



Hloov kho tshiab zaum tas los: Lub Cuaj Hlis Ntuj 14, 2020

Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Rov Qhib Dua Thoob Plaws Lub Xeev – Ntsig Txog Kev Rov Pub Ua Si Tau Ib Txhia Ntawm Feem Tsev Kawm Ntawv Qib Siab, Feem Kws Txawj Ua Hauj Lwm Pes Nrab, thiab Cov Kis Las Sib Tw Me

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

Kev Yuam Siv Txoj Cai: Kev siv raws li cov lus qhia no yuav tsum ua 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.

Kev siv tau: Cov lus qhia no siv tau rau kev xyaum ua hauj lwm ntsig txog feem tsev kawm ntawv qib siab, feem kws txawj ua hauj lwm pes nrab, thiab cov kis las sib tw me, kev cob qhia thiab kev ua si rau cov kis las xab phaub thoob plaws lub xeev.

Cov Nav Kis Las/Cov Pab Pawg uas tsis nyob rau hauv Oregon uas ncig tuaj ua si rau hauv Oregon yuav tsum tau ua raws li cov lus qhia nyob rau daim ntawv no.

Txwv tsis pub qhib txhua yam kis las uas lub cev sib chwv nyob rau lub sij hawm no. Tso cai rau ua tau kev cob qhia thiab kev npaj tseg rau cov kis las uas lub cev sib chwv. Kev cob qhia kis las thiab kev kho ib puag ncig, xws li hom kis las nqa khoom hnyav, hom kis las xyaum khiav, thiab hom kis las sib tw ua pab pawg, tsis suav nrog txhua hom kis las yuav tau sib chwv.

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 chwv tau” yog tsi txog cov kis las uas yuav tsum tau ua los sis tseem ceeb rau lub neej txoj sia txhua hnuv, yuav tau nyob ze los sis lub cev yuav tau sib chwv 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 chwv tsawg thiab sib chwv pes nrab” muaj xws li Sotball, Baseball, Ncaws Pob, Volleyball, hom kis poj niam ua xwb xws li Lacrosse, Flag Football.
- “Cov kis las tsis sib chwv” muaj xam nrog rau tab sis tsis yog tag rau kis las ntaus pob tes niv (tennis), kis las ua luam dej, kis las ntaus nkov (golf), kis las sib tw khiav kev deb (cross country), kis las taug kev thiab khiav tom tshav puam (track and field), kis las sib tw khiav raws txoj kab/uas tsis sib chwv (sideline/no contact cheer) thiab kev seev cev.

Lub Ntsiab Lus:

Qhov kev pheej hmoo ntawm kev sib kis tus kab mob vais lav Khaus Viv-19 (COVID-19 virus) yog nyob ntawm ntau cov txuam thawj xam nrog rau:

- 1) Qhov coob tsawg ntawm cov neeg nyob rau hauv ib qho chaw
- 2) Hom chaw (sab hauv tsev thiab sab nraum zoov)
- 3) Kev nyob kom sib nruq deb tnawm cov neeg
- 4) Qhov ntev ntawm lub sij hawm nyob rau ntawm ib qho chaw
- 5) Theem khoom siv pov thaiv uas siv (piv txwv li cov ntaub npog ntsej muag)

Raws li cov lus qhia txhua yam (thuaj pais), kev nyob ua cov pab pawg uas muaj neeg tsawg nyab xeeb dua kev nyob ua cov pab pawg uas muaj neeg coob; cov chaw nyob sab nraum zoov nyab xeeb dua cov chaw nyo sab hauv tsev; cov kis las uas muaj peev xwm txuag tau kev nyob kom sib nruq deb li rau (6) fij (feet) los sis deb dua ntawd nyab xeeb dua cov kis las uas ua rau lub cev nyob sib ze; thiab kev nyob ncuu sij hawm sai nyab xeeb dua kev nyob ncuu sij hawm ntev. Cov kws kis las, cov kws qhia thiab cov neeg tuaj saib yuav tsum tau rau cov ntaub npog ntsej muag kom mus raws li [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](#). Cov thawj coj kis las thiab cov xib fwb qhia yuav tsum ua zoo xav txog tag nrho cov txuam thawj no thaum lawv npaj yuav rov qab mus ua kis las ua si.

Cov Cai Uas Yuav Tsum Ua Kom Tau Txhua Yam (Thuaj Pais):

Cov koom haum kis las, cov tsev kawm ntawv qib siab/cov tsev kawm ntawv txuj siab, cov xib fwb qhia, cov nav kis las thiab cov kws cob qhia yuav tsum tau:

- Tshab xyuas dua thiab ua raws li [Xeev Oregon Cov Lus Qhia Txog Txhua Yam \(Thuaj Pais\) rau Cov Tswv Num hais txog Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#) thiab [Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon \(Oregon Health Authority, OHA\) Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Rov Qhib Dua](#) rau Pej Xeem.
- Yog tsim nyog, ces ua raws li [Xeev Oregon Lub Thawj Fab Saib Xyuas Hauj Lwm txog Kev Kawm Ntawv \(Oregon Department of Education\) Cov Lus Qhia](#).
- Txwv tsis pub cov neeg ua hauj lwm thiab cov nav kis las uas muaj txhua [cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#) nkag mus rau hauv cov chaw los sis qhov chaw ua kis las.
- Tsis txhob txhawb siab txhua tus neeg, xam nrog rau cov nav kis las, uas nyob rau kev pheej hmoo siab uas yuav sib kis tau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) (piv txwv li, cov neeg uas muaj cov yam ntxwv mob zoo tsis tu qab) rau kev mus koom txhua cov dej num (hauj lwm los sis kiv cab kas) kis las.
 - Yog hais tias ib tus nav kis las, cov neeg ua hauj lwm pab dawb los sis ib tus kws kuaj xyuas pom muaj cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), ib tus tswv cuab uas yog neeg ua hauj lwm yuav tsum thov kom lawv tawm ntawm cov chaw ntawd mus, muab ib daim nab kaj npog ntsej muag, daim nab kaj npog ntsej muag los sis daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg rau tus tib neeg ntawd, thiab pab tus tib neeg ntawd ua kom tsis txhob muaj kev nyob sib ze nrog lwm tus ua ntej yuav tawm ntawm qhov

chaw ntawd. Tsuag tshuaj tua kab mob rau tag nrho cov chaw uas cov neeg qhua muaj mob tau siv lawm tam sim ntawd.

- Kaw cov qhov txhawv dej, tshwj tsis yog rau cov uas tawm qauv txhawm rau ntim dej rau hauv cov fwj dej yam tsis tas chwv ntu nruab nrab ntawm lub fwj thiab lub qhov txhawv dej ntawd. Txhawb siab rau cov nav kis las kom nqa cov fwj dej uas twb ntim dej rau lawm.
- Rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, daim nab kaj npog ntsej muag, los is daim ntaub npog ntsej muag, thaum mus ua kis las rau sab hauv tsev los sis sab nrauv tshav puam uas tsis muaj peev xwm nyob kom sib nrug deb tau li rau (6) fij (feet). Daim ntaub npog ntsej muag ntawd yog txhais hais tias txhawm rau pov thaiv lwm tus yog hais tias koj kis tau kab mob lawm. Cov neeg tuaj yeem kis tau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) mus rau lwm tus txawm tias lawv tsis hnov muaj mob los xij. Rau kev paub ntau ntxiv, mus saib ntawm [Cov Lus Qhia Txog Daim Ntaub Npog Qhov Ncauj Qhov Ntswg, Daim Nab Kaj Npog Ntsej Muag, Daim Ntaub Npog Ntsej Muag Thoob Plaws Lub Xeev](#) .
- Yuav tsum ntseeg kom tau tias cov neeg tuaj saib rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, daim thaiv ntsej muag, los sis daim npog ntsej muag txawm hais tias yog lub sijhawm uas nyob saib nraum zoov lawm kom raug raws li [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](#).
- Ua kom paub tseeb tias cov lab npauv cua hauv qhov chaw ua hauj lwm ntawd ua hauj lwm zoo. Ua kom muaj huab cua khiav mus los ntau li ntau tau ntxiv los ntawm kev qhib cov qhov rai thiab cov qhov rooj, kev siv cov kiv cua, los sis lwm cov hauv kev. Tsis txhob qhib cov qhov rai thiab cov qhov rooj yog hais tias kev ua li ntawd yuav ua rau muaj kev phom sij cuam tshuam txog kev nyab xeeb rau cov neeg ua hauj lwm, cov neeg saib los sis cov nav kis las.
- Sib txuas lus kom paub tag nrho cov cai thiab cov ntaub ntawv qhia txog chaw ua si rau cov nav kis las/cov neeg mus koom, cov niam thiab txiv, cov neeg saib xyuas me nyuam thiab cov neeg saib xyuas (tu) ua ntej yuav rov pib los sis pib lub caij nyoog ntawd.

Kev Tu thiab Kev Tsuag Tshuaj Tus Kab Mob:

Cov koom haum kis las, cov tsev kawm ntawv qib siab/cov tsev kawm ntawv txuj siab, cov xib fwb qhia thiab cov kws cob qhia yuav tsum tau:

- Nquag tu ntxuav kom huv si thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau cov khoom siv sib koom ua ke. Qhov no muab xam nrog rau, tab sis kuj tsis cais, khoom siv xws li cov qws ntaus pob thiab cov ntxaij ntaus pob. Siv cov tshuaj tua kab mob uas raug xam muaj nrog nyob rau hauv [Lub Chaw Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Txog Kev Pov Thaiv Cheeb Tsam Ib Puag Nciq \(Environmental Protection Agency, EPA\) daim ntawv teev npe uas tau txais kev pom zoo siv](#) rau tus kab mob vais lav (virus) SARS-CoV-2 uas ua rau tshwm sim muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- Yuav tsum hais kom cov neeg ua hauj lwm xyaum ua kev nyiam huv rau fab kev noj qab haus huv xam nrog rau kev nquag ntxuav lawv ob txhais tes thiab kev npog thaum lawv txham thiab hnoos. Siv dej thiab xab npum ntxuav koj ob txhais tes kom huv si tas li yam tsawg li 20 chib (xes nkoos), tshwj xeeb mas yog tom qab kev tuav

(chwv) cov khoom sib koom siv los sis kev tshuab ntswg, kev hnoos, los sis kev txham. Zam tsis txhob tuav (chwv) koj ob lub qhov muag, qhov ntswg thiab qhov ncauj.

- Yog hais tias tsis muaj xab npum thiab dej, siv tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv nrog txog li 60-95%. Muab pleev rau tag nrho cov chaw (npoo los sis ntug) ntawm koj ob txhais tes thiab muab sib txhuam ua ke kom txog ntua rau thaum nws qhuav.
- Txhawb siab kom cov nav kis las yuav tsum nqa lawv li tshuaj ntxuav tes ntiag tug rau kev siv ntawm tus kheej. Txhawb siab kom cov koom haum yuav tsum tau muab cov chaw ntxuav tes thiab/los sis tshuaj ntxuav tes.
- Nquag tu ntxuav kom huv si thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau cov chaw uas muaj neeg coob mus los, thiab cov chaw (npoo los sis ntug) nquag kov tau nyob rau hauv cov chaw uas cov neeg ua hauj lwm, cov nav kis las thiab cov neeg saib nquag kov tau.
- Yuav tsum tu ntxuav kom huv si thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau cov chaw plob (cov chaw tawm rooj lis sis hoob nab) ua ntej thiab tom qab txhua qhov dej num (hauj lwm los sis kiv cab kas) ntawm lub koom haum thiab/los sis yam tsawg li ob zaug txhua hnuv.

Kev Nyob Kom Sib Nurg Deb thiab Kev Pub Neeg Nyob Coob Tsawg Npaum Li Cas:

Cov koom haum kis las, cov tsev kawm ntawv qib siab/cov tsev kawm ntawv txuj siab, cov xib fwb qhia thiab cov kws cob qhia yuav tsum tau:

- Txwv qhov ntim tau ntawm kev sib sau nyob ua ke rau txhua lub koob tsheej kev ua kis las sib tw (ua si) kom tsuas coob kawg nkaus txij li 100 leej neeg nyob rau sab hauv tsev, thiab 250 leej neeg nyob sab nraum tshav puam xwb, tsis txhob pub coob tshaj 250 leej nyob rau hauv lub chaw rau kev ua si sab hauv tsev thiab lub chaw rau kev ua si sab nraum zoov; los sis qhov coob tsawg ntawm cov neeg, xam nrog rau cov neeg ua hauj lwm tib si, raws li kev txiav txim siab txog qhov kev pub muaj neeg nyob ua ke coob tshaj plaws (ko taw puag ncig/kev pub neeg nyob coob tsawg npaum li cas), los yog tsawg dua ntawd. Tswj kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev kom tau yam tsawg li rau (6) fij (feet) toj ib tus neeg. Dhau ntawm kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev lawm, yuav tsum tau siv ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, daim nab kaj npog ntsej muag los sis daim ntaub npog ntsej muag.
- Tsim kho thiab nqis tes siv txoj kev npaj ua txawm rau txwv tsis pub neeg nkag tuaj saib coob yog li txhua tus neeg ua hauj lwm, cov neeg ua hauj lwm pab dawb, cov neeg muab ntaub ntawv cog lus ua hauj lwm thiab cov neeg tuaj saib muaj peev xwm caiv lub cev nyob kom sib nrug deb tau rau (6) fij (feet).
- Txib hauj lwm rau ib tus neeg ntsuam xyuas qhia txhawm rau saib xyuas kom tus neeg tuaj saib lub cev nyob sib nrug deb ntawm lub cev txog li rau (6) fij (feet), xam nrog rau cov chaw nkag, cov chaw tawm, cov chaw plob (cov chaw tawm rooj lis sis hoob nab) thiab txhua lwm cov chaw uas muaj neeg coob nyob ua ke.

- Kev tswj kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev yog ib qho tseem ceeb tshwj xeeb rau cov neeg uas muaj [cov yam ntxwv mob lwm yam txuam nrog](#). Cov pawg neeg no yog cov uas ntxim yuav tau kis Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tshaj.
- Txhawb siab rau txhua tus neeg nyob rau ntawm qhov chaw ua cov kis las, xam nrog rau tag nrho cov nav kis las, cov xib fwb qhia, cov kws txiav txim, cov neeg ua hauj lwm pab dawb, thiab cov neeg cog lus ua hauj lwm nrog uas tsis nce rau leej twg kom nyob kom sib nrug deb kom tau yam tsawg kawg li rau (6) fij (feet) ntawm cov neeg uas tsis nyob rau hauv tib yim neeg, tshwj xeeb mas yog nyob rau hauv cov chaw uas niaj hnub nyob tas li.
- Thaum muaj ntau hom kis las ua thooj txhij rau tib lub chaw ua kis las los sis tib qho chaw nyob rau tib lub sij hawm, cov koom haum, cov xib fwb qhia thiab cov kws cov qhia yuav tsum tau:
 - Ua kom paub tseeb hais tias cov nav kis las thiab cov neeg tuaj saib kev sib tw ua kis las tsis txhob koom chaw nyob ua ke, suav txij tej chav dej, tej kev taug mus los, tej chaw sawv nres.
 - Tu ntxuav kom huv si thiab siv tshuaj tsuag tua kab mob rau cov chaw (npoo los sis ntug) nquag kov tau, xws li cov tes tuav qhov rooj, rau thaum lub sij hawm sib tw tag los sis thaum tsis muaj kev sib tw lawm.
 - Nquag tu ntxuav kom huv si thiab siv tshuaj tsuag tua kab mob rau tej chaw uas muaj neeg coob mus los xws li cov chaw nkag, cov chaw tawm, cov rooj ntawm qhov chaw kuaj xyuas neeg nkag, cov chav plob (cov chav tawm rooj lis sis hoob nab) thiab cov chaw nres, rau thaum lub sij hawm sib tw tag los sis thaum tsis muaj kev sib tw lawm.
 - Yog cov pawg kis las thiab cov neeg tuaj saib nyob rau ntawm tib lub chaw sib tw ua kis las koom ib chav dej, qhib cov qhov rooj ntawm txoj kev nkag/txoj kev tawm, yog ua tau, nquag tu ntxuav kom huv si thiab siv tshuaj tsuag tua kab mob rau cov chaw (npoo los sis ntug) nquag kov tau xws li cov tes tuav qhov rooj thiab cov kais dej.
 - Yog hais tias ua tau, cov neeg saib xyuas ntawm lub chaw sib tw ua kis las yuav tsum:
 - Teev sij hawm tuaj txog thiab tawm mus tsev rau cov neeg ua hauj lwm, cov nav kis las thiab cov neeg tuaj saib txhawm rau txo kom txhob muaj neeg coob tuaj sib txiv rau ntawm cov qhov rooj nkag, qhov rooj tawm thiab chav dej kom ua raws li qhov yuav tsum tau caiv nyob sib nrug deb ntawm lwm tus.
 - Npaj cov qhov rooj nkag/cov qhov rooj tawm nyias muaj nyias rau cov neeg ua hauj lwm, cov nav kis las thiab cov neeg tuaj saib.
- Muab cov chaw qhia kis las ntawd cob rau cov thawj tswj xyuas hauj lwm thiab cov xib fwb qhia kis lis, thaum tsis siv rau kev xyaum/tsis siv rau kev ua si lawm, txhawm rau ua kom paub tseeb tias lawv txuag tau kev nyob kom sib nrug deb.

Kev Cob Qhia thiab Kev Ua Si:

Yog hais tias ua tau, cov koom haum, cov tsev kawm ntawv qib siab/cov tsev kawm ntawv txuj siab, cov xib fwb qhia thiab cov kws cob qhia yuav tsum:

- Yuav tsum ua kom tsuas muaj kev sib chww ntawm cov neeg mus koom/cov nav kis las uas yuav tau los mus ua ua si nkaus xwb. Qhov no muaj xam nrog rau kev zam tsis txhob pub muaj kev sib tuav tes, kev nyob ua ke coob tshaj tsib leej neeg, cov kev sib chww ntawm lub nrig/lub lauj tshib, cov kev sib chww ntawm lub hauv siab thiab cov kev lom zem uas nyob ua pab pawg.
- Muab tus nav kis las li khoom siv tso kom sib nruq deb txhawm rau tiv thaiv kom cov nav kis las tsis txhob los mus sib chww ncaj qha nrog rau lwm tus.
- Txhawb siab kom cov nav kis las yuav tsum siv lawv qhov khoom siv ntiag tug nkaus xwb yog hais tias tsim nyog. Zam kom tsis txhob muaj los sis ua kom kev sib koom siv cov khoom siv muaj tsawg, yog hais tias tsim nyog.
 - Tej zaum qee cov khoom siv tseem ceeb yuav tsis muaj muab rau txhua tus nav kis las. Thaum twg nws tsim nyog sib koom siv qhov khoom siv uas tseem ceeb los sis raug txwv ntawd, yuav tsum nquag tu ntxuav kom huv si thiab tsuag tshuaj tua kab mob rau tag nrho cov chaw (npoo los sis ntug) ntawm txhua qhov khoom siv sib koom ua ke ntawd, raws li qhov tsim nyog rau hom kis las ntawd (piv txwv li nruab nrab ntawm cov nav kis las, cov chaw, cov ncuaj sij hawm, los sis cov nkees (games)). Siv cov tshuaj tua kab mob uas raug xam muaj nrog nyob rau hauv [Lub Chaw Ua Hauj Lwm Saib Xyuas Txog Kev Pov Thaiv Cheeb Tsam Ib Puag Ncig \(Environmental Protection Agency, EPA\) daim ntawv teev npe uas tau txais kev pom zoo siv](#) rau tus kab mob vais lav (virus) SARS-CoV-2 uas ua rau tshwm sim muaj Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19). Cov khoom lag luam tseem tsis tau muaj cov ntawv nplaum muab lus qhia txog rau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19), tab sis muaj ntau cov khoom lag luam yeej muaj ib daim ntawv nplaum muab lus qhia los sis cov lus qhia paub nyob rau hauv lawv cov vas sab (websites) hais txog lawv li kev ua hauj lwm zoo rau tus kab mob khaus lauv nam vais lav (coronavirus) ntawm tib neeg.
 - Tu ntxuav tag nrho cov khoom siv uas chww ncaj qha rau lub taub hau, lub ntsej muaj thiab ob txhais tes kom huv si uas muaj kev xyuas xim tshwj xeeb thiab ua kom ua kom ntxaws.
- Txhawb siab kom cov nav kis las thiab/los sis lawv tsev neeg ntxuav thiab tsuag tshuaj rau tej khoom siv txhua zaus thaum siv tag, rau tej qho uas ua tau.
- Tsuas tso cai rau cov kws cob qhia, cov xib fwb qhia thiab cov nav kis las mus koom tau cov kev xyaum ua si nkaus xwb txhawm rau ua kom paub tseeb tias txuag tau kev nyob kom sib nruq deb ntawm lub cev thiab tiv thaiv cov neeg kom tsis txhob sib sau nyob ua ke.
- Cob qhia thiab ua si nyob rau sab nraum zoov yog hais tias muaj peev xwm ua tau yam muaj kev nyab xeeb, yog hais tias nws tsis txhaum rau txhua cov cai hauv lub zej zos. Teem sij hawm kom txaus rau cov kev xyaum ua thiab cov nkees (games) es kom tag nrho cov neeg nyob rau qhov kev xyaum ua dhau los thiaj li muaj peev xwm tawm tau ntawm cov chaw ntawd ua ntej pab pawg ntxiv mus yuav nkag los. Qhov no yuav pab txo tsis ua rau muaj neeg coob nkag los sib ti rau ntawm cov kev

nkag mus, cov kev tawm mus thiab cov chav dej, nrog rau npaj lub sij hawm kom txaus rau kev tu los yog tsuag tshuaj tua kab mob rau cov chaw/khoom siv.

- Hais kom cov neeg yuav tsum nkag mus rau hauv cov chaw ntawd ntawm qhov chaw nkag uas qhia tseg thiab tawm ntawm qhov chaw tawm uas qhia tseg. Tsis txhob thaiv cov qhov rooj khiav tawm thaum tsev kub hnyiab. Siv cov paib qhia kom mus raws ib seem kev nkaus xwb. Ua zoo xav txog kev teem sij hawm thiab kev txav cov sij hawm tuaj txog rau ntaum cov chaw ntawd kom sib txawv txhawm rau ua kom tsis txhob muaj cov tib neeg coob tuaj txog thiab tawm nyob rau tib lub sij hawm.
- Nyob twj ywm rau sab nraum zoov ntawm cov chaw ntawd (piv txwv li nyob hauv tsheb) kom txog ntua lub sij hawm rau qhov kev xyau ua los sis kev ua si uas tau teem tseg tso. Qhov no yuav pab ua rau kom cov neeg tawm ntawm cov chaw ntawd tag tso ua ntej yuav nkag mus thiab pab ua kom muaj kev sib sau nyob ua ke tsawg. Txhawb siab kom cov nav kis las thiab lawv tsev neeg ua ib yam nkaus.
- Rau cov lus qhia ntau ntxiv txog cov pas dej ua luam dej ua si, mus saib rau ntawm [Cov Lus Qhia Xab Phaub txog Cov Pas Dej Rau Kev Ua Luam Dej Ua Si Uas Muaj Daim Ntawv Tso Cai, Cov Pas Dej Ua Luam Dej Ua Si Uas Muaj Chaw Zuaj Ntsej Muag Thiab Ib Ce thiab Cov Tsev Rau Kev Ua Kis Las Uas Muaj Daim Ntawv Tso Cai.](#)

Kev Ntoj Ncig:

Kev mus ntoj ncig txawv xeev tej zaum yuav muaj feem ua rau muaj kev sib kis kab mob tshwm sim. Cov kev caij dav hlau mus ncuu kev deb, xam nrog rau hauv teb chaws, hauv thiab ntawm lawv tus kheej, tuaj yeem ua rau muaj kev pheej hmoo theem nrab ntawm kev sib kis kab moob tshwm sim. Qhov uas txhawj xeeb loj tshaj, thiab ua rau muaj kev pheej hmoo siab tshaj tom qab ntawd mas yog los ntawm kev raug tau rau tus kab mob siab heev nyob rau lub sij hawm siv lab npauv kev siv tsheb thauj xa neeg mus los nyob rau ntawm cov tshav dav hlau.

Cov koom haum kis las, cov tsev kawm ntawv qib siab/cov tsev kawm ntawv txuj siab, cov xib fwb qhia, cov nav kis las thiab cov kws cob qhia yuav tsum tau:

- Txwv kev ntsib nrog lwm tus neeg sab nrauv uas tsis nyob rau yus pab pawg ntoj ncig nyob rau lub sij hawm siv lab npauv kev siv tsheb thauj xa neeg mus los:
 - Tag nrho cov tswv cuab ntawm ib pab pawg ntoj ncig xam nrog rau cov neeg ua hauj lwm, cov nav kis las, cov xib fwb qhia thiab cov neeg tsav tsheb, yog hais tias caij tsheb npav los sis nyob rau hauv ib lub tsheb lauv keem, yuav tsum tau rau ib daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg, daim nab kaj npog ntsej muag los sis daim ntaub npog ntsej muag thiab ua kom paub tseeb hais tias txuag tau kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev yam tsawg li peb (3) fij (feet) los ntawm cov neeg caij tsheb uas nyob rau hauv ib pab pawg ntoj ncig.
- Txwv kev ntoj ncig rau cov neeg uas tau nyob sib ze tas li thiab raug xam hais tias yog ib tus neeg tseem ceeb (piv txwv li, cov nav kis las, cov xib fwb qhia, cov neeg ua hauj lwm ntsig txog fab kev kuaj mob).
- Kev caij dav hlau mus ncig ua si

- Thaum twg tsim nyog, ua zoo xav txog cov fij dav hlau uas muaj los ntawm tsoov fww tsis txhob lam mus siv kev caij dav hlau mus ncig ua si uas muaj los ntawm feem kev lag luam. Kev caij dav hlau mus ncig ua si uas muaj los ntawm feem kev lag luam yuav tsum muaj tus neeg muaj cov hau kev tswj xyuas kev sib kis kab mob los mus tswj xyuas tus neeg muaj tus kab mob uas yuav kis tau rau lwm tus thiab yuav tsum muaj kev tswj (siv thiab ua raws) txoj cai raws li cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau ntsig txog kev rau ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thoob ntiaj teb.
- Nqa tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv nrog txog li 60-95%_txhua lub sij hawm thiab nquag siv nws tas li.
- Rau cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los sis cov ntaub npog ntsej muag txhua lub sij hawm thiab txo kev hle tawm rau kev noj mov thiab haus dej kom muaj tsawg.
- Zam kev mus ntoj ncig rau hauv ib lub dav hlau ntig tug uas muaj ntau pab pawg neeg.
- Sau cov npe ntawm txhua tag nrho cov neeg caij tsheb xam nrog rau tus neeg tsav tsheb, tus kws tsav dav hlau thiab cov neeg ua hauj lwm txais tos qhua ntawm fij dav hlau, xam nrog rau tus neeg tsav tsheb, ua ke nrog rau hnuv tim thiab lub sij hawm mus ncig ua si thiab tus nab npawb lub tsheb/daim ntawv pov thawj ntawm lub tsheb tib si, yog hais tias muaj.
- Tso cai rau cov neeg tsav tsheb muaj peev xwm muab tsheb thauj xa ntau pab pawg mus ntoj ncig tau yog hais tias rau daim ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg thiab siv tshuaj ntxuav ob txhais tes ua ntej thiab tom qab kev tsav tsheb txhua zaub thauj xa txhua pab pawg uas nyob tus yees tsis muaj mob mus los. Yuav tsum tu ntxuav cov tsheb kom huv si nyob lub sij hawm yuav thauj txhua pawg neeg ntoj ncig raws li [cov lus qhia txog kev siv tsheb thauj xa mus los](#).
- Xyaum ua cov cwj pwm pov thaiv tau Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19) tom qab koj rov los txog rau hauv xeev Oregon los ntawm lwm cov xeev. Cov cwj pwm nod muaj xws li kev ua kev nyiam huv kom txhais tes huv si tau zoo, kev nyob kom sib nrug deb ntawm lub cev, thiab kev rau cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los sis cov ntaub npog ntsej muag, thiab kev ua kom paub tseeb hais tias tag nrho cov neeg ua hauj lwm thiab cov tub ntxhais kawm ntawv muaj txheej txheem kev lis dej num muaj zog rau kev kuaj ntsuas txog tus kheej/kev hais qhia tawm txog cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 (COVID-19).
- Ua raws li nram qab no thaum yuav rov qab mus rau ntawm ib lub chaw ua kis las tom qab kev mus ntoj ncig txawv xeev los:
 - Yog hais tias muaj [cov tsos mob ntawm Tus Kab Mob Khaus Viv-19 \(COVID-19\)](#), tiv tauj rau tus kws muab kev saib xyuas kho mob rau fab kev noj qab haus huv rau kev sim kuaj mob.
 - Koom tes nrog Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Rau Pej Xeem Haus Lub Zej Zos yog hais tias koj raug tiv tauj kom mus ua kev kuaj ntsuas mob rau kev taug txoj lw qhia txog kev sib tiv tauj nyob sib ze.
 - Rau cov ntaub npog qhov ncauj qhov ntswg los sis cov ntaub npog ntsej muag raws li [Cov Lus Qhia Txog Kev Siv Daim Ntaub Npog Qhov Ncauj](#)

Yog hais tias ua tau, cov koom haum, cov tsev kawm ntawv qib siab/cov tsev kawm ntawv txuj siab, cov xib fwb qhia, cov nav kis las thiab cov kws cob qhia yuav tsum:

- Txo lawv cov kev nyob ze nrog lwm cov neeg kom tsawg txog li 10 hnuv tom qab kev ntoj ncig.
- Tsom kwm raau kev ntoj ncig thiab ua kis las nyob rau tib hnuv txhawm rau zam cov kev nyob hmo ntuj, yog hais tias ua tau. Rau cov kev nyob hmo ntuj los sis kev ntoj ncig nyob rau tib hnuv, yuav tsum ua zoo xav txog cov puas mov tau npaj ntim tseg ua ntej los sis kev pab cuam ntsig txog chav pw. Yog hais tias kev mus noj puas hmo tsuas muaj noj rau tom khw noj mov nkaus xwb, ua zoo xav txog kev nqa khoom tawm los mus noj rau sab nraud los sis kev noj mov nyob rau sab nraum zoov uas yog cov kev xaiv zoo dua ntais.

Cov Tsev Ua Hauj Lwm Ntsig Txog Rooj Sib Tham Txog Pac-12

Cov pab pawg saib xyuas Rooj Sib Tham Txog Pac-12 uas xav ua kis las ua si nyob rau hauv Xeev Oregon yuav tsum xa cov qauv ua txheej txheem mus rau Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon (Oregon Health Authority, OHA) thiab Tus Thawj Hau Tswv Kav Xeev lub chaw ua hauj lwm (Governor's office) txhawm rau ua kom paub tseeb hais tias kev cob qhia, kev sib tw, thiab kev ua kis las ua si yuav tsum ua raws li txhua cov lus qhia txog kev noj qab haus huv ntawm pej xeem thiab cov kev cai uas yuav tsum ua kom tau uas siv rau zeeg sij hawm ntawm lub nroog ntawd. Yuav tsis muaj peev xwm ua tau cov kev cob qhia, kev sib tw thiab kev ua kis las ua si kom txog rau thaum cov qauv ua txheej txheem raug muab koj los tshab xyuas dua thiab tau txais kev pom zoo los ntawm Tus Thawj Hau Tswv Kav Xeev lub chaw ua hauj lwm (Governor's office) thiab Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon (Oregon Health Authority, OHA).

Cov kis las Rooj Sib Tham Txog Pac-12 uas xyaum ua thiab ua si nyob rau hauv Xeev Oregon tau txais kev zam los ntawm tg nrho lwm cov lus qhia ntsig txog cov kis las uas tau sau tawm, xam nrog rau cov lus qhia ntsig txog Kev Rov Pub Ua Si Tau Ib Txhia Ntawm Feem Tsev Kawm Ntawv Qib Siab, Feem Kws Txawj Ua Hauj Lwm Pes Nrab, thiab Cov Kis Las Sib Tw Me Thoob Plaws Lub Xeev. Cov kis las Rooj Sib Tham Txog Pac-12 yuav tsum ua raws li cov qauv cai uas lawv cov koom haum kis las tau tsim tawm los siv rau kev xyaum ua, kev ua kis las ua si, kev taug txoj lw qhia txog kev sib tiv tauj nyob sib ze, kev sim kuaj mob, kev caiv txwv tsis pub kom kab mob kis tau rau lwm tus thiab txhua lwm cov tswv yim pab uas siv tau txog rau ntawm thaj chaw ntawd, xam nrog rau cov qauv ua txheej txheem uas tau txais kev pom zoo los ntawm Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon (Oregon Health Authority, OHA) thiab Tus Thawj Hau Tswv Kav Xeev Lub Chaw Ua Hauj Lwm (Governor's Office, GO) thiab Tus Thawj Hau Tswv Kav Xeev Lub Chaw Ua Hauj Lwm (Governor's Office). Cov koob tsheej ntawm cov kis las Rooj Sib Tham Txog Pac-12 uas raug siv ua si nyob rau hauv xeev Oregon yuav tsum tau ua raws li [Lub Oos Kas Saib Xyuas Kev Noj Qab Haus Huv Hauv Xeev Oregon \(Oregon Health Authority, OHA\) Cov Lus Qhia Hais Txog Kev Rov Qhib Dua Zeeg Sij Hawm Ob – Cov Neeg Ua Hauj Lwm Tswj Xyuas Lub Chaw thiab Lub Koob Tsheej.](#)

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 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 Muaj Peev Xwm Nkag Cuag Tau Rau Daim 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.