



# COVID-19 行業指南： 高等教育機構

2020 年 9 月 30 日

[covid19.ca.gov](https://covid19.ca.gov)



# 概述

以下準則和注意事項旨在協助高等教育機構 (IHE) 及其社區計劃並準備重新親自指導的恢復。

此為臨時的指南。這些準則和考慮事項是基於目前可得最佳的公共衛生數據、目前使用的最佳國際做法以及管理運營的實際現實狀況；本指南將隨着新數據和做法的出現更新。此外，準則和考慮事項並不反映出高等教育機構需要解決之問題的全面範圍。

作為階段性重新開放的一部分，本指南的實施將取決於當地的情況，包括流行病學趨勢（如在至少 14 天期間 COVID-19 新病例和住院率持續穩定或降低）、IHE 和社區檢測資源的可用性，以及適當的 IHE 準備和回應病例和爆發調查的公共衛生能力。應與當地公共衛生官員和其他當局合作制定關於遵守以下指南的所有決定。

應針對各情境實施本指南，包括充分考慮各機構運營的學程以及學生和員工的需求。管理人員應該與學校社區的學生、家人、員工和勞動合作伙伴互動相關利益相關者，以制定和實施計劃。

本指南主旨並非在撤銷或廢除任何員工權利（法定、監管或集體談判），並且並非詳盡的，因為它不包括當地公共衛生命令，也不是替代任何現有的安全和健康相關監管要求，例如 Cal/OSHA。隨著 COVID-19 的情況變化，IHE 應對公共衛生指南和州/地方命令的變化繼續更新。<sup>1</sup>特別是：

- CAL/OSHA 在其 [Cal/OSHA 保護員工免於 COVID-19 臨時一般指南網頁](#)上提供更全面的指南以保護員工。
- 加州公共衛生部 (California Department of Public Health) 和 Cal/OSHA 對高等教育機構有其他相關指南，包括但不限於 [健身設施](#)、[零售業](#)和[托兒中心](#)。

最後，隨着本指南的實施，機構應評估和緩解在恢復親自指導時可能出現的任何公平和權限問題。

# 要求使用面罩

在 6 月 18 日 CDPH 發佈[面罩使用指南](#)，其廣泛要求社會大眾和員工在所有具高暴露風險的公共和工作場所情境下使用面罩。

在加州的人士在下方列出的高風險情況下必須配戴面罩：

- 在任何室內公共空間內或排隊進入時；<sup>2</sup>
- 在醫療產業情境下（包括但不限於醫院、藥房、醫療診所、實驗室、醫生或牙科診所、獸醫診所或血庫）取得服務時；<sup>3</sup>
- 等待或搭乘公共交通工具或輔助客運系統，或者在搭乘計程車、私人或車輛服務或共乘車輛時；
- 工作時（無論是在工作場所或在工作場所外的地方工作），在以下狀況：
  - 與任何社會大眾親自互動
  - 在社會大眾所造訪的任何空間中工作，無論當時是否有任何社會大眾在場；
  - 在食品準備或包裝以銷售或配貨至他處的任何場所工作；
  - 在公共區域工作或通過，例如走廊、樓梯、電梯和停車設施；
  - 在其他人員（除該人自己家中的成員或居民）在場但無法維持身體距離的任何房間或封閉空間中；
  - 在乘客在場的情況下，駕駛或操作任何公共交通工具或輔助客運系統、計程車或私人車輛服務或共乘車輛。如果沒有乘客在場，強烈建議使用面罩。
- 當在室外公共空間無法與其他人員維持六英尺的身體距離時。

CDPH 指南文件也識別豁免配戴面罩的人士，包括但不限於患有阻礙配戴面罩之醫療疾病、心理健康狀況或殘疾之人士，以及聽力受損人士，或與聽力受損人士溝通時，在這些情況下必須能夠看見口部。

有關這些規則的完整詳情，包括所有要求和豁免權，請參閱[指南](#)。在其他情況下，強烈鼓勵使用面罩，且僱主可以實施其他面罩要求，以滿足其提供員工安全且健康之工作場所職責的義務。僱主必須為員工提供面罩，或為員工取得面罩的合理支出提供補償。

僱主應為符合豁免配戴面罩之條件其中之一的員工制定包容政策。如果一名員工在與他人頻繁接觸的其他情況下會被要求配戴面罩，但因為醫療疾病而無法配戴，則應該在可行且醫療疾病允許下，提供該員工一種非限制性的替代品，例如底部附有垂墜物的面部護罩。

對公眾開放的企業應瞭解 [CDPH 面罩指南](#) 中配戴面罩的豁免條件，且不應排斥任何在遵循該[指南](#) 下未配戴面罩的社會大眾。企業將需要制定在顧客、客戶、訪客和員工間處理這些豁免權的政策。

高等教育機構必須依據對員工和社會大眾的要求，要求並強化學生使用面罩，包括對有醫療疾病、心理健康狀況或殘疾的人士，以及聽力受損人士或與聽力受損人士溝通時的要求豁免權。在親自授課時，在演講廳中維持六英尺距離的指導員可以配戴有垂墜物的面部護罩。

加州州長緊急服務辦公室 (CalOES) 和公共衛生部 (CDPH) 正在努力支持面罩的採購和分銷。可[在此](#)找到其他資訊。

以下領域已被確定為重返校園計劃中必須解決的總體問題。



## 1. COVID-19 預防計劃

- 制定針對特定校區的新冠肺炎預防書面計劃，對所有工作區域、工作任務和學生互動進行全面風險評估，並在各個校區指派一名人員實施該計劃。應與當地公共衛生官員和其他當局進行合作，來制定關於遵循 IHE 專用計劃的所有決定。
  - 在含處理豁免權的工作場所特定計劃中納入 [CDPH 的面罩使用指南](#)。
- 確定設施所在地點當地衛生部門的聯繫資訊，用於傳達學生和員工間 COVID-19 疫情爆發的資訊。
- 與員工和學生進行訓練和溝通。讓計劃可由員工及其代表可以獲得和取得。
- 定期評估設施是否符合計劃和文件，並糾正確認的疏失。
- 調查任何新冠肺炎疾病，並確定與院校、校園或院校活動相關的任何因素是否可能導致感染風險。根據需要更新計劃以防止出現更多的病例。
- 在工作場所爆發疫情時，根據 [CDPH 指南](#) 實施流程和標準作法。
- 確定與受感染員工或學生密切接觸的人（六英尺以內且接觸時間至少 15 分鐘），並採取措施隔離新冠肺炎陽性員工和讓密切接觸者檢疫。
- 遵守以下準則。否則，可能會導致工作場所疾病，這可能導致運營暫時關閉或受限。
- 確保供應商、獨立承包商以及企業內執行服務的其他人員都瞭解這些準則，且獲得或取得自己的用品和 PPE，並遵守這些準則。



## 2. 一般措施

- 建立並繼續與當地和州政府機構的溝通，以確定您社區當前的疾病水平和控制措施。例如：
  - 請造訪當地的衛生部門網站進行諮詢，或諮詢當地衛生官或指定的工作人員，他們最適合根據當地情況和當地公共衛生指令進行監測並提供建議。點擊[這裡](#)查詢目錄。
  - 定期查看州機構更新的數據和指南，包括[加州公共衛生部](#)和 [Cal/OSHA](#)。
- 在法律允許的最大範圍內，限制社區外部成員進入場所和使用校園資源，因為在場額外人士的人數和/或與學生、教職員和員工的互動會增加病毒傳播的風險。
- 制定一個計劃，以便在與設施或社區有關的人員因 COVID-19 生病的情況下對課程、團體或整個設施進行重複關閉。請參閱下方第 10 節。



### 3. 促進健康衛生實踐

- 在學生和員工間促進和加強[洗手](#)、避免 [接觸眼睛、鼻子和嘴巴](#)，並[遮掩咳嗽和噴嚏](#)。
  - 建議學生、教職員和員工經常用以肥皂洗手 20 秒，在塗肥皂後徹底搓洗。不需要或不建議使用「抗菌」肥皂。
  - 鼓勵學生、教職員和員工用面紙或手肘內側遮掩咳嗽和噴嚏。使用過的面紙應當丟進垃圾桶中，並且立即用肥皂和清水洗手至少 20 秒。
  - 在無法洗手時，學生和員工應使用洗手液。必須將消毒劑搓入手中，直到完全乾燥。
  - 根據 [FDA 的諮詢](#)，請勿使用任何可能含有甲醇的洗手液。甲醇對兒童和成人都有危險。
- 確保有充足的[健康衛生](#)供應品，包括衛生台、肥皂、含量至少 60% 乙醇的洗手液、紙巾、消毒濕巾和無接觸/腳踏式垃圾桶。
- 要求或強烈建議所有的學生和員工每年秋季接種抗流感疫苗，除非個人醫療疾病禁止，以幫助：
  - 保護校園社區
  - 減少對醫療機構的需求
  - 減少不能輕易與 COVID-19 區分，且因此會觸發 IHE 和公共衛生當局廣泛措施的疾病。
- 在明顯的位置（例如建築物入口、洗手間、用餐區）張貼[告示](#)，[促進日常保護措施](#)並說明如何[停止傳播](#)病菌（例如藉由[正確洗手](#)、保持身體距離和[正確配戴布質面罩](#)）。
- 當與教職員、員工和學生溝通時（例如在 IHE 網站、電子郵件，以及 IHE [社群媒體帳戶](#)），根據 [Clery 法案](#)包括有關防止 COVID-19 傳播之行為的資訊（例如[影片](#)）。



### 4. 強化清潔、消毒和通風



#### 清潔和消毒

- 如下所述，全天候在 IHE 設施內部清潔和消毒經常觸摸的表面（例如門把、燈光開關、水槽把手、飲水機、手拉柄、扶手、廁所隔間、餐桌、電梯按鈕）。



- 應盡可能限制共用物品（例如實驗室設備、電腦設備、辦公桌），或在使用間進行消毒。如果 IHE 使用交通運輸車輛（例如巴士），司機應該採取其他員工適用的所有安全措施和標準作法（如手部衛生和布質面罩）。清潔和消毒 IHE 巴士、廂型車或其他車輛的指南，請參閱[公共交通運營商](#)指南。應提供司機消毒紙巾和拋棄式手套，以協助在一整天中消毒經常觸摸的表面。
- 為增加的日常清潔和消毒制定時間表，避免清潔產品的過少和過度使用。
- 確保清潔和消毒過程中適當通風。儘量引入新鮮的戶外空氣，例如在可能的情況打開窗戶。
- 僅在無人在場的情況下計劃清潔；在人員返回之前進行徹底通風。如果表面或物品明顯髒污，請先使用肥皂和輕水或經美國環境保護署 (EPA) [較安全的選擇計劃 \(Safer Choice Program\)](#) 認證的全效防哮喘清潔產品。
- 從 [EPA 批准的「N」列表](#) 中選擇經批准用於對抗 COVID-19 致病病毒的消毒產品。
  - 為[降低哮喘](#)和其他與消毒相關的健康影響風險，計劃應致力於[選擇 EPA 「N」列表上含有防哮喘成分](#)（過氧化氫、檸檬酸或乳酸）的消毒產品。
  - 避免含有過氧乙酸（過乙酸）、次氯酸鈉（漂白劑）或四級銨鹽化合物的產品，這些化合物可能導致哮喘。
  - 按照消毒產品標籤說明使用適當的稀釋倍率和接觸時間。提供員工產品相關[危害](#)、製造商說明、通風要求以及 Cal/OSHA 安全使用要求的訓練。
  - 按照[加州農藥監管局](#)的[說明](#)使用消毒劑。
  - 清潔和消毒校園的保管員工和其他員工應配備適當的保護設備，包括防護手套、眼部防護、呼吸防護以及產品說明要求的其他適當保護設備。
  - 建立清潔和消毒時間表，以避免清潔產品的過少和過度使用。
- 鼓勵學生、教職員和員工保持個人物品（例如手機、其他電子產品）和個人工作和生活空間的清潔。鼓勵學生、教職員和員工在使用前使用消毒紙巾擦拭共享的辦公桌、實驗室設備以及其他共享的物品和表面。

## 通風

- 儘量引入新鮮的戶外空氣：
  - 在可能的情況下，儘可能地打開窗戶，最好是同時在房間的對側有兩個或更多個開口，以引入良好的自然通風。除了打開窗戶，或打開窗戶將對設施內人士造成安全性或健康風險時（例如會讓卡車廢氣或花粉進入），可使用空調或吹風機的「新鮮空氣」設定，以及室內 HEPA（高效濾網）空氣清淨機。

- 對於使用機械通風的建築，藉由禁用需求控制的通風並將室外空氣加濕器打開至 100%（或室內室外條件允許的可能最高程度）來增加戶外空氣通風。
- 建築物中的機械通風系統必須在建築物中有人時持續運行。
- 將建築物機械通風濾網升級至 MERV-13 或可行的最高等級。
- 如果可能，添加帶有 HEPA 過濾器的可攜式室空氣清淨機，並考慮可由可攜式空氣清淨機所覆蓋的室內空間之建議。
- 如需更多資訊，請[諮詢 ASHRAE 重新開放學校的建議](#)。

## 水系統消毒

---

- [採取措施](#)確保所有水系統和功能（例如飲水機和裝飾噴泉）在長時間設施關閉後可安全使用，以盡量降低[退伍軍人病](#)和其他與水相關疾病的風險。
- 禁止使用飲水機。鼓勵教職員、員工和學生自己帶水，並使用適用於個人水瓶的充水站。應定期清潔和消毒充水站。在充水站張貼告示，鼓勵使用者在充水後清洗或消毒雙手。



## 5. 在校園實施保持距離

### 調整佈局

---

**警告：**僅靠社交疏離不足以防止在室內傳播 COVID-19。除了保持身體距離以外，還必須採取面部遮蓋、增強通風和這些指引中討論的其他措施，以減少傳播風險。可根據所在縣的級別進行面對面講課。

- 空間座位/辦公桌間隔至少 6 英尺。在較大的空間內進行小班制。
- 可根據所在縣的級別進行面對面講課。
  - 紫色 - 廣泛 - 一級：禁止面對面講課。
  - 紅色 - 大量 - 二級：允許面對面講課，但必須限制在容納人數的 25% 或 100 人，以較少者為準，且需修改。
  - 橙色 - 適度 - 三級：允許面對面講課，但必須限制在容納人數的 50% 或 200 人，以較少者為準，且需修改。
  - 黃色 - 最小 - 四級：允許面對面講課，但必須限制在容納人數的 50%，且需修改。
- 考慮使用非教室空間進行講課，包括經常使用室外空間（天氣允許下）。



- 實際可行時，在親自授課外也提供同步遠距教學，以幫助減少親自出席者的人數。
- 在從事體驗式學習機會（例如實驗室、職業技能建築活動）的個人之間提供足夠的距離。
- 在 IHE 車輛中，盡可能地將學生之間的距離最大化（例如，隔行），且確保佩戴口罩。在可能的情況下，通過開窗和車輛通風系統引入新鮮的戶外空氣。
- 考慮為較小的團體重新設計活動，並重新安排空間以保持距離。

## 實體屏障和指引

---

- 安裝不會滲透的實體屏障，例如噴嚏防護罩和區隔屏，尤其是在難以在人們間保持至少六英尺距離的區域（如收銀機）。
- 提供實體指引和線索，例如地板或人行道上的膠帶或牆上的標誌，以確保排隊時和其他時候人們間維持至少六英尺的距離。
- 考慮指定進出口的路線，儘量使用多個入口。制定其他標準作法，以在可行時限制與他人的直接接觸。
- 保持或擴展繳交作業時減少接觸的程序。

## 公共空間

---

- 在法律允許的最大範圍內，限制任何不必要的訪客或志工來訪校園。目前不允許涉及外部團體或組織（特別是來自當地地理區域，如社區、城鎮、城市或縣，的人士）的面對面活動或會議。
- 關閉非必要的共享空間，例如遊戲室和休息室；對於必要的共享空間，交錯使用並限制同一時間在場的人數，以確保每個人至少可以保持至少六英尺的距離，並在使用之間進行清潔和消毒。設立系統加以強化。
- 設置可供個人研究的研究空間讓學生保持六英尺的距離，並在可能時安裝實體屏障。這樣的空間必須限制佔用房間容量的 25% 或 100 人，以較少者為準。
- 添加實體屏障，例如廁所水槽間的塑料彈性屏幕，特別在他們無法保持六英尺距離時。當水槽間的距離少於六英尺時，請交錯禁用水槽，以製造更多距離。
- 鼓勵學生始終使用相同的廁所和淋浴設施，以遏制在該群組內可能的傳播。

## 健身房、泳池和健身設施

---

- 請參閱 [《更安全的經濟藍圖》網站](#) 上有關健身設施和泳池的指南。

- 如關於大學運動員的指南中所述，運動設施必須僅限制讓必要人士入內，例如運動員、教練、訓練員等。



## 餐飲服務和餐廳

- 提供外帶用餐選項。若通常使用餐廳，在可能下請供應單獨裝盤的餐點（相對於自助餐或任何自助餐檯）。
- 使用拋棄式供餐用品（例如餐具、餐盤）。如果無法或不希望使用拋棄式用品，請確保在戴手套的情況下處理所有非拋棄式供餐用品，並用洗碗精和熱水，或者用洗碗機洗滌。個人應該在戴手套前和脫手套後，以及直接處理用過的供餐用品之前[洗手](#)。
- 如果在任何活動中提供食物，則為每位出席者提供預包裝的餐盒或午餐袋，而不是自助餐或家庭式餐點。避免分享食物和餐具，並考慮[食物過敏者的安全](#)。
- 美食街應根據設施當地衛生官員的重新開放批准，遵循相關指南，如下所述：
  - **紫色 - 廣泛 - 一級**：允許室外運營（送貨/外賣），且需修改。
  - **紅色 - 大量 - 二級**：允許室內用餐，但必須限制在容納人數的 25% 或 100 人，以較少者為準，且需修改。
  - **橙色 - 適度 - 三級**：允許室內用餐，但必須限制在容納人數的 50% 或 200 人，以較少者為準，且需修改。
  - **黃色 - 最小 - 四級**：允許對室內用餐運營，但必須限制在容納人數的 50%，且需修改。
- 對於其他校園服務（例如[書店](#)、[圖書館](#)、[托兒](#)、美食廣場等）的指南，請造訪[《更安全的經濟藍圖》](#)網站。



## 6. 限制共享

- 不鼓勵共享難以[清潔或消毒](#)的物品，如上所述。
- 確保充足的供應品，以儘可能減少高接觸材料的共享（例如，為每位學生分配自己的美術用品、實驗室設備、電腦），或者一次只限制一組學生使用供應品和設備，並在使用間[清潔和消毒](#)，如上所述。
- 避免共享電子設備、書籍、筆和其他學習輔助工具。



## 7. IHE 授權的住宿服務

- 請查閱本文件他處的校園內準則和當前 [CDC COVID-19 共享或集體住宿服務指南](#)關於以下的部份：
  - 在為學生和教職員分配有限住宿服務的優先權時，IHE 應評估並緩解任何公平和權限問題。
  - 提供 COVID-19 預防的頻繁提醒，包括適當的手部衛生（口頭、海報、影片），並大量在公共區域和房間中提供洗手液。
  - 在一整天內清潔和消毒公共區域和高接觸的表面，與第 3 節一致。
  - 在公共區域要求遮蓋面部並保持身體距離。
  - 為所有住宿的專業人員、研究生大廳主任、居民顧問 (RA) 以及類似職位的其他人員提供公共衛生措施和 COVID-19 徵兆和症狀的訓練。
  - 根據目前當地和州衛生官員的指令，不得舉辦社交聯誼或活動。
  - 重新配置公共區域的座位，以便保持適當的身體距離。
- 在校內住宿服務中保持身體距離相當困難，且即使經調整的準則也難以實現。但是，應盡一切努力藉由降低入住率來減少在校內住宿服務中的暴露風險，包括：
  - 建立允許的入住率，並制定監控和執行計劃。
  - 儘可能優先考慮單人房住宿，但家庭住宿服務除外。如果學院/大學在校內接受親自授課的學生人數有限，這可能是可行的。如果每間客房必須有兩位學生，請確保床間至少有六英尺的距離，並要求學生以相反的方向睡覺（頭對腳）。
  - 最大限度減少每個浴室使用人數。使用共用浴室時，應盡可能錯開使用時間，並增加清潔頻率。
  - 限制非居民進入建築物，包括外部訪客、非居民員工和其他人員。這些限制可能不適用於某些人，例如殘疾學生的個人護理服務員。



## 8. 訓練員工和學生

- 提供教職員、員工和學生預防 COVID-19 的有效訓練，包括：
  - 有關 [COVID-19](#) 的資訊、如何防止其傳播，以及哪些潛在的健康狀況可能使人更容易受病毒感染。
  - 設施的 COVID-19 預防計劃。
  - 家中自我篩查，包括使用 [CDC 指南](#)的體溫和/或症狀檢查。

- 如果症狀變得嚴重，包括胸部持續性的疼痛或壓力、意識混淆、或者嘴唇或臉部發青，請就醫。更新和更多詳細資訊可在 [CDC 的網頁](#)上取得。
- 增強的衛生實踐
- 保持身體距離準則
- 使用 PPE 並[正確使用、移除和清洗布質面罩](#)，包括：
  - 面罩不是個人防護裝備 (PPE)。
  - 面罩有助於防止防戴者和穿戴者附近人士暴露，但無法替代保持身體距離和頻繁洗手的需求。
  - 面罩必須覆蓋口鼻。
  - 使用或調整面罩之前及之後，應清洗或消毒雙手。
  - 避免觸摸眼睛、鼻子和口。
  - 面罩不得共享，且每次使用後應清洗或丟棄。
- 包含在 [CDPH 的面罩使用指南](#)中的資訊規定了必須配戴面罩的情況及豁免情況，以及任何 IHE 為確保使用面罩而已採取的政策、工作規則和實踐。訓練也應該包括將如何處理依 IHE 的政策而豁免配戴面罩者。
- 應參閱有關[支持 COVID-19 病假和員工薪酬的政府計劃](#)的更多資訊，包括[《家庭第一冠狀病毒應對法案》](#)規定的員工病假權利。
- 不上班或上課的重要性：
  - 如果員工或學生有如 [CDC 所描述](#)的 COVID-19 症狀，例如發燒或寒戰、咳嗽、呼吸短促或呼吸困難、疲勞、肌肉或身體疼痛、頭痛、新喪失味覺或嗅覺、咽喉痛、鼻塞或流鼻涕、噁心、嘔吐或腹瀉，或
  - 如果員工或學生被診斷有 COVID-19，且尚未從隔離中釋放出來，或
  - 如果在過去 14 天內，員工或學生曾和診斷有 COVID-19 且認為可能有傳染性的人士（即仍在隔離）接觸。
- 只有當症狀首次出現 10 天后，症狀得以改善，並且員工或學生在過去的 24 小時內沒有發燒（在不使用降燒藥物的情況下），那麼他們方可在確診新冠肺炎後恢復工作或上課。既往被診斷為新冠肺炎但沒有症狀的員工或學生，只有在首次新冠肺炎檢測陽性樣本採集日期後 10 天才能返回工作或上課。
- 確保任何獨立承包商、臨時或簽約工和志工都能夠正確地瞭解校園 COVID-19 預防政策，並且有必要的供應品和 PPE。提前提醒臨時和/或合約工這些責任，並確保員工已接受訓練。
- 考慮進行虛擬訓練，或者如果為面對面，請確保維持[六英尺](#)的身體距離。



## 9. 檢查徵兆和症狀

- 如 [CDC 所描述](#) 的 COVID-19 症狀包括：
  - 發燒或寒戰
  - 咳嗽
  - 呼吸短促或呼吸困難
  - 疲勞
  - 肌肉或身體疼痛
  - 頭痛
  - 新喪失味覺或嗅覺
  - 喉嚨痛
  - 鼻塞或流鼻涕
  - 噁心或嘔吐
  - 腹瀉
- 如可行，進行日常健康篩查，或要求教職員、員工和學生進行自我檢查（例如體溫篩查和/或[症狀檢查](#)）。
- 應根據任何適用的聯邦或州隱私和保密法律和法規，安全且尊重地在符合保持身體距離建議下進行健康檢查。IHE 行政人員可以使用 CDC [一般業務常見問題](#) 中所顯示的篩查方法範例。



## 10. 在員工、學生或訪客生病時做計劃

### 建議生病者的居家隔離標準

---

- 提醒最近生病或最近曾和 COVID-19 患者[密切接觸](#)的員工和學生待在家中，或如果他們居住在校園住宿服務，應遵循[隔離](#)程序。
- 對於嚴重傷害或疾病，請致電 9-1-1，不要延遲。
- 生病的教職員、員工或學生不應返回面對面課堂或 IHE 設施，或在他們達到 CDC 的[停止家庭隔離標準](#)前結束隔離。制定一項計劃，為住在校園且診斷有或出現 COVID-19 的症狀的學生提供包括食物和醫療保健在內的服務。
- 制定鼓勵和提醒生病教職員和學生待在家裡而不必擔心不良後果的政策，並確保員工和學生知道這些政策。



## 隔離並運送患者

---

- 確保教職員、員工和學生知道如果他們感覺身體不適則不應該到 IHE，並且應在如果他們生病且有 COVID-19 [症狀](#)、COVID-19 檢測陽性，或者曾[暴露](#)於患有 COVID-19 症狀或確診病例的患者時通知大學官員（例如 IHE 指定的 COVID-19 聯繫人）。
- 立即隔離有 COVID-19 [症狀](#)（如上所列）的教職員、員工和學生。病人應該：
  - 配戴口罩或面罩，
  - 回家，或者如果他們居住在校園住宿服務則遵循隔離程序，或者前往當地或校園的醫療保健機構，視其症狀的嚴重程度而定，並
  - 遵循 [CDC 關愛自己和生病他人的指南](#)。IHE 可為居住在 IHE 住宿服務者遵循 [CDC 的共享或集體住宿指南](#)。
- 與 IHE 行政人員和醫療保健提供者合作，確定隔離室、區域或建築/樓層（適用於校內住宿服務），以分隔任何有 COVID-19 症狀，或檢測陽性但沒有症狀者。IHE 醫療服務提供者必須在護理病人時依[第 8 條，第 5199 節](#)受保護。請參閱：[加州氣霧傳播性疾病工作場所指南](#)。
- 制定安全運送任何生病者回家或到醫療照護設施的程序，或遵守第 8 章第 5199 節的規範。如果您打電話叫救護車或者將某人帶到醫院，請先打電話告訴他們該人可能有 COVID-19。



## IHE 附屬的學生健康服務

---

- 請參見 [CDC](#) 和 [Cal/OSHA](#) 有關向
  - 對 COVID-19 症狀者提供醫療照護服務並
  - 在接受護理時，保護員工和學生不受 COVID-19 感染的安全指南。



## 清潔和消毒

---

- 關閉病人使用的區域，且在清潔和消毒（如上所述）之前請勿使用這些區域。
- 在清潔和消毒前等待至少 24 小時。如果 24 小時不可行，請等待盡可能久的時間。確保由[受過訓練](#)的員工在使用個人防護裝備和為清潔建議的通風（如上所述）下，[安全和正確的施用](#)消毒劑。避免讓兒童接觸消毒用品。考慮專門從事污染區域消毒的第三方清潔服務。



## 通知健康官員和密切接觸者

---

- 立即向當地衛生官員和校園社區的適當成員通知任何 COVID-19 陽性案例，同時按州和聯邦法律的要求（包括 FERPA 和 ADA）進行保密。可以[在此](#)找到其他指南。
- 通知那些曾經和診斷為 COVID-19 者有[密切接觸](#)的人待在家中或在他們的居住地區，並[自我監測症狀](#)，並在若症狀出現時遵循 [CDC 指南](#)。
- 記錄/追蹤可能的暴露事件，並在有任何 COVID-19 陽性案例時立即通知當地衛生官員、適當員工和家庭，同時按州和聯邦法律關於教育記錄的隱私要求（包括 FERPA 和 ADA）進行保密。可以[在此](#)找到其他指南。員工聯絡人扮演協調角色，確保立即和負責任的通知。
- 告知生病的員工和學生不要回來，直到他們符合 CDC 中止[居家隔離](#)的標準，包括 24 小時內無發燒、症狀改善，且在首次出現症狀後已超過 10 天。
- 確保不歧視曾經或目前診斷為 COVID-19 的學生和員工。



## 11. 維持健康的運營

### 為高風險者提供 COVID-19 嚴重疾病的保護

---

- 為具[嚴重疾病較高風險](#)的教職員和員工（包括年齡較長的成人和有某些潛在醫療狀況的各年齡人士）提供降低其暴露風險的選擇（例如遠距工作、遠距授課和修改工作職責）。
- 為具[嚴重疾病較高風險](#)的學生提供降低其暴露風險的選擇（例如虛擬學習機會）。
- 可能時為所有員工提供遠距工作機會，並為學生提供虛擬學習、獨立研究以及其他選項的機會，以盡可能降低傳播風險。

### 監管意識

---

- 瞭解與團體聚會相關的當前州或當地監管機構政策，以確定是否可以舉辦活動。

### 活動

---

- 對於 IHE 特定學生活動，如有可能，團體活動、聚集或會議可通過虛擬手段進行。面對面的聚會必須遵守以下指引：
  - 紫色 - 廣泛 - 一級：禁止聚會。

- **紅色 - 大量 - 二級**：允許聚會，但必須限制在容納人數的 25% 或 100 人，以較少者為準，且需修改。
  - **橙色 - 適度 - 三級**：允許聚會，但必須限制在容納人數的 50% 或 200 人，以較少者為準，且需修改。
  - **黃色 - 最小 - 四級**：允許聚會，但必須限制在容納人數的 50%，且需修改。
- 遵循適用於體育活動和體育活動參與者的指南，以便減少將 COVID-19 傳播給運動員、家庭、教練和社區的風險。（請參閱下方大學運動員的指南。）
  - 對於所有其他聚會，例如公眾演出，請遵循適用於聚會的當前公佈的州和當地衛生官員指令之指南。
  - 在法律允許的最大範圍內，限制任何不必要的訪客或志工來訪校園。目前不允許涉及外部團體或組織（特別是非來自當地地理區域，如社區、城鎮、城市或縣份的人士）的面對面活動或會議。



## 遠距工作和虛擬會議與服務

---

- 盡可能鼓勵多數教職員和員工遠距工作，尤其是具 [COVID-19 嚴重疾病較高風險](#) 的員工。
- 儘可能地通過視訊或電話會議來替代面對面會議。
- 儘可能以虛擬方式提供學生支持服務。
- 如有可能，使用彈性的工作或學習地點（例如，遠距工作、虛擬學習）和彈性的工作和學習時間（例如，交錯班次或班級），以幫助建立保持社交距離的政策和實踐。



## 旅行和運輸

---

- 根據州和地方法規和指南，考慮限制非必要旅行的選項。
- 鼓勵使用大眾交通工具的學生、教職員以及員工考慮使用其他交通方式（例如走路、騎自行車、開車或單獨乘車或僅與家庭成員一起乘車）（如果可行）。



## 指定的 COVID-19 聯繫人

---

- 指定行政人員或辦公室負責回應 COVID-19 的問題。所有 IHE 學生、教職員和員工都應知道他們的身份以及如何聯繫他們。聯繫人應接受訓練，以協調可能的 COVID-19 暴露調查、記錄和跟蹤，以適當指導密切接觸人員進行隔離，並以立即和負責任的方式通知當地的衛生官員、員工和家庭。

## 參與社區響應工作

---

- 考慮在更廣泛的 COVID-19 社區響應工作中與州或地方當局進行合作，包括要求接觸追蹤的授權權限、參與社區響應委員會以及利用 IHE 實驗室和資源提高檢測能力（可用時）。

## 溝通系統

---

- 維護溝通系統
  - 讓學生、教職員和員工能
    - 在如果他們出現 COVID-19 [症狀](#)、COVID-19 的陽性檢測，或者曾接觸到患 COVID-19 者時進行通報，這應遵循 [COVID-19 的健康資訊共享法規](#)，和
    - 根據 FERPA 和州法律關於隱私和教育記錄的要求，在保密的情況下，獲得立即暴露和關閉通知。可以[在此](#)找到其他指南。
  - 通知教職員、員工、學生、家庭以及社會大眾 IHE 的關閉以及限制 COVID-19 暴露的任何現行限制（例如有限的運營時間）。

## 休假和因故缺勤政策

---

- 制定在 COVID-19 疾病之後返回課堂和 IHE 設施的政策。CDC [停止居家隔离](#)和[檢疫隔離](#)的標準可以為這些政策提供建議。

## 備用人員配置計劃

---

- 監控員工和學生的缺勤情況、交互訓練員工，並建立已受訓備用員工的輪流名單。

## 附屬機構

---

- 確保任何 IHE 附屬的組織，例如校外俱樂部、兄弟會或姐妹會組織等，也遵循這些準則。建立系統以強制執行並讓附屬組織負責遵守本指南。

## 支持應對和韌性

---

- 鼓勵員工和學生在感到不堪重負，或者感覺不舒服時，暫時不要觀看、閱讀或聽新聞故事，包括社群媒體。

- 促進健康飲食、運動、睡眠和尋找放鬆的時間。
- 鼓勵員工和學生與他們信任的人討論他們的顧慮以及他們感覺。
- 考慮張貼國家苦難熱線的告示：1-800-985-5990，或者將簡訊 TalkWithUs 傳至 66746。
- 張貼能幫助學生管理壓力並照顧他們的心理健康的校內資源告示。

## 檢測

---

- 考慮對學生和教職工進行定期篩查，以檢測當前的新冠肺炎感染情況，並獲取資源以對暴露的 IHE 學生和教職工進行暴露檢測。目前尚不清楚感染後初次或常規檢測血清中抗體是否有益處。



## 12. 部分或全面關閉的注意事項

- 頻繁地檢查州和地方衛生官員指令和衛生部門有關區域內的傳播或關閉的通知，並相應地調整經營。
- 當有學生、教職員或員工的 COVID-19 檢測結果呈陽性，且他們曾在學校接觸他人時，應實施以下步驟：
  - 諮詢當地公共衛生部門，瞭解需要進行的額外跟蹤以確認密切接觸者，以及建議的行動、關閉或其他保護您社區的措施。
  - 為 COVID-19 感染者提供居隔離 10 天的標準指南。
  - 在密屈接觸後提供至少 14 天居家隔離的標準指南，學生或員工隔離時可能需要暫時關閉部份或整個校園。請參閱當地衛生部門網站或 [CDPH 隔離和檢疫隔離指南](#)。
  - 居所和教室外的其他密切接觸者也應在其居所隔離 14 天。
  - 制定暴露通知或學校關閉的溝通計劃，包括向學生、家長、教職員、員工和社區進行宣傳活動。
  - 包括有關勞工法律的資訊、有關殘疾保險的資訊、帶薪家庭休假和失業保險的資訊（如適用）。
  - 向學生、家長、教職員和員工提供指南，提醒他們在部份或全面校園關閉時保持社區身體距離措施的重要性，包括禁止學生或員工在他處聚集。
  - 制定或審查教育持續性計劃。
  - 監控當地公共衛生部門網站，並保持定期的溝通。

# 大學運動員的特定臨時指南

以下準則和考慮事項旨在幫助高等教育機構 (IHE) 及其社區計畫和準備恢復大學運動訓練，並在條件允許時恢復競賽。

傳播 COVID-19 病毒的風險取決於多種與運動密切相關的因素，包括：

- 在某地點的人數
- 地點類型（室內相較於室外）
- 人員間的距離或身體接觸
- 在該地點的時間長度
- 觸摸共享物品
- 面罩的使用
- 與來自不同社區傳播程度之區域的人員混合

時間長度、接觸的距離和共享設備的使用增加了運動員的潛在風險。為幫助緩解這些風險，希望恢復競賽的學院應為學生運動員提供強力的保護，包括讓他們選擇退出該季而不會面臨被撤銷、減少或取消獎學金的風險，或者任何其他類型的不良後果。預期大學運動部門能強力執行下述的檢測和報告標準作法。

作為一般指南，較小的團體比較大的團體更安全；戶外場所比室內更安全；可確保六英尺或更遠距離的運動比密閉接觸的運動更安全；較短的持續時間比較長的時間更安全。對於大多數體育活動，本指南假設在運動時無法使用面罩，但是在邊線時運動員和其他人應配戴面罩。運動總監和教練需要在其計劃恢復訓練和準備時考慮所有這些因素。

此外，學生運動員在校外訓練、學習且可能住在校外，而到其他地區比賽，會增加傳播的風險。IHE 在恢復練習時需要考慮這些因素，制定校園健身設施的使用方案，並制定學生運動員住房的指導。允許其他團隊從其他地理區域來到本校也會增加疫情傳播的風險。

隨着待在家中指令的修改，必須採取所有可能的措施，以確保學生運動員、員工和公眾的安全。

大學體育團隊只有在以下情況下才能恢復練習：

- 高等教育機構及其團隊採用機構特定的「恢復運動」安全計劃，以及
- IHE 應建立並實施定期對運動員和支持人員進行的新冠肺炎檢測。定期 PCR 檢測和每日抗原檢測都可以接受。（有關檢測的特定要求，請參見下面的第 3 節。）
- 與國家大學體育協會 (NCAA) 所規定的要求一致，運動員不需要放棄與 COVID-19 有關的法律權利，作為參加體育運動的條件。
- 高等教育機構堅持遵守對新冠肺炎檢測結果呈陽性的個體和這些個體的密切接觸者進行隔離檢疫的相關高等教育機構一般性指導及州和地方公共衛生部門的指南。



只有在以下情況下，才允許沒有觀眾的團隊間競賽：

- IHE 可以在高接觸風險運動比賽前 48 小時內提供新冠肺炎檢測和結果。<sup>4</sup>
- 體育部門已經考慮到如何最好地確保：通過合理手段保證其他團隊已充分考慮並解決了相同的風險。這包括在事件開始前如何以符合適用健康資訊和教育隱私法的方式將檢測結果和相關安全保證分享給相關團隊。
- 學校與當地的公共衛生官員和接觸人的追蹤者進行合作，必須建立一種通知機制，確保萬一其中一個團隊的運動員在與另一個團隊比賽後 48 小時內檢測陽性，對其他學校進行通知。
- 體育部門（在與機構領導階層協商下）必須評估當地接觸者跟蹤資源的可用性和取得權限。如果當地接觸者跟蹤資源的可用性不足，學校必須訓練現場人員或搜羅接觸者跟蹤資源。完成正式接觸者跟蹤訓練的員工可在機構風險管理工作和資源中成為寶貴的資源。

此為臨時的指南。這些準則和考慮事項是基於目前可得最佳的公共衛生數據、目前使用的最佳國際做法以及管理運營的實際現實狀況；本指南將隨着新數據和做法的出現更新。此外，準則和考慮事項並不反映大學體育計劃需要解決的所有問題。

高等教育機構和體育部的機構應遵循 NCAA 採納的標準，包括 NCAA [關於體育重新社會化的準則](#)<sup>5</sup> 及他們召開的體育會議（如適用）。如果這些指南或當地衛生部門指南施加了超出本指南的額外限制或要求，並且比這些指南更嚴格，則高等教育機構和體育部必須遵守更嚴格的要求。

作為分階段重新開放的一部分，本指南的實施將取決於改善或有利的當地流行病學趨勢和 IHE 和社區檢測資源的醫療保健能力可用性，以及 IHE 對病例和暴發調查的充分準備。應與當地公共衛生官員和其他當局進行合作，來制定關於遵循 IHE 專用計劃的所有決定。當地公共衛生部門的要求可能比必須遵循的指引更嚴格。

應針對各情境實施本指南，包括充分考慮各機構運營的學程以及學生運動員和員工的需求。行政人員應該與包括學校社區中學生運動員、其家人、員工和勞動合作夥伴的利益相關者合作，以制定和實施計畫。

即使堅持保持社交距離，在讓多個不同社區的人一起進行相同活動（尤其是室內或密切接觸）的環境中召開會議，也有提高廣泛傳播新冠肺炎病毒的風險，並可能導致感染率、住院率和死亡率增加，特別是在更脆弱的人群中。

因此，運動設施必須限制僅讓必要人員進入，例如運動員、教練、訓練員、保全人員和活動員工。加州公共衛生部與當地公共衛生部門協商，將審查並評估進行這些限制這些對公共衛生產生的影響，並提供進一步的指導，作為階段性恢復休閒活動的一部分。



# 要求使用面罩

在 6 月 18 日 CDPH 發佈[面罩使用指南](#)，其廣泛要求社會大眾和員工在所有具高暴露風險的公共和工作場所情境下使用面罩。所有參與大學體育活動的人員，包括教練、員工、媒體和未參與競賽的運動員，都需要遵守這些要求。有關面罩的詳細資訊，請參閱本指南[第 3 頁](#)。

以下領域被確定為計劃恢復大學體育運動時必須遵守之總體問題。



## 1. 體育設施特定計劃

- 在每個機構制定針對機構的新冠肺炎預防書面計劃，對所有工作和運動區域進行全面的風險評估，並在每個機構指定一個人實施該計劃。應與當地公共衛生官員和其他當局進行合作，來制定關於遵循 IHE 專用計劃的所有決定。
- 指定為整體運動員和每個團隊或運動負責整體回應 COVID-19 相關問題的人員。所有教練、員工和學生運動員都應知道他們的 COVID-19 聯繫人是誰，以及如何聯繫他們。
- 在含處理豁免權的運動設施特定計劃中納入 [CDPH 的面罩使用指南](#)。
- 確定設施所在地點當地衛生部門的聯繫資訊，用於傳達員工或學生運動員間 COVID-19 疫情爆發的資訊。
- 針對計劃與員工、員工代表以及學生運動員進行訓練和溝通，並向員工及其代表提供計劃。
- 定期評估設施是否符合計劃和文件，並糾正確認的疏失。
- 調查任何 COVID-19 疾病，並確定是否有任何工作相關或體育相關之可能導致感染風險的因素。根據需要更新計劃以防止更多的病例。
- 根據[加州公共衛生廳 \(CDPH\) 指引及當地衛生部門的命令](#)，在工作場所爆發疫情時實施必要的流程和規程。
- 遵守以下準則。否則，可能會導致疾病，這可能導致營運暫時關閉或受限。



## 2. 學生運動員和員工訓練的其他主題

在返回校園時或之前，應針對 COVID-19 提供學生運動員、員工和教練教育課程，其中包括以下其他主題：

- COVID-19 對運動員的風險
- 正確使用面罩，包括：
  - 面罩不是個人防護裝備 (PPE)。
  - 面罩有助於防止防戴者和穿戴者附近人士暴露，但無法替代保持身體距離和頻繁洗手的需求。
  - 面罩必須覆蓋口鼻。
  - 員工使用或調整面罩之前及之後，應清洗或消毒雙手。
  - 避免觸摸眼睛、鼻子和口。
  - 面罩不得共享，且每次輪班後應清洗或丟棄。
- 包含在 [CDPH 的面罩使用指南](#) 中的資訊規定了必須配戴面罩的情況及豁免情況，以及任何僱主為確保使用面罩而已採取的政策、工作規則和實踐。訓練也應該包括將如何處理依 IHE 的政策而豁免配戴面罩者。
- 所有人員、工作人員、教練和學生運動員都應注意自己的日常活動和高風險接觸（6 英尺內至少 15 分鐘）。
- 有關僱主或政府贊助的休假福利的資訊，員工可能有權獲得這些福利而使其更容易待在家中。請查看[支持 COVID-19 病假和員工薪酬的政府計劃](#)的額外資訊，包括員工在[家庭第一冠狀病毒應對法案](#)下的病假權，以及根據政府官員的[行政命令 N-62-20](#)（在該命令有效時）員工對員工補償福利和推測 COVID-19 工作相關性的權利。
- 保持身體距離的重要性
- 報告任何症狀的標準作法
- 任何設施具體變更



### 3. 個人控制措施和篩檢

- 根據任何已發表的 CDC 和 CDPH 指南並與當地衛生部門討論，建立有效的程序，定期對運動員和與運動員一起工作的員工進行新冠肺炎檢測。
- 儘可能限制建築物或設施入口點。
- 為進入設施或活動的所有員工和學生運動員提供症狀和健康篩查。儘可能確保體溫/症狀篩查員避免與員工或學生運動員有密切接觸。
  - 篩檢：運動員和工作人員應在每次適應訓練、團隊會議、練習或比賽之前篩檢發燒和 COVID-19 症狀或暴露情況
    - 檢查發燒的體溫 ( $\geq 100.4^{\circ}\text{F}$ )
    - 詢問他們是否有新的咳嗽、新的喉嚨痛、呼吸急促、新的味覺或嗅覺喪失、嘔吐或腹瀉
    - 詢問他們在過去 14 天內是否曾接觸過已知或疑似新冠肺炎患者
- 如果需要在家中自我篩查（這是在機構提供篩查的適當替代），請確保篩查是在員工離家上班前進行，且遵循 [CDC 的指南](#)。
- 處理受體液污染物品時，員工應配戴手套。
- 教練或裁判在移動由運動員使用過的物品（例如球）或處理垃圾袋時，應使用拋棄式手套（且在戴手套前和脫手套後洗手），或在處理共享物品之前和之後洗手。
- 儘可能限制任何非必要的訪客、員工和志工。目前在訓練或競賽期間不允許有觀眾。

#### 檢測

- IHE 必須建立並實施對運動員和支持人員的新冠肺炎定期檢測，並同意最低檢測標準，其中包括在從練習返校之前要檢測的頻率（所有運動員和與運動員密切接觸的所有人員）和先完成什麼類型的檢測。
  - 根據目前的證據和標準，對於基線和正在進行的篩選檢測，每日抗原檢測和定期 PCR 檢測都是可接受的檢測方法。
  - 如果遵循每日抗原檢測規程，則該規程必須先進行 PCR 檢測，然後進行每日抗原檢測。任何陽性抗原檢測都必須觸發 PCR 檢測以進行確認。有症狀的運動員和工作人員需要進行 PCR 檢測，並應在報告症狀後 24 小時內進行 PCR 檢測。

- 檢測策略始終取決於是否有充足的檢測用品、實驗室能力、有效的周轉時間和檢測的方便獲取。如果社區中的 PCR 檢測優先用於有症狀的個體（[CDPH 網站](#)上更新了檢測優先級標準），如果無法進行每日抗原檢測，如果 PCR 供應/周轉時間受到影響，或隨著檢測技術的發展，可能需要考慮替代方案。
- 請注意，PCR 檢測陽性結果表示在該時間點存在 SARS-CoV-2 RNA，這可能表示當前或過去的感染，可能並不表示當前的傳染性。陽性抗原檢測表明 SARS-CoV-2 抗原在該時間點存在，並可能表明當前具有傳染性。如果在感染早期採集樣本，則兩種檢測均可能是陰性。兩種檢測也均可能產生假陽性結果。
- 只有在以下情況下，才允許在觀眾的條件下進行團隊比賽：
  - IHE 可以在高風險接觸運動前 48 小時內提供新冠肺炎檢測和結果。<sup>6</sup>



## 4. 隔離與檢疫

- 要進行接觸式體育練習或比賽，高等學校、運動隊的管理人員和運動員都必須承諾遵守適當的隔離和檢疫程序。
- 所有有症狀的運動員和工作人員都必須隔離，直到獲得檢測結果為止。如果初始檢測為陰性且症狀持續並與新冠肺炎症狀一致，則應考慮重複檢測。
- 所有檢測呈陽性或臨床診斷出患有新冠肺炎疾病的運動員和工作人員都必須隔離：
  - 在症狀首次出現後隔離 10 天（或在其首次陽性檢測樣本採集後 10 天），而且
  - 至少有 24 小時沒有發燒（在不使用退燒藥的情況下），而且
  - 其他症狀有所改善。
- 從未出現症狀的 SARS-CoV-2 陽性個體，可在首次 SARS-CoV-2 次陽性檢測樣本採集之日起 10 天后返回工作或上學。
- 被確定為密切接觸者的個體（在 6 英尺內至少 15 分鐘）必須遵守州和地方公共衛生指示或檢疫命令，無論對群組或腳印的檢測頻率如何。密切接觸者必須在最近一次接觸後隔離 14 天。

由於體育參與的性質，各院校將採取步驟來協助接觸者追蹤流程，包括但不限於對練習影片進行審查（如有）並對與體育參與有關的接觸進行擴展評估，以便可以識別所有運動員接觸者。



## 5. 清潔和消毒標準作法

- 對高流量區域內的表面進行徹底清潔和消毒，包括更衣室、球員休息區、板凳、樓梯扶手、椅子、門/門把等（適當時）。
- 應避免使用共享物品和設備（例如球、球棒、體操設備、高爾夫旗幟），或盡可能在由個人使用間進行清潔。不要讓運動員分享毛巾、衣物或其他他們用來擦拭臉部或手部的物品。
  - 盡量避免分享設備或球。對於適用的運動，應定期輪流使用球，以在消毒前限制多個使用者的接觸。例如，在棒球和壘球中，除非戴手套否則裁判應減少與球接觸，且在可能的情況下，捕手應撿回犯規的球並回傳。在場內/場外熱身中使用的球應從共享球容器中分離。
- 確保有足夠的供應品以盡可能減少設備的共享，例如藉由貼標籤和分配給個人（例如，保護裝備、球、球棒、水瓶）；否則，限制一次僅提供同一組運動員使用供應品和設備，並在使用之間清潔和消毒。
- 指派一名員工或志工確保對物品和設備進行適當的清潔和消毒，尤其是對於任何共享設備或經常觸摸的表面。
- 在輪班或使用者之間（以較頻繁者為準）清潔可觸摸的表面，包括但不限於比賽計時器、記分板、置物架、計數器、用於點名表的公用筆。
- 盡可能避免共享音頻設備、電話、平板電腦、筆和其他工作用品。
- 停止在員工之間共用音頻耳機和其他設備，除非設備在使用後可以妥善消毒。諮詢設備製造商以確定適當的消毒步驟，尤其是泡棉耳罩等柔軟多孔表面。
- 制定並實施時間表，以進行增加、常規清潔和消毒。
- 為員工提供在班次間進行清潔實踐的時間。應在工作時間內分配清潔任務，作為工作職責的一部分。
- 選用第三方清潔公司以根據需要協助提高清潔需求。
- 確保衛生設施始終保持運作和儲有備品，並在需要時提供額外的肥皂、紙巾和洗手液。
- 在選擇消毒化學品時，體育部門應使用[環境保護局 \(EPA\) 批准](#)列表上批准用於 COVID-19 的產品，並遵循產品使用說明。使用適合表面，標示為有效對抗新興病毒病原體的消毒劑、稀釋的家用漂白水（每加侖水 5 湯匙）或含至少 70% 酒精的酒精溶液。提供員工[化學危害](#)、製造商說明、所需的通風以及 Cal/OSHA 安全使用要求的訓練。使用清潔劑或消毒劑的員工應按照產品使用說明配戴手套和其他防護裝備。務必遵循加州農藥監管局對消毒劑的[安全使用要求](#)。遵循公共衛生部建議的[哮喘-安全清潔](#)方法。



- 室內設施應藉由打開門窗來增加新鮮空氣循環（如可能）。如果這樣做會對運動員或其他設施使用者造成安全或健康風險時（例如墜樓或引發哮喘症狀的風險）則不要打開門窗。
- 考慮安裝攜帶式高效空氣清淨機、將建築物的空氣濾網升級到可能的最高效率，並進行其他調整以在所有工作區域增加外部空氣量和通風。
- 確保室內練習場和遊戲空間是室內較大的區域，並具有良好的通風和換氣能力。
  - 例如，使 HVAC 系統的中央空氣過濾最大化（目標過濾器額定值至少為 MERV 13）。
- 在入口和高接觸區域安裝洗手液給液機，如有可能時使用自動免接觸型。
- 遵循 [CDC 指南](#) 以確保所有水系統在延長設施停機時間之後都能安全地使用，以盡量降低[退伍軍人病](#)和其他與水相關疾病的風險。



## 6. 保持身體距離準則

- 儘可能地優先考慮室外練習和比賽。
- 如果採用每日抗原檢測規程，在室外進行訓練的團隊不應超過 75 人。建議將小組盡可能分成 25 人的隊列。
- 排成隊列進行訓練。IHE 應建立隊列，這是最大限度減少新冠肺炎潛在傳播的一種策略。一個隊列可能由 25 人組成，所有成員（包括教練和工作人員）均為同一團隊，他們始終一起工作和參與活動。一個隊列應避免與其他小組混合。
- 盡可能將不同的隊列分開。考慮使用標誌、錐體或膠帶使分界線清晰。
- 特別是對於之前定義為高接觸風險運動的運動員，強烈建議 IHE 提供與校園其餘部分分開的專用校園內住所，以最大程度地減少向校園社區其他成員傳播的風險。
- 不在比賽場上或以其他方式參與比賽/活動時，運動員和教練應盡可能保持至六英尺的距離。
  - 在講解戰術、運動規則或碰頭商討戰術時，在運動員之間建立合理的距離。
  - 如果有更多空間可用，則讓運動員分散到觀眾席以限制坐在運動員專屬座位區域（例如球員休息區）中的運動員人數。
  - 禁止不必要的身體接觸，例如擊掌、握手線以及與隊友、對手團隊、教練、裁判和球迷的其他身體接觸。教練應定期與運動員審查保持身體距離的規則。
  - 考慮提供實體指引，例如標示和地板或比賽場地上的膠帶等，以確保教練和運動員至少保持六英尺的距離。



- 儘可能在參與運動時維持運動員間至少六英尺的距離（例如在熱身、技巧建立活動、模擬演練時）。
- 官員彼此之間，和在運動場外與運動員和教練互動時應保持六英尺的距離。官員應避免與運動員和教練交換文件或設備。這可能需要以數位方式輸入隊員陣容和其他調整。
- 如果必須分享練習或比賽設施，考慮增加練習和比賽之間的時間間隔，讓一個團隊在另一個團隊進入設施之前離開。對於可能與更廣泛之校園社區共享的設施，請獨立安排團隊使用的時間。如有可能，請留出清潔和/或消毒的時間。
- 應在任何高密度、高流量區域使用保持身體距離的標準作法。
- 超過 25 人的會議和訓練應以虛擬方式進行，面對面的會議最多可以有 25 人。會議應在室外進行，並在能允許工作人員、運動員或其他員工之間保持適當距離的區域進行。
- 交錯休息時間，符合相關的工資和工時規定，以維持保持身體距離的標準作法。
- 考慮為要求調整職責的員工提供能盡可能減少其與運動員、教練、官員和其他員工接觸的選項。



## 7. 食物和餐飲

- 所有球員、教練和裁判員都應該攜帶自己的飲水或飲料瓶。飲料瓶應標有所有者的名字。請勿提供團隊飲水冷卻器或共用飲水站。團隊也可以提供瓶裝水。
- 如果提供食物，則為每位運動員提供預包裝的餐盒或午餐袋，而不是自助餐或家庭式餐點。
- 禁止使用：
  - 自助式調味料容器、餐具容器、餐巾、蓋子、吸管、水壺、外帶餐盒等。
  - 自動販賣機，包括冰塊、汽水、凍霜優格機等。
  - 自助用餐區，例如自助餐、莎莎醬吧、沙拉吧等。
- 遵循為[內用餐廳](#)設置的加州公共衛生部和 Cal/OSHA 安全指南。



## 8. 比賽期間的旅行

- 綠行應僅限於必要人員（例如運動員、教練、醫務人員）。
- 如果可能，團隊應該開車到活動地點。
  - 如果使用多部車輛，則應根據已經有最密切接觸者（例如群組）為旅行團隊分組。
  - 必須僅配戴面罩，且僅在飲食時短暫移除。
  - 如果乘坐巴士旅行，請儘量讓在每個人前排和後排的保持空位（例如使用「棋盤」模式）。
- 如果需要空中旅行，則應該使用具有強大感染控制措施的客機（例如要求所有乘客和飛行員配戴面罩），且依據 [CDC 指南](#) 頻繁地洗手或使用洗手液。
- 在進行客場比賽時，團隊必須保持在團隊隊列中，且不得與當地團隊或所在社區的其他成員混在一起。



## 9. 在陽性檢測後返回設施或訓練

- 告知生病的員工和學生運動員不要回來，直到他們符合 CDC 中止 [居家隔離](#) 的標準，包括 24 小時內無發燒（未使用退燒藥的情況下）、症狀改善，且在首次出現症狀後已超過 10 天。
- 學生運動員應與他們的醫療服務提供者和任何團隊醫務人員合作，決定如何獲得安全返回訓練的確認。
- 如果團隊中超過 10% 的運動員在 14 天內檢測呈陽性，當地衛生部門可能考慮在本賽季剩餘的時間裡停止接觸式練習和比賽。對於少於 20 名運動員的團隊，如果有 5 名以上成員檢測結果為陽性，則可能考慮在本賽季剩餘的時間裡停止接觸式練習和比賽。



## 10. 傳達與公眾宣傳

IHE 必須致力於制定和實施一項傳達計劃，或為現有計劃建立附錄，以解決校園社區、校友和廣大粉絲群體在享受遊戲或比賽時採取更安全的方式（保持身體距離和戴口罩）降低風險，在進行任何聚會或活動時是否需要遵守當地公共衛生部門的命令和指示（無論是在主場比賽還是在客場比賽），並在電視觀看體育賽事之前和期間以多種方式（社交媒體和傳統媒體）分發這些消息。

---

<sup>1</sup>疾病控制和預防中心提供[大學和學院](#)的特定資訊。

<sup>2</sup> 除非根據特定公共場所的州立準則豁免

<sup>3</sup> 除非員工或醫療保健提供者另有指示

<sup>4</sup> 本指南採用大學體育協會指南中指明的「高風險運動」分類（包括：籃球、曲棍球、美式足球、冰上曲棍球、長曲棍球、划船、橄欖球、足球、壁球、排球、水球、摔角等）的運動重新社交化。

<sup>5</sup> [NCAA：大學運動的重新社交化：制定練系和競賽標準](#)。2020 年 7 月 16 日。

<sup>6</sup> 請參見上文。

