kom lawv lub lagluam ua:

- **Xim Xiav (Purple) - Muaj kev sib kis ntau heev - Theem 1:** Peb ntsuas pub cov lagluam qhib los khiav dejnum nyob sab nraum zoov xwb, thiab cov neeg khiav lub lagluam yuav tsum tau ua raws li cov lus qhia kom muab kho dua tshiab uas muaj nyob hauv daim ntawv teev lus qhia ntawm no. Cov neeg muab kev lom zem yuav tsum nyob kom nrug deb ntawm cov neeg tuag saib thiab lwm cov neeg uas tuaj muab kev lom zem. Cov neeg muab kev lom zem uas hu nkauj, qw, tshuab ib yam khoom ntaus suab paj nruas, lossis ua ib yam dejnum zoo li cov ntawm no uas tsis siv ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yuav tsum tau nyob kom nrug deb li kaum ob kauj ruam ntawm cov neeg tuaj saib. Tej zaum peb tseem yuav muaj lwm yam kev kho ntxiv tom ntej no rau cov neeg muab kev lom zem nyob rau hauv cov lus qhia uas xav kom Cov Neeg Muab Kev Lom Zem Tim Ntsej Tim Muag (Live Performances) los mus ua.
- **Xim Liab (Red) - Muaj Kev Sib Kis Ntau - Theem 2:** Peb ntsuas pub cov lagluam qhib los khiav dejnum nyob sab nraum zoov xwb, thiab cov neeg khiav lub lagluam yuav tsum tau ua raws li cov lus qhia kom muab kho dua tshiab uas muaj nyob hauv daim ntawv teev lus qhia ntawm no. Cov neeg muab kev lom zem yuav tsum nyob kom nrug deb ntawm cov neeg tuaj saib thiab lwm cov neeg uas tuaj muab kev lom zem. Cov neeg muab kev lom zem uas hu nkauj, qw, tshuab ib yam khoom ntaus suab paj nruas, lossis ua ib yam dejnum zoo li cov ntawm no uas tsis siv ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yuav tsum tau nyob kom nrug deb li kaum ob kauj ruam ntawm cov neeg tuaj saib. Tej zaum peb tseem yuav muaj lwm yam kev kho ntxiv tom ntej no rau cov neeg muab kev lom zem nyob rau hauv cov lus qhia uas xav kom Cov Neeg Muab Kev Lom Zem Tim Ntsej Tim Muag (Live Performances) los mus ua.

- **Xim Daj Liab (Orange) - Muaj Kev Sib Kis Li Ib Nrab - Theem 3:** Peb tsuas pub cov lagluam los mus qhib khiav dejnum nyob sab hauv tsev li 25% ntawm qhov lub chaw ntawd muaj chaw rau neeg nkag mus siv lossis 100 tus tib neeg xwb, saib qhov twg yog qhov tsawg tshaj. Cov neeg khiav lub lagluam yuav tsum tau ua raws nraim li cov kev kho uas muaj nyob hauv cov lus qhia kom ua ntawm no. Rau cov kev muab kev lom zem nyob sab hauv tsev, cov neeg muab kev lom zem yuav tsum tau siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thiab yuav tsum tau ua raws nraim li txhua yam kev kho uas muaj nyob hauv lus qhia tom ntej no uas yuav kom Cov Neeg Muab Kev Lom Zem Tim Ntsej Tim Muag los mus ua. Nyob lub sijhawm tam sim no, cov neeg muab kev lom zem yuav tsum tau siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg txhua lub sijhawm thiab nyob kom nrug deb ntawm cov neeg tuaj saib thiab lwm cov neeg uas tuaj muab kev lom zem. Peb yeej muab cov neeg tuaj muab kev lom zem suav rau hauv qhov tias yuav pub pes tsawg tus neeg nkag mus siv lub lagluam ntawd.
- **Xim Daj (Yellow) - Muaj Kev Sib Kis Tsawg - Theem 4:** Peb tsuas pub cov lagluam los mus qhib khiav dejnum nyob sab hauv tsev li 50% ntawm qhov lub chaw ntawd muaj chaw rau neeg nkag mus siv lossis 200 tus tib neeg xwb, saib qhov twg yog qhov tsawg tshaj. Cov neeg khiav lub lagluam yuav tsum tau ua raws nraim li cov kev kho uas muaj nyob hauv cov lus qhia kom ua ntawm no. Rau cov kev muab kev lom zem nyob sab hauv tsev, cov neeg muab kev lom zem yuav tsum tau siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thiab yuav tsum tau ua raws nraim li txhua yam kev kho uas muaj nyob hauv lus qhia tom ntej no uas yuav kom Cov Neeg Muab Kev Lom Zem Tim Ntsej Tim Muag los mus ua. Nyob lub sijhawm tam sim no, cov neeg muab kev lom zem yuav tsum tau siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg txhua lub sijhawm thiab nyob kom nrug deb ntawm cov neeg tuaj saib thiab lwm cov neeg uas tuaj muab kev lom zem. Peb yeej muab cov neeg tuaj muab kev lom zem suav rau hauv qhov tias yuav pub pes tsawg tus neeg nkag mus siv lub lagluam ntawd.

Yog xav tau cov lus qhia tshiab txog qhov tias saib lub nroog nyob rau theem twg, mus xyuas ntawm [Tus Qauv Rau Kev Nyabxees Hauv Txoj Kev Ua Lagluam \(Blueprint for a Safer Economy\)](#). Thov nco ntsoov tias cov chaw tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv nroog yuav muaj cov kev txwv nruj dua thiab muaj kev kaw txawv. Mus nrhiav [cov siv rau hauv koj lub nroog \(your county's local information\)](#).

**LUS QHIA NTXIV:** Cov chaw cub cawv yuav tsum mus xyuas [cov lus qhia uas xav kom neeg ua los mus tiv thaiv tus kabmob COVID-19](#) los ntawm California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Dej Cawv (California Department of Alcoholic Beverage Control). Txhua cov lus qhia kom cov chaw cub cawv ua yeej tsis hais kom lawv ua dhau cov cai nyob daim ntawv tso lus ABC rau cov chaw cub cawv. Peb tsuas pub cov chaw cub cawv uas muaj ib "chav sim cawv" muag lawv cov cawv rau neeg haus nyob ntawm lawv lub chaw xwb. Tej zaum cov chaw cub cawv los yeej tseem muaj lwm yam lagluam thiab dejnum uas muaj nyob rau hauv lwm cov lus qhia nyob ntawm [Cov Lus Qhia Kom Txhua Phab Lagluam Ua Los Mus Txo Txoj Kev Ntxim Yuav Kis Tau Tus Kabmob \(Industry Guidance to Reduce Risk\)](#) lub vassab (website)

thiab nyob ntawm California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Dej Cawv (California Department of Alcoholic Beverage Control) lub vassab (website). Cov lagluam yuav tsum tsis txhob qhib los khiav tej yam lagluam ntawd mus txog thaum tus Qauv (Blueprint) pub kom qhib thiab thaum lawv qhib, lawv yuav tsum tau muab cov lus qhia ntawm no koj los txheebxyuas los mus khiav raws li cov kev dhia dejnum uas peb tau npaj rau txhua yam kev khiav lagluam, suav nrog rau:

- Kev npaj zaub mov noj raws nraim li California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Dej Cawv cov lus qhia kom ua (Cov lus qhia kom cov khw noj mov los mus ua)
- Muag cawv qab zib thiab cawv ntsim rau neeg koj mus hauv nyob rau lwm qhov chaw (Cov lus qhia kom cov khw muag khoom los mus ua thiab California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Dej Cawv cov lus qhia kom ua)
- Kev ua cawv (Cov lus qhia kom cov chaw tsim khoom los mus ua (Manufacturing guidance))

Cov lus qhia ntawm no tsis yog cov uas peb npaj los siv rau cov kev sib sau mus mloog hu nkauj, mus saib neeg muab kev lom zem, lossis mus saib lossis ua ib yam kev lom zem. Peb yeej tseem tsis tau pub cov lagluam ntawd qhib mus txog thaum peb pub lawv qhib ib nrab lossis qhib tag nrho los ntawm ib cov lus hais kom rov qab qhib lossis ib cov lus qhia kom lawv ua los mus qhib.

Cov lus qhia no tsis yog cov uas peb npaj los muab cov cai uas cov neeg ua haujlwm muaj thim lossis hloov, tsis hais tias nws yuav yog ib tsab cai, ib cov lus tswj uas ob tog pom zoo, thiab yeej tsis muaj txhua yam, vim nws yeej tsis muaj lub chaw tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog cov lus hais kom neeg ua, thiab nws yeej tsis yog cov lus uas muab koj los hloov cov lus tswj uas muaj tam sim no lossis muaj tshiab los ua kom muaj kev nyabxeeb thiab kev noj qab nyob zoo xws li Cal/OSHA cov lus tswj, suav nrog rau ib [Tus Qauv Npaj Los Siv Ib Ntu Rau Thaum Muaj Xwmceev \(Emergency Temporary Standard\)](#) uas tseem tsis tau npaj tiav tiamsis yeej xav tias yuav muab koj los siv sai sai no.<sup>1</sup> Ua kom paub txhua yam uas muaj hloov tshiab nyob hauv lub chaw tuav dejnum saibxyuas pejxeem txoj kev noj qab nyob zoo cov lus qhia kom ua thiab lub xeev/lub nroog cov lus hais kom neeg ua thaum tseem muaj tus kabmob COVID-19. Cal/OSHA muaj cov lus qhia txhua yam nyob hauv lawv lub vassab rau [Cal/OSHA Cov Lus Qhia Dav Hais Txog Kev Tiv Thaiv Cov Neeg Ua Haujlwm Ntawm Tus Kabmob COVID-19](#). CDC muaj lwm yam lus qhia ntxiv rau cov khw noj mov thiab cov chaw haus dej haus cawv.

# Yuav Tsum Siv Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg

Mus xyuas [CDPH Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Siv Cov Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#), uas yeej yuav tsum kom cov peixeem thiab cov neeg ua haujlwm siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thaum lawv tawm hauv tsev mus rau ntawm cov chaw muaj rau peixeem siv thiab cov chaw ua haujlwm. Neeg yuav mus nrhiav tau tag nrho cov ntsiab lus, suav nrog rau txhua yam uas yuav tsum kom ua thiab cov kev zam rau cov lus tswj ntawm no, nyob hauv [cov lus qhia, uas yuav tsum tau mus saib tsis tseg seb puas muaj cov lus qhia tshiab](#).

Yog xav tau cov lus qhia tshiab txog qhov tias saib lub ntsoos nyob rau theem twg, mus xyuas ntawm [Tus Qauv Rau Kev Nyabxees Hauv Txoj Kev Ua Lagluam \(Blueprint for a Safer Economy\)](#). Thov nco ntsoov tias cov chaw tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv ntsoos yuav muaj cov kev txwv nruj dua thiab muaj kev kaw txawv. Mus nrhiav [cov lus siv rau hauv koj lub ntsoos \(your county's local information\)](#).





## Txoj Kev Npaj Los Tiv Thaiv Nyob Hauv Cov Chaw Ua Haujlwm Ntawm Tej Phab Lagluam

- Tsim kom muaj ib txoj kev tiv thaiv tus kabmob COVID-19 rau ib yam haujlwm uas sau ua ntaub ntawv coj los siv rau hauv txhua lub chaw, coj los txheebxyuas txhua lub chaw ua haujlwm thiab txhua txoj haujlwm saib txoj kev ntxim yuav kis tau tus kabmob yog muaj zoo li cas, thiab tsa ib tus neeg nyob rau ntawm txhua lub chaw los mus muab txoj kev tiv thaiv coj los siv.
- Muab [CDPH Cov Lus Qhia Neeg Siv Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#) coj los siv rau hauv Txoj Kev Tiv Thaiv Uas Npaj Los Siv Rau Hauv Ib Lub Chaw Haujlwm thiab npaj kom muaj lus tswjhwms hais txog qhov tias saib yuav ua li cas yog thaum muaj kev zam.
- Paub cov neeg thiab xovtooj rau lub chawv tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog uas lub lagluam lossis lub chaw haujlwm ntawd nyob kom tau siv rau thaum cov neeg ua haujlwm lossis qhua lagluam kis tau tus kabmob COVID-19.
- Cob qhia thiab hais rau cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg sawv cev cov neeg ua haujlwm paub hais txog txoj kev npaj los tiv thaiv thiab muab txoj kev npaj los tiv thaiv rau cov neeg ua haujlwm thiab cov neeg sawv cev lawv yog lawv xav tau.
- Mus txheebxyuas lub chaw haujlwm tsis tseg saib cov neeg puas ua raws nraim li txoj kev npaj los tiv thaiv thiab muab sau ua ntaub ntawv tseg thiab hais kom neeg hloov tej yam uas pom tias lawv tsis tau raws li txoj kev npaj los tiv thaiv.
- Mus nug kom paub qhov tseeb yog thaum twg muaj ib tus neeg kis tau tus kabmob COVID-19 thiab txiav txim tias saib qhov uas tus neeg kis tau tus kabmob puas muaj dabtsis cuam tshuam los ntawm txoj haujlwm. Muab qhov kev npaj los tiv thaiv kho raws li qhov yuav tau kho los mus tiv thaiv kom tsis txhob muaj neeg kis tau ntxiv lawm.
- Muab cov kev dhia dejnum uas yuav tsum tau ua thiab cov qauv uas npaj los siv rau thaum muaj tus kabmob sibkis nyob hauv ib lub chaw haujlwm, coj los siv raws nraim li [CDPH cov lus qhia uas yuav kom ua](#) thiab raws li cov lus hais kom ua lossis cov lus qhia uas yuav kom ua los ntawm lub chaw tuav dejnum siabxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog.
- Nug kom paub cov neeg uas tau mus nyob ze (ze tshaj li rau kauj ruam uas ntev li 15 feeb lossis ntev tshaj nyob hauv 24 teev) ntawm ib tus neeg uas muaj tus kabmob thiab nrhiav kev los mus muab tus (cov) ua haujlwm uas tau mus kuaj pom tias lawv muaj tus kabmob COVID-19 cais kom lawv tsis txhob nyob ze lwm tus neeg thiab muab cov neeg uas tau mus nyob ze tus neeg ntawd cais kom lawv mus nyob lawv ib leeg.

- Muaj ntawv ceebtoom rau txhua tus neeg ua haujlwm, thiab cov lagluam uas xa neeg sab nraum tuaj pab haujlwm uas tej zaum lawv tau mus nyob ze ib tus neeg muaj kabmob COVID-19 thiab yuav tsum kom cov haujlwm muab cov neeg uas kis tau tus kabmob hais qhia mus rau lub chaw tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog paub yog thaum twg muaj txog li peb lossis coob tshaj peb tus neeg kis tau tus kabmob nyob ntawm ib lub chaw haujlwm hauv ib lub sijhawm li 14 hnuv. Yog xav paub txog lwm cov dejnum uas lub chaw haujlwm yuav tsum tau ua nyob rau hauv tsab [AB 685](#) (Chapter 84, Statutes of 2020), mus xyuas ntawm [Lus Qhia Txog Kev Muab Txim thiab Tej Yam Uas Lub Chaw Haujlwm Yuav Tau Muaj Hais Qhia Paub \(Enhanced Enforcement and Employer Reporting Requirements\)](#) los ntawm Cal/OSHA thiab [Chaw Haujlwm Cov Lus Nug Txog Tsab Cai AB 685](#) los ntawm CDPH.
- **Rau cov kev dhia dejnum nyob sab nraum zoov:** Npaj kom muaj ib txoj kev los tiv thaiv kev qaug tshav ntuj (heat illness) uas muab sau ua lus Askiv thiab yam lus uas feem ntau ntawm cov neeg ua haujlwm hais tau. Yuav tsum muaj qhov kev npaj los tiv thaiv kev qaug tshav ntuj ntawm no nyob rau ntawm lub chaw haujlwm rau cov neeg ua haujlwm siv. Mus xyuas ntawm [Cal/OSHA phab ntawv rau kev tiv thaiv kev qaug tshav ntuj](#) yog xav tau ntaub ntawv ntxiv, suav nrog rau cov lus nug uas neeg pheej nquag muaj, ib qho kev qhia nyob sau huabcua (webinar), thiab ib txoj kev npaj ua pivtxwv. Cov dejnum nyob hauv ib txoj kev npaj los tiv thaiv kev qaug tshav ntuj yuav tsum muaj:
  - Muaj kev mus muab tau dej haus
  - Muaj chaw nraim tshav ntuj
  - Muaj caij so
  - Lus npaj tseg tias yuav ua li cas thaum muaj neeg qaug tshav ntuj
  - Lus npaj tseg tias yuav ua li cas yog thaum twg huabcua kub tshaj 95 degrees lawm
  - Kev saibxyuas cov neeg ua haujlwm uas tsis tau mus ua dua haujlwm nyob rau cov sijhawm thaum muaj huabcua sov heev
  - Kev qhia txog kev tiv thaiv kev qaug tshav ntuj thiab tej yam uas qhia tias tus neeg qaug tshav ntuj
- Ua raws nraim li cov lus qhia kom ua nyob hauv qab no. Yog ua tsis tau zoo li ntawm no, tej zaum nws yuav muaj neeg kis tau tus kabmob nyob hauv lub chaw haujlwm thiab nws yuav ua rau peb muab lub chaw haujlwm kaw ib ntus lossis tsis pub kom qhib khiav txhua txoj haujlwm.





## Tswvyim Rau Kev Cob Qhia Cov Neeg Ua Haujlwm

- Ntaub ntawv hais txog [COVID-19](#), hais txog qhov tias yuav ua li cas los tiv thaiv kom tsis txhob sib kis, thiab saib [cov tib neeg twg yog cov ntxim](#) yuav muaj mob loj lossis tuag.
- Kev kuaj tus kheej hauv tsev, suav nrog rau kev ntsuas qhov kub ntawm lub cev thiab/lossis kev kuaj cov sab mob uas siv [CDC cov lus qhia kom ua](#).
- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev tsis txhob mus ua haujlwm:
  - Yog tias ib tus neeg ua haujlwm muaj cov sab mob ntawm tus kabmob COVID-19 zoo [CDC tau muab piav qhia](#), xws li ua npaws lossis ua no, hnoos, txog siav lossis ua tsis taus pa, qaug zog, mob tej leeg nqaij lossis mob ib ce, mob taub haus; tsis hnov khoom qab lossis tsw, mob pob qab, txhaws ntswg lossis los ntswg, xeev siab, ntuav, lossis raws plab LOSSIS
  - Yog tias ib tus neeg ua haujlwm mus kuaj pom tias nws muaj tus kabmob COVID-19 thiab yeej tseem tsis tau tawm hauv txoj kev muab nws cais kom nws mus nyob nws ib leeg, LOSSIS
  - Yog tias, nyob hauv 14 hnuv los rau tam sim no, ib tus neeg ua haujlwm tau mus nyob ze ib tus neeg uas tau mus kuaj pom tias nws muaj tus kabmob COVID-19 thiab yeej tseem nyob rau lub sijhawm tias nws yuav muab tus kabmob kis tau rau lwm tus neeg (pivtxwv, tseem nyob hauv txoj kev muab cais kom nws nyob nws ib leeg).
- Tsuas pub ib tus neeg ua haujlwm uas tau kuaj pom tias nws muaj tus kabmob COVID-19 rov qab tuaj ua haujlwm tom qab nws ua tau txhua yam raws li [CDPH Cov Lus Qhia Kom Ua Hais Txog Kev Rov Qab Mus Haujlwm lossis Mus Kawm Ntawv Tom Qab Tau Kuaj Pom Tias Muaj Tus Kabmob COVID-19](#).
- Yuav tau mus rau tom tsev khomob yog tias lawv cov sab mob cia li mob hnyav lawm, suav nrog rau hnov lub hauv siab mob tsis zoo li lossis hnov lub hauv siab zawm ceev ceev, tsis meej pem, lossis ob daim dis ncauj lossis lub plhu xiam. Muaj cov lus kho dua tshiab thiab ntau cov ntsiab lus ntxiv nyob rau ntawm [CDC lub vassab](#).
- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev nquag siv xab npum thiab dej los ntxuav tes, suav nrog rau kev siv xab npum los txhuam ob txhais tes kom ntev li 20 chib (second) (lossis siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes uas muab cov tshuaj ethanol tsawg kawg los yog li 60% xyaw (qhov xav kom siv) lossis muaj cov tshuaj isopropanol li ntawm 70% xyaw (yog cov menyuam uas tsis muaj neeg saib yeej mus muab tsis tau los kov) yog

thaum twg cov neeg ua haujlwm mus siv tsis tau ib lub dab ntxuav tais diav lossis ib lub chaw ntxuav tes, raws li [CDC cov lus qhia uas xav kom ua tau](#)). Tsis txhob siv cov tshuaj tua kabmob pleev tes nrog cov tshuaj [methanol](#) vim nws muaj tej yam tsis zoo rau menyuum yaus lossis neeg laus lub cev.

- Qhov tseemceeb ntawm txoj kev nyob nrug deb, thaum nyob tom haujlwm thiab thaum tsis ua haujlwm tib si (mus xyuas ntawm ntu ntawv Kev Nyob Nrug Deb hauv qab no).
- Kev siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg kom yog, yog muaj:
  - Cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yeej pab tiv thaiv tau tus neeg siv ib txhia tiamsis lawv tsis yog ib yam khoom uas tsim los lim cov cua uas muaj tus kab virus.
  - Cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yeej tsis yog ib yam khoom uas yuav muab siv tau los hloov txoj kev nyob nrug deb thiab txoj kev ntxuav tes tsis tseg.
  - Cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yuav tsum npog tau tag nrho lub qhov ntswg thiab qhov ncauj.
  - Cov neeg ua haujlwm yuav tsum ntxuav tes lossis siv tshuaj tua kabmob los pleev tes thaum ua ntej thiab tom qab siv lossis kho cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg.
  - Tsis txhob siv tes mus kov qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj.
  - Tsis txhob sib koom siv ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thiab yuav tsum muab ntshua lossis pov tseg tom qab ua haujlwm tag txhua hnub.
- Cov lus muaj nyob hauv [CDPH Cov Lus Qhia Neeg Siv Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#), uas qhia cov chaw lossis sijhawm uas neeg yuav tsum tau siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thiab cov kev zam, nrog rau cov lus tswjhw, cov lus tswj kev ua haujlwm, thiab cov kev dhia dejnum uas lub chaw haujlwm tau muab koj los siv los mus hais kom neeg siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg. Qhov kev cob qhia los kuj yuav tsum tau muaj lub chaw haujlwm cov lus tswjhw hais txog qhov tias saib lawv yuav ua li cas yog thaum twg muaj cov neeg ua haujlwm uas muaj kev zam tias lawv yeej tsis tag siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg.
- Xyuas kom meej tias txhua tus neeg ntiav sab nraum tuaj pab haujlwm, cov neeg uas txais tuaj pab haujlwm ib ntus lossis cov neeg uas muaj ntawv cog lus tuaj pab haujlwm, thiab cov neeg uas tuaj pab haujlwm dawb nyob hauv lub tsev ua haujlwm los yeej tau txais kev cob qhia hais txog cov lus tswjhw txoj kev tiv thaiv kom tsis txhob kis tau tus kabmob

COVID-19 thiab lawv los yeej muaj cov khoom siv uas yuav tsum tau muaj thiab cov khoom tiv thaiv tus kheej (PPE) coj los siv. Muab cov dejnum no coj los nrog cov khoom haum lossis lagluam uas xa cov neeg tuaj pab haujlwm ib ntus thiab/lossis cov neeg muaj ntawv cog lus tuaj pab haujlwm sibtham ua ntej.

- Ntaub ntawv qhia txog cov nyiaj cov neeg ua haujlwm yuav tau txais thaum lawv tsis mus ua haujlwm uas yuav pab ua kom lawv nyob tau twb ywm hauv tsev. Mus xyuas cov lus muaj ntxiv nyob rau ntawm [tsoomfwv cov kev pabcuam los pab cov neeg tsis mus ua haujlwm vim muaj mob thiab cov nyiaj them rau cov neeg raug mob tom chaw haujlwm rau tus kabmob COVID-19](#), suav nrog rau cov cai uas cov neeg ua haujlwm muaj raws li tsab cai [Saibxyuas Tsev Neeg Ua Ntej \(Families First\) Tsab Cai Los Daws Cov Teebmeem Ntawm Tus Kabmob Coronavirus \(Coronavirus Response Act\)](#).



## Kev Tswj thiab Kev Kuaj Ntawm Ib Tus Neeg

- Npaj muaj kev ntsuas qhov kub ntawm lub cev thiab/lossis kev kuaj cov sab mob rau txhua tus neeg ua haujlwm thaum lawv yuav pib haujlwm thiab rau txhua tus neeg tuaj ua lagluam, txhua tus neeg ntiav sab nraum tuaj pab haujlwm, lossis lwm cov neeg ua haujlwm uas nkag tuaj rau hauv lub tsev ua haujlwm. Nco ntsoov tias tus neeg ntsuas qhov kub ntawm lub cev/kuaj cov sab mob yuav tsum sawv kom deb li deb tau ntawm cov neeg ua haujlwm uas nws kuaj lossis ntsuas.
- Yog tias yuav tsum kom ntsuas tus kheej nyob tom tsev, uas nws yeej yog ib txoj kev uas yuav siv tau los hloov txoj kev ntsuas nyob ntawm lub chaw haujlwm, yuav tsum nco ntsoov tias yuav tau ntsuas thaum tus neeg yuav tawm hauv tsev tuaj ua haujlwm thiab yuav tsum ntsuas raws li [CDC cov lus qhia kom ntsuas](#), zoo li tau muab piav qhia nyob rau ntawm ntu ntawv Tswvyim Rau Kev Cob Qhia Cov Neeg Ua Haujlwm nyob saum no.
- Hais kom cov neeg ua haujlwm uas tsis xis neej lossis muaj cov sab mob ntawm tus kabmob COVID-19 nyob twb ywm tom tsev.
- Cov chaw haujlwm yuav tsum npaj kom muaj txhua yam khoom tiv thaiv uas yuav tsum muaj thiab yuav tsum xyuas kom meej tias cov neeg ua haujlwm yeej siv cov khoom ntawd, suav nrog rau cov khoom tiv thaiv qhov muag thiab hnav looj tes yog thaum yuav tsum tau siv.
- Cov chaw haujlwm yuav tsum xav saib hnab looj tes puas yuav yog ib yam zoo coj los siv ntxiv rau ntawm cov chaw uas yuav tsum tau nquag ntxuav tes lossis yuav tsum tau siv cov tshuaj tua kabmob los pleev tes; pivtxwv yog npaj rau cov neeg ua haujlwm uas kuaj thiab ntsuas lwm cov neeg saib lawv puas muaj cov sab mob lossis cov neeg uas yog cov pheej tau mus tuav cov khoom neeg nquag kov. Cov neeg ua haujlwm yuav tsum siv hnab looj tes thaum lawv mus tuav cov khoom uas muaj tej kua tawm hauv lub cev los ntub lossis lo.
- Cov neeg ua haujlwm uas lawv mus kho cov khoom uas cov qhua siv (pivtxwv, cov khob, tais noj mov, ntaub so tes uas neeg twb siv tag lawm, tej yam zoo li no) lossis cov neeg uas mus nqa cov hnab ntim khoom pov tseg yuav tsum tau siv cov hnab looj tes uas muab pov tseg tom qab siv tag (thiab yuav tsum ntxuav tes ua ntej lawv looj hnab looj tes thiab tom qab muab cov hnab looj tes hle tag lawm) thiab sia cov sev thaiv xub ntiag (apron) thiab hloov mus siv dua ib daim tshiab tsis tseg.
- Cov neeg ntxuav tais diav yuav tsum cov tsom iav, tsov iav khwb qhov muag (goggles) lossis ib daim yas thaiv ntsej muag los ntxiv rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los tiv thaiv qhov muag, qhov ntswg, thiab qhov ncauj thaum muaj dej txaws. Lub chaw haujlwm yuav tsum npaj muaj cov sev thaiv xub ntiag uas dej nkag tsis tau coj los rau

cov neeg ntxuav tais diav siv thiab lawv yuav tsum hloov mus siv dua ib daim tshiab tsis tseg. Yuav tsum tsuag tshuaj tua kabmob rau cov khoom tiv thaiv uas yuav rov qab muab siv tau, xws li daim yas thaiv ntsej muag thiab cov tsom iav qhov muag, tom qab siv tag txhua zaus.

- Cov chaw haujlwm yuav tsum xyuas kom meej tias cov neeg ua haujlwm yeej nyob nrug deb li rau kauj ruam ntawm lwm cov neeg yog thaum twg ua tau. Yog thaum twg nyob tsis tau kom nrug deb li rau kauj ruam, yuav tsum ua kom tsis txhob tau mus nyob ze tshaj ntawd ntev thiab tsis txhob tau mus nyob ze tshaj ntawd ntau ntau zaus. Yog thaum twg txoj haujlwm yuav tsum kom muaj kev sibtham tsis tseg (pivtxwv, cov neeg tos qhua), cov chaw haujlwm yuav tsum muaj ob yam khoom siv los ua kev tiv thaiv (pivtxwv, daim yas thaiv ntsej muag lossis cov tsom iav khwb qhov muag) rau cov neeg ua haujlwm uas lawv xav siv ho tau siv thiab tso cai rau cov neeg ua haujlwm los mus siv cov khoom tiv thaiv uas yog lawv li yog tias lawv xav siv.
- Cov chaw haujlwm yuav tsum npaj kom muaj cov kev tiv thaiv uas tsim nyog, suav nrog rau kev tshaj tawm kom neeg paub, kev muab cov paib qhia neeg coj mus tso kom neeg pom, thiab muab tso rau hauv cov lus qhia neeg txog cov sijhawm uas neeg teem mus siv, los mus hais ntxiv kom neeg paub tias lawv yuav tsum siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg yog thaum twg lawv tsis noj lossis haus ib yam dabtsi (tshwj tias lawv yeej muaj kev zam los ntawm [CDPH Cov Lus Qhia Neeg Siv Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#)), thiab lawv yuav tsum tau nyob nrug deb ntawm lwm cov neeg, tsis txhob siv tes mus kov lawv lub ntsej muag, siv xab npum thiab dej los ntxuav tes tsis tseg kom ntev li 20 chib (seconds), thiab siv tshuaj tua kabmob los pleev tes.
- Hais ua ntej rau cov qhua kom lawv nqa ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg; yog lawv tsis muaj ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, lawv yuav nkag tsis tau mus rau hauv lub chaw ntawd (tshwj tias lawv yeej tau kev zam los ntawm [CDPH Cov Lus Qhia Neeg Siv Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg](#)). Xav saib puas tsim nyog npaj ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg rau cov qhua uas lawv tsis nqa ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg tuaj tau siv.
- Yuav tsum ntsuas qhov kub ntawm cov qhua lub cev thiab/lossis cov sab mob thaum lawv tuaj txog, hais kom lawv siv tshuaj tua kabmob los pleev tes, thiab hais kom lawv siv ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thaum lawv tsis noj lossis haus ib yam dabtsi. Cov chaw haujlwm muaj cai los mus muab lub sijhawm uas ib tus qhua/cov qhua muaj cov sab mob teem mus siv ncua tseg thiab tsis pub lawv nkag mus.
- Muab cov lus tswj uas qhia cov qhua thiab cov neeg ua haujlwm coj mus tso rau ntawm lub (cov) qhov rooj uas neeg nkag mus uas yeej hais meej tias yog leej twg ua tsis tau li cov lus tswj tau qhia, tus neeg ntawd yuav nkag tsis tau mus siv lub chaw ntawd. Cov lus tswj yeej hais tau tias

neeg yuav tsum tau siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg txhua lub sijhawm thaum lawv tsisnoj lossis haus ib yam dabtsi, yuav tsum siv tshuaj tua kabmob los pleev tes, yuav tsum nyob nrug deb ntawm lwm cov neeg, yuav tsum tsis txhob mus kov tej qhov chaw uas tsis tsim nyog kov, thiab muaj lub chaw tuav dejnum saibxyuas kev noj qab nyob zoo hauv lub nroog tus xovtooj thiab cov neeg ua haujlwm lub npe, thiab muaj cov kev hloov ntawm cov kev pab uas lub chaw ntawd npaj rau neeg siv. Yog thaum twg ua tau, cov lus tswj yuav tsum muaj nyob hauv computer, suav nrog rau muaj ua duab, thiab muab tso rau ntawm daim ntawv teev cov zaub mov uas muaj rau neeg yuav mus noj.



## **Cov Lus Qhia Txog Kev Ua Kom Muaj Cua Hliv, Kev Tu, thiab Kev Siv Tshuaj Tua Kabmob Los Tu**

- Cov chaw haujlwm lossis lagluam yuav tsum qhib qhov rais lossis qhov rooj los ua kom muaj cua hliv ntau ntxiv, yog tias ua tau thiab kom ua raws li cov lus tswj txoj kev tsuaj tseg thiab kev nyabxeeb.
- Muab cov rooj nyob sab hauv tsev teeb kom ze rau ntawm cov qhov rais thiab qhov rooj los mus ua kom muaj cua hliv mus los ntau tiamsis tsis txhob muab teeb kom cov cua uas hliv ntawm ib tus neeg yuav hliv ncaj qha mus rau lwm tus neeg.
- Rau cov chaw nyob sab hauv tsev, siv cov tshuab lim cua los ua kom muaj cov cua sab nraum zoov nkag tau mus ntau. Siv cov ntxaij uas lub tshuab yuav lim tau cua zoo tshaj.
- Yog ua tau, txuas cov tshuab lim cua, muab cov ntxaij lim cua nyob hauv lub tsev ua haujlwm hloov mus rau cov ntxaij uas zoo tshaj plaws, thiab kho lwm yam khoom hauv lub tsev ua haujlwm los ua kom muaj cov cua sab nraum zoov nkag tau los thiab kom muaj cua hliv nyob rau hauv txhua qhov chaw ua haujlwm thiab lwm cov chaw nyob sab hauv tsev.
- Mus xyuas ntawm [CDPH vassab \(website\)](#) tsis tseg yog xav paub cov lus kho dua tshiab hais txog cov lus qhia uas yuav kom ua los mus ua kom muaj cua huv siab thiab cua hliv nyob sab hauv tsev los mus tiv thaiv kom tsis txhob kis cov kabmob uas ya tau nrog cua nyob ntawm cov chaw nyob sab hauv tsev.
- Muab cov khob iav uas neeg tsis tau siv coj los rau neeg siv txhua zaos lawv sim cawv thiab, yog tias ua tau, tsis txhob hliv cawv rau hauv ib lub khob iav uas ib tus qhua twb siv lawm (hnia, sim cawv hauv lawm, tej yam zoo li no.)



- Tsis txhob siv cov thoob uas neeg muab lawv cov cawv lawv haus tsis tag coj mus hliv rau, cov thoob uas neeg mus nti qaub ncaug lossis cawv, cov tais neeg nti qaub ncaug lossis cawv, tej yam zoo li no, ntxiv lawm. Npaj muaj ib lub khob rau txhua tus neeg, ib lub khob uas muab pom tseg tom qab siv tag rau lawv siv los nti qaub ncaug thiab hliv cov cawv lawv haus tsis tag rau sub cov qhua thiaj li yuav tsis ua dej cawv txaws.
- Tsis txhob tuav cov khob, khob iav, tej yam zoo li no, thaum hliv cawv, npias (beer), lossis dej muaj cawv xyaws.
- Tu cov chaw uas muaj neeg siv coob kom huv si, xws li cov chaw tos qhua thiab cov chaw txais qhua, chaw so, chaw noj su, thiab cov chaw nkag thiab tawm suav nrog rau cov chaw neeg sawv tos, cov qhov rooj, cov chaw nce ntaiv, cov ntaiv, cov tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev, cov lag ntoo neeg tuav nce ntaiv, thiab cov pob nias ntawm lub tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev. Siv tshuaj tua kabmob tsis tseg los tu cov chaw uas neeg nquag siv suav nrog rau cov qhov rooj, cov tes qhov rooj, cov lag hlau qhib qhov rooj, cov pob qhib thiab tua teeb, cov rooj zaum ntawm chaw tos qhua, cov tshuab neeg siv npav txais nyiaj los them nqi (credit card terminals), cov chaw neeg ntaus lawv tus ATM PIN, cov tais rau cov ntawv them nqi, cov tais nqa khoom noj lossis dej cawv, cov tais txawb khoom noj lossis dej cawv, cov xovtooj, cov chaw tawm rooj, cov yuam sij tsav tsheb, thiab cov chaw ntxuav tes.
- Nquag tu cov khoom uas cov qhua kov lossis chwv, xws li, cov tshuab ua cawv, cov thoob ntim cawv, cov chaw tso dej, tej yam zoo li no. Tu cov chaw neeg yuav kov tau tom qab ua haujlwm tag lossis tom qab ib tus neeg siv tag, saib qhov twg yog qhov nquag muaj dua, suav nrog rau tiamsis tsis yog tag rau cov chaw siv los ua haujlwm, cov xovtooj, cov tshuab sau nyiaj thaum neeg them, daim txiag ntaus lej/daim txiag siv tes kov (touchpad/touchscreens), cov tablets, lub tshuab caws sijhawm, cov khoom siv, cov tais diav thiab khoom ua zaub mov thiab khoom haus dej haus cawv, cov laub thiab menyuam tsheb txawb khoom uas thawb mus los, cov yuam sij, tej yam zoo li no.
- Tsis txhob sib koom siv cov khoom hais lus, xovtooj, tablets, laptops, rooj sau ntawv, cwj mem ua kua, thiab lwm yam khoom siv yog thaum ua tau. Tsis txhob sib koom siv cov khoom tiv thaiv tus kheej (PPE)
- Tso tseg txoj kev sib koom siv cov khoom looj pob ntseg uas siv los hais lus thiab lwm yam khoom siv tshwj tias yam khoom ntawm yeej yog ib yam uas yuav siv tau tshuaj tua kabmob los tu kom hu siv tom qab txhua zaug ib tus neeg siv tag. Nug lub tuam txhab uas ua yam khoom siv ntawd saib yuav siv tshuaj tua kabmob los tu zoo li cas, tshwjxeeb tshaj yog cov khoom muaj ib daim yas uas tsis tawv tawv los npog ob lub pob ntseg.
- Muab sijhawm txaus rau cov neeg ua haujlwm los mus tu tej khoom siv thaum lub sijhawm lawv tseem ua lawv txoj haujlwm. Muab cov

haujlwm tu khoom siv coj los faib rau cov neeg ua haujlwm los mus ua zoo li ib feem ntawm lawv txoj haujlwm. Mus ntiav cov tuam txhab tu vajtse los pab tu yog thaum muaj dejnum tu ntau, raws li thaum yuav tau ntiav.

- Npaj kom muaj cov khoom tu nyob rau ntawm cov chaw xws li chav sim cawv, cov chaw haus dej haus cawv, cov chaw sawv tos, thiab chav ua zaub mov, suav nrog rau cov tshuaj tua kabmob uas siv los pleev tes thiab cov ntaub so uas muaj tshuaj tua kabmob coj los rau cov neeg ua haujlwm uas lawv pab cov qhua tau siv.
- Xyuas kom meej tias cov khoom siv los tu yeej ua haujlwm zoo thiab yeej muaj txaus txhua lub sijhawm thiab npaj kom muaj xab npum, ntawv so tes, thiab tshuaj tua kabmob uas siv los pleev tes coj los siv rau thaum yuav tsum tau siv.
- Thaum xaiv cov tshuaj tua kabmob, xaiv cov uas tau txais kev pom zoo rau neeg siv coj los tua tus kabmob COVID-19 uas muaj nyob ntawm lub chaw [Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Huabcua Txhua Yam Ib Puag Ncig \(Environmental Protection Agency\) \(EPA\)-approved](#) daim ntawv teev tshuaj thiab yuav tsum tau siv raws nraim li cov lus qhia neeg siv yam tshuaj ntawd. Siv cov tshuaj uas muaj ntawv qhia tias yeej tua tau tus kab virus uas tawm tshiab no, siv cov tshuaj dawb uas muab dej tov nrog (5 dia nrog ib nkas loos dej), lossis siv cov cawv cuaj caum uas muaj tsawg kawg los yog li 70% caw xyaw uas yeej siv tau los tu tej chaw. Cob qhia cov neeg ua haujlwm txog txhua yam teebmeem uas cov tshuaj yuav tsim tau, txog lub tuam txhab uas ua yam tshuaj ntawd cov lus qhia neeg siv, txog txoj kev ua kom muaj cua hliv txaus, thiab txog txhua yam uas Cal/OSHA yuav tsum kom ua thiaj li yuav siv tau tsis muaj teebmeem. Cov neeg ua haujlwm uas siv tshuaj ntxuav lossis tshuaj tua kabmob yuav tsum siv hnab looj tes thiab lwm yam khoom tiv thaiv raws li cov lub qhia neeg siv yam khoom ntawd. Siv raws nraim li [cov kev tu uas yuav muaj kev nyabxeeb rau cov neeg hawb pob](#) uas tau txais kev pom zoo los ntawm California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Pejxeem Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo thiab xyuas kom meej tias yeej muaj cua hliv txaus.
- Tu cov chaw uas muaj khoom noj chwv raws nraim li cov lus tswj uas muaj tam sim no (tsis txhob siv tshuaj tua kabmob los tu).
- Yuav los mus ua kom tsis txhob muaj tus kabmob [Legionnaires' disease](#) thiab lwm cov kabmob uas muaj kev cuam tshuam los ntawm dej, [nrhiav kev](#) los mus xyuas kom meej tias tej kav dej thiab cov chaw tso dej yeej tsis muaj kabmob dabtsi tom qab muab lub chaw ntawd kaw tau ib lub sijhawm ntev loo lawm.
- Yog thaum twg ua tau, tsis txhob cheb lossis siv lwm txoj kev los tu hauv pem teb uas yuav ua tau kom tej kabmob ya tshwj tias txhua tus neeg

nyob ntawm qhov chaw ntawd yeej siv cov khoom tiv thaiv tus kheej (PPE) uas npaj los siv rau lub sijhawm zoo li ntawd. Siv cov tshuab nqus tsev uas muaj ib daim ntxaij lim cua HEPA yog thaum twg ua tau.

- Npaj cov ntawv teev zaub mov uas muab pov tseg tau tom qab siv tag coj los rau cov qhua siv thiab muab ua kom siv tau rau hauv computer sub cov qhua thiaj li yuav mus saib tau nyob hauv cov khoom siv electronic, yog tias ua tau. Yog tias npaj tsis tau cov ntawv teev zaub mov uas muab pov tseg tau tom qab siv tag, siv tshuaj tua kabmob los tu cov ntawv teev zaub mov thaum ua ntej cov qhua yuav siv thiab tom qab lawv siv tag. Nrhiaiv kev rau cov qhua los mus hais kom npaj yam khoom lawv xav yuav ua ntej lawv tuaj txog.
- Tso tseg txoj kev muab cov ntaub so tes, riam, khob, tej yam zoo li no, coj mus tso rau ntawm cov rooj noj mov ua ntej. Tos kom cov neeg tuaj zaum tag, mam li muab cov khoom siv ntawm no rau lawv ib tus zuzus zoo li qhov lawv xav siv. Tsis txhob muab cov khoom tais ntawv, cov tais ntim ntawv so tes, lossis lwm yam khoom tso rau saum cov rooj noj mov, cov txee txawb khoom, tej yam zoo li no.
- Yuav tsum muab cov khoom uas yuav rov qab siv tau, xws li tej khob iav, ntxuav, yang, thiab tu kom huv si. Yuav tsum muab cov khob, tais diav, tej yam zoo li no, uas ntxuav tag lawm coj mus khaws cia kom deb ntawm cov qhua thiab cov neeg ua haujlwm mus txog thaum lub sijhawm yuav siv mam li muab rho los siv. Siv cov khoom siv uas yuav muab pob tseg tau tom qab siv tag yog tias yeej yuav tu tsis tau cov khoom uas rov qab siv tau kom huv txaus.
- Yuav tsum muab cov ntaub, xws li cov ntaub pua rooj thiab ntaub so tes, tshem tawm tom qab ib tus qhua siv tag thiab siv cov hnab uas muab kaw tau los nqa cov ntaub neeg siv tag ntawm cov chaw sim cawv mus. Cov neeg ua haujlwm yuav tsum siv hnab looj tes thaum lawv mus tuav cov ntaub uas khub lossis neeg siv tag lawm.
- Tu lub chaw uas txhua tus qhua haus cawv kom huv tom qab cov qua siv tag. Qhov no yuav muaj kev siv tshuaj tua kabmob los tu cov rooj noj mov, cov rooj zaum, tej yam zoo li no, thiab muab sijhawm kom txaus rau tus neeg ua haujlwm los tu, thiab siv cov tshuaj tu ntawd kom raws nraim cov lus qhia neeg siv. Cov tshuaj tua kabmob uas Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Huabcua Txhua Yam Ib Puag Ncig (Environment Protection Agency) muab kev pom zoo rau neeg siv yeej qhia tias neeg yuav tsum tau cia cov tshuaj nyob rau ntawm yam khoom lossis qhov chaw tus neeg tu ntev npaum li cas (chib (seconds) mus rau feeb) thiaj li yuav tua tau tu kab virus uas neeg mob.
- Muab cov chaw uas cov qhua yuav mus nyob coob ua ke lossis yuav mus kov tej khoom uas lwm cov qhua yuav siv, xws li cov ntaub so tes, cov tshob dej, tej yam zoo li no, kaw kom neeg mus siv tsis tau. Muab cov

khoom no rau cov qhua siv ib tus zujzus. Muab pov tseg lossis tu, siv tshuaj tua kabmob los tu, lossis tsuag tshuaj tua kabmob los tu cov khoom uas muaj ob peb tus neeg siv tom qab ib tus neeg siv tag, zoo li qhov ua tau.

- Tsis txhob muab cov khoom qab zib uas hob, khoom qab zib, lossis khoom txom ncauj tso rau ntawm cov tais uas neeg yuav mus muab tau lawv tus kheej koj mus noj. Nug saib lawv puas xav noj lossis muab rau lawv noj thaum lawv thov xwb.
- Txuas cov tshuab tsuag tshuaj tua kabmob pleev tes, uas tsis tag siv tes chwv yog ua tau, rau ntawm cov chaw uas cov qhua thiab neeg ua haujlwm nkag mus thiab ntawm cov chaw txais qhua xws li ntawm cov chaw nkag thiab tawm tsheb, cov chaw txais qhua, hauv cov chaw sim cawv, ze ntawm cov chaw tawm hauv lub tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev, tej cov chaw zoo li no.
- Tsis txhob siv cov khoom siv los ua kev lom zem uas muaj coob tus neeg siv thiab yeej muab tu tsis tau kom huv lossis siv tsis tau tshuaj tua kabmob los tu.



## Lus Qhia Kom Ua Hauv Kev Nyob Nrug Deb

- **LUS CEEBTOOM:** Kev nyob nrug deb xwb yeej tseem tsis tau zoo txaus los mus tiv thaiv txoj kev sib kis ntawm tus kabmob COVID-19.
- Muab cov neeg mus nyob sab nraum zoov ua ntej los ua kom tsis txhob muaj qhua coob mus los nyob rau hauv cov chaw uas muaj phab ntsa thaiv. Cov chaw ua cawv yeej muab lawv cov chaw zaum nyob nraum zoov kho tau kom muaj chaw zaum ntau ntiv yog tias lawv ua raws nraim li lub nroog cov cai thiab cov lus tswj.
- Txwv txoj kev sib hais lus tim ntsej tim muag thaum pab cov qhua yog thaum twg ua tau. Npaj kom muaj chaw nyob deb ntawm cov chaw uas muaj neeg mus los coob los mus txais cov khoom neeg xa tuaj. Nyob kom tau nrug deb tsawg kawg los yog li rau kauj ruam ntawm cov neeg tsav tsheb uas lawv xa khoom tuaj.
- Tso tseg cov kev koj neeg mus xyuas lub chaw ua cawv uas muab cov neeg tsis nyob ib tse koj mus ncig xyuas ua ke. Cov neeg koj kev yuav tsum tau nyob kom nrug deb tsawg kawg los yog li rau kauj ruam ntawm cov qhua/cov neeg tuaj xyuas.
- Cov chaw ua cawv yuav tsum muaj kev rau neeg xaiv thiab teem sijhawm mus sim cawv yog thaum twg ua tau sub lawv thiaj li yuav muaj sijhawm txaus los mus tu cov chaw sim cawv.
- Nrhiav kev los ua kom cov sijhawm neeg teem mus sim cawv tsis txhob sib tshooj sub thiaj li yuav tsis muaj kev sib hais lus ntau nyob rau ntawm cov neeg uas tsis yog cov uas ua ke tuaj thiab nyob txawv zos tuaj.

- Pub cov qhua los mus hais kom npaj cov cawv lawv xav sim lossis teem caij mus sim cawv ua ntej lawv tuaj txog sub thiaj li yuav txwv tau kom lawv tsis txhob nyob hauv lub chaw ua cawv ntev. Hais kom cov qhua mus tos nyob deb ntawm cov chaw ua caws thaum tseem tsis tau txog lub sijhawm lawv teem mus sim cawv.
- Yuav tsum muab cov rooj nyob hauv tsev thiab nyob nraum zoov teeb kom nrug deb li rau kauj ruam, ntsuas tom qab ib rooj zaum ntawm lub rooj haus cawv mus rau tom qab ib lub rooj zaum ntawm lub rooj haus cawv uas nyob ze ntawd thaum cov neeg twb mus zaum rooj tag lawm. Ua kom nyob nrug deb tshaj li rau kauj ruam nyob ntawm cov rooj haus cawv nyob hauv tsev, yog ua tau, los mus tiv thaiv rau cov sijhawm uas cov qhua haus cawv hauv tsev tsis siv ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg.
- Tsis txhob pub cov neeg uas tsis nyob ib tse mus zaum tib lub rooj lossis tsuas pub cov neeg uas lawv thov mus zaum tib lub rooj mus zaum ua ke xwb. Cov neeg uas ua ke tuaj yuav mus zaum tau tib lub rooj tsis tag yuav zaum kom nrug deb li rau kauj ruam. Txhua tus neeg ntawm ib pab neeg uas yuav mus zaum ua ke yuav tsum tuaj txog tag ua ntej mus zaum thiab cov neeg tos qhua yuav tsum coj pab neeg ntawd ua ib zaug mus zaum.
- Nrhiav kev los ua kom neeg nyob tau nrug deb tsawg kawg los yog li rau kauj ruam ntawm cov neeg ua haujlwm thiab cov qhua/cov qhua uas tsuas muaj ib leeg xwb. Yuav siv tau tej yam khoom los kem lossis los qhia (pivtxwv, muaj cim nyob rau hauv pem teb lossis muaj paib los qhia tias saib yuav kom cov neeg ua haujlwm thiab/lossis cov qhua mus sawv qhov twg).
- Siv khoom lossis tej yam dabtsi los kem ntawm cov tshuab sau nyiaj, cov chaw haus dej haus caws, cov chaw uas tus neeg tos qhua sawv, thiab lwm cov chaw uas neeg yuav nyob tau nrug deb li rau kauj ruam nyuaj.
- Ib lub chaw twg uas cov qhua lossis cov neeg ua haujlwm sawv ua ib kab sab tos yuav tsum muaj cim los qhia tias lawv yuav sawv qhov twg thiaj li nyob tau nrug deb li rau kauj ruam. Qhov no yog muaj nyob rau ntawm cov chaw tos luj khoom thiab siv tshuab nrho nyiaj lossis yuav khoom, cov chaw dej, cov chaw tos nce lub tshuab nqa neeg nce thiab nqis tsev, cov chaw uas tus neeg tos qhua sawv thiab cov chaw tos, cov chaw tos thiab muab tsheb rau neeg coj mus nres, thiab lwm qhov chaw uas cov qhua yuav mus nyob coob ua ke.
- Yuav tsum muaj lus hais kom neeg nyob nrug deb ntawm lwm cov neeg nyob rau ntawm cov chaw ua ntaub ntawv, chav npaj zaub mov, chav cia khoom noj, chav txias, lossis lwm cov chaw ua haujlwm uas muaj neeg mus los coob, yog ua tau.

- Cov qhua yuav tsum nkag ntawm cov qhov rooj uas muab qhib cia lawm lossis muaj tshuab qhib, yog ua tau. Yuav tsum muaj tshuaj tua kabmob rau cov qhua uas lawv yuav tsum tau mus tuav lossis chwv cov tes qhov rooj tau siv.
- Muab cov rooj haus cawv thiab rooj zaum tshem hauv chav thiab cov chaw sim cawv mus sub cov qhua thiab cov neeg ua haujlwm thiaj li yuav nyob tau kom nrug deb li rau kauj ruam. Yog tias muab cov rooj haus cawv, cov rooj zaum, cov chaw haus cawv, tej yam zoo li no, tshem tsis tau, siv duab/tej yam khoom los qhia tias tsis pub neeg mus siv cov rooj ntawd.
- Tsis txhob pab cov qhua thiab/lossis cov neeg nyob ntawm lub txee haus dej haus cawv uas lawv yeej nyob tsis tau kom nrug deb tsawg kawg los yog li rau kauj ruam ntawm lwm qhov chaw ua haujlwm/chaw hliv cawv.
- Tsis txhob qhib cov chaw uas neeg xav mus zaum lossis sawv qhov twg los tau. Txhua tus neeg ntawm ib pab neeg uas yuav mus zaum ua ke yuav tsum tuaj txog tag ua ntej mus zaum thiab cov neeg tos qhua yuav tsum koj tag nrho pab neeg ntawd ua ib zaug mus rau ntawm lub chaw sim cawv. Yog thaum twg ua tau, hais kom cov qhua mus zaum, tsis txhob cia lawv sawv nrug sub thiaj li tsis muaj neeg mus rau ub rau no.
- Cov neeg ua haujlwm yuav tsum mus nug thiab sau tias saib cov qhua xav haus cov cawv twg sub thiaj li yuav tsis muaj neeg coob mus mus los los nyob hauv cov chaw uas muaj neeg coob nyob ua ke. Yog tias cov qhua yuav tsum tau mus yuav cawv ntawm lub txee haus cawv, muab lub chaw teeb dua los ua kom cov neeg ua haujlwm thiab cov qhua nyob tau nrug deb tsawg kawg los yog li rau kauj ruam ntawm lwm cov neeg.
- Muab cov suab nkauj tso kom yaus sub cov neeg ua haujlwm thiaj li yuav hnov tias cov qhua xav haus cov cawv twg thaum lawv nyob nrug deb thiab cov tib neeg thiaj li yuav tsis tau hais lus nrov lossis qhw.
- Muaj kev los qhia tias neeg yuav sawv li cas thaum muaj neeg coob sawv tos, suav nrog rau nrhiav ib tus neeg tos qhua los hais rau cov qhua kom lawv sawv nyob deb tsawg kawg los yog li rau kauj ruam ntawm pab neeg los tos nyob nraum zoov lossis ntawm cov chaw sawv tos.
- Tsuas pub kom muaj cov neeg ua haujlwm coob raws li cov lus tswj ntawm txoj kev them nyiaj ua haujlwm thiab cov sijhawm ua haujlwm los mus pab cov qhua lossis tej pab pawg qhua xwb.
- Hais kom cov qhua siv cov npav ntxias nyiaj thiab lwm txoj kev them nqi uas tsis siv tes kov los them nqi.
- Txhua tus neeg ua haujlwm yuav tsum ua kom lawv tsis txhob tau mus nyob ze tshaj li rau kauj ruam ntawm cov qhua ntev.



- Yuav tsum muaj lus hais kom neeg nyob nrug deb ntawm lwm cov neeg nyob rau ntawm cov chaw ua ntaub ntawv, chav cia khoom noj, chav txias, lossis lwm cov chaw ua haujlwm uas muaj neeg mus los coob, yog ua tau.
- Yuav tsum muab cov rooj sibtham ua ntej yuav pib haujlwm thiab cov kev cob qhia koj los tham nyob saum huabcua lossis nyob ntawm cov chaw uas cov neeg ua haujlwm yuav nyob tau nrug deb ntawm lwm tus neeg ua haujlwm. Tsis txhob muab tej khoom noj, dej haus, tais diav, tej yam zoo li no, koj los faib rau neeg noj, haus, lossis siv.
- Tsis txhob cia cov neeg ua haujlwm mus so tib lub sijhawm, uas yuav tsum ua raws li cov lus tswj txoj kev them nyiaj ua haujlwm thiab cov sijhawm ua haujlwm, los mus ua kom cov neeg ua haujlwm nyob tau nrug deb.
- Yog muaj cov neeg ua haujlwm uas tau thov kom muab lawv cov haujlwm hloov los ua kom lawv tsis txhob tau mus nyob ze cov qhua lossis lwm cov neeg ua haujlwm, lub chaw haujlwm tsim nyog muab tus neeg ntawd cov haujlwm hloov (pivtxiv, muab nws mus ua txoj haujlwm txheebxyuas tej khoom thiab tsis txhob cia nws ua tus luj khoom lossis muab nws mus dhia ntaub ntawv nyob tom tsev).
- Muab cov chaw dhia ntaub ntawv, chaw txais qhua, chaw haus dej haus cawv, chaw ua haujlwm, cov chaw uas cov neeg tos qhua sawv, thiab lwm cov chaw, yog tias ua tau, koj los teeb dua sub thiaj li muaj chaw nrug deb li rau kauj ruam nyob hauv nruab nrab ntawm cov neeg haus cawv lossis sim cawv, cov neeg ua haujlwm, thiab cov neeg uas lawv hla ntawm cov chaw ntawd mus rau ntawm lub qhov rooj nkag lossis tawm.
- Xyuas kom meej tias cov neeg ua haujlwm yeej nyob tau nrug deb ntawm lwm cov neeg nyob hauv cov chav so, siv khoom thaiv, muab cov rooj noj mov/rooj zaum teeb kom nyob nrug deb ntawm lwm cov neeg ua haujlwm, ua tej yam zoo li no. Yog thaum twg ua tau, npaj ib cov chaw so nyob sab nraum zoov uas muaj chaw nraim tshav thiab rooj zaum teeb kom nyob tau nrug deb. Hais kom cov neeg ua haujlwm tsis txhob mus nyob ua ke thaum lawv mus so thiab xyuas kom meej tias lawv yeej siv cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thaum lawv tsis noj lossis haus ib yam khoom dabtsi yog lawv nyob ze tshaj li rau kauj ruam ntawm lwm cov neeg.
- Tsis txhob pub neeg mus nyob coob ua ke rau ntawm cov chaw uas muaj neeg mus los coob xws li cov chav dej, cov kev hauv lub tsev, chav haus dej haus cawv, cov tshuab teem caij mus siv thiab tshuab siv npav txais nyiaj, tej yam zoo li no.
- Hais kom cov neeg ua haujlwm tsis txhob nrog neeg tuav tes thaum sib ntsib thiab lwm yam kev hais tias nyob zoo lossis kev ua ib yam dabtsi uas yuav tsis muaj kev nyob nrug deb.

- Yog tias ua tau, tsim ib lub chaw los muab khoom xa tau ntawm ib tus neeg mus rau lwm tus neeg, xws li muaj txe rau neeg muab khoom tso rau thiab muaj chaw rau neeg muab ntawv tshaj xo coj mus lo rau, los mus ua kom cov neeg tsis txhob tau mus nyob tim ntsej tim muag.
- Tsis txhob pub muaj cov dejnum uas yuav ua rau neeg mus rau ub rau no thiab ua rau cov qhua sib koom siv tej yam khoom, suav nrog rau tej dejnum uas muaj kev sib nug, cov neeg uas lawv mus nyob xyaw lwm cov neeg, tej yam zoo li no.
- Tsis txhob pub cov qhua haus cawv ntau dhau sub lawv thiaj li yuav yuav ua tau raws nraim li cov lus qhia kom lawv ua ntawm no.
- Muab cov chaw seev cev kaw thiab tsis txhob pub muaj cov dejnum uas yuav ua tau kom muaj neeg los nyob coob ua ke.

---

Yuav tsum tau muaj lwm cov kev txwv ntiv rau cov neeg uas ntxim yuav kis tau tus kabmob thiab yuav mob hnyav yog thaum lawv muaj tus kabmob lawm. Cov chaw haujlwm yuav tsum ua raws nraim li [Cal/OSHA](#) cov qauv tag nrho thiab yuav tsum npaj los ua raws nraim li lawv cov lus qhia nrog rau cov lus qhia los ntawm [Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas thiab Tiv Thaiv Kabmob \(Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)\)](#) thiab [California Lub Chaw Tuav Dejnum Saibxyuas Pejxeem Txoj Kev Noj Qab Nyob Zoo \(California Department of Public Health \(CDPH\)\)](#). Ntxiv ntawd, cov chaw haujlwm yuav tsum npaj los hloov lawv txoj kev dhia dejnum yog thaum twg peb muab cov lus qhia no hloov.

