

# Danh Mục Kiểm Tra Tổng Quát về COVID-19 đối với các Cơ sở Thẻ dực

Ngày 2 tháng 7 năm 2020

Danh sách kiểm tra này nhằm giúp các cơ sở thẻ dực thực hiện chương trình để ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 tại nơi làm việc và bổ sung cho [Hướng dẫn về Cơ sở Thẻ dực](#). Danh sách kiểm tra này là tóm tắt và hàm chứa một số phần của hướng dẫn; hãy làm quen với hướng dẫn trước khi sử dụng danh sách kiểm tra này.



## Nội dung Văn bản Kế hoạch Cụ thể tại Nơi làm việc

- Người chịu trách nhiệm thực hiện chương trình.
- Đánh giá rủi ro và các biện pháp sẽ được thực hiện để ngăn ngừa lây lan vi-rút.
- Sử dụng khẩu trang, theo đúng [Hướng dẫn của CDPH](#).
- Đào tạo và trao đổi thông tin với nhân viên và đại diện nhân viên trong chương trình.
- Một quy trình kiểm tra tuân thủ và ghi chép và sửa chữa những thiếu sót.
- Một quy trình để điều tra các trường hợp COVID, cảnh báo cho sở y tế địa phương và xác định và cách ly các liên hệ gần nơi làm việc và nhân viên bị nhiễm bệnh.
- Các thủ tục đối với nơi làm việc có đợt bùng phát, theo đúng [Hướng dẫn của CDPH](#).



## Các Chủ đề Đào tạo Nhân viên

- Thông tin về [COVID-19](#), ngăn ngừa lây truyền, và những người đặc biệt dễ bị lây nhiễm.
- Tự khám sàng lọc tại nhà, bao gồm đo nhiệt độ và/hoặc kiểm tra triệu chứng bằng cách sử dụng [Hướng dẫn CDC](#).
- Tầm quan trọng của việc không đến làm việc nếu nhân viên có các triệu chứng COVID-19 như CDC mô tả, như ho, sốt, khó thở, ớn lạnh, đau cơ, đau đầu, đau họng, mất vị giác hoặc mùi gần đây, nghẹt mũi hoặc sổ mũi, buồn nôn hoặc nôn, hoặc tiêu chảy, hoặc nếu họ hoặc người nào đó đã tiếp xúc với bệnh nhân đã được chẩn đoán nhiễm COVID-19.
- Trở lại làm việc sau chẩn đoán COVID-19 sau 10 ngày kể từ khi khởi phát triệu chứng và 72 giờ không sốt.
- Khi nào cần tìm đến sự chăm sóc y tế.
- Tầm quan trọng của việc rửa tay.
- Tầm quan trọng của việc giữ khoảng cách vật lý, cả lúc làm việc và không làm việc.
- Sử dụng đúng khẩu trang bằng vải, bao gồm thông tin trong [Hướng dẫn của CDPH](#).

- Thông tin về trợ cấp nghỉ phép có lương, bao gồm [Đạo luật phản ứng coronavirus đầu tiên của gia đình](#) và quyền lợi bồi thường cho người lao động theo [Sắc lệnh N-62-20](#) của Thống đốc trong khi Sắc lệnh đó có hiệu lực.
- Đào tạo các nhà thầu độc lập, nhân viên tạm thời hoặc hợp đồng trong các chính sách này và đảm bảo họ có PPE cần thiết.



## Biện pháp Kiểm soát Cá nhân & Sàng lọc

- Khám sàng lọc triệu chứng và/hoặc kiểm tra nhiệt độ.
- Khuyến khích nhân viên bị ốm hoặc có biểu hiện các triệu chứng của COVID-19 ở nhà.
- Cung cấp và đảm bảo nhân viên sử dụng tất cả PPE cần thiết, chẳng hạn như bảo vệ mắt và găng tay.
- Khuyến khích rửa tay thường xuyên và sử dụng thuốc sát trùng tay.
- Cung cấp găng tay dùng một lần cho nhân viên như là bổ sung cho việc rửa tay thường xuyên cho các công việc như xử lý các vật dụng thường chạm vào hoặc tiến hành sàng lọc triệu chứng.
- Nếu trong nhà, hãy đảm bảo rằng nhân viên và những người làm việc phải đeo khẩu trang mặt, ngoại trừ khi tắm.
- Sử dụng hệ thống đặt phòng cho cơ sở và thông báo cho khách hàng đặt 24 giờ trước khi họ đến theo lịch để hủy nếu họ hoặc một thành viên trong gia đình họ có triệu chứng, bị bệnh hoặc tiếp xúc với người bị bệnh.
- Sàng lọc khách hàng về nhiệt độ và/hoặc các triệu chứng sử dụng thuốc sát trùng tay và sử dụng mặt, theo hướng dẫn CDPH.
- Đăng các biển báo ở tất cả các lối vào và ở các vị trí chiến lược, để nhìn thấy để nhắc nhở công nhân và công chúng sử dụng khẩu trang mặt và thực hành khoảng cách vật lý.



## Quy trình vệ sinh và khử trùng

- Làm sạch kỹ lưỡng ở khu vực có lưu độ giao thông cao.
- Thường xuyên khử trùng các bề mặt thường được sử dụng.
- Làm sạch và khử trùng thiết bị dùng chung giữa mỗi lần sử dụng.
- Tạo chất sát trùng tay và khăn lau khử trùng có sẵn trên toàn cơ sở để khách và nhân viên sử dụng.
- Cung cấp thời gian cho công nhân thực hiện các thực hành vệ sinh trong ca làm việc của họ.
- Đào tạo tất cả nhân viên sử dụng và trang bị đầy đủ vật tư chất tẩy rửa và chất tẩy rửa mục đích. Tuân theo các hướng dẫn CDC để làm sạch và khử trùng. Tuân thủ các yêu cầu của Cal/OSHA và hướng dẫn sản xuất để sử dụng an toàn. Cung cấp tất cả các thiết bị bảo hộ cá nhân cần thiết.
- Cung cấp thông gió đầy đủ ở các khu vực bị khử nhiễm.
- Làm sạch HVAC và khi trở về hàng ngày.
- Cung cấp vật tư sơ cứu.
- Nhắc nhở mọi người giữ khoảng cách sáu feet giữa nhân viên và khách hàng. Hãy kiểm tra nhân viên để đảm bảo hướng dẫn khách tuân theo hướng dẫn.

- Cung cấp các sản phẩm vệ sinh trên toàn cơ sở và cung cấp các chất làm vệ sinh tay cá nhân cho nhân viên thường xuyên tham gia cùng các cá nhân, như nhân viên tiếp tân.
- Yêu cầu mọi người khử trùng thiết bị tập thể dục cá nhân với khăn lau khử trùng trước và sau khi sử dụng.
- Cung cấp các thẻ gắn "sẵn sàng làm sạch" cho các thành viên không thể hoặc không sẵn sàng khử trùng thiết bị sau khi sử dụng.
- Cung cấp các thùng rác không chạm.
- Khuyến khích mọi người mang khăn tắm và thảm.
- Sử dụng hệ thống kiểm xuất cho những người sử dụng các thiết bị và phụ kiện nhỏ, chẳng hạn như băng tập, dây đai, thảm và làm sạch các món đồ sau khi trả lại.
- Đảm bảo tất cả các hệ thống nước an toàn để giảm thiểu nguy cơ bị bệnh Legionnaires.
- Lắp đặt bộ lọc nước tự động, cảm ứng để sử dụng chai nước cá nhân có thể tái sử dụng hoặc cốc giấy dùng một lần hoặc phân phối chai nước cá nhân bằng nhựa.
- Khuyến khích mọi người mang khăn tắm và thảm.
- Tuân theo hướng dẫn CDC về bất kỳ rửa bát đĩa nào được sử dụng tại cơ sở. Cung cấp một thùng chứa kín để đặt khăn tắm đã sử dụng hoặc các vật dụng khác. Bảo quản tất cả các tấm vải sạch ở nơi sạch sẽ, được bao đóng. Cung cấp và đảm bảo các nhân viên sử dụng găng tay cho công việc xử lý khăn vải bẩn hoặc giặt là.
- Loại bỏ tạp chí, sách, trạm nước tự phục vụ (trừ khi có cảm ứng) và các vật dụng khác cho người sử dụng.
- Tránh bắt tay, chào hỏi bằng khuỷu tay, và tiếp xúc vật lý khác.
- Tránh dùng chung các công cụ, điện thoại và vật tư văn phòng. Không bao giờ dùng chung PPE.
- Sử dụng các sản phẩm được phê duyệt để sử dụng chống lại COVID-19 theo danh sách được phê duyệt bởi [Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường \(Environmental Protection Agency, EPA\)](#) và đào tạo nhân viên về các nguy cơ hóa học, hướng dẫn sản phẩm, yêu cầu thông gió, và các yêu cầu Cal/OSHA.
- Thực thi [các phương pháp vệ sinh hen xuyên an toàn hơn](#) do CDPH khuyến nghị.
- Làm sạch sàn nhà bằng cách sử dụng bộ lọc chân không bằng HEPA hoặc các phương pháp khác không phân tán các mầm bệnh vào trong không khí.
- Lưu ý nâng cấp để cải thiện lọc gió và thông gió.
- Đặt các biển báo trên khắp cơ sở thể dục nhấn mạnh các biện pháp phòng ngừa nhiễm trùng cơ bản, bao gồm tầm quan trọng của việc đeo khẩu trang và rửa tay thường xuyên.



## Hướng dẫn về Giữ khoảng cách vật lý

- Thực hiện các biện pháp để phân cách người ở khoảng cách ít nhất sáu feet bằng các biện pháp như phân vùng vật lý hoặc tín hiệu thị giác (ví dụ: hàng rào Plexiglas ở quầy lễ tân hoặc khu vực tiếp tân hoặc các dấu hiệu để chỉ ra vị trí đứng khi chờ sử dụng thiết bị).
- Thiết lập khoảng cách thiết bị cách nhau ít nhất sáu feet.
- Thực hiện giờ đặc biệt cho các khu dân cư có nguy cơ nhiễm cao.
- Điều chỉnh các quy tắc sử dụng tối đa và giới hạn số lượng những người được cho phép tại cơ sở mỗi lần.

- Sử dụng hệ thống đặt chỗ trực tuyến.
- Sử dụng các chỉ dẫn đi lại một chiều trên toàn cơ sở với các dấu hiệu thị giác.
- Loại bỏ đồ nội thất chung và/hoặc đóng đồ phòng chờ thành viên.
- Tạo thẻ các tủ khóa có sẵn trong phòng tủ đồ.
- Tạo khoảng cách cho các thiết bị và máy móc cách nhau ít nhất sáu feet hoặc loại bỏ một số máy khỏi dịch vụ.
- Điều chỉnh các lớp đào tạo cá nhân và các lớp đào tạo nhóm để cung cấp những buổi tập khoảng cách vật lý.
- Điều chỉnh các cuộc họp trực tiếp cho nhân viên để đảm bảo khoảng cách vật lý hoặc giữ các cuộc họp ảo.
- Cung cấp nhiệm vụ sửa đổi cho nhân viên theo yêu cầu của họ.
- Xen kẽ giờ nghỉ nhân viên, tuân thủ các quy định về lương và giờ, để duy trì khoảng cách vật lý.
- Đóng các phòng nghỉ, sử dụng rào cản, hoặc tăng khoảng cách giữa ghế ngồi. Tạo các khu vực nghỉ ngoài trời với mái che và ghế ngồi để đảm bảo khoảng cách vật lý.

# Các lưu ý bổ sung cho Phòng Vệ sinh và Cơ sở Phòng tắm

- Làm sạch các cơ sở vệ sinh và phòng tắm đồ dùng chung ít nhất hai lần mỗi ngày.
- Tạo và đăng lịch làm sạch cho các cơ sở vệ sinh và phòng tắm đồ.
- Đảm bảo rằng các cơ sở vệ sinh luôn hoạt động và liên tục tạo đồ đầy đủ.
- Cài đặt các thiết bị không chạm tay, chẳng hạn như vòi cảm biến, xà bông cảm biến, v.v.
- Đảm bảo rằng các cửa có thể mở và đóng mà không chạm vào tay cầm hoặc kiểm soát mở. Nếu không, hãy đặt thùng rác ở cửa để khăn giấy có thể được vứt bỏ sau khi mở cửa.
- Thông báo với những người sử dụng rằng bồn rửa có thể là một nguồn lây nhiễm để họ không đặt bàn chải đánh răng hoặc các vật dụng khác trực tiếp trên quầy.
- Chỉ cho phép sử dụng vòi sen nếu có phân chia trong cơ sở tắm vòi sen. Nếu không, giới hạn sử dụng để duy trì khoảng cách.
- Đăng thông tin trong nhà vệ sinh về cách rửa tay đúng cách.

## Lưu ý bổ sung cho các Bể bơi/Địa điểm Nước

- Tuân theo các hướng dẫn CDC để đảm bảo rằng các bể bơi hoặc miếng đệm bán được làm sạch và khử trùng đúng cách.
- Đóng cửa các tắm trượt nước, đi nước và các điểm tham quan nước khác cho đến khi các hoạt động đó có thể tiếp tục.
- Đóng cửa các phòng xông hơi, phòng xông hơi nước và bồn tắm nóng cho đến khi các hoạt động đó có thể tiếp tục.
- Tư vấn cho nhân viên và những người sử dụng không đeo khẩu trang khi ở trong nước, và đeo theo hướng dẫn CDPH.
- Duy trì mức độ chất khử trùng và Ph phù hợp.
- Đảm bảo sử dụng và lưu trữ an toàn, đúng cách chất khử trùng.
- Thiết lập một hệ thống để tách nội thất và thiết bị đã được làm sạch.
- Nếu cung cấp khăn, hãy giặt ủi ở nhiệt độ nước nóng nhất theo hướng dẫn của nhà sản xuất về giặt và làm khô hoàn toàn. Xử lý khăn bằng gắng tay dùng một lần và hạn chế dùng tối thiểu.
- Không khuyến khích mọi người dùng chung đồ.
- Đảm bảo cơ sở có đầy đủ thiết bị cho người sử dụng để giảm thiểu việc dùng chung. Làm sạch và khử trùng các món đồ sau mỗi lần sử dụng.
- Đối với các địa điểm nước trong nhà, dẫn và lưu thông không khí ngoài trời càng nhiều càng tốt, trừ khi nó gây rủi ro về an toàn.
- Thay đổi sơ đồ bàn và các khu vực khác xung quanh bể bơi để đảm bảo rằng khu vực đứng và khu vực chỗ ngồi có thể đảm bảo khoảng cách vật lý.
- Cung cấp các dấu hiệu hoặc hướng dẫn vật lý và các dấu hiệu thị giác để mọi người duy trì khoảng cách ít nhất sáu feet trong và khi ra khỏi nước.
- Lắp đặt các rào cản vật lý không thấm nước khi nhân viên và những người sử dụng phải giao tiếp với nhau mà khoảng cách vật lý rất khó thiết lập.
- Sử dụng hệ thống đặt chỗ cho sử dụng hồ bơi.
- Chỉ định nhân viên không phải người bảo vệ để giám sát việc rửa tay, sử dụng khẩu trang, và khoảng cách vật lý.

# Các lưu ý bổ sung về Dịch Vụ Thực Phẩm (Bao Gồm Quầy Bar, Quán Ăn Nhẹ, và Địa điểm) và Bán Lẻ

- Chạy hoạt động dịch vụ thực phẩm phù hợp với các đơn hàng và hướng dẫn hiện tại cho các cơ sở đó.
- Yêu cầu người dùng đặt đồ ăn trực tuyến hoặc qua điện thoại và làm đồ ăn sẵn để giao. Nếu không thể đặt trước các món đồ thực phẩm, hãy đảm bảo khoảng cách vật lý cho những người chờ.
- Bán thực phẩm được đóng gói riêng và gói riêng khi có thể. Bọc đồ dùng bằng giấy bạc hoặc nhựa trong một giấy gói.
- Khuyến khích sử dụng thẻ tín dụng hoặc chấp nhận thanh toán qua điện thoại. Lau sạch hệ thống thanh toán giữa các lần sử dụng.

