



Ngày có hiệu lực: Ngày 15 tháng 9 năm 2020

Hướng dẫn mở cửa trở lại trên toàn tiểu bang – Hướng dẫn cụ thể cho các môn thể thao giải trí, trở lại thi đấu có giới hạn cho các môn thể thao cụ thể

Thẩm quyền: Sắc lệnh số 20-27, ORS 433.441, ORS 433.443, ORS 431A.010

Khả năng áp dụng: Hướng dẫn này áp dụng đối với các môn thể thao giải trí, việc huấn luyện và chơi các môn thể thao cụ thể trên toàn tiểu bang.

Hiệu lực thực thi: Trong phạm vi hướng dẫn này yêu cầu tuân thủ một số điều khoản nhất định, phải thực thi như chỉ rõ trong Sắc lệnh 20-27, đoạn 26.

Định nghĩa: Theo mục đích của hướng dẫn này, các định nghĩa sau đây được áp dụng:

- “Các môn thể thao tiếp xúc toàn thân” có nghĩa là những môn thể thao yêu cầu hoặc khả năng là tiếp xúc cơ thể hoặc ở mức gần một cách thường xuyên hay liên tục giữa những người tham gia, và bao gồm nhưng không giới hạn ở bóng đá, bóng bầu dục, đấu vật, thể dục cổ vũ, bóng rổ, khúc côn cầu, khiêu vũ, bóng nước, bóng vợt nam.
- “Các môn thể thao tiếp xúc tối thiểu và vừa phải” bao gồm nhưng không giới hạn ở bóng mềm, bóng chày, bóng đá, bóng chuyền, bóng vợt nữ, bóng bầu dục giạt cờ.
- “Các môn thể thao không tiếp xúc” bao gồm nhưng không giới hạn ở quần vợt, bơi, gôn, thể thao băng đồng, các môn điền kinh, khiêu vũ và cổ vũ ngoài lề/không tiếp xúc.

Cấm các môn thể thao có sự tiếp xúc toàn thân tại thời điểm này. Đào tạo và bồi dưỡng, chẳng hạn nâng tạ, tập luyện chạy và tranh cướp trong đội, không thể bao gồm va chạm toàn thân dưới bất kỳ hình thức nào.

Tổng quan:

Nguy cơ lây nhiễm vi rút COVID-19 phụ thuộc vào một số yếu tố, bao gồm:

- 1) Số người tại một địa điểm
- 2) Loại địa điểm (trong nhà hay ngoài trời)
- 3) Khoảng cách giữa mọi người
- 4) Khoảng thời gian ở tại địa điểm
- 5) Mức độ của trang thiết bị bảo vệ được sử dụng (ví dụ: tẩm che mặt)

Theo hướng dẫn chung, các nhóm nhỏ an toàn hơn các nhóm lớn; địa điểm ngoài trời an toàn hơn trong nhà; các môn thể thao có thể đảm bảo khoảng cách sáu (6) feet trở lên an toàn hơn so với tiếp xúc gần hơn; và thời gian ngắn hơn sẽ an toàn hơn thời gian dài. Giám đốc và huấn luyện viên các môn thể thao giải trí cần xem xét tất cả các yếu tố này khi có kế hoạch trở lại thi đấu.

Yêu cầu chung:

Các giải đấu, huấn luyện viên, cầu thủ và đào tạo viên được yêu cầu:

- Xem xét và tuân thủ [Hướng dẫn chung của Oregon dành cho người sử dụng lao động về COVID-19](#) và [Hướng dẫn mở cửa trở lại của OHA](#) dành cho công chúng.
- Cảm nhân viên và người chơi có bất kỳ [triệu chứng nhiễm COVID-19](#) nào vào cơ sở hoặc địa điểm thể thao.
- Không khuyến khích bất kỳ ai, kể cả người chơi, có nguy cơ mắc bệnh nặng hoặc mắc các bệnh nền nghiêm trọng tham dự bất kỳ hoạt động thể thao nào.
 - Nếu cầu thủ, tình nguyện viên hoặc khán giả biểu hiện có các triệu chứng của bệnh COVID-19, nhân viên nên yêu cầu họ rời khỏi cơ sở, cung cấp cho họ khẩu trang, tấm che mặt hoặc mặt nạ và giúp họ giảm thiểu tiếp xúc với người khác trước khi rời khỏi cơ sở. Khử trùng ngay tất cả các khu vực mà người mắc bệnh đã sử dụng.
- Đóng vòi uống nước, ngoại trừ những vòi được thiết kế để đổ đầy chai nước mà không tiếp xúc giữa chai và vòi nước. Khuyến khích người chơi mang theo chai nước lọc.
- Đeo mặt nạ, tấm che mặt hoặc khẩu trang, khi chủ động tham gia một môn thể thao trong nhà hoặc một môn thể thao ngoài trời khi không thể duy trì khoảng cách sáu (6) feet theo [Hướng dẫn về mặt nạ, tấm che mặt, khẩu trang cho toàn tiểu bang](#). Không cần đeo mặt nạ, tấm che mặt hoặc khẩu trang khi không khả thi, chẳng hạn như khi bơi. Che mặt có ý nghĩa bảo vệ người khác trong trường hợp quý vị bị nhiễm bệnh. Mọi người có thể truyền COVID-19 cho người khác ngay cả khi họ không cảm thấy bị bệnh.
- Treo [các biển chỉ dẫn rõ ràng](#) về các yêu cầu về mặt nạ, tấm che mặt hoặc khẩu trang.
- Đảm bảo rằng hệ thống thông gió hoạt động tốt. Tăng lưu thông không khí càng nhiều càng tốt bằng cách mở cửa sổ và cửa ra vào. Ở các không gian trong nhà, chỉ nên sử dụng quạt khi có cửa sổ hoặc cửa chính mở ra ngoài trời để lưu thông không khí trong nhà và ngoài trời. Không mở cửa sổ và cửa ra vào nếu làm như vậy có thể gây rủi ro về an toàn và sức khỏe cho nhân viên, người xem hoặc người chơi.
- Thông báo tất cả các chính sách và thông tin về cơ sở cho người chơi/người tham gia, phụ huynh, người giám hộ và người chăm sóc trước khi mở lại hoặc bắt đầu mùa giải.

Vệ sinh và khử trùng:

Các giải đấu và huấn luyện viên cần:

- Thường xuyên làm sạch và khử trùng các dụng cụ và thiết bị dùng chung. Các dụng cụ và thiết bị này bao gồm, nhưng không giới hạn ở các thiết bị như gậy và vợt. Sử dụng chất khử trùng được mô tả trong danh sách được [Cơ quan Bảo vệ Môi trường \(EPA\) phê duyệt](#) để phòng chống vi rút SARS-CoV-2 gây bệnh COVID-19.
- Yêu cầu nhân viên và người chơi thực hành vệ sinh, bao gồm rửa tay thường xuyên và che miệng khi hắt hơi và ho. Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi chạm vào đồ vật dùng chung hoặc xì mũi, ho hoặc hắt hơi. Tránh chạm vào mắt, mũi và miệng của quý vị.
- Nếu không có sẵn xà phòng và nước, hãy sử dụng dung dịch rửa tay sát khuẩn có chứa 60-95% cồn. Rửa tất cả các bề mặt của bàn tay và chà xát tay với nhau cho đến khi tay khô.
- Khuyến khích người chơi mang theo dung dịch sát khuẩn tay riêng để sử dụng cá nhân. Các giải đấu được khuyến khích cung cấp các trạm rửa tay và/hoặc dung dịch khử trùng tay.
- Thường xuyên làm sạch và khử trùng các khu vực có lượng người đi lại nhiều và bề mặt thường chạm vào ở các khu vực mà nhân viên, người chơi và người xem qua lại.
- Đảm bảo phòng vệ sinh được làm sạch và khử trùng trước và sau bất kỳ hoạt động giải đấu nào.

Trong phạm vi có thể, các giải đấu và huấn luyện viên nên:

- Sử dụng một màn hình riêng để đảm bảo người chơi/người tham gia giữ khoảng cách sáu (6) feet, bao gồm tại lối vào, lối ra, phòng vệ sinh và bất kỳ khu vực nào khác nơi mọi người có thể tập trung.
- Sử dụng chính sách “một người ra, một người vào”, trong đó chỉ cho phép mỗi lần một người vào phòng vệ sinh.

Khoảng cách và sức chứa người:

Các giải đấu và huấn luyện viên cần:

- Đảm bảo tuân thủ [Hướng dẫn của OHA về tụ tập](#) cho Giai đoạn một và Giai đoạn hai. Nếu chơi một môn thể thao giải trí tại nhà thi đấu thể thao trong một hạt thuộc Giai đoạn hai thì đội tuyển, huấn luyện viên và đào tạo viên có thể làm theo các giới hạn quy mô tụ tập cho [Nhà điều hành địa điểm và sự kiện Giai đoạn hai](#).
- Duy trì khoảng cách tối thiểu sáu (6) feet giữa mọi người.
- Xây dựng và thực hiện kế hoạch giới hạn số lượng khán giả được vào các cơ sở để tất cả nhân viên, tình nguyện viên, nhà thầu và khán giả có thể giữ khoảng cách sáu (6) feet.
- Bố trí một nhân viên giám sát để đảm bảo khán giả giữ khoảng cách sáu (6) feet, bao gồm tại lối vào, lối ra, phòng vệ sinh và bất kỳ khu vực nào khác nơi mọi người có thể tập trung.

- Việc duy trì khoảng cách là đặc biệt quan trọng đối với những người có [bệnh nền](#). Những nhóm này có nguy cơ mắc bệnh nặng từ COVID-19.
- Khuyến khích tất cả mọi người tại cơ sở thể thao, bao gồm tất cả người chơi, huấn luyện viên, trọng tài, tình nguyện viên và nhà thầu độc lập, giữ khoảng cách tối thiểu sáu (6) feet với những người trong cùng gia đình mình, đặc biệt là ở các khu vực chung.
- Khi nhiều sự kiện thể thao diễn ra tại cùng một khu liên hợp thể thao hoặc địa điểm cùng một lúc, các giải đấu, huấn luyện viên và đào tạo viên được yêu cầu phải:
 - Đảm bảo người chơi và khán giả của các sự kiện thể thao không dùng chung không gian, bao gồm nhưng không giới hạn ở phòng vệ sinh, hành lang, khán đài.
 - Làm sạch và vệ sinh các bề mặt thường chạm vào, như tay nắm cửa, sau khi diễn ra trò chơi hoặc sự kiện tiếp theo.
 - Đảm bảo làm sạch và vệ sinh các khu vực đi lại nhiều như lối vào, lối ra, bàn đăng ký, phòng vệ sinh và khu vực mua đồ giữa thời gian diễn ra của các trò chơi và sự kiện.
 - ♦ Nếu các đội và khán giả trong cùng một sự kiện thể thao dùng chung phòng vệ sinh, hãy để cửa ra/vào mở, nếu có thể, và đảm bảo thường xuyên làm sạch và vệ sinh các bề mặt thường chạm như tay nắm cửa và vòi nước.
 - **Trong phạm vi có thể, các nhà điều hành khu phức hợp thể thao cần:**
 - ♦ Sắp xếp thời gian đến và đi cho nhân viên, người chơi và khán giả để giảm thiểu việc tụ tập tại các lối vào, lối ra và phòng vệ sinh để tuân thủ các yêu cầu giữ khoảng cách cần thiết.
 - ♦ Cung cấp lối vào/lối ra riêng cho nhân viên, người chơi và khán giả.
- Quy định các khu vực dành riêng cho người quản lý và huấn luyện viên, khi không luyện tập/chơi, để đảm bảo duy trì khoảng cách.

Tập luyện và thi đấu:

Trong phạm vi có thể, các giải đấu và huấn luyện viên cần:

- Thực hiện các bước để chỉ có tiếp xúc tối thiểu hoặc trung bình giữa những người tham gia/người chơi cần thiết để thi đấu. Việc này bao gồm hạn chế bắt tay, chạm tay ăn mừng, chạm nắm tay/khuỷu tay, chạm ngực và ăn mừng theo nhóm.
- Bố trí thiết bị cho người chơi để tránh người chơi tiếp xúc trực tiếp với nhau.
- Khuyến khích người chơi chỉ sử dụng thiết bị riêng nếu có thể. Tránh hoặc giảm thiểu dùng chung thiết bị nếu có thể.
 - Một số thiết bị quan trọng có thể không có sẵn cho mỗi người chơi. Khi cần dùng chung các thiết bị quan trọng hoặc giới hạn, tất cả các bề mặt của từng thiết bị dùng chung phải được làm sạch và khử trùng thường xuyên, phù hợp với môn thể thao (ví dụ sau khi mỗi người chơi sử dụng, theo bộ, thời gian hoặc trận

đầu). Sử dụng chất khử trùng được mô tả trong danh sách được [Cơ quan Bảo vệ Môi trường \(EPA\) phê duyệt](#) để phòng chống vi rút SARS-CoV-2 gây bệnh COVID-19. Chưa có sản phẩm nào được dán nhãn COVID-19, nhưng nhiều sản phẩm sẽ có nhãn hoặc thông tin trên trang web của họ về hiệu quả của chúng đối với vi rút corona ở người.

- Làm sạch tất cả các thiết bị tiếp xúc trực tiếp với đầu, mặt và tay với sự cẩn thận và chi tiết hơn.
- Khuyến khích người chơi hoặc thành viên gia đình của họ làm sạch và khử trùng thiết bị sau mỗi lần sử dụng, nếu có thể.
- Chỉ cho phép huấn luyện viên và người chơi tham dự các buổi tập luyện để đảm bảo khoảng cách và ngăn mọi người tụ tập.
- Tập luyện hoặc chơi bên ngoài nếu có thể thực hiện một cách an toàn, khi không vi phạm bất kỳ quy định nào của địa phương. Lên lịch đủ thời gian giữa các trận đấu để tất cả mọi người trong trận đấu trước có thể rời khỏi cơ sở trước khi nhóm tiếp theo bước vào. Điều này giảm thiểu tụ tập tại các lối vào, lối ra và phòng vệ sinh trong khi cung cấp đủ thời gian để vệ sinh các thiết bị/tiện nghi.
- Yêu cầu mọi người vào cơ sở qua một lối vào và lối ra riêng. Không chặn lối thoát hiểm. Sử dụng các biển chỉ dẫn đường đi một chiều. Cân nhắc xếp lịch và thời gian đến các cơ sở để giảm thiểu số lượng lớn người đến và đi cùng một lúc.
- Ở bên ngoài cơ sở (ví dụ như trong xe) cho đến khi vào theo lịch. Việc này giúp cho phép mọi người rời khỏi cơ sở trước khi vào và giảm thiểu tụ tập. Khuyến khích người chơi và gia đình của người chơi làm tương tự.
- Để xem hướng dẫn bổ sung cho bể bơi, hãy xem [Hướng dẫn Giai đoạn một và Giai đoạn hai cho bể bơi có giấy phép, bể spa có giấy phép và sân thể thao](#).

Tài nguyên bổ sung:

- [Các biển chỉ dẫn có thể treo](#)
- [Hướng dẫn về mặt nạ, tấm che mặt, khẩu trang cho toàn tiểu bang](#)
- [Hướng dẫn về các môn thể thao học đường K-12, trở lại thi đấu có giới hạn cho toàn tiểu bang](#)
- [Hướng dẫn Giai đoạn một và Giai đoạn hai cho bể bơi có giấy phép, bể spa có giấy phép và sân thể thao](#)
- [Hướng dẫn dành cho Quản lý trong công viên và cơ sở giải trí của CDC](#)

Khả năng tiếp cận tài liệu: Đối với các cá nhân bị khuyết tật hoặc các cá nhân không nói được tiếng Anh, OHA có thể cung cấp thông tin ở định dạng khác, chẳng hạn như ở bản dịch, in chữ lớn hay chữ nổi. Liên hệ với Trung tâm Thông tin Y tế tại 1-971-673-2411, 711 TTY hoặc COVID19.LanguageAccess@dhsosha.state.or.us.