

# РУКОВОДСТВО ПРИ COVID-19: Общественные спортивные мероприятия

30 апреля 2021 г.

Действует с 1 мая 2021 г.

Данное руководство предназначено для работы с секторами и мероприятиями, которые открываются на уровне штата.

Однако местные сотрудники здравоохранения могут применять более строгие правила, адаптированные к местным эпидемиологическим условиям, поэтому работодатели также должны подтвердить соответствующие местные политики по открытию заведений.

## КРАТКИЙ ОБЗОР

Пандемия COVID-19 продолжает влиять на здоровье жителей штата Калифорния. Зарегистрированы случаи разных форм заболевания: от очень легкой (у некоторых людей протекает бессимптомно) до тяжелой формы, которая может приводить к смерти. Некоторые категории людей, в том числе люди с серьезными основными заболеваниями, например, заболеваниями сердца или легких, а также диабетики, подвержены повышенному риску госпитализации и серьезных осложнений. Кроме того, с возрастом возрастает риск развития более тяжелой формы заболевания и смерти. По мере распространения пандемии мы узнали, что COVID-19 может поражать многие органы, и инфекция может влиять на здоровье человека различными способами.

Большинство людей с COVID-19 выздоравливают и возвращаются к своему исходному состоянию здоровья, однако у некоторых людей симптомы могут проявляться на протяжении нескольких недель или даже месяцев после выздоровления от острой стадии заболевания. Даже у тех, кто не был госпитализирован и перенес легкую форму заболевания, могут наблюдаться стойкие или поздние симптомы.

В большинстве случаев вирус передается при близком контакте или в плохо проветриваемом помещении, в котором находится инфицированный человек. Заражение может произойти от инфицированного человека с явными симптомами, без симптомов или с еще не выраженными симптомами. В помещениях частицы вируса могут перемещаться на расстояние более шести футов и оставаться в воздухе даже после того, как инфицированный человек покинул помещение. Пребывание в помещении связано с гораздо более высоким риском передачи возбудителя заболевания, чем нахождение на открытом воздухе. Когда инфицированный человек занимается определенными видами деятельности (поет или участвует в ритуальном песнопении, громко говорит или тяжело дышит, например, во время физических упражнений), то риск заражения дополнительно увеличивается по сравнению с обычным дыханием и обычным разговором.

Поэтому важно предпринять все возможные меры по обеспечению безопасности сотрудников и посетителей.

Основные профилактические меры включают следующее:

- ✓ максимально возможная физическая дистанция;
- ✓ использование лицевых масок сотрудниками (где защита органов дыхания уже не является обязательной) и покупателями/клиентами;
- ✓ обеспечение достаточной вентиляции во всех помещениях;
- ✓ частое мытье рук, регулярная очистка и дезинфекция;
- ✓ обучение сотрудников этим и другим элементам программы по профилактике распространения COVID-19.

30 ноября 2020 г. Управление по охране труда и здоровья штата Калифорния (Cal/OSHA) внедрило обязательные [временные стандарты по обеспечению безопасности в чрезвычайных ситуациях](#) (emergency temporary standards, ETS) с целью предотвращения воздействия COVID-19 на сотрудников на большинстве рабочих мест, где на сотрудников не распространяется действие [стандарта Cal/OSHA по предотвращению заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем](#). Согласно временным стандартам ETS, работодатели обязаны разработать и внедрить политики и процедуры для предотвращения передачи заболевания на рабочем месте; выявления новых случаев заболевания при их возникновении; и, после их выявления, оперативного принятия мер и сотрудничества с органами общественного здравоохранения с целью предотвращения распространения вируса. Стандарты ETS охватывают темы, которые также рассматриваются в данном руководстве. Данное Руководство было обновлено с целью разъяснения случаев, в которых рекомендации по обеспечению здоровья населения налагают дополнительные *требования*, помимо обязательных требований, предусмотренных ETS, и с целью уточнения дополнительных практических рекомендаций по обеспечению охраны общественного здоровья, помимо обязательных рекомендаций, предусмотренных ETS.

# СОДЕРЖАНИЕ

Цель .....	5
Обязательное использование лицевых масок .....	9
Программа профилактики распространения COVID-19 на рабочем месте .....	9
Вспышки заболевания и тестирования .....	9
Меры индивидуального контроля и скрининг .....	10
Вентиляция помещений .....	10
Протоколы уборки и дезинфекции .....	11
Руководства по соблюдению физического дистанцирования .....	12

## Цель

COVID-19 по-прежнему представляет серьезную опасность для местного населения и требует от всех жителей Калифорнии соблюдения рекомендуемых мер предосторожности. Это руководство содержит руководящие указания в отношении проведения общественных спортивных мероприятий в целях создания безопасных условий для проведения таких мероприятий. Руководство применимо ко всем **организованным** общественным спортивным мероприятиям, посвященным выносливости и бегу/ходьбе. Это такие мероприятия, как: бег, ходьба, марафоны и триатлоны, соревнования по выносливости и т.д. Это руководство не распространяется на молодежные и развлекательные виды спорта на открытом воздухе и в помещениях. Кроме того, это руководство не относится к студенческому или профессиональному спорту. Общественные спортивные мероприятия в Калифорнии возобновятся с 1 мая 2021 года в соответствии с этими руководящими принципами.

**Статус общественных спортивных мероприятий будет постоянно пересматриваться и может быть изменен в любое время с учетом уровня передачи COVID-19 и вакцинации в Калифорнии.**

Координаторы мероприятий должны определять и контролировать уровень риска для округа, в котором работает предприятие, и вносить необходимые корректировки в свою деятельность. Для получения наиболее актуальной информации о статусе округа посетите веб-сайт [Концепция для более безопасной экономики](#). Обратите внимание на то, что местные отделы здравоохранения могут иметь более строгие критерии и различные критерии закрытия. См. [информацию о вашем округе](#).

### Характеристики рисков, связанных с мероприятиями

Как правило, люди подвергаются более высокому риску распространения COVID-19 за пределами своего дома, когда они тесно взаимодействуют с другими людьми, особенно когда они испытывают большие физические нагрузки и находятся в тесном контакте в течение длительных периодов времени.

Общественные спортивные мероприятия включают различные мероприятия, которые имеют разный уровень риска передачи COVID-19. Согласно современным научным данным, занятия на открытом воздухе представляют значительно более низкий риск передачи по сравнению с аналогичными занятиями в помещении. Массовые сборы также усиливают смешение между группами и за пределами сообществ, что также способствует потенциальному распространению заболевания COVID-19.

Для общественных спортивных мероприятий:

- Риск возрастает, когда не надеваются защитные маски и не соблюдается физическое дистанцирование.
- Риск возрастает с повышением уровня контакта между участниками; более тесный контакт (особенно непосредственный контакт) и частота и общая продолжительность тесного контакта увеличивают риск передачи респираторных частиц между участниками.
- Риск возрастает с повышением уровня нагрузки; большее усилие увеличивает частоту дыхания и количество вдыхаемого и выдыхаемого воздуха с каждым вдохом.

- Риск возрастает при смешении когорт и групп, особенно когда речь идет о различных домохозяйствах и общинах; смешение с большим числом людей увеличивает риск присутствия инфицированных лиц.

### **Для всех уровней:**

Следующие общие требования руководства должны всегда соблюдаться:

- Все участники, сотрудники и волонтеры должны быть зарегистрированы заранее, а не в день проведения мероприятия.
- Необходимо собирать и отслеживать контакты участников и сотрудников, чтобы обеспечить отслеживание контактов.
- Участники и зрители в соответствии с Руководством CDPH по использованию защитных масок должны носить защитные маски.
- Все сотрудники должны быть обеспечены и должным образом носить защитные маски и физически дистанцироваться на расстояние не менее 6 футов от всех других людей и сотрудников,
- как того требуют [временные стандарты чрезвычайных ситуаций](#) (ETS).
- Ограничьте общение между домохозяйствами:
  - Общение с другими семьями до и после любого мероприятия должно строго соответствовать текущим правилам [проведения собраний](#).
  - Необходимо принять меры для обеспечения физического дистанцирования и уменьшения скопления людей на станциях помощи.
- Только для участников из штата. Команды и участники должны придерживаться текущих рекомендаций [Рекомендации по путешествиям CDPH](#) при принятии решения относительно поездки на соревнования. Участники, находящиеся за пределами штата, допускаются в соответствии с [Дополнением к Таблице](#) концептуальной деятельности и бизнес-уровней — прошедшие тестирование и полностью привитые лица и группы лиц, если они прошли полную вакцинацию.
- Запрещается совместное использование бутылок с напитками и других личных вещей и снаряжения.
- Выставки в помещении не должны проводиться до начала мероприятия.
- Розничные продажи и маркетинг в помещениях НЕ допускаются во время мероприятия.
- Торговля продуктами питания для публики и питание участников после мероприятия разрешены при условии, что посетители сохраняют физическое дистанцирование в специально отведенной зоне для приема пищи.
- Никаких фестивальных площадок или развлечений (например, концертов, живых выступлений, личных просмотров и т. д.). Это привлекает толпы и приводит к тесному общению между семьями. Диктор во время проведения мероприятия разрешен.
- ЗАПРЕЩАЕТСЯ продавать или предлагать алкоголь во время мероприятия.

- Зрители и наблюдатели ограничены текущими ограничениями по управлению собраниями по уровням. Церемонии награждения должны соответствовать ограничениям посещаемости и требованиям, определенным в текущем [Руководстве CDPH для открытых сидячих мероприятий и выступлений](#).
- Перед тем, как прийти на мероприятие, участники должны пройти скрининг с использованием стандартных вопросов, чтобы убедиться, что они здоровы (например, наличие симптомов, отрицательный результат теста, вакцинация и т. д.).
- В соответствии с [Руководством CDC по организации крупных мероприятий и собраний](#), проводите ежедневные проверки здоровья (например, температурный скрининг и [проверку симптомов](#) у персонала и посетителей безопасно и уважительно, а также в соответствии с любыми применимыми законами и положениями о конфиденциальности). Администраторы мероприятий могут использовать в качестве руководства примеры методов проверки в [Общих правилах ведения бизнеса CDC](#).
- Для уменьшения скопления людей следует рассмотреть вопрос об ошеломляющем количестве прибывающих или множественных пунктах въезда для целей участия в гонках.
- Минимизировать персонал для поддержки (например, аплодисменты, раздача воды, добровольцы и т. д.).
- Рассмотрите возможность прямой трансляции событий, чтобы их можно было наблюдать из дома.
- Если для повышения квалификации не требуется иное, настоятельно рекомендуется вакцинация или тестирование всех участников. При использовании ПЦР тестирование участников должно быть проведено за 72 часа до начала мероприятия. Тесты на антиген допускаются и должны проводиться в течение 24 часов с момента начала события. Результаты теста должны быть доступны до начала соревнований. Проверку вакцины необходимо предоставить при регистрации на мероприятие.

Для получения информации об общественных спортивных мероприятиях посетите веб-сайт [Концепция для более безопасной экономики, чтобы определить текущий уровень опасности в округе](#). Применяются следующие ограничения по посещаемости и заполняемости:

- **Фиолетовый — широкая распространенность — уровень 1:**
  - Закрытый.
- **Красный — существенная распространенность — уровень 2:**
  - Мероприятия ограничиваются 100 участниками в час и в общей сложности 200 участниками.
  - Если все участники проходят тестирование или полностью вакцинированы, в мероприятиях может участвовать максимум 500 участников.
- **Оранжевый — умеренная распространенность — уровень 3:**
  - Мероприятия ограничиваются 200 участниками в час и в общей сложности

500 участниками.

- Если все участники проходят тестирование или полностью вакцинированы, в мероприятиях может участвовать максимум 1,500 участников.
- **Желтый — минимальная распространенность — уровень 4:**
  - Мероприятия ограничиваются 500 участниками в час и в общей сложности 1,500 участниками.
  - Если все участники проходят тестирование или полностью вакцинированы, в мероприятиях может участвовать максимум 3,000 участников.

Обратите внимание на то, что местные отделы здравоохранения могут иметь более строгие критерии и различные критерии закрытия. Найдите [информацию местного департамента здравоохранения](#).

Руководство не предусматривает аннулирование каких-либо прав сотрудников, как законодательных, нормативных, так и предусмотренных коллективными договорами, а также не является исчерпывающим, поскольку не включает в себя действующие в округе предписания в сфере здравоохранения и не заменяет какие-либо действующие или недавно установленные нормативные требования, связанные с обеспечением безопасности и охраной здоровья, такие как требования Управления по охране труда и здоровья штата Калифорния (Cal/OSHA), включая новые [временные стандарты по обеспечению безопасности в чрезвычайных ситуациях](#), которые вступили в силу 30 ноября 2020 года.<sup>1</sup> Следите за изменениями в рекомендациях по обеспечению здоровья населения и приказах правительства штата и органов местного самоуправления, поскольку ситуация с COVID-19 остается напряженной. Управлением по охране труда и здоровья штата Калифорния (Cal/OSHA) предусмотрены дополнительные рекомендации по технике безопасности и охране труда на веб-странице [Руководство и ресурсы Cal/OSHA по обеспечению защиты сотрудников от COVID-19](#).





## Обязательное использование лицевых масок

Проконсультируйтесь с [Руководством Департамента общественного здравоохранения Калифорнии \(CDPH\) по использованию защитных масок для лица](#). Подробная информация, в том числе все требования к этим правилам и исключения из них, приведена в руководстве, которое следует периодически проверять на наличие обновлений. Кроме того, CDPH предоставляет [рекомендации](#) по эффективной практике ношения лицевых масок.



## Программа профилактики распространения COVID-19 на рабочем месте

В соответствии с требованиями Cal/OSHA, предусмотренными [стандартами по профилактике распространения COVID-19](#), работодатели должны разработать, внедрить и поддерживать письменную программу профилактики распространения COVID-19, доступную для сотрудников и их уполномоченных представителей (например, профсоюзов). Подробные сведения, включая все требования и исключения из этих правил, шаблоны для моделей программ профилактики распространения COVID-19, часто задаваемые вопросы и ответы на них, можно найти по следующей [ссылке](#). Все ссылки и руководства необходимо периодически перечитывать, чтобы быть в курсе новой информации.



## Вспышки заболевания и тестирования

Работодатели также обязаны соблюдать правила Cal/OSHA в отношении [вспышек заболевания](#) и [крупных вспышек заболевания](#), в том числе [соответствующие требования к тестированию сотрудников и требования к отчетности](#). Им следует ознакомиться с [часто задаваемыми вопросами о вспышках заболевания](#) для получения дополнительных сведений и разъяснений по этим правилам.

Ознакомьтесь с документом [CDPH Реагирование на COVID-19 на рабочем месте](#), чтобы узнать конкретные определения того, что представляет собой вспышка заболевания, и получить информацию обо всех требованиях к отчетности.



## Меры индивидуального контроля и скрининг

Временные стандарты ETS Cal/OSHA требуют от работодателей разработать и внедрить процесс скрининга сотрудников на наличие симптомов COVID-19 и принятия мер в отношении сотрудников с симптомами COVID-19, а также принятия ряда других индивидуальных мер контроля посредством внедрения требуемых компонентов Программы профилактики распространения COVID-19. Более подробная информация об этих требованиях приведена во взаимосвязанных материалах.

В дополнение к требованиям, предусмотренным ETS, работодатели должны:

- Принимать разумные меры, включая размещение указателей в стратегических и хорошо видимых местах и сообщений в подтверждениях бронирования, с напоминаниями посетителям и сотрудникам о том, что они должны использовать лицевые маски, как описано в Руководстве CDPH по ношению лицевых масок (если только данное ограничение не исключается из ETS), соблюдать на практике физическое дистанцирование, не трогать лицо, часто мыть руки с мылом не менее 20 секунд и использовать антисептик для рук.
- CDPH рекомендует предпринять следующие дополнительные меры для дальнейшего снижения риска передачи заболевания или предупреждения других рисков для здоровья:
  - Участники, которые больны или проявляют симптомы COVID-19, должны оставаться дома.
  - Предоставьте ресурсы для обеспечения личной гигиены, включая салфетки, неконтактные мусорные корзины, мыло для рук, достаточное время для мытья рук, антисептики на спиртовой основе для рук и одноразовые полотенца.
  - Предусмотрите использование одноразовых перчаток в местах, где это может быть полезно дополнительно к частому мытью рук или использованию антисептиков для рук, например, при работе с предметами, к которым часто прикасаются.



## Вентиляция помещений

- Все предприятия, которым разрешено работать в помещениях, должны соблюдать требования CDPH и Cal/OSHA [в отношении вентиляции, фильтрации и качества воздуха](#), чтобы уменьшить распространение COVID-19 в помещениях. В данном руководстве также рассматриваются требования к вентиляции, содержащиеся во временных стандартах ETS в связи с пандемией COVID-19, утвержденных Cal/OSHA.

- Кроме того, Центры по контролю и профилактике заболеваний ([CDC](#)) также предоставляют дополнительные подробные указания по вентиляции помещений.
- Вентиляция в закрытых помещениях должна быть увеличена в максимально возможной степени и должна проводиться в соответствующем тренажерном зале и фитнес-центре или в розничной сети.



## Протоколы уборки и дезинфекции

- Работодатели должны внедрить процедуры уборки и дезинфекции в соответствии с требованиями, изложенными во временных стандартах [ETS в связи с пандемией COVID-19, утвержденных Cal/OSHA](#). Уборка и дезинфекция должны выполняться таким образом, чтобы не создавать опасности для сотрудников.
- Руководство CDPH не предъявляет никаких дополнительных требований, помимо тех, которые предусмотрены ETS.
- CDPH рекомендует предпринять следующие дополнительные меры для дальнейшего снижения риска передачи заболевания или предупреждения других рисков для здоровья:
  - Для того чтобы свести к минимуму риск [заболевания болезнью легионеров](#) и других, связанных с водой заболеваний, примите меры для обеспечения безопасности всех систем и элементов водоснабжения (например, питьевых и декоративных фонтанчиков) при использовании после длительного закрытия объекта.
  - Предоставляйте сотрудникам время на уборку во время смены. Задания по уборке следует назначать в рабочее время в рамках должностных обязанностей сотрудников. При необходимости предусматривайте проведение уборки сторонними компаниями, чтобы было проще справиться с повышенной необходимостью в уборке.
  - По возможности установите бесконтактные устройства, включая индикаторы датчиков движения, системы бесконтактных платежей, автоматические дозаторы мыла и диспенсеры бумажных полотенец и системы учета рабочего времени.
  - Поощряйте использование клиентами дебетовых и кредитных карт, например, с помощью плакатов.
  - При выборе дезинфицирующих химических средств используйте утвержденные для использования против COVID-19 средства из списка, [утвержденного Агентством по охране окружающей среды \(EPA\)](#), и следуйте инструкциям по применению. Выбирайте дезинфицирующие средства с меньшим риском развития приступов бронхиальной астмы, используя средства из списка «N», утвержденного Агентством по охране окружающей среды (EPA), содержащие перекись водорода (не более 3 %) или этанол

(этиловый спирт) и не содержащие пероксиуксусную или перуксусную кислоту. Избегайте дезинфицирующих средств из списка «N», содержащих астмогены, такие как отбеливатель (гипохлорит натрия) или четвертичные аммониевые соединения (например, бензалкония хлорид). Используйте [более безопасные при астме методы очистки](#), рекомендованные Департаментом здравоохранения штата Калифорния, и обеспечьте достаточную вентиляцию помещений.

- Когда снаряжение используется совместно во время занятия, участники проводят гигиену рук (вымыть руки с мылом или использовать дезинфицирующее средство для рук на спиртовой основе) до, во время перерывов, в перерывах между таймами и после завершения занятия.
- Туалеты и/или биотуалеты будут иметь соотношение уборных и мест для мытья рук 4:1 с использованием воды с мылом или дезинфицирующего средства для рук, либо обоих. Количество туалетов и/или биотуалетов будет определено на местном уровне и зависит от типа и размера мероприятия.
- Санитарные станции будут доступны по всему периметру зоны обслуживания в зонах с высокой проходимостью, включая, помимо прочего: стойки регистрации, туалеты, парковки, линии старта и финиша и т. д.



## Руководства по соблюдению физического дистанцирования

- Физическое дистанцирование само по себе недостаточно для предотвращения передачи COVID-19.
- Работодатели должны внедрить протоколы и процедуры, касающиеся соблюдения физической дистанции не менее шести футов между сотрудниками и другими лицами, как определено в утвержденном документе Cal/OSHA [ETS для профилактики распространения COVID-19](#). Более подробную информацию и примеры можно найти в документе [Cal/OSHA «Часто задаваемые вопросы и ответы на них»](#).
- В дополнение к любым обязательным требованиям физического дистанцирования, изложенным в данном руководстве, Департамент здравоохранения штата Калифорния (CDPH) рекомендует предпринять следующие дополнительные меры для дальнейшего снижения риска передачи заболевания или предупреждения других рисков для здоровья:
  - Старайтесь не проводить очные совещания, а если они необходимы, скорректируйте их таким образом, чтобы обеспечить физическую дистанцию, и проводите индивидуальные встречи на объектах с участием меньшего количества людей для соблюдения рекомендаций по физическому дистанцированию.

- Обеспечьте по возможности один четко обозначенный вход и отдельный выход, чтобы было проще соблюдать физическую дистанцию.
- Используйте вспомогательные материалы для передачи предметов, такие как стеллажи и информационные табло, чтобы уменьшить по возможности количество передач из рук в руки. Используйте по возможности во время доставки бесконтактную подпись.
- По возможности создавайте зоны отдыха на открытом воздухе на затененных площадках с посадочными местами, обеспечивающими физическое дистанцирование.
- Сохраняйте дистанцию не менее 6 футов и максимально поддерживайте физическое дистанцирование между участниками (например, шахматный старт вместо массового старта для гонок, обеспечьте дистанцию в зонах старта и финиша).
- Награды должны иметь возможность быть отправленными по почте или полученными индивидуально со станции.
- Время окончания (для запланированных мероприятий) должно быть отправлено по электронной почте и/или текстовым сообщением и доступно через QR-коды, размещенные вокруг места проведения.

---

<sup>1</sup>Для уязвимых групп населения следует рассмотреть дополнительные требования.

Работодатели должны соблюдать все стандарты [Управления по охране труда и здоровья Калифорнии \(Cal/OSHA\)](#) и быть готовы придерживаться его рекомендаций, а также рекомендаций [Центров по контролю и профилактике заболеваний \(CDC\)](#) и [Департамента здравоохранения штата Калифорния \(CDPH\)](#). Кроме того, работодатели должны быть готовы изменить методы работы при изменении этих рекомендаций.

