



Hloov kho tshiab zaum tas los: Lub
Cuaj Hlis Ntuj 4, 2020

Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Rov Qhib Dua Thoob Plaws Lub Xeev – Cov Koom Haum Saib Xyuas Tshav Puam Ua Si Rau Sab Nraum Zoov

Kev tso cai: Tsab Ntawv Txib 20-27, ORS 433.441, ORS 433.443, ORS 431A.010

Kev siv tau: Cov lus qhia no siv tau rau Cov Koom Haum Saib Xyuas Tshav Puamm Ua Si Rau Sab Nraum Zoov.

Kev Yuam Siv Txoj Cai: Rau cov lus qhia no yuav tsum ua mus raws li cov cai yam tsi ntsees, uas yog yuav tsum siv kom raug raws li tau qhia meej tseg rau hauv Tsab Ntawv Txib 20-27, nqe lus 26.

Cov Ntsiab Lus Tshab Txhais: Rau cov hom phiaj ntawm cov lus qhia no, yuav siv tau rau cov ntsiab lus tshab txhais raws li nram qab no:

- “Tag nrho cov kis las sib chww tau” yog tsig txog cov kis las uas yuav tsum tau ua los sis tseem ceeb rau lub neej txoj sia txhua hnub, yuav tau nyob ze los sis lub cev yuav tau sib chww rau ntawm cov neeg tuaj koom muaj xws li Ncaws Pob, Rugby, Sib Ntaus Sib Mos, Kev Dhia Tes Taws Txhawb Nqa, Basketball, Hockey, Dhia Tes Taws, Water Polo, hom kis las txiv neej ua xwb xws li Lacrosse.
- “Hom kis las sib chww tsawg thiab sib chww pes nrab” muaj xws li Sotball, Baseball, Ncaws Pob, Volleyball, hom kis poj niam ua xwb xws li Lacrosse, Flag Football.
- “Hom kis las tsis sib chww” muaj xws li Tennis, Ua luam dej, ntaus Golf, Cross-Country, Taug Kev thiab Tawm Mus Tom Tshav Puam, soj qab xyuas raws txoj kab/tsky chww cov neeg xia thiab dhia txhawb nqa.

Cov koom haum saib xyuas tshav puam ua si rau sab nraum zoov yuav tsum:

- Tshuaj xyuas thiab siv [Cov Lus Qhia Txog Txhua Yam \(Thaj Pais\) Cov Lus Qhia Txog Txhua Yam \(Thaj Pais\) Cov Lus Qhia Txog Txhua Yam \(Thaj Pais\) rau Cov Tswv Num.](#)
- Ua ntej yuav rov qab qhib thaum tag daim ntawv txib hais kom kaw ntxiv, saib xyuas txhua lub chaw ua si thiab cov chaw tsev txais tos kom npaj txhij los ua hauj lwm saib xyuas rau pej xeeb sawv daws thiab txhua yam khoom ua hauj lwm yuav tsum siv tau

zoo, kom mus raws li txhua txoj cai thiab cov lus qhia thiab cov qauv cai txheej txheem ua hauj lwm.

- Txwv tsis pub cov neeg (ib pawg neeg coob txog 10 leej los sis tsawg dua tuaj rau ntawm ib lub chaw ua ke) los rau ntawm ib kem nres tsheb uas muaj neeg coob nyob ntev dua lub sij hawm yuav tswj tau/rov qab nkag kias (gear) thiab nkag mus rau hauv lub tsheb/tawm hauv lub tsheb.
- Txhawb zog kom ua raws li qhov tseem ceeb ntawm kev txuag kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev yam tsawg li rau (6) fij (feet) ntawm lwm cov pab pawg neeg (ib pab pawg neeg coob txog 10 leej neeg los sis tsawg dua uas tuaj txog rau ntawm thaj chaw ntawd ua ke) rau ntawm cov kev taug ua si, cov chaw ua si raws ntug dej hiav txwv thiab cov chaw ntug nkoj nres uas muaj cov paib qhia thoob plaws.
- Yuav tsum ua raws li [Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon \(Oregon Health Authority, OHA\) Cov Lus Qhia txog Cov Kev Sib Sau Nyob Ua Ke.](#)
- Yuav tsum txuag kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev kom tau yam tsawg li rau (6) fij (feet) ntawm cov neeg hauv cov pab pawg neeg sib txawv thaum nyob rau ntawm cov tshav puam ua si sab nraum zoov, xam nrog rau cov ntaub pua tauv dej txaws thiab da ua si.
- Txhawb siab kev ntxuav tes rau kev siv nyob rau sab hauv thiab nyob rau ib puag ncig ntawm tshav puam ua si sab nraum zoov, xam nrog rau cov ntaub pua tauv dej txaws thiab da ua si. Tshuaj ntxuav tes tua kab mob yog ib hom tshuaj uas siv rau kev tu ntxuav tes kom huv si tau zoo. Tej zaum cov koom haum saib xyuas tshav puam ua si rau sab nraum zoov kuj yuav tsim kom muaj tshuaj ntxuav tes tua kab mob (muaj cawv nrog txog li 60-95%) rau cov neeg tau siv nyob rau ntawm cov tshav puam ua si sab nraum zoov.
- Kaw cov chaw rau xuab zeb ua si vim hais tias tsis tsos rau qhib nyob rau lub sij hawm no.
- Txwv tsis pub ua cov kis las sib chww.
- Tu ntxuav cov chaw chav plob (chav tawm rooj los sis hoob nab) kom huv si yam tsawg li ob zaug txhua hnuv kom txhij txhua thiab, yog ua tau, ua kom paub tseeb tias muaj cov khoom siv rau kev nyiam huv txaus (xab npum, ntaub so tawm rooj, tshuaj ntxuav tes tua kab mob) txhua lub sij hawm nyob rau hnuv ntawd. Yuav tsum muab cov chaw chav plob (chav tawm rooj los sis hoob nab) uas tsis tuaj yeem tu ntxuav kom huv si tau ob zaug txhua hnuv ntawd kaw tseg los sis yuav tsum tso ib daim paib qhia rau ntawm chav plob (chav tawm rooj los sis hoob nab) uas tsis tuaj yeem tu ntxuav kom huv si tau ob zaug txhua hnuv ntawd.
- Nquag tu thiab siv tshuaj tsuag tua kab mob rau cov chaw ua hauj lwm, cov chaw uas muaj neeg coob mus los, thiab cov chaw (npoo los sis ntug) nhuag kov tau nyob rau ntawm tej chaw ntawm cov chaw ua si thiab cov tsev uas yog tsoom fww li thiab tsis yog tsoom fww li.
- Tso [cov paib qhia meej tseeb](#) (uas muaj nyob rau ntawm healthoregon.org/coronavirus) qhia txog cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), hais kom cov neeg ua hauj lwm, cov neeg ua hauj lwm pab dawb thiab cov neeg tuaj saib uas muaj cov tsos mob nod yuav tsum nyob twj ywm hauv tsev thiab nug seb yuav tiv tauj rau leej twg yog hais tias lawv xav tau kev pab.

- Saib xyuas tej chaw uas nquag siv xws li cov rooj noj mov tom hav zoov uas tsis yog nyob rau hauv cov chaw nyob/cov tsev, cov chaw nyob siv rau nruab hnuab, thiab cov tuam tsev qhib npaj rau tsoom pej xeem sawv daws tuaj ncig es kom thiaj li txuag tau kev nyob kom sib nruag deb ntawm lub cev yam tsawg li rau (6) fij (feet) ntawm lwm cov pab pawg neeg (cov rooj zaum (teej ib), cov rooj zaum thaiv sab tom qab (benches), cov rooj). Tso cov paib qhia meej tseeb txhawb zog kom ua raws li cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau txog ntawm kev nyob kom sib nruag deb ntawm lub cev ntawm cov neeg tuaj saib uas nyob rau hauv cov pab pawg neeg sib txawv.
- Tshuaj xyuas thiab siv [Cov Lus Qhia Txog Kev Siv Daim Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg, Daim Thaiv Ntsej Muag, Daim Ntaub Npog Ntsej Muag Thoob Plaws Lub Xeev.](#)

Yog ua tau, cov neeg saib xyuas cov chaw ua si tshav puam yuav tsum tau:

- Yuav tau kaw cov chaw nres tsheb ntxiv txhawm rau muab kev yooj yim kom thiaj li txuag tau kev nyob kom sib nruag deb ntawm lub cev yam tsawg li rau (6) fij (feet) ntawm lwm cov pab pawg neeg.
- Yuav tau qhib cov kev taug uas ua voj voom uas mus raws ib seem nkaus xwb thiaj li pab txo kom cov neeg taug kev txhob los nyob sib ze ua ke tau. Yog hais tias ua tau, muab cov kev uas mus raws ib seem nkaus xwb ntawd cais taug kom neeg nyiam taug.
- Hais kom cov neeg pej xeem tuaj rau ntawm cov chaw ua si thiab tej chaw ua si lom zem rau thaum lub sijhawm tsis muaj neeg coob no siv cov sijhawm raws li hais thiab tau tshaj tawm rau ntawm lub chaw ua si los sis lub chaw ua si lom zem.
- Txhawb siab kom zej tsoom mus ncig saib cov chaw ua si thiab cov chaw rau kev so ua si uas nyob ze rau ntawm tsev, zam tsis txhob tawm mus ncig ua si hmo ntuj thiab txo kev mus ncig ua si rau sab nraum zoov rau ntawm lawv qhov chaw rau kev ua si uas nyob ze rau ntawm tsev kom muaj tsawg. Tshwj xeeb mas zej tsoom yuav tau ceev faj tsis txhob tawm mus ncig ua si rau sab nraum zoov rau ntawm cheeb tsam ze ntawm lawv lub tsev yog hais tias lawv nyob rau thaj chaw uas muaj cov neeg kis (raug tau) Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) coob txhawm rau tiv thaiv kom cov tib neeg uas muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) uas muaj mob tias sis tshwm sim rau yus paub ntawd tsis txhob nqa tus kab mob vais lav (virus) yam tsis yog txhob txwm los mus rau hauv ib qhov chaw uas tseem muaj cov neeg kis (raug tau) tus kab mob ntawd tsawg heev.
- Kev qhib tej chaw ntiag tug, lub tuam ceeb nroog, lub zos thiab tej chaw mus pw tom tshav puam, tab sis yuav tsum tau caiv lub cev nyob kom sib nruag deb. Tej zaum Cov Chaw Ua Si Hauv Xeev Oregon (Oregon State Parks) kuj yuav muab kev txiav txim siab txog kev qhib cov chaw teeb tsev ntaub pw ua si ntawm lub xeev faib cais mus raws kev npaj txhij, lub peev xwm los mus txuag kom tau raws li cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau txog ntawm kev nyob kom sib nruag deb ntawm lub cev thiab yuav muaj kev tawm tswv yim nrog Tus Thawj Hau Tswj Kav Xeev.
- Ua zoo xav txog kev qhib tej chaw caij skate yuav tsum tau caiv lub cev nyob kom sib nruag deb tau.
- Txhawb siab rau cov neeg tuaj saib kom lawv nyias nqa nyias li khoom noj, cov taub dej haus thiab cov khoom siv rau kev nyiam huv (xam nrog rau tshuaj ntxuav tes tua kab mob), ua ke nrog rau lawv nyias yuav tsum nqa nyias cov khib nyiab (khoom vuab ntsuab) nrog lawv tus kheej thaum lawv tawm mus.

- Txhawb siab kom zej tsoom tsim kev ua si nrog rau nyias cov tswv cuab hauv yim neeg es tsis txhob mus ua si nrog cov neeg nyob rau hauv cov voos kas sim neej sab nrauv.
- Txhawb siab kom zej tsoom tsim kev ua si yam nyab xeeb thiab zam tsis txhob mus ncig ua si los sis mus tsim kev ua si rau ntawm cov thaj chaw uas nyuaj yuav txuag tau kev nyob kom sib nrug deb yam tsawg li rau (6) fij (feet) ntawm lwm tus uas tsis nyob rau hauv lawv pab pawg.
- Tso cov neeg ua hauj lwm los mus ntsuam xyuas cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau txog ntawm kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev, ua kom paub tseeb tias tsis muaj cov pab pawg neeg nyob ua ke coob tshaj 10 leej neeg, thiab muab kev qhia paub thiab kev txhawb siab rau cov neeg tuaj saib txhawm rau txhawb nqa kom sawv daws ua raws li hais.
- Teeb tsa tej chaw ntxuav tes los sis tso tshuaj tsuag tua kab mob rau ntawm tej chaw ntawd xws li tej chaw tawm mus noj mov ua si sab nrauv tshav puam, cov chaw qhib siv rau yav nruab hnub, thiab cov chaw qhib rau pej xeeb sawv daws mus ua si.
- Yuav tau tso cov khoom thaiv roj hmab (plastic) los sis iav uas meej tseeb rau ntawm hauv ntej ntawm cov neeg sau nyiaj los sis cov chaw saib xyuas lub chaw rau tus neeg tuaj saib, los sis rau ntawm lwm cov chaw uas kev txuag kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev txog li rau (6) fij (feet) ntawm cov neeg ua hauj lwm, cov neeg ua hauj lwm pab dawb thiab cov neeg tuaj saib yog ib qho nyuaj uas yuav ua tau.

Cov chaw muab kev pab cuam ntau ntxiv:

- [Cov paib qhia uas koj muaj peev xwm tshaj tawm tau](#)
- [Cov Lus Qhia Txog Kev Siv Daim Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg, Daim Thaiv Ntsej Muag, Daim Ntaub Npog Ntsej Muag Thoob Plaws Lub Xeev](#)
- [Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon \(Oregon Health Authority, OHA\) Cov Lus Qhia Txog Txhua Yam \(Thaj Pais\) rau Cov Tswv Num](#)
- [Lub Chaw Ua Hauj Lwm Txog Kev Tswj Hwm thiab Kev Tiv Thaiv Kab Mob \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\) Cov Lus Qhia rau Cov Kws Tuav Tswj Txoj Cai hauv Cov Chaw Ua Si thiab Cov Chaw Ua Si Lom Zem](#)

Kev Nkag Mus Saib Cov Ntaub Ntawv: Rau cov tib neeg uas muaj kev xiam oob qhab los sis cov tib neeg uas hais tau ib hom lus uas tsis yog Lus As Kiv, Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon (Oregon Health Authority, OHA) muaj peev xwm muab tau cov lus qhia paub sau ua lwm hom ntaub ntawv xws li muab txhais ua lwm hom lus, muab sau ua tus tsiaj ntawv loj, los sis muab sau ua cov ntawv su uas cov neeg tsis pom kev siv tau. Tiv tauj rau Mavel Morales ntawm tus xov tooj 1-844-882-7889, 711 TTY los sis OHA.ADAModifications@dhsosha.state.or.us.