



500 Summer St NE E20  
Salem OR 97301  
Voice: 503-947-2340  
Fax: 503-947-2341

تاريخ السريان: 18 نوفمبر 2020

## إرشادات الإغلاق المؤقت على مستوى الولاية - الرياضات الترفيهية بالملاعب المفتوحة، عودة محدودة للعب رياضات محددة

السلطة: الأمر التنفيذي رقم 20-65، ORS 433.441، ORS 433.443، ORS 431A.010

قابلية التطبيق: تنطبق هذه الإرشادات على ممارسة الرياضات الترفيهية بالملاعب المفتوحة والتدريب والعب لرياضات محددة على مستوى الولاية. جميع أنواع الرياضات الترفيهية بالملاعب المغلقة ممنوعة في هذا الوقت.

الإنفاذ: إلى الحد الذي تتطلب فيه هذه الإرشادات الامتثال إلى أحكام معينة، فإنها قابلة للتنفيذ على النحو المحدد في الأمر التنفيذي رقم 20-65، الفقرة 11.

التعريفات: لأغراض هذه الإرشادات، تنطبق التعريفات التالية:

- يُقصد بمصطلح "الرياضات الاحتكاكية الكاملة" الرياضات التي تنطوي على شرط أو احتمالية حدوث تلامس وثيق ومستمر أو احتكاك جسدي بين المشاركين، وتشمل على سبيل المثال لا الحصر كرة القدم الأمريكية، والرجمي، والمصارعة، والتشجيع في المباريات، وكرة السلة، والهوكي، والرقص، وكرة الماء، ورياضة لأكروس للرجال.
- تشمل "الرياضات التلاحمية البسيطة والمتوسطة" على سبيل المثال لا الحصر الكرة اللينة (السوقبول)، والبيسبول، وكرة القدم، والكرة الطائرة، ورياضة لأكروس للسيدات، وكرة الحزام.
- تشمل "الرياضات غير الاحتكاكية" على سبيل المثال لا الحصر التنس، والسباحة، والجولف، ورياضة جري المسافات الطويلة بالمناطق الريفية، وألعاب القوى، والتشجيع والرقص بدون احتكاك/في الخطوط الجانبية للملعب.

### نظرة عامة:

يعتمد خطر انتقال فيروس كوفيد-19 على عدد من العوامل بما في ذلك:

- (1) عدد الأشخاص في الموقع.
- (2) نوع الموقع (داخلي مقابل خارجي).
- (3) المسافة بين الناس.
- (4) مدة البقاء في الموقع.
- (5) مستوى معدات الحماية المستخدمة (مثل أغطية الوجه).

كإرشادات عامة، تكون المجموعات الصغيرة أكثر أماناً من المجموعات الأكبر؛ والأماكن الخارجية أكثر أماناً من الأماكن المغلقة؛ والرياضات التي يمكن أن تضمن أن مسافة ستة (6) أقدام أو أكثر تعد أكثر أماناً من الاتصال عن قرب؛ وقضاء مدة أقصر أكثر أماناً من قضاء مدة أطول. يجب على مدراء الرياضة الترفيهية والمدربون إلى النظر في جميع هذه العوامل وهم يخططون للعودة للعب.

جميع أنواع الرياضات التلاحمية بالكامل ممنوعة في هذا الوقت. لا يجب أن يشمل التدريب والتهيئة بالملاعب المفتوحة، مثلاً عند رفع الأثقال وممارسة تدريبات الجري ولعب المباريات الودية داخل الفريق، احتكاً كاملاً من أي نوع.

## متطلبات عامة:

يجب على الدوريات والمدربين والمسؤولين واللاعبين القيام بما يلي:

- حظر جميع الرياضات الترفيهية بالملاعب المغلقة، بما في ذلك التهيئة والتدريب والمسابقات.
- منع الموظفين والمسؤولين واللاعبين الذين يعانون أي من أي أعراض فيروس كوفيد-19 من دخول المبني أو الموقع الرياضي.
- منع أي شخص، بما في ذلك اللاعبين، معرض لخطر الإصابة بمرض شديد أو يعاني من مشكلات طبية من حضور أي أنشطة رياضية.
  - إذا ظهر على لاعب أو متطوع أو أحد الجمهور أعراض كوفيد-19، فيجب على الموظف أن يطلب منه مغادرة المبني، وتقديم له غطاء للوجه أو واقٍ أو قناع للوجه ومساعدته على تقليل اتصاله بالآخرين قبل مغادرة المنشأة. ويجب تطهير جميع المناطق التي استخدمها الشخص المريض على الفور.
- إغلاق صنابير المياه، باستثناء تلك المصممة لإعادة تعبئة زجاجات المياه دون حدوث ملامسة بين الزجاجات والصنوبر. وحث اللاعبين على إحضار زجاجات المياه المعبأة مسبقاً.
- الامتنال إلى إرشادات ارتداء الأقفعة وواقبات الوجه وأغطية الوجه على مستوى الولاية. ارتداء الأقفعة أو أغطية الوجه أو واقبات الوجه عند المشاركة في رياضة تُمارس بالملاعب المفتوحة. الغرض من غطاء الوجه هو حماية الأشخاص الآخرين في حالة إصابتك بالفيروس. يمكن أن يتسبب الأشخاص في انتقال كوفيد-19 للآخرين حتى لو لم يشعروا بالمرض.
- وضع علامات و لافتات واضحة تبين متطلبات ارتداء القناع أو غطاء الوجه أو واقٍ الوجه.
- الإبلاغ عن جميع المعلومات المتعلقة بالسياسات والمرافق للاعبين/المشاركين والمسؤولين وأولياء الأمور والأوصياء ومقدمي الرعاية قبل استئناف الموسم أو بدئه.
- غلق حمامات السباحة التي بالمناطق الداخلية والمفتوحة المرخصة، ومساح السبا المرخصة، والملاعب الرياضية الداخلية.

## التنظيف والتطهير:

يجب على الدوريات والمدربين الفنيين والمسؤولين والمدربين القيام بما يلي:

- تنظيف وتعقيم المعدات المشتركة باستمرار. وهذا يشمل، على سبيل المثال لا الحصر، معدات مثل المضارب والكرات. واستخدام المطهرات المدرجة في قائمة وكالة حماية البيئة (EPA) المعتمدة لفيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة النوع (SARS-CoV-2) (2) الذي يسبب مرض كوفيد-19.
- مطالبة الموظفين والمسؤولين واللاعبين بممارسة النظافة الصحية بما في ذلك غسل أيديهم باستمرار وتغطية الفم عند العطس والسعال. غسل اليدين باستمرار بالماء والصابون لمدة 20 ثانية على الأقل، خاصة بعد لمس الأشياء المشتركة أو تمخييط الأنف أو السعال أو العطس. تجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك.
- وإذا لم يكن الماء والصابون متوفرين، فمن الممكن استخدام معقم لليدين يحتوي على كحول بنسبة 60 إلى 95%. وتغطية جميع أسطح اليدين وفركهما معاً حتى يجفان.
- تشجيع اللاعبين والمسؤولين على إحضار المطهر الخاص بهم للاستخدام الشخصي. وحث القائمين على الدوريات على توفير محطات غسل اليدين و/أو معقم اليدين.
- تنظيف وتطهير المناطق كثيفة الحركة، والأسطح كثيرة الملامسة في المناطق التي يصل إليها الموظفون واللاعبون والجمهور.

- التأكد من تنظيف دورات المياه وتطهيرها قبل وبعد أي نشاط خاص بالرياضة.

### يجب على القائمين على الدورات والمدربين قدر المستطاع القيام بما يلي:

- تعيين موظف مخصص لمراقبة التأكد من أن اللاعبين/المشاركين يلتزمون بتدابير التباعد الجسدي بمسافة ستة (6) أقدام، بما في ذلك عند المداخل والمخارج ودورات المياه وأي منطقة أخرى قد يتجمع فيها الناس.
- استخدم سياسة "دخول فرد وخروج آخر"، حيث يُسمح بفرد واحد فقط داخل الحمام في المرة الواحدة.

## التباعد والإشغال:

### يجب على الدورات والمدربين الفنيين والمسؤولين والمدربين القيام بما يلي:

- تحديد السعة القصوى بعدد 50 شخصًا للأحداث الرياضية الترفيهية التي تقام بالأماكن الخارجية.
- الالتزام بتدابير التباعد الجسدي بمسافة ستة (6) أقدام على الأقل لكل شخص.
- يجب وضع خطة وتنفيذها للحد من عدد الجمهور الذين يتم إدخالهم إلى المباني حتى يتمكن جميع الموظفين والمتطوعين والمتعاقدين والجمهور من الالتزام بتدابير التباعد الجسدي بمسافة ستة (6) أقدام.
- تعيين موظف مخصص لمراقبة التأكد من أن الجماهير يلتزمون بتدابير التباعد الجسدي بمسافة ستة (6) أقدام، بما في ذلك عند المداخل والمخارج ودورات المياه وأي منطقة أخرى قد يتجمع فيها الناس.
  - الالتزام بتدابير التباعد الجسدي مهم بشكل خاص للأشخاص الذين يعانون من حالات طبية كامنة. هذه الفئات أكثر عرضة لخطر الإصابة بأمراض شديدة بسبب كوفيد-19.
- حتّى الجميع في المنشأة الرياضية بالمناطق المفتوحة، بما في ذلك جميع اللاعبين والمدربين والمسؤولين والمتطوعين والمتعاقدين المستقلين، على الحفاظ على التباعد الجسدي بمسافة لا تقل عن ستة (6) أقدام من الأفراد غير المقيمين في نفس المنزل، خاصةً في المناطق المشتركة.
- عند إقامة العديد من الفعاليات الرياضية في نفس المنشأة الرياضية المفتوحة أو المكان في نفس الوقت، يُطلب من الدورات والمدربين الفنيين والمدربين القيام بما يلي:
  - ضمان عدم مشاركة اللاعبين والجمهور للفعاليات الرياضية في المساحة، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر دورات المياه.
  - تنظيف وتعقيم الأسطح التي يتم لمسها كثيرًا، مثل مقابض الأبواب، بين المباريات أو الفعاليات اللاحقة.
  - الحرص على تنظيف وتعقيم المناطق كثيفة الحركة مثل المداخل، والمخارج، وطاولات تسجيل الوصول، ودورات المياه، بين المباريات والفعاليات اللاحقة.
  - ♦ إذا كانت الفرق والجمهور في نفس الفعالية الرياضية يشتركون في دورة مياه، فيجب ترك أبواب الدخول/الخروج مفتوحة، إن أمكن، والحرص على تنظيف وتعقيم الأسطح التي يتم لمسها كثيرًا مثل مقابض الأبواب والصنابير.
  - يجب على مشغلي المنشآت الرياضية بالمناطق المفتوحة، قدر الإمكان، القيام بما يلي:
    - ♦ تنظيم أوقات الوصول والمغادرة للموظفين واللاعبين والجمهور لتقليل التجمع عند المداخل والمخارج والاستراحات من أجل الالتزام متطلبات التباعد الجسدي المطلوبة.
    - ♦ تخصيص مداخل/مخارج منفصلة للموظفين واللاعبين والجمهور.
- تخصيص مناطق محددة للمدربين والمدربين، عند عدم التمرن/اللعب، لضمان الالتزام بتدابير التباعد الجسدي.

## التدريب واللعب:

يجب على الدوريات والمسؤولين والمدربين القيام بما يلي:

- ضمان عدم وجود سوى اتصال ضئيل أو متوسط بين المشاركين/اللاعبين المطلوبين للعب اللعبة.
- الامتناع عن المصافحة، والإشارات باليد، والمصافحة بالقبضة/الكوع، والمصافحة بالصدر، والاحتفالات الجماعية.
- التباعد بين معدات اللاعبين لمنع اللاعبين من الاتصال المباشر مع بعضهم البعض.

يجب على القائمين على الدوريات والمسؤولين والمديرين الفنيين والمدربين قدر المستطاع القيام بما يلي:

- تشجيع اللاعبين على استخدام معداتهم الخاصة فقط عندما يكون ذلك ممكناً. وتجنب مشاركة المعدات أو الحد منها قدر الإمكان.
- قد لا تتوفر بعض المعدات المهمة لكل لاعب. عندما يكون من الضروري مشاركة المعدات المهمة أو المحدودة، يجب تنظيف جميع أسطح كل قطعة من المعدات المشتركة وتعقيمها باستمرار، حسب الاقتضاء للرياضة (على سبيل المثال بين اللاعبين أو المجموعات أو الفترات أو الألعاب). واستخدام المطهرات المدرجة في قائمة وكالة حماية البيئة (EPA) المعتمدة لفيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة النوع (SARS-2) (CoV-2) الذي يسبب مرض كوفيد-19.
- تنظيف جميع المعدات التي تتصل مباشرة بالرأس والوجه واليدين مع مزيد من الاهتمام والتفاصيل.
- حتّ اللاعبين أو أفراد أسرهم على تنظيف المعدات وتطهيرها بعد كل استخدام، حيثما أمكن القيام بذلك.
- السماح فقط للمدربين واللاعبين لحضور التمارين لضمان التباعد الجسدي ومنع الناس من التجمع.
- مطالبة الأشخاص بدخول المبنى من خلال مدخل مخصص والخروج من خلال مخرج مخصص. واستخدام اللافتات لتوجيه حركة المرور باتجاه واحد. والنظر في جدولة أوقات الوصول إلى المباني لتقليل عدد كبير من الأفراد الذين يصلون ويخرجون في نفس الوقت.
- البقاء خارج المبنى (على سبيل المثال في المركبات) حتى الموعد المجدول للتمرين أو وقت اللعب. وهذا يسمح للأشخاص بمغادرة المبنى قبل الدخول ويقلل من التجمع. حتّ اللاعبين وعائلات اللاعبين على القيام بنفس الشيء.

## موارد إضافية:

- اللافتات والعلامات الممكن وضعها
- إرشادات ارتداء الأقنعة وواقبات الوجه وأغطية الوجه على مستوى الولاية
- إرشادات الرياضات بمدارس رياض الأطفال حتى نهاية التعليم الثانوي، عودة محدودة للعب

إمكانية الوصول إلى المستند: بالنسبة للأفراد ذوي الإعاقات أو الأفراد الذين يتحدثون لغة أخرى غير الإنجليزية، يمكن أن توفر هيئة الصحة بولاية أوريغون معلومات بتنسيقات بديلة مثل الترجمات أو الطباعة بالأحرف الكبيرة أو طريقة برايل. اتصل بمركز المعلومات الصحية على الرقم 1-971-673-2411 أو الهاتف النصي 711 أو [COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us](mailto:COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us).