



Data intrării în vigoare: 21 decembrie 2020

Ghid sectorial – Unitățile de recreere la interior și de fitness la interior

Autoritate: Ordinul executiv nr. 20-66, ORS 433.441, ORS 433.443, ORS 431A.010

Aplicabilitate: Acest ghid se aplică pentru:

- unitățile de recreere la interior și de fitness la interior; și
- sportivii din publicul general, ligi, instructori, antrenori, oficiali, jucători și spectatori, la nivel de școală K-12 și colegii, în timp ce participă sau utilizează unitățile de recreere la interior și de fitness la interior.

Notă: Centrele pentru seniori nu pot funcționa indiferent de nivelul de risc desemnat al districtului în care se află unitatea.

Punere în aplicare: În măsura în care acest ghid necesită respectarea anumitor prevederi, se pune în aplicare după cum se specifică în Ordinul executiv 20-66, paragraful 10.

Definiții: În sensul acestui ghid se aplică următoarele definiții:

- „Sporturi de contact total” înseamnă sporturi care implică o cerință sau probabilitate substanțială de proximitate strânsă, de rutină, susținută sau contact fizic între participanți și includ, fără limitare, fotbal american, rugby, wrestling, activitățile majoretelor, baschet, hockey, dans, polo pe apă, lacrosse pentru bărbați, cu excepția cazului în care sportul este efectuat după reguli care elimină cerința sau probabilitatea substanțială de proximitate strânsă, de rutină, susținută sau contactul fizic între participanți.
- „Piscine de uz general” înseamnă unități de piscine mari, incluzând fără limitare piscinele de înot municipal și piscinele din centre comunitare.
- „Unitățile de recreere și fitness la interior” înseamnă locațiile de recreere și fitness la interior care includ, fără limitare, sălile de fitness, terenurile la interior și piscinele la interior unde au loc activități de recreere și fitness la interior, cum ar fi sporturile recreative la interior, sporturile aferente nivelului K-12 la interior, sporturile de colegiu la interior, antrenamentele personale la interior și dansul la interior.
- „Piscine cu utilizare limitată” înseamnă piscine care sunt operate în asociere cu o unitate aferentă, cum ar fi un complex de apartamente, hotel/motel, club privat, asociație sau complex organizațional, accesul la piscină fiind limitat la rezidenți, patroni sau membri.

- „Sporturile de contact minim și mediu” includ, fără limitare, softball, baseball, fotbal, volei, lacrosse pentru femei, fotbal de pavilion.
- „În exterior” înseamnă ori spațiu în aer liber, incluzând orice spațiu care poate avea o acoperitoare temporară sau fixă (de exemplu copertină sau acoperiș) și cel puțin șaptezeci și cinci de procente din suprafața lateralelor deschisă pentru trecerea aerului.
- „Sporturi fără contact” includ, fără limitare, tenis, înot, alergare pe teren variat, atletism pe pistă și tren, sportul majoretelor la încurajarea de pe margine/fără contact și dans.

Ca orientare generală, grupurile mai mici sunt mai sigure decât cele mai mari; locațiile în exterior sunt mai sigure decât cele în interior; sporturile care pot asigura distanța de un metru și optzeci de centimetri (1.8) sau mai mult sunt mai sigure decât cele care necesită contactul apropiat; iar durata mai scurtă este mai sigură decât durata mai lungă. Operatorii unităților de recreere și fitness în interior trebuie să ia în considerare toți acești factori atunci când planifică revenirea la meciuri și activități.

Sporturile de contact total sunt interzise la acest moment. Antrenarea și menținerea condiției fizice, cum ar fi ridicarea greutăților, exercițiile de alergare și meciurile intra-echipă nu pot include contactul total de niciun fel.

Sporturile școlare K-12

Participarea la activitatea fizică este vitală pentru sănătatea și starea de bine a tinerilor. Acest ghid are scopul de a furniza oportunități de activitate fizică în timp ce se reduc riscurile de transmitere a COVID-19. Ghidul pentru sporturile școlare K-12 se bazează acum pe un [nivel de risc de COVID-19 al districtului](#) (scăzut, moderat, crescut, extrem). **Orientările pentru Sporturile școlare K-12 nu mai este asociat unui model instructiv al școlii.** Consultați [ghidul ODE pentru redeschiderea instruirii în persoană](#) pentru informații suplimentare privind operațiunile școlilor.

Operațiuni:

Unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să analizeze și să implementeze [Ghidul la nivel statal privind măștile, articolele de acoperire a feței și vizierele](#).
 - Să se asigure că toate persoanele respectă [Ghidul la nivel statal privind măștile, articolele de acoperire a feței și vizierele](#).
 - O mască, un articol de acoperire a feței sau o vizieră nu este impusă atunci când nu este fezabil, cum ar fi la înot sau duș. Articolele de acoperire a feței au scopul de a proteja alte persoane în cazul în care sunteți infectat(ă). Oamenii pot răspândi COVID-19 altora chiar dacă nu se simt bolnavi.
- Să se asigure că orice spații exterioare create sau utilizate pentru servicii sau operațiuni respectă definiția de „exterior”. **Dacă un spațiu nu respectă definiția de exterior, serviciile sau operațiunile vor fi considerate a se desfășura la interior și prin urmare trebuie să respecte cerințele și orientările pentru operațiunile la interior.**

- Să se asigure că toate unitățile și echipamentele sunt sigure pentru a fi utilizate și se află în bune condiții după închiderea prelungită. Această activitate trebuie ghidată de manualele de întreținere și operațiuni și de procedurile standard de operare.
- Să țină saunele și camerele de abur închise.
- Să țină facilitățile de îngrijire a copiilor pe bază inopinată închise.
- Consultați și aplicați [Ghidul la nivel statal privind redeschiderea pentru programe de tineret](#) pentru orice programe pentru copii și tineret.
- Afișați [însemne clare](#) care menționează simptomele COVID-19, care cer persoanelor cu simptome să rămână acasă și care menționează pe cine să contacteze dacă au nevoie de ajutor.
- Afișați [afișe clare](#) despre cerințele de purtare a măștii, a articolelor de acoperire a feței sau a vizierelor.
- Utilizați [afișe](#) care încurajează distanțarea fizică în toată unitatea, incluzând zonele de recepție, vestiarele și în apropierea echipamentelor populare.
- Asigurați faptul că sistemele de ventilație funcționează corespunzător. Sporiți circulația aerului și ventilația cât mai mult posibil prin deschiderea ferestrelor și ușilor. În spațiile la interior, ventilatoarele trebuie utilizate numai atunci când ferestrele sau ușile sunt deschise către exterior, pentru a circula aerul din interior și exterior. Nu deschideți ferestrele sau ușile dacă acest lucru prezintă un risc privind siguranța pentru angajați, copii sau clienți.
- Stabiliți un flux de trafic într-un singur sens, de câte ori este posibil, pentru circuitele echipamentelor, piste etc. Utilizați semne pentru fluxul de trafic unidirecțional.
- Furnizați stații de spălare pe mâini sau dezinfectant de mâini (60-95% conținut de alcool) în toată unitatea, pentru utilizare de către angajați și clienți.
- Consultați [Ghidul pentru unitățile de alimentație și consum de băuturi](#) pentru informații privind gestionarea și distribuirea alimentelor, după caz.
- Comunicați toate politicile și informațiile despre unități persoanelor, după caz, înainte de reluarea activităților de recreere și redeschiderea unităților de fitness.
- Analizați și implementați [Ghidul general pentru angajați și organizații](#).

În măsura posibilă, unitățile de recreere la interior și fitness la interior trebuie, dar nu li se impune:

- Să ia în considerare stabilirea unui timp pentru unitățile de fitness la interior sau recreere la interior pe bază de programare, pentru a limita numărul de persoane din unitate. Să încurajeze utilizarea în afara orelor de vârf, după cum se stabilește și publică de către conducerea unității.
- Să ia în considerare oferirea de cursuri virtuale de fitness, în special pentru persoanele cu risc crescut de complicații ale COVID-19, cum sunt persoanele cu vârsta peste 60 de ani sau cu afecțiuni medicale de fond.
- Să încurajeze ferm clienții să-și aducă la ei, la unitate, propriile sticle de apă umplute.
- Să permită activități în concordanță cu activități de răspuns de urgență, incluzând instruirea pentru personalul de urgență, chiar și într-un district în care, pe baza nivelului

de risc desemnat, activitatea nu ar fi permisă. Dacă au loc astfel de activități, se aplică în continuare cerințele și ghidul OHA.

Dacă au și piscină, unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să respecte [OAR 333, Diviziunea 60](#).
- Să solicite personalului (incluzând personalului de salvare acvatică¹) să poarte o mască, un articol de acoperire a feței sau o vizieră atunci când NU sunt în apă.
- Pentru piscine cu spa la interior, limitați utilizarea piscinei la o unitate familială la un moment dat. Operatorii pot lua în considerare programarea rezervărilor la intervale de 15 minute.

Distanțarea și ocuparea:

Unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să limiteze capacitatea maximă pe baza [nivelului desemnat de risc](#) pentru districtul în care se află unitatea de recreere la interior sau fitness la interior.
- Să se asigure că este menținută în permanență distanțarea fizică de cel puțin un metru și optzeci de centimetri (1,8 m) între persoane.
- Să ia în considerare activitățile de recreere și fitness sau cursurile în exterior, dacă se pot desfășura în condiții de siguranță, atunci când nu încalcă nicio ordonanță locală și atunci când participanții și instructorii pot menține o distanță fizică de un metru și optzeci de centimetri.
- După caz, să limiteze stațiile de echipament de exerciții fizice la cele aflate la o distanță de un metru și optzeci de centimetri (1,8 m). Dacă echipamentul nu poate fi mutat pentru a facilita distanțarea fizică, utilizarea acestuia trebuie blocată.
- După caz, echipamentele jucătorilor trebuie spațiate pentru a preveni intrarea în contact a unui jucător cu altul.
- Pentru instruirea personală de la o persoană la alta, trebuie menținută distanța fizică de un metru și optzeci de centimetri (1,8 m) între instructor și client. Instructorul și clientul trebuie să se spele bine pe mâini cu săpun și apă caldă sau să utilizeze dezinfectant de mâini (conținut de alcool de 60-95%) imediat înainte și după programare.
- Să informeze participanții, vizitatorii și clienții că membrii aceluiași grup pot participa la activități împreună și nu este nevoie să mențină distanța de un metru și optzeci de centimetri (1,8 m).
- Să desemneze un monitor al distanței fizice pentru a asigura respectarea tuturor cerințelor de distanțare, incluzând toate intrările, ieșirile, toaletele și orice altă zonă unde se pot aduna oameni.
- Să dezvolte un plan de limitare a numărului de persoane admise în unitățile de recreere și fitness la interior, astfel încât să poată fi menținută distanța fizică de un metru și optzeci de

¹ [Normele administrative ale statului Oregon](#) care reglementează piscinele în statul Oregon au diferite cerințe pentru fiecare tip de piscină. De exemplu, cele mai multe piscine cu utilizare limitată nu necesită personal de salvare acvatică. Dacă unitatea noastră nu necesită personal de salvare acvatică, puteți ignora partea respectivă a ghidului.

centimetri (1,8 m). Operatorii pot lua în considerare impunerea de rezervări pentru a limita numărul de persoane din zona piscinei.

- Atunci când au loc mai multe evenimente de recreere și fitness la interior în aceeași unitate de recreere și fitness la interior, operatorii de recreere și fitness la interior trebuie:
 - Să se asigure că personalul, participanții și spectatorii pentru evenimentele de recreere și fitness la interior nu împart spațiul, incluzând, fără limitare, toaletele, holurile, chioșcurile de gustări.
 - Să curețe și să dezinfecteze suprafețele atinse frecvent, cum ar fi mânerele ușilor, între evenimentele consecutive de recreere și fitness la interior.
 - Să se asigure că zonele cu trafic crescut, cum sunt intrările, ieșirile, mesele de control, toaletele și zonele de vânzare sunt curățate și dezinfectate între evenimentele de recreere și fitness la interior.
 - ♦ Dacă personalul, participanții și spectatorii la aceleași evenimente de recreere și fitness la interior împart o toaletă, să lase ușile de intrare/ieșire deschise, dacă este posibil, și să se asigure că suprafețele atinse frecvent, cum sunt mânerele ușilor și robinetele sunt curățate și dezinfectate regulat.

În măsura posibilă, unitățile de recreere la interior și fitness la interior trebuie:

- Să decalaze momentele de sosire și plecare ale persoanelor, pentru a reduce la minim aglomerarea la intrări, ieșiri și toalete, pentru a respecta cerințele de distanțare fizică.
- Să încurajeze fluxul într-o singură direcție, cu intrări și ieșiri marcate, însă să nu blocheze evacuarea pentru ieșirile de incendiu. Utilizați semne pentru fluxul de trafic unidirecțional.
- Să considere plasarea de panouri transparente din plastic sau sticlă la ghișeele de recepție sau în alte locuri unde este mai dificilă menținerea distanței fizice de un metru și optzeci de centimetri între angajați și clienți.
- Să aloce zone desemnate pentru persoane, atunci când nu participă, pentru a asigura menținerea distanței fizice.

Dacă au și piscină, unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să modifice aranjarea zonelor de pe marginea piscinei pentru a asigura faptul că persoanele pot menține distanța fizică de un metru și optzeci de centimetri.
- Dacă se utilizează o piscină pentru ture de înot, concepeți și implementați un plan astfel ca persoanele să intre și să iasă din piscină la capătul opus și să mențină o distanță fizică de un metru și optzeci de centimetri (1,8 m) între ele. Să interzică adunarea persoanelor în unitate, inclusiv la capetele culoarelor.
- Să conceapă o zonă de așteptare pentru persoane care permite distanțarea fizică la un metru și optzeci de centimetri (1,8 m).

Vestiare:

Dacă operatorii unităților de recreere și fitness la interior permit utilizarea vestiarelor, aceștia trebuie:

- Să elaboreze și să implementeze un plan de limitare a persoanelor care utilizează dușurile și vestiarele în același timp.
- Să elaboreze și să implementeze un plan de menținere a distanței fizice de cel puțin un metru și optzeci de centimetri (1,8 m) între persoane.
- Să se asigure că vestiarul nu depășește ocuparea maximă. Să utilizeze suprafața totală a vestiarului pentru a stabili ocuparea maximă a vestiarului pe baza unei alocări de cel puțin 3,25 metri pătrați per persoană.
- Să desemneze un monitor al distanței fizice pentru a asigura faptul că persoanele respectă toate cerințele de distanțare, incluzând toate intrările, ieșirile, toaletele și orice altă zonă unde se pot aduna oameni.

Curățarea și dezinfectarea:

Unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să curețe în profunzime toate zonele unității de fitness înainte de redeschiderea după închiderea prelungită. Utilizați dezinfectanți care sunt incluși pe [lista aprobată a Agenției de Protecție a Mediului \(Environmental Protection Agency, EPA\)](https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2)² pentru virusul SARS-CoV-2 care provoacă COVID-19.
- După caz, persoanele trebuie să ștergă toate echipamentele (de exemplu mingi, greutăți, aparate etc.) imediat înainte și după fiecare utilizare, cu un dezinfectant furnizat de sala de fitness care este inclus în produsele aprobate de EPA pentru virusul SARS-CoV-2 care provoacă COVID-19. O soluție cu conținut de alcool 70%-95% este, de asemenea, acceptabilă.
- Să curețe și să dezinfecteze frecvent zonele de lucru, zonele cu trafic intens și suprafețele atinse în mod uzual.
- Să încurajeze persoanele să-și aducă propriul dezinfectant de mâini pentru uz personal. Operatorii unităților de recreere la interior și fitness la interior sunt încurajați să furnizeze stații de spălat pe mâini și/sau dezinfectant de mâini.
- Să curețe în profunzime toaletele de cel puțin două ori pe zi și asigurați cantități adecvate de consumabile sanitare (de exemplu săpun, hârtie igienică, dezinfectant de mâini cu conținut de alcool 60-95%) pe tot parcursul zilei. Operatorii unităților de recreere la interior și fitness la interior pot lua în considerare utilizarea politicii „unul înăuntru, unul afară”, în care se permite unei singure persoane să folosească toaleta la un anumit moment.

Dacă au și piscine, unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să curețe în profunzime toate zonele piscinei înainte de redeschidere după închiderea prelungită. În mod specific, pentru piscine:
 - Să prevină Legionella: Dacă o unitate a fost închisă pe o perioadă prelungită:

² <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2>

- ◆ Spălați cu jet sistemul de apă, cu apă fierbinte și apă rece. Scopul spălării cu jet este înlocuirea întregii cantități de apă din conductele clădirii cu apă proaspătă.
 - ◆ Spălați cu jet până ce apa fierbinte atinge temperatura maximă.
 - ◆ Trebuie manifestată atenție pentru a reduce la minimum generarea de stropi și aerosoli în timpul spălării.
 - ◆ Alte dispozitive care folosesc apă, cum sunt aparatele de gheață, pot necesita pași suplimentari de curățare în plus față de spălarea cu jet, cum ar fi aruncarea gheții vechi. Urmați instrucțiunile fabricantului dispozitivului cu utilizare de apă.
- Personalul de întreținere sau o companie de întreținere a piscinelor trebuie să verifice în mod regulat echipamentul de recirculare al piscinei pentru funcționarea adecvată, precum și nivelurile de dezinfectant înainte de deschiderea piscinei.
 - Să interzică personalului de salvare acvatică să facă curățenie și dezinfectare în timpul exercitării atribuțiilor.

În măsura posibilă, unitățile de recreere la interior și fitness la interior trebuie, dar nu li se impune:

- Să încurajeze clienții să-și spele mâinile cu săpun și apă timp de 20 de secunde și/sau să utilizeze dezinfectant de mâini (conținut de alcool 60-95%) imediat înaintea și după activitatea activității lor de recreere sau fitness, precum și de mai multe ori în timpul sesiunii.
- Să spele cu jet conductele de apă în timp ce clădirea este vacantă și înainte de reluarea utilizării normale a clădirii. Apa care stagnează pe conducte creează condiții care favorizează creșterea și răspândirea Legionella și a altor bacterii dăunătoare (a se vedea [Ghid pentru redeschiderea sistemelor de apă ale clădirilor după închiderea prelungită](#)).

Urmărirea contactelor:

Unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să înregistreze informațiile de contact ale participanților, vizitatorilor și clienților, data și ora utilizării unităților de recreere la interior sau de fitness la interior. Dacă există un caz pozitiv de COVID-19 asociat cu unitatea de recreere la interior sau fitness la interior, oficialii de sănătate publică pot cere unităților să furnizeze aceste informații pentru investigații de urmărire a contactelor. Dacă este necesar în alt mod, aceste informații pot fi distruse la 60 de zile de la data sesiunii.

În măsura posibilă, unitățile de recreere la interior și fitness la interior trebuie, dar nu li se impune:

- Să trieze participanții, vizitatorii și clienții înainte de începerea sesiunii la unitatea de recreere la interior și fitness la interior, cum ar fi să întrebe:
 - Ați avut tuse nouă sau agravată?
 - Ați avut febră?
 - Ați avut senzație de lipsă de aer?

- Ați fost în contact apropiat cu vreo persoană cu aceste simptome sau vreo persoană care a fost diagnosticată cu COVID-19 în ultimele 14 zile?

Dacă participantul, vizitatorul sau clientul răspunde „da” la oricare dintre întrebările de triaj, cereți-le să se întoarcă acasă și să amâne revenirea la unitate până ce toate simptomele, incluzând febra, s-au remis pentru cel puțin 24 de ore fără medicație sau la cel puțin 14 zile de la contactul cu o persoană cu tuse, febră sau diagnostic de COVID-19.

- Să încurajeze ferm un participant, vizitator sau client care prezintă simptome de boală să părăsească imediat unitatea și să nu revină până ce nu au trecut 24 de ore de la remisiunea simptomelor fără medicație.
- Să încurajeze ferm participanții, vizitatorii și clienții cu risc crescut de complicații severe ale COVID-19 (persoane cu vârsta peste 65 de ani sau cu afecțiuni medicale de fond) să continue să stea acasă pentru a-și reduce riscul de expunere.

Instruire și meciuri:

Unitățile de recreere în interior și de fitness în interior trebuie:

- Să se asigure că există numai contact minim sau mediu în rândul participanților necesari pentru un meci.
- Să interzică strângerile de mână, atingerea palmelor în semn de succes, atingerile între pumni/coate, atingerile piept la piept și sărbătoririle în grup.

În măsura posibilă, unitățile de recreere la interior și fitness la interior, incluzând ligile, echipele, antrenorii și oficialii trebuie, dar nu li se impune:

- Să încurajeze jucătorii să își utilizeze propriul echipament atunci când este fezabil. Să evite sau să reducă la minim folosirea în comun a echipamentelor, atunci când este fezabil.
 - Este posibil ca unele echipamente esențiale să nu fie disponibile pentru fiecare jucător. Atunci când este necesară folosirea în comun a unui echipament esențial sau limitat, toate suprafețele fiecărei părți de echipament folosit în comun trebuie curățate și dezinfectate frecvent, după cum este adecvat pentru sportul respectiv (de exemplu între jucători, seturi, perioade sau meciuri). Utilizați dezinfectanți care sunt incluși pe lista aprobată a [Agenției de Protecție a Mediului \(Environmental Protection Agency, EPA\)](#) pentru virusul SARS-CoV-2 care provoacă COVID-19.
 - Curățați toate echipamentele care au contact direct cu capul, fața și mâinile, cu atenție suplimentară și în detaliu.
- Să permită numai instructorilor, antrenorilor și jucătorilor să participe la antrenamente, pentru a asigura distanțarea fizică și a împiedica adunarea persoanelor.
- Să programeze suficient timp între antrenamente și meciuri, pentru ca toate persoanele de la antrenamentul precedent să poată părăsi incinta înainte de a intra grupul următor. Acest lucru reduce la minim adunările la intrări, ieșiri și toalete, oferind suficient timp pentru a dezinfecta unitățile/echipamentul.
- Să ceară persoanelor să intre în incintă printr-o intrare desemnată și să iasă printr-o ieșire desemnată. Nu blocați ieșirile de incendiu.

- Să încurajeze personalul, jucătorii și spectatorii să rămână în afara incintei (de exemplu în vehicule) până la antrenamentul programat sau ora meciului. Acest lucru permite persoanelor să părăsească incinta înainte de intrare și reduce la minim adunările.

Deplasare

Deplasarea în afara statului poate determina creșterea probabilității de transmitere a bolii. Zborurile de cursă lungă, incluzându-le pe cele de pe plan intern, prezintă un risc moderat de transmitere ele însele și în asociere cu acestea. O preocupare mai intensă și un risc mai crescut în consecință sunt legate de expunerea crescută în timpul tranzitului la aeroporturi.

Dacă atleții se deplasează către sau de la o unitate de recreere la interior și de fitness la interior, aceștia trebuie:

- Să limiteze expunerea la persoanele din afara unității de deplasare în timpul tranzitului:
 - Toți membrii unei unități de deplasare, incluzând șoferii, dacă deplasarea se efectuează cu autobuzul sau într-un autovehicul, trebuie să poarte mască, vizieră sau un articol de acoperire a feței și să se asigure cel puțin nouăzeci (90) de centimetri între pasagerii din unitatea de deplasare.
 - Deplasarea trebuie limitată la cei care au fost în contact regulat și sunt considerați personal esențial (adică atleți, antrenori, personal medical).
- Deplasarea pe calea aerului
 - Atunci când este posibil, trebuie luare în considerare cursele charter în locul curselor aeriene comerciale. Deplasarea cu curse aeriene comerciale trebuie efectuată cu un transportator cu metode de control al infecțiilor solide și care aplică cerințele universale de purtare a măștii.
 - Purtați în permanență dezinfectant de mâini cu conținut de alcool 60-95% și utilizați-l frecvent.
 - Purtați măști sau articole de acoperire a feței în permanență și reduceți la minim îndepărtarea acestora în timp ce se consumă alimente sau băuturi.
 - Evitați deplasarea cu o altă echipă în același avion privat.
- Documentați numele tuturor pasagerilor, inclusiv al șoferului, pilotului și personalului de zbor, împreună cu data și ora călătoriei și numărul/licența vehiculului, dacă este cazul.
- Permiteți șoferilor să transporte mai multe unități de deplasare dacă poartă mască și dezinfectează mâinile înaintea și după deplasarea fiecărui grup. Vehiculele trebuie curățate între transportarea fiecărei unități de deplasare, cu respectarea [orientărilor privind transportul](#).
- Dacă manifestați simptome de COVID-19, contactați furnizorul de îngrijire a sănătății pentru testare.
- Cooperați cu Autoritatea locală de sănătate publică în scopul urmăririi contactelor.

În măsura posibilă, atleții care se deplasează de la o unitate de recreere la interior și fitness la interior trebuie, dar nu li se impune:

- Să urmeze [Ghidul OHA \(Recomandări\) pentru deplasare](#).

- Să efectueze deplasarea și meciul în aceeași zi pentru a evita șederile peste noapte, atunci când este fezabil. Pentru șederile peste noapte sau deplasările în aceeași zi trebuie luate în considerare mese preambalate sau servirea în cameră. Dacă masa la restaurant este singura opțiune, luați în considerare comenzile cu livrare de mâncare sau consumul de alimente în spațiu exterior, ca alternative.

Resurse suplimentare:

- [Afise pe care le puteți afișa](#)
- [Ghidul la nivel statal privind măștile, articolele de acoperire a feței și vizierele](#)
- [Ghidul general OHA pentru angajați și organizații](#)

Accesibilitatea documentelor: Pentru persoanele cu dizabilități sau persoanele care vorbesc altă limbă decât limba engleză, Autoritatea de Sănătate din Oregon (OHA) poate furniza informații în formate alternative, de exemplu traduceri, cu caractere mari sau în Braille. Contactați Centrul de informații medicale la 1-971-673-2411, 711 TTY sau COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us