

# Hướng Dẫn Điều Hành Trung Tâm Tránh Nóng Trong Thời Điểm Đại Dịch COVID-19

Nhiệt độ cao tột bậc là mối đe dọa nghiêm trọng đối với sức khỏe cộng đồng. Việc tiếp xúc với cái nóng khắc nghiệt có thể gây ra nhiều vấn đề sức khỏe từ mệt mỏi đến co thắt cơ đột ngột, tới say nắng là một tình trạng có thể gây đe dọa đến tính mạng. Các trung tâm tránh nóng là những địa điểm được thiết lập để giúp mọi người tránh nóng và nghỉ ngơi an toàn trong điều kiện nắng nóng khắc nghiệt.

Ưu tiên hàng đầu của chúng tôi là sức khỏe và sự an toàn của nhân viên và khách tại các trung tâm tránh nóng. Vì *Lệnh Chung tay Cùng Ứng phó Đại dịch tại Nơi làm việc và trong Cộng đồng* của Viện chức Y tế vẫn duy trì hiệu lực, hướng dẫn dưới đây được ban hành nhằm để hỗ trợ các trung tâm tránh nắng vận hành một cách an toàn trong những thời điểm nắng nóng khắc nghiệt.

## A. CÁC HOẠT ĐỘNG ĐẢM BẢO AN TOÀN LIÊN QUAN ĐẾN CƠ SỞ VẬT CHẤT

- Dán bảng chỉ dẫn tại tất cả các lối vào chung của Trung tâm Tránh nóng để thông báo cho tất cả nhân viên và công chúng rằng họ không được bước vào trung tâm nếu họ bị ho, sốt, hay có các triệu chứng khác của COVID-19 hoặc đang chịu lệnh cách ly hay lệnh kiểm dịch, đồng thời tất cả mọi người phải đeo khẩu trang khi ở trong Trung tâm Tránh nóng bất kể họ đã được chích ngừa hay chưa. Vui lòng xem bảng chỉ dẫn mẫu trên trang: [publichealth.lacounty.gov/acd/ncoronavirus/BestPractices/#signage](https://publichealth.lacounty.gov/acd/ncoronavirus/BestPractices/#signage).
- Nếu điều kiện cho phép, hãy bố trí nơi tránh nóng riêng cho những người có các triệu chứng của COVID-19. Đây này phải là các phòng riêng biệt cho từng người có triệu chứng trong Trung tâm Tránh nóng.
- Ở những nơi có thể, hãy thực hiện các biện pháp nhằm giảm bớt sự đông đúc trong Trung tâm Tránh nóng bằng cách giảm tắc nghẽn ở lối ra vào của trung tâm, phân tách chỗ ngồi và tạo điều kiện để dễ dàng đi đến phòng vệ sinh.
- Đặt bình dung dịch khử trùng tay tại các lối ra vào và khu vực chung, đồng thời đảm bảo có sẵn xà bông và nước tại trung tâm. Các phòng vệ sinh thường mở công cộng cần phải tiếp tục được mở cho công chúng sử dụng.
- Đặt bảng chỉ dẫn nhắc nhở mọi người che miệng khi ho hay hắt hơi, rửa tay và đeo khẩu trang trong toàn trung tâm. Vui lòng xem bảng chỉ dẫn mẫu trên trang sau: [publichealth.lacounty.gov/acd/ncoronavirus/BestPractices/#signage](https://publichealth.lacounty.gov/acd/ncoronavirus/BestPractices/#signage).
- Nếu Trung tâm Tránh nóng cho phép việc ăn uống trong nhà, hãy bố trí một khu vực chỗ ngồi được chỉ định riêng cho những khách đang ăn uống, cách xa những khu vực chỗ ngồi khác. Những nơi cho phép mọi người được ăn uống trong nhà được coi là những môi trường có rủi ro cao hơn vì những người ở trong môi trường này, kể cả đã được chích ngừa và chưa được chích ngừa, đều ở trong nhà trong một khoảng thời gian dài và có thể tháo khẩu trang để ăn uống. Khách sử dụng khu vực được chỉ định này cần phải có khả năng duy trì được khoảng cách 6 feet với những người khác trong khi đang ăn uống. Bảng chỉ dẫn trong khu vực này cần phải nhắc nhở khách ghé đến rằng họ phải ngồi trong khi ăn, chỉ được tháo khẩu trang khi đang thực sự ăn uống và họ phải đeo khẩu trang vào tất cả những lúc khác.
- Ở những nơi có thể, hãy thực hiện các biện pháp để tăng cường sự thông gió trong Trung tâm Tránh nóng. Đảm bảo hệ thống HVAC của Trung tâm Tránh nóng ở trạng thái hoạt động tốt. Xem xét lắp đặt máy làm sạch không khí di động hiệu suất cao, nâng cấp bộ lọc không khí của tòa nhà lên mức hiệu suất cao nhất có thể, và thực hiện các sửa đổi khác để tăng lượng không khí từ bên ngoài và hệ thống thông gió tại tất cả các khu vực làm việc. Giảm sức chứa ở những khu vực không thể tăng cường sự thông gió từ ngoài trời. Xem [Hướng dẫn Tam thời về Thông gió, Loc Không khí và Chất lượng Không khí trong Môi trường Trong nhà của của Bộ Y tế Công cộng California \(CDPH\)](#) để biết thêm thông tin.
- Chỉ định nhân viên lập danh sách các khách ghé đến tự nguyện đăng ký mỗi ngày (xem Phụ lục A). Việc lưu giữ danh sách khách ghé đến hàng ngày có thể hữu ích khi có trường hợp dương tính với COVID-19 và Trung tâm Tránh nóng cần phải liên hệ với những người có tiếp xúc gần để thông báo cho họ về khả năng bị phơi nhiễm. Nhân viên cũng nên giữ một bảng thống kê những khách từ chối ghi danh. Hãy ghi lại thông tin về những nhân viên và tình nguyện viên có mặt tại Trung tâm Tránh nóng mỗi ngày.
- Tuân theo hướng dẫn của Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) về [vệ sinh và khử trùng đối với các trung tâm cộng đồng](#), và [cách vệ sinh các trung tâm nếu có người bị nhiễm bệnh](#).

- Các biện pháp thực hành khác theo chỉ dẫn của đội ngũ quản lý trung tâm:

## B. CÁC HOẠT ĐỘNG ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO NHÂN VIÊN

- Các Trung tâm Tránh nóng phải kiểm tra sàng lọc nhân viên, tình nguyện viên, nhà cung cấp hàng hoá, nhà thầu và những nhân công khác về các triệu chứng của COVID-19. Tất cả nhân viên phải được kiểm tra sàng lọc triệu chứng khi bắt đầu ca làm việc của họ. Các phương án sàng lọc gồm có yêu cầu nhân viên tự đánh giá các triệu chứng của họ trước khi đến Trung tâm, dán băng chỉ dẫn ở lối vào của nơi làm việc hoặc hoàn tất thủ tục kiểm tra sàng lọc tại chỗ hàng ngày nhằm củng cố thông điệp những nhân viên có các triệu chứng của COVID-19 và những người đang chịu lệnh cách ly hay lệnh kiểm dịch không được bước vào nơi làm việc. Xem [publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/business/EntryScreening.pdf](https://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/business/EntryScreening.pdf) để biết biểu mẫu kiểm tra sàng lọc tại cửa vào.
- Nhân viên được chỉ thị ở nhà nếu họ cảm thấy không khỏe. Những nhân viên cho biết hoặc có biểu hiện bị ốm (bệnh) sẽ được yêu cầu về nhà và tìm kiếm chăm sóc y tế thích hợp. Đảm bảo những người mắc COVID-19 tuân theo hướng dẫn [tự cách ly](#). Những nhân viên là người có tiếp xúc gần với người nhiễm bệnh phải [kiểm dịch](#) trừ khi được miễn kiểm dịch. Quản lý các trường hợp phơi nhiễm với COVID-19 tại nơi làm việc khi được biết có nhân viên bị nhiễm bệnh bằng cách nhanh chóng xác định và thông báo cho những người có tiếp xúc bị phơi nhiễm càng sớm càng tốt. Có kế hoạch cung cấp xét nghiệm cho những nhân viên có thể đã bị phơi nhiễm với COVID-19 tại nơi làm việc. Tham khảo [Ứng phó với COVID-19 tại Nơi làm việc](#) để biết thêm thông tin.
- Nhân viên bắt buộc phải đeo khẩu trang vào mọi lúc, trừ khi đang ăn uống tại khu vực quy định trong giờ giải lao. Xem trang thông tin về Khẩu trang của Quận LA để biết thêm chi tiết: [publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/](https://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/).
- Nhân viên được khuyến khích nhưng không bắt buộc phải duy trì khoảng cách tối thiểu 6 feet với những nhân viên khác và khách.
- Nhân viên phải rửa tay hoặc vệ sinh tay trước/sau ca làm việc, trước/sau giờ nghỉ giải lao và sau khi làm bất cứ việc nào sau đây: sử dụng nhà vệ sinh, ăn uống, ra vào trung tâm và sau khi chạm vào các bề mặt thường xuyên bị tiếp xúc (tay nắm cửa, điều khiển TV, tay vịn cầu thang, v.v.) bằng dung dịch khử trùng tay, hoặc xà bông và nước có sẵn tại trung tâm.
- Nhân viên nên được khuyến khích dùng bữa ở ngoài trời hoặc một mình trong văn phòng đóng cửa, nếu có thể. Nếu nhân viên phải dùng bữa trong nhà, họ cần phải ngồi trong khi ăn và giữ khoảng cách ít nhất là 6 feet với những người khác nếu ở trong khu vực ăn uống chung trong nhà.
- Nhân viên được hướng dẫn tuân theo các thủ tục tiêu chuẩn để gọi 911 khi ai đó đang trong tình trạng nguy hiểm hoặc gặp trường hợp khẩn cấp.
- Nhân viên cần phải được phát bản sao của hướng dẫn này.

## C. CÁC HOẠT ĐỘNG ĐẢM BẢO AN TOÀN CHO KHÁCH

- Dán băng chỉ dẫn để thông báo với khách ghé đến rằng họ không được bước vào trung tâm nếu họ bị ốm (bệnh) hoặc đang chịu lệnh cách ly hay lệnh kiểm dịch.
  - *Nhân viên sẽ thông báo cho những người cho biết hoặc có biểu hiện bị ốm (bệnh) cần rời đi và tìm kiếm chăm sóc y tế thích hợp nếu cần thiết, hoặc trong trường hợp có bố trí sẵn, nhân viên sẽ chỉ dẫn người đó đến khu vực Trung Tâm Tránh nóng tương tự dành cho những người có triệu chứng.*
- Khách bắt buộc phải đeo khẩu trang vào mọi lúc.
  - *Nhân viên sẽ thông báo quy định bắt buộc về đeo khẩu trang cho những người không tuân thủ quy định.*
  - *Nếu khả thi, nhân viên sẽ cung cấp khẩu trang cho những người đến mà không mang theo khẩu trang.*
- Khách được khuyến khích nhưng không bắt buộc phải giữ khoảng cách tối thiểu 6 feet với những người khác.

- Khách có thể tiếp cận dung dịch khử trùng tay, xà bông và nước tại trung tâm.
  - *Nhân viên sẽ nhắc nhở khách rửa tay hoặc vệ sinh tay thường xuyên, bao gồm những khi ra và vào trung tâm.*
- Khách có thể mang theo thức ăn và đồ uống của mình. Dịch vụ giao đồ ăn được cho phép. Khách chỉ có thể ăn uống tại các khu vực quy định trong Trung tâm Tránh nóng. Các khu vực quy định phải được bố trí sao cho có thể tạo khoảng cách ít nhất là 6 feet giữa những người trong khu vực. Khách phải được nhắc đeo khẩu trang trừ khi họ đang thực sự ăn uống. Sau khi họ đã ăn uống xong, họ phải đeo lại khẩu trang ngay. Trung tâm không được lưu trữ hoặc trữ lạnh thức ăn hoặc đồ uống của khách. Không được phép dùng chung bữa với người khác.

**Ngoại lệ:** Các thành viên trong cùng gia đình hoặc hộ gia đình có thể dùng chung bữa.

- *Nhân viên sẽ thông báo cho khách rằng họ chỉ có thể ăn uống tại các khu vực ăn uống được quy định trong trung tâm.*
- *Nhân viên sẽ nhắc nhở khách rằng họ có thể tháo khẩu trang trong khoảng thời gian ngắn khi đang ăn uống nhưng phải đeo lại ngay sau khi họ ăn uống xong.*
- *Nhân viên sẽ thông báo cho những khách yêu cầu được lưu trữ thức ăn hoặc đồ uống rằng điều đó là không được cho phép.*
- *Nhân viên sẽ yêu cầu những người chia sẻ đồ ăn trái quy định vui lòng không làm như vậy.*

**PHỤ LỤC A:**  
**BẢNG THỐNG KÊ KHÁCH GHÉ ĐẾN TỰ NGUYỆN ĐĂNG KÝ TẠI TRUNG TÂM TRÁNH NÓNG**

**TÊN TRUNG TÂM TRÁNH NÓNG:** \_\_\_\_\_

**ĐỊA CHỈ CỦA TRUNG TÂM TRÁNH NÓNG:** \_\_\_\_\_

**HÔM NAY NGÀY:** \_\_\_\_\_

TÊN	SỐ ĐIỆN THOẠI
(1)	
(2)	
(3)	
(4)	
(5)	
(6)	
(7)	
(8)	
(9)	
(10)	
(11)	
(12)	
(13)	
(14)	
(15)	
(16)	
(17)	
(18)	
(19)	
(20)	
(21)	
(22)	
(23)	
(24)	

TÊN	SỐ ĐIỆN THOẠI
(25)	
(26)	
(27)	
(28)	
(29)	
(30)	
(31)	
(32)	
(33)	
(34)	
(35)	
(36)	
(37)	
(38)	
(39)	
(40)	
(41)	
(42)	
(43)	
(44)	
(45)	
(46)	
(47)	
(48)	
(49)	
(50)	
(51)	
(52)	
(53)	

TÊN	SỐ ĐIỆN THOẠI
(54)	
(55)	
(56)	
(57)	
(58)	
(59)	
(60)	
(61)	
(62)	
(63)	
(64)	
(65)	
(66)	
(67)	
(68)	
(69)	
(70)	
(71)	
(72)	
(73)	
(74)	
(75)	
(76)	
(77)	
(78)	
(79)	
(80)	

**TỔNG SỐ NGƯỜI CỦA HÔM NAY:** \_\_\_\_\_  
 (tổng số người đăng ký trên bảng thống kê + số người không muốn đăng ký)