

課外時間計劃的臨時指引

2020年9月14日

本指引由三藩市公共衛生局 (San Francisco Department of Public Health, SFPDH) 制定，供本地使用。本指引將發佈於此網址<http://www.sfpdcp.org/CovidSchoolsChildcare>。本指引會隨著新知識的出現和當地社區傳播情況的變化而作出調整。

對象：為兒童在沒有到學校上學或到現場接受托兒服務時提供照料和監督服務的教學和娛樂計劃。課外時間 (Out of School Time, OST) 計劃包括課後計劃、青少年體育運動計劃、支持遙距上學，例如學習中心的面對面學習計劃，以及其他不是由學校或托兒計劃管理的兒童和青少年照料團體。

自2020年9月1日版本以來的更改摘要

- 群組現在最多可以容納16名成員（包括員工和兒童）。這符合加州公共衛生局（California Department of Public Health, CDPH）於2020年9月4日發佈的針對兒童和青少年小群組/團體的指引。
- 每個群組最多可以有4名員工（包括經過培訓的義工和實習生）。
- 只照看0至5歲兒童的員工，可以照看兩個兒童群組。但這些員工必須在最多由4名員工組成的專屬「員工小組」內工作，該員工小組內的人員僅與彼此一起工作，並且同一小組內的所有員工照看的都是相同的兩個兒童群組。
- 在網址<https://sfpdcp.org/covid19>上增添了SFPDH（三藩市公共衛生局）發佈的有關通風的新指引的連結

目的：幫助OST課外時間計劃了解預防COVID-19新型冠狀病毒在他們的OST課外時間計劃中預防傳播所需的健康及安全措施資訊。

背景：三藩市公共衛生局指令允許三藩市內的OST課外時間計劃開啟。許多OST課外時間計劃支持學生遙距上學，並提供額外的面對面支援。

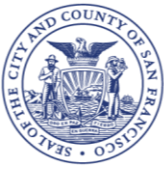
某些預防措施，例如佩戴布口罩，可以有效降低COVID-19新型冠狀病毒的傳播風險。通過協調和不同層次的有效預防措施，可以大大降低兒童和成年教職人員（而且對整體而言，成年教職人員感染COVID-19新型冠狀病毒的風險是大於兒童及青少年的）及其家屬感染COVID-19新型冠狀病毒的風險。

以下指導原則是根據目前可獲得的最佳科學研究和目前三藩市COVID-19新型冠狀病毒的傳播程度為基礎而定。它們會隨新知識的出現和本地社區傳播情況的變化而作出調整。



內容

| | |
|--|----------|
| 提供給兒童和青少年計劃的關鍵訊息 | 3 |
| 為開啟進行準備 | 3 |
| 預防COVID-19新型冠狀病毒傳播的策略 | 5 |
| <u>對每一位進入建築物的人士進行COVID-19新型冠狀病毒篩查.....</u> | <u>5</u> |
| 讓員工、兒童及青少年持續留在固定的小團體中（「群組」）。 | 6 |
| 身體距離準則 | 8 |
| 口罩和布面罩 | 9 |
| 手部衛生 | 10 |
| 通風和戶外空間 | 11 |
| 限制共用物品 | 11 |
| 清潔和消毒 | 11 |
| 具體情況 | 12 |
| 交通情況 | 12 |
| 接送 | 12 |
| 餐飲和點心 | 13 |
| 員工空間：辦公室、休息室和工作間 | 13 |
| 體育運動及鍛鍊 | 13 |
| 需要接受特殊服務的學生 | 14 |
| 其他活動 | 14 |
| 當有人疑似或確診感染COVID-19新型冠狀病毒時，該怎麼辦..... | 14 |
| 當兒童及青少年或員工出現COVID-19新型冠狀病毒症狀時..... | 15 |
| 當兒童及青少年或員工的COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性時..... | 15 |
| 資料來源 | 15 |

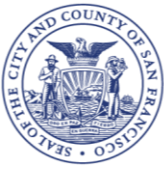


提供給兒童和青少年計劃的關鍵訊息

- 考慮並著手處理成人與成人之間的傳播問題以及成人作為傳染源的問題。托兒所和日間活動營中的大多數COVID-19新型冠狀病毒病例均發生於工作人員當中，而非兒童當中。
- 預防病毒在人與人之間透過呼吸道的傳播，比進行經常清潔和消毒更為重要。COVID-19新型冠狀病毒主要是透過空氣中的呼吸道飛沫在人與人之間傳播。
 - 與諾如病毒 (Norovirus) 相比，新型冠狀病毒是更容易在表面被殺死。大多數家居用的清潔產品都對殺死新型冠狀病毒是有效的。一般來說，進行專業的深層清潔服務是沒有必要的。
- 使用個人防護裝備 (Personal Protective Equipment, PPE) 並不能取代對保持身體距離、使用攜帶式屏障/隔板以及普遍使用面罩的需要。使用PPE個人防護裝備會給人一種受到保障的錯覺。所以在預防COVID-19新型冠狀病毒在OST課外時間計劃場所傳播的過程中，保持身體距離、使用屏障和佩戴面罩是非常重要的。
 - 接觸病毒的風險將會是持續存在的。根據經驗法則，一個人必須在距離COVID-19新型冠狀病毒患者6英尺的範圍內有至少15分鐘的時間，才有受感染的風險。
 - 接觸時間越短、相隔距離越遠，受感染的風險便越低。
 - 人數較少的團體比人數較多的團體更為安全，使用室外場所比使用室內場所更為安全。
 - 使用面罩的人越多越好。
 - 與產生大量呼吸道飛沫的活動相比，產生較少呼吸道飛沫的活動風險較低（沉默活動低於<輕聲說話活動低於<大聲說話活動低於<唱歌活動）。
- 與兒童相比，成人員工患上嚴重COVID-19新型冠狀病毒的風險更高。對於保持社交距離和使用面罩的建議，更應該優先考慮員工的安全，並用最大努力地保護員工。

為開啟進行準備

- 請在每個場地指派一名員工作為COVID-19新型冠狀病毒的聯絡專員和單一的聯絡點，並負責處理相關措施、規定或病毒接觸可能性的問題或疑慮。此人亦會擔任為與SDFPH（三藩市公共衛生局）聯絡者。
- 制定衛生及安全規定，以預防COVID-19新型冠狀病毒的傳播。
 - 培訓員工並教導兒童和青少年關於衛生及安全的措施。在OST課外時間計劃開啟前的兩週內，或是盡可能在計劃開放期間，避免進行面對面員工教育、會議或團隊建設。
 - 制定一個衛生及安全計劃，概述該計劃將如何執行本指引的規定和任何相關的公共衛生局官員指令或命令。並與員工、家長和您計劃所在社區裡的其他成員分享此計劃。



- 與SFPDPH（三藩市公共衛生局）合作，制定一項策略，定期對所有OST課外時間計劃員工進行COVID-19新型冠狀病毒檢測，即使他們並未出現過COVID-19新型冠狀病毒症狀或接觸過此病毒（「監察檢測」）。例如，一個計劃可能準備在2個月內對所有員工進行檢測，每2周檢測25%的員工或每月檢測50%的員工。如果化驗室無法提供足夠的檢測，則計劃可能無法在此期間進行監察檢測，因此必須優先考慮有出現COVID-19新型冠狀病毒症狀或接觸過此病毒的人士。
- 設立方案，為出現COVID-19新型冠狀病毒症狀的員工、兒童及青少年，以及當場所中發生有人接觸到COVID-19新型冠狀病毒的情況，或出現COVID-19新型冠狀病毒確診病例後，如何與員工、兒童及青少年和家屬進行溝通。

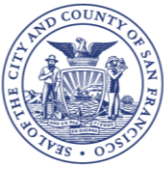
為員工的考量

請保護員工，尤其是那些較容易會患上COVID-19新型冠狀病毒重症的高危人士。詳情請參閱網址 [sfcdcp.org/covid19hcp](https://www.sfpdcp.org/covid19hcp)，以了解較容易會患上COVID-19新型冠狀病毒重症的高危人士清單。

- 不應指派較容易會患上COVID-19新型冠狀病毒重症的高危員工去篩查兒童及青少年的症狀，或監督/照顧等待接送的生病兒童。
- 在篩查（進入建築物的人士、感覺不適的兒童）COVID-19新型冠狀病毒症狀時，請考慮讓員工使用攜帶式的有機玻璃屏障或其他屏障，或使用透視式的窗口。
- 請考慮讓員工同時使用護面屏和面罩。如果護面屏的供應有限，請優先提供給屬於較容易會患上COVID-19新型冠狀病毒重症的高危員工。
- 如果COVID-19新型冠狀病毒在社區的傳播增加，請提前為員工缺席做規劃。並招募有照護兒童及青少年經驗的人員，以確保您能隨時填補看護者的空缺。如需詳細資訊，請參閱SFPDPH（三藩市公共衛生局）返回工作崗位的指引，網址為：<https://www.sfpdcp.org/rtw>。

兒童及青少年註冊入學的應注意事項

- 下列組別人士可優先註冊入學：
 - 在高風險環境下生活的兒童及青少年，包含：
 - 屬於家庭及兒童服務 (Family and Children's Services, FCS) 的受助人士的兒童和青少年，或是有遭受虐待、忽視或剝削風險的兒童和青少年
 - 透過寄養兒童的緊急托兒橋樑計劃 (Emergency Childcare Bridge Program for Foster Children) 符合資格的兒童
 - 無家可歸的兒童及青少年
 - 寄養兒童
 - 屬於家庭暴力倖存者的兒童
 - 殘障或有特殊健康照護需求的兒童及青少年，正接收個人化教育計劃 (Individualized Education Programs, IEP) 及/或個人家庭支援計劃 (Individual Family Support Plans, IFSP) 包括早期學習障礙 (Early Learning Challenge, ELC) 服務
 - 低收入家庭的兒童及青少年，包括可領取或符合免費或降價學校午餐、加州醫療卡Medi-Cal、營養補充援助計劃、糧食券 (Supplemental Nutrition Assistance



Program, SNAP)、婦女，嬰兒和兒童補充營養計劃(Women, Infants, and Children, WIC)、Head Start啟蒙班、CalWorks及其他公共援助計劃的人士。

- 根據三藩市公共衛生局指令，在必要商業或必要政府職能部門工作人員的兒童和青少年子女，其次是在其他經允許開啟的商業和機構工作人員的兒童和青少年子女。
- 不要僅僅因為兒童及青少年患有糖尿病、哮喘、白血病和其他惡性腫瘤、和自身免疫性疾病等可能使他們面臨更高被傳染的風險，就不允許其參加計劃。請讓孩子的醫療團隊和家人來決定兒童親身出席是否安全。

預防COVID-19新型冠狀病毒傳播的策略

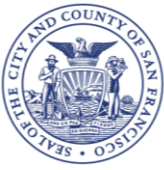
對每一位進入建築物的人士進行COVID-19新型冠狀病毒篩查。

- 詢問所有進入托兒機構的人士，包括員工、兒童、家長/看護者、承包商和訪客，以了解其COVID-19新型冠狀病毒的症狀和病毒接觸情況。為應對9-1-1電話的緊急人員則可免除篩查。
- 對任何一個篩查問題的回答為「是」的人士不得被允許進入場所。
- 課外時間計劃也可以選擇要求對進入該建築物的人士進行體溫檢查，可以在現場進行檢查，也可以由家長在家中進行檢查。SFDPH（三藩市公共衛生局）並沒有要求檢查體溫。
 - 有關實施症狀篩查及體溫檢查的特定指引，請參閱網址 [COVID-19 Health Checks at Programs for Children and Youth（在兒童及青少年計劃進行COVID-19新型冠狀病毒健康檢查）](#)（兒童）以及網址 [Asking COVID-19 Screening Questions at Any Business, Organization or Facility（在任何商業、機構或場所詢問COVID-19新型冠狀病毒篩查問題）](#)（成人）



生病的員工、兒童及青少年必須留在家中。

- 請提醒家長讓生病的孩子留在家中。家長/監護人講義：「COVID-19新型冠狀病毒健康檢查/如果您的孩子出現症狀」，詳情可於網址<https://sfcdcp.org/covidschoolschildcare>獲取。
- 請實施病假政策，令員工在生病時能夠留在家中。
- 鼓勵兒童和青少年及員工的家屬在出現COVID-19新型冠狀病毒症狀時立即接受檢測，以降低將病毒傳播給兒童或員工的風險。
- 對於曾去過三藩市灣區以外地區旅行的兒童和員工，如果他們在旅行期間的活動使他們有感染COVID-19新型冠狀病毒的風險，則建議他們返程後留在家中14天。這並不適用於來自三藩市灣區以外地區經常通勤到托兒場所的員工和兒童。較高風險的活動包括：
 - 在未佩戴口罩的情況下，特別是在室內時，與家庭成員以外的人士在6英尺範圍內相處。
 - 在乘坐飛機、公車、火車時或與家庭成員以外的人士共乘車輛時，並非同行的所有乘客都一直佩戴口罩。



限制非必要訪客。

- 只容許對計劃運行必不可少的義工探訪。義工需要保證定期並按照計劃的規劃參加至少3週的活動。
- 治療師如果不是OST課外時間計劃的雇員，但其是在OST課外時間計劃現場為兒童及青少年工作（例如應用行為分析 (Applied Behavior Analysis, ABA) 治療師、職業治療師和物理治療師），而且他們是被認為是必要的工作人員，則應允許他們提供服務。請參閱標題為「需要接受特殊服務的學生」的章節內容。
- 不鼓勵家長和其他家庭成員進入該計劃的建築物內。
- 取消需要家長和其他家庭成員參加的特別活動，例如慶祝節日、假日活動和表演活動。

讓員工、兒童及青少年持續留在固定的小團體中（「群組」）。

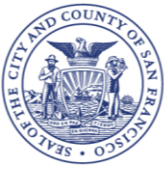
一個群組是一個固定的團體，每天的員工、兒童及青少年都是相同的，所有的活動（例如吃點心、課間休息等）都在一起進行，並且避免與群組以外的人接觸。讓員工、兒童及青少年每天在同一個小群組中活動，通過限制與他們互動的人數，而降低他們接觸病毒的風險。

限制群組人數

- 限制每個群組的人數為最多14名兒童和青少年以及最多兩名監護成人，或總人數不超過16人（兒童、青少年及成人）。
- 三藩市要求每個群組由最多4名員工負責監護（包括經過培訓的義工和實習生）。
- 即使不是所有的孩子都在同一時間參加計劃，最高的同組人數也採用為同組的所有兒童及青少年。例如，
 - 一個群組不能包括2名員工、6名全日制參加的兒童、6名在週一/週三/週五參加的兒童，以及6名在週二/週四參加的兒童（總共20人）。
 - 一個群組不能包括2名員工、8名全日參加的兒童、4名僅在上午參加的兒童，以及4名僅在下午參加的兒童（總共18人）。
 - 一個群組不能包括14名兒童、一名教師、一名在週一/週三/週五參加的家長義工，以及在週二/週四參加的另一名家長義工（總共17人）。

請保持每個群組人員的穩定，保持同樣的員工、兒童和青少年在同一群組。避免各個群組人員的變更。

- 新註冊入學的兒童及青少年可以在任何時候加入一個群組，但他們必須要註冊入讀至少有3星期時間的課外時間計劃。請勿允許兒童參加短於3星期時間的計劃。
- 兒童及青少年一次必須只能報名參加一個OST課外時間計劃，儘管這些計劃可能是在一週的不同時間進行。例如，一名兒童不能同時參加一個週一至週五的學習中心計劃和一個週六的青少年運動計劃。
- 負責照看5歲以上兒童的員工必須只被分配到一個群組，並且只為該群組工作。員工不得同時為多個兒童或青少年群組工作。例如，



- 負責照看5歲以上兒童的員工不得在週一/週三/週五照看一個群組，而在週二/週四照看另一個群組。
- 負責照看5歲以上兒童的員工不得在上午照看一個群組，而在下午照看另一個群組。
- 只照看0至5歲兒童的員工可以負責照看兩個群組。若員工負責照看兩個群組，則計劃必須將員工安排到有最多4名員工的小組。每位員工小組成員必須負責照看相同的兩個群組。員工必須只與其員工小組內的其他員工一同工作，並且只能加入1個員工的小組。例如：
 - 允許：（一個小組內的3名員工照看2個群組）
員工A和B在週一/週三/週五照看一個兒童群組。
員工B和C在週二/週四照看另一個兒童群組。
 - 不允許（5名員工照看2個群組）：
員工A、B和C在週一/週三/週五照看一個兒童群組。
員工C、D和E在週二/週四照看另一個兒童群組。
 - 不允許：（4名員工照看3個群組）
員工A和B在週一/週三/週五照看群組1。
員工A和C在週二/週四上午照看群組2。
員工B和D在週二/週四下午照看群組3。
- 允許使用代替短期缺席的代班員工，但該員工每天必須只能照看一個兒童群組。
- 「臨時浮動員工」，即是在一天中為計劃提供短暫服務的人士，每天必須只能照看一個兒童群組。
- 在確定一個群組內的員工人數時，請勿將為單個兒童提供一對一服務但不接觸整個群組的人士計算在內。這類人士包括但不限於職業治療師、理療師、言語和語言治療師，以及應用行為分析 (Applied Behavior Analysis, ABA) 服務提供者。如需更多資訊，請參閱三藩市發佈的有關專業支援服務的衛生指令，網址為<https://www.sfdph.org/dph/alerts/files/Directive-2020-26-Specialized-Support.pdf>
- 盡量避免去改變分派給員工的工作任務。

防止不同群組的成員混在一起活動。

- 每一個群組必須在一個獨立的房間或空間裡。
- 盡量減少組群之間的互動，這包括分配到不同組群的員工之間的互動。
 - 如果年齡相仿並符合學習應注意事項，請盡量將住在一起或一起共乘接送車輛的兒童及青少年分配到同一個群組。
 - 在例如藝術與音樂這樣的專業活動方面，員工可能需要在不同群組之間互換進行指導，以滿足兒童的教育和充分學習的需求。盡量限制員工在不同群組之間的走動。員工必須記錄不屬於他們群組人員的來訪。當員工必須在不同群組之間工作



時，請考慮使用簽到表/日誌，以便在此計劃出現COVID-19新型冠狀病毒病例後可以追蹤查詢哪些學生和員工曾經與COVID-19新型冠狀病毒有過接觸。

- 安排分開操場使用時間和其他活動，不要讓任何兩個群組同時聚集在同一地點。
- 除非是為了兒童或青少年的整體安全和健康為主，否則避免將兒童及青少年從一個群組轉移到另一個群組。

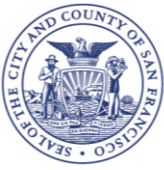
對室內的大空間進行分隔，防止不同群組之間空氣直接流通。

- 如果符合以下規定，便可以使用空間分隔屏障或隔板，讓一個以上的群組使用同一個大型的室內空間：
 - 所有的群組都是來自同一個課外時間計劃。
 - 員工、兒童及青少年不需要進入另一群組成員的使用空間，就可以進入洗手間、廚房、其他公共地方或出口。如果一個群組必須通過另一個群組的使用空間才能進入洗手間、廚房、出口或其他公共地方，則請使用隔板將兩個群組的通行空間隔開。
 - 房間所用的隔板必須是可以防止空氣在不同組成員之間直接流通。
 - 最佳做法：使用堅固、不透氣、可清潔的隔板，盡量靠近天花板，以減少群組之間的直接和間接空氣互相流通。
 - 最基本要求：使用堅固而非滲透性、可清潔的隔板，從地面延伸，而且至少要有8英尺的高度。
 - 房間所用的隔板不得造成以下影響：
 - 阻礙到每個分隔空間的通風情況。如果使用機械式通風，則必須在隔板的兩側分別設置進風和回風擴散器。
 - 阻礙到噴水滅火系統、緊急出口的通道，以及其他消防和建築法定規例。
 - 如果建築物內需要和/或正在使用煙霧探測器，則可能需要在所分隔的房間兩側分別安裝煙霧探測器。請根據每個場所的需要尋求諮詢。

身體距離準則

實行身體距離準則可降低來自呼吸道飛沫感染COVID-19新型冠狀病毒的風險。

- 在個人活動中，例如在使用電腦時，請讓孩子們彼此之間保持至少相距6英尺。
- 盡可能讓每位孩子每天坐同一個座位。
- 重新佈置家具和工作/遊戲空間，以防止擁擠，並增加不在一起玩耍的兒童之間的身體距離。
- 將桌子、工作檯或電腦朝同一方向排列，使兒童不會面對面而坐。
- 提供更多個人活動的機會，例如閱讀、完成練習簿內容、繪畫或手工藝。選擇不涉及兒童之間有密切接觸的團體活動。



- 請勿舉行集會活動，例如一起帶動唱以及其他讓不同群組聚集在一起的活動，即使活動在戶外舉行並且有佩戴口罩也不例外。
- 在進行團體活動時，例如遊戲時間，是可以放寬身體距離的要求，尤其對比較年幼而且很難保持彼此6英尺距離的兒童來說更是如此，而這種放寬身體距離的情形特別適用於兒童有佩戴口罩或在戶外時。
- 成年人必須在任何可能的時刻與其他成年人（包括同群組的員工）保持至少6英尺的距離。
 - 請規劃辦公室空間並設置員工工作室，使員工之間不會在6英尺距離內工作。
 - 即使所有員工都在場，也請建議使用視像會議應用程式召開家長及服務提供者會議和員工會議等網絡會議。
- 在可以提供兒童及青少年的發展和學習需求的同時，成年人應該盡量與兒童及青少年保持至少6英尺的距離。
- 如果無法保持6英尺的距離，請盡量縮短互動時間，務必要佩戴口罩，而且除了佩戴口罩外，還可以考慮佩戴護面屏，以進一步保護眼睛。

口罩和布面罩

佩戴口罩和其他布面罩可以在呼吸道飛沫進入空氣傳播之前將其攔截，從而防止人們將病毒傳播給他人。佩戴口罩或布面罩是保護員工和兒童免受COVID-19新型冠狀病毒感染的最重要的措施之一。

- 所有成人及年滿10歲以上的兒童都必須一直佩戴口罩或布面罩，並以口罩或布面罩一直遮掩其鼻子和嘴巴。
 - 除非員工、家屬及訪客都有佩戴口罩或持有對於佩戴口罩與醫療有抵觸的文件（在此情況下，他們必須佩戴替代性面罩，例如底部有垂掛布條的護面屏，除非經醫療專業人員提供書面豁免，使其不需要佩戴替代性面罩），否則不得進入建築物。請為忘記佩帶面罩的人準備備用的面罩。
 - 家庭成員在接送兒童或青少年時必須佩戴口罩。
- 2至9歲的兒童應盡量佩戴口罩，特別是在以下時段：
 - 在進行團體活動或遊戲時間時，並在兒童沒有保持身體距離的情況下（特別是在室內）。
 - 在兒童可能會遇到其他員工和其他群組兒童的情況下，例如，在上學放學時，以及在走廊、洗手間和室外遊戲場地時。
 - 如果孩子到校後才發現生病，並且正在等待被接走的過程中。



- 建議佩戴可重複使用的布口罩，而非佩戴手術口罩，手術口罩應留給醫護人員使用，並且布口罩可以送回家中讓家人清洗。
- 在兒童不願意佩戴面罩的情況下，請避免將其排除在課外時間計劃之外或避免對其採取處罰措施。應持續鼓勵並提醒他們佩戴面罩。在家中拒絕佩戴面罩的孩子，當孩子處於所有員工和其他兒童都佩戴面罩的環境中時，可能會更願意佩戴面罩。

即使是少數兒童不能佩戴面罩，但廣泛使用面罩也能大幅減少病毒感染的傳播。成人持續佩戴面罩對預防COVID-19新型冠狀病毒的傳播而言是非常重要的；因為到目前為止，青少年活動場所中許多的COVID-19新型冠狀病毒病例是來自在社區中受感染的成年員工。

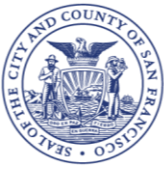
豁免佩戴布面罩；佩戴護面屏

- 0至1歲的兒童由於有窒息的風險，因此切勿為其佩戴面罩。
- 當一個人失去意識、入睡或在其他情況下無法自行除下面罩時。
- 有醫療或行為上有抵觸的兒童及青少年可免於佩戴面罩。其中包括因自閉症或感官敏感症而無法忍受佩戴面罩的兒童及青少年，或因發育遲緩或殘疾而無法自己除下面罩的兒童及青少年。
- 經醫護人員證明並對佩戴面罩有醫療抵觸的員工，可允許其佩戴護面屏，在護面屏底部需垂掛布條，並將布條塞入襯衫領口。然而，一般認為，相比於佩戴面罩，這並不能有效地預防病毒感染擴散。詳情請參閱網址: <https://covid19.ca.gov/masks-and-ppe/>
- 為有聽覺障礙兒童及青少年工作的員工可以佩戴透明口罩（一種帶有透明窗口的一次性口罩或布口罩）。如果不可行的話，也可以佩戴將垂掛布條塞進襯衫的護面屏。員工在其他時間都必須佩戴面罩，例如在員工專用場地時。
- 除非絕對有必要，否則切勿使用護面屏代替面罩（例如在為有聽覺障礙的兒童和青少年工作時）。護面屏尚未經證明可以預防佩戴者將病毒傳染給他人。
- 除了佩戴口罩或布面罩外，還可以考慮佩戴護面屏。護面屏為佩戴者提供了額外的眼部保護。在與口罩或面罩一起佩戴時，並不需要垂掛的布條。

手部衛生

經常洗手至少20秒的時間以及使用免洗酒精搓手液，可以在人們接觸眼睛、鼻子或嘴巴而使自己受感染之前，清除手上的COVID-19新型冠狀病毒病毒。

- 為員工、兒童和青少年制定常規作息和時間表，為他們安排分開洗手或消毒的時間，特別是在進食之前和之後、進入/再度進入空間時，以及接觸電腦鍵盤等共用設備的前後。
- 所有空間和公共場所（員工辦公室、用餐區）都必須備有免洗酒精搓手液或在進入那些空間時有可供洗手的地方。
- 制定程序以確保水槽和洗手台的肥皂或紙巾會保持足夠供應量，而免洗酒精搓手液也會保持足夠供應量。



- 張貼標誌鼓勵實行手部衛生習慣。多種語言的手部衛生標誌，可於此網址 <http://eziz.org/assets/docs/IMM-825.pdf> 下載。

通風和戶外空間

增加戶外至室內的空氣流通，此方法是利用室外空氣「稀釋/淡化」任何具有傳染性的呼吸道飛沫飄留於空氣中，從而降低感染風險。處於戶外會令感染的風險降低。

- 盡可能多在戶外活動，尤其是在吃點心/用餐和從事體育活動時。
- 安排分開戶外空間的使用時間，以防止不同群組的成員混合在一起活動。如果戶外空間夠大，可以考慮為每組學生指定獨立的使用空間。
- 在健康和安全條件允許的情況下，例如在不會加重個人過敏或哮喘的情況下，請打開窗戶，增加室外空氣流入。在健康和安全條件允許時，也請考慮同時將房門稍微地打開，以促進室外空氣在室內空間流通。
- 調整機械式通風系統，以盡量增加新鮮（室外）空氣的流通量。盡量減少使用或消除回流或再循環空氣。
- 就使用機械式通風系統而言，COVID-19新型冠狀病毒疫情肆虐期間，請優先選擇增加室外空氣的流入量和盡量減少使用再循環空氣，這比提高機械過濾器效率更為有效。

如需SFPDH（三藩市公共衛生局）有關通風的詳細指引，請參閱「*Interim Guidance: Ventilation for Non-Healthcare Organizations During the COVID-19 Pandemic*」（臨時指引：在COVID-19新型冠狀病毒疫情肆虐期間為非醫療保健機構提供的通風指引），網址為<https://sfcdcp.org/covid19>。

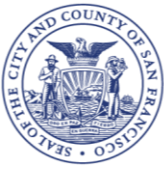
限制共用物品

- 盡量限制共用美術用品、學校用品、數學學習輔助用具和其他經常接觸的材料。如果可行的話，請為每位兒童及青少年準備一套供個人使用的用品。
- 限制使用共用的遊樂場設施，多進行與共用表面接觸較少的活動。
- 如果有使用的話，戶外遊戲器材和自然遊戲場地只需要進行日常修護。確保孩子們在使用這些空間前後都有洗手或消毒雙手。在強調手部衛生習慣的情況下，在不同組別使用之間，並不要求對戶外遊戲場地進行清潔和消毒。

清潔和消毒

許多家居消毒劑都可以有效地殺滅COVID-19新型冠狀病毒。請參考[EPA's List N](#)以了解經EPA美國國家環境保護局核准能有效殺滅COVID-19新型冠狀病毒的消毒劑。

- 每天對經常接觸的表面進行至少一次清潔和消毒。
- COVID-19新型冠狀病毒的常規清潔工作的重點是經常接觸的表面，例如門把、桌子、檯面、電話、鍵盤、電燈開關、把手、馬桶和水龍頭。



- 疑似或已知有出現COVID-19新型冠狀病毒病例後的清潔工作，**請使用與常規清潔相同的清潔劑和消毒劑**，但需進行以下步驟：
 - 打開窗戶並使用電風扇以增加戶外空氣流通地進入需要清潔的地方。
 - 等待 24 小時，或在可行的情況下盡量等久一點，再進行清洗和消毒。加州公共衛生局 (California Department of Public Health, CDPH) 建議至少等待1小時的時間。¹
 - 清洗和消毒病人使用過的地方的所有表面，其中包括平板電腦、觸控式螢幕、鍵盤和遙控器等電子設備。必要時應對該空間進行吸塵清潔處理。
- 詳情請參閱美國疾病控制及預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) 關於「清洗和消毒您的場所 (Cleaning and Disinfecting Your Facility)」的指引，網址：<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html> 以及CDC美國疾病控制及預防中心關於清潔學校和社區場所的指引，網址：<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html#Cleaning>
- 請注意「深層清潔」一詞可能會產生誤導，而CDC美國疾病控制及預防中心並沒有使用此術語。

具體情形

交通情況

由於車輛內是封閉的小型空間，沒有辦法保持身體距離，它們可能是COVID-19新型冠狀病毒傳播風險較高的環境。與共乘車輛相比，騎自行車和步行的風險較低。

- 公共交通工具：請佩戴面罩，並盡可能保持至少6英尺的身體距離，而且一到達目的地就要實行手部衛生清潔。
- 共乘和共享車：建議員工和家庭與固定的一群人共乘一部車。如果可行的話，請打開車窗，盡可能令室外空氣流通到車廂內。每個使用這類車輛的人士都必須佩戴面罩。

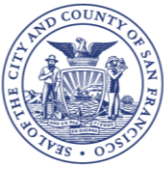
接送

來自不同家庭的兒童、青少年及家長/看護者在抵達和離開時不應該聚集在一起並且有互動，因為這會製造COVID-19新型冠狀病毒在社區傳播的機會。

限制員工在接送時與家庭成員的接觸

- 請安排分開抵達和離開的時間以盡量地減少接觸，為每個群組提供不同的出入口。
- 為等待進入建築物的兒童及青少年和等待接送兒童的成年人標出至少相隔6英尺距離的空間。並張貼標誌，提醒家庭成員在接送兒童及青少年時，需要與其他家庭的人保持至少6英尺的距離。

¹ CDPH加州公共衛生局門診醫療機構對疑似COVID-19新型冠狀病毒患者的感染控制建議
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/OutpatientHealthcareFacilityInfectionControlRecommendationsforSuspectCOVID19Patients.aspx>



- 接送兒童及青少年的家庭成員都必須佩戴口罩。

餐飲和點心

一起進食是造成COVID-19新型冠狀病毒傳播的高風險行為，因為人們必須除下面罩才能進行飲食。兒童及青少年經常用手吃飯，而且無論是兒童還是成人，吃飯時都經常用手摸嘴巴。此外，用餐時間通常被認為是一起聊天的時間，這種行為進一步增加了傳播風險，尤其是在兒童及青少年必須大聲說話才會被聽到的情況下。

- 在戶外用餐比在室內用餐更安全。戶外用餐區可加棚蓋（例如加蓋遮陽篷），前提是遮陽屏風所封閉的地方不可超過一側，以讓空氣充分流通。為每個團體指定一個用餐的地方，並在至少相隔6英尺的地方做上記號，讓學生就坐。如果沒有標明相隔距離，兒童可能會坐得更近。
- 請使用獨立盤裝或包裝的餐飲或點心，而不要採用如在家用餐的共食方式。
- 用餐的時候，盡量讓兒童及青少年分開坐著，並盡量讓他們坐在指定的座位上，不要讓他們面對面坐著。在用餐時，由於不能佩戴口罩，保持身體距離是特別重要的。
- 請確保兒童和青少年及員工在進食前後立即洗手或使用免洗酒精搓手液。並要特別注意喜歡吮吸/舔舐手上食物的兒童。
- 員工應盡量與沒有佩戴口罩的兒童保持至少6英尺的距離，特別是當他們在室內用餐時。如果兒童在用餐，員工請謹記要佩戴口罩。
- 將不同群組之間使用的桌椅進行清潔和消毒。如果在戶外用餐，則行人路和柏油瀝青路面不必消毒。

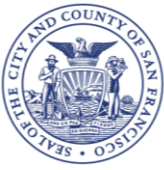
員工空間：辦公室、休息室和工作間

員工往往不會將自己和同事視為病毒的傳染來源，而忘記與同事之間應採取的防範措施，這種疏忽特別容易發生在休息或午餐時間的社交互動中。

- 員工應該盡量不要和其他員工一起用餐，尤其是在室內用餐。這是員工在工作時接觸到COVID-19新型冠狀病毒的常見途徑。
- 張貼告示牌，提醒員工保持6英尺距離，除非是在進食時，否則都要佩戴口罩，進食前後要洗手，並且對使用後的空間進行消毒。
- 請考慮設置私人使用的戶外空間，供員工用餐和休息。
- 打開門窗，以盡量增加員工空間內的通風。

體育運動與鍛煉

由於潛在的密切接觸及呼吸量增加，因此運動鍛鍊是傳播風險較高的活動。青少年在體育運動時需要制定特別注意事項並採取特別預防措施。任何有全部活動或有部分活動包括運動或體育的計劃都必須遵守這些指導方針。



- 所有的運動、體能調節和訓練都必須在戶外進行。
參與者之間必須一直保持至少6英尺的距離。不允許進行需要身體近距離接觸的運動。只要參與者之間可以一直保持6英尺的距離，則可以進行此類運動項目（例如，跑步訓練、技能練習以及做健身操）的體能調節和個人訓練。
- 所有參與者必須一直佩戴口罩（參與者應避免劇烈運動，因為這可能會增加佩戴口罩的難度）。
- 限制同一個群組的青少年之間共用設備。請經常清潔所有共用的設備。不同群組之間切勿共用設備，除非設備已經清潔和消毒。
- 來自不同群組之間的青少年不被允許相互較勁或與對方玩耍。
- 不允許舉辦錦標賽、活動和競賽。
- 請參閱 <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Youth-Sports-FAQ.aspx>，查看加州有關青少年體育的指引。

需要接受特殊服務的學生

- 治療師和其他輔助人員視為必要工作人員，應允許他們在現場提供服務。
- 即使可能會造成各組人員互換的情況，仍應當提供迎合特殊教育、學習障礙和醫療條件的設備和相關服務。請為需要額外支援才能保持身體距離、佩戴口罩或洗手的兒童提供監護。
- 學生可能需要額外的設備才能安全地上課。例如，因醫療或發育狀況而不能佩戴口罩的學生，可能需要一張配備有透明屏風或個人屏障的書桌。

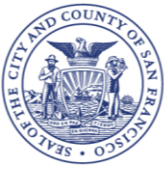
其他活動

- 避免集體歌唱。暫停合唱團和管樂器（樂隊）的演奏。由於在進行此類活動時產生的呼吸道飛沫數量較多，這會令傳播COVID-19新型冠狀病毒的風險較高。允許使用打擊樂器和弦樂器。
- 由於可能增加傳播的潛在風險，目前不允許進行校外考察旅行。請繼續定時獲取有關州和地方指引的最新資訊。

當有人疑似或確診感染COVID-19新型冠狀病毒時，該怎麼辦

請參考：「*When someone has suspected or confirmed COVID-19: Quick Guide for Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth*（當有人疑似或確診感染COVID-19新型冠狀病毒時：為學校、托兒所和兒童及青少年計劃提供的簡易指引）」，請參閱網址：<https://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>，以獲取以下資訊：

- 當員工或兒童及青少年出現COVID-19新型冠狀病毒症狀、接觸過感染者（如父母或兄弟姐妹檢測結果呈陽性）或確診COVID-19新型冠狀病毒時應採取的措施。



- 在出現COVID-19新型冠狀病毒症狀、有過密切接觸或確診感染COVID-19新型冠狀病毒後返回計劃。

當兒童及青少年或員工出現COVID-19新型冠狀病毒症狀時

- 在工作時出現症狀的員工必須盡快通知上司並立即離開工作崗位。如欲了解SFPDH（三藩市公共衛生局）對於有關COVID-19新型冠狀病毒症狀的員工何時可以重返工作崗位的指引，請參閱網址：<https://sfcdcp.org/rtw>。
- 將生病的兒童及青少年安置在獨立的地方內，並遠離其他兒童及青少年，直到有人來接走他們。請確保兒童及青少年一直佩戴口罩。
- 在家長或監護人到達時，請考慮送患病學生到外面與他們碰面，而不是讓家長或監護人進入建築物內。由於已受感染COVID-19新型冠狀病毒的兒童可以透過家中的家長或其他成年人而感染的情形是相當常見，因此家長也可能患有COVID-19新型冠狀病毒。
- 鼓勵出現COVID-19新型冠狀病毒症狀的學生家人和員工家屬即時進行檢測，以免傳染給學生和員工。
- 在生病者使用過的場地要打開窗戶，以使戶外空氣盡可能流通進室內。如果可行的話，請盡快關閉這些場地，直到清潔和消毒過後才可以再開放。
- 兒童及青少年如出現症狀後並且在符合「When someone has suspected or confirmed COVID-19: Quick Guide for Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth. 有人疑似或確診感染COVID-19時：為學校、托兒所和兒童及青少年計劃提供的簡易指引」內的準則後，便可返回計劃。此外，團體也可獲取得一份給家長的講義：「For Parents and Guardians: COVID-19 Health Checks for Children and Youth/If Your Child Has Symptoms. 給家長和監護人：COVID-19新型冠狀病毒健康檢查/如果您的孩子出現症狀」。這兩份文件都發佈在網址：<http://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>。

當兒童及青少年或員工的COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性時

- 請聯絡SFPDH（三藩市公共衛生局）的學校與托兒中心小組 (SFPDH Schools and Childcare Hub)以取得諮詢和指引，電話號碼：
(415) 554-2830，按1去了解COVID-19新型冠狀病毒資訊，再按6去了解學校資訊
電子郵件地址：Schools-childcaresites@sfdph.org
- 請與SFPDH（三藩市公共衛生局）合作，並確認在計劃中與COVID-19新型冠狀病毒患者有過密切接觸的員工、兒童和青少年及其他人。有過密切接觸的人士都應接獲通知，以得知如何接受檢測，並了解他們或其子女何時可以返回課外時間計劃，而通常在其最後一次接觸的14天後可以返回課外時間計劃。請參閱「*Frequently Asked Questions (FAQ): COVID-19 Contact Tracing at Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth*（常見問題 (FAQ)：COVID-19 在學校、托兒計劃和青少年計劃中的接觸者追蹤）」，網址：
<http://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>。
- 關閉COVID-19新型冠狀病毒患者使用過的地方，直到可以進行清潔和消毒為止。



- 與員工和家屬溝通。
根據《美國身心障礙法案》(Americans with Disabilities Act)、《家庭教育權利和隱私法》(Family Education Rights and Privacy Act)，以及可能適用的健康保險轉移和責任法案 (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA)的規定，會為患有COVID-19新型冠狀病毒的兒童、青少年、家屬或員工保密相關的私人資料。

資料來源

三藩市公共衛生局 (SFPDPH)

SFPDPH (三藩市公共衛生局)的學校與托兒中心小組 (SFPDPH Schools and Childcare Hub) 提供的COVID-19新型冠狀病毒諮詢與指引電話：(415) 554-2830。按 1 去查詢「COVID-19新型冠狀病毒」，然後按 6 去查詢「學校」電子郵件地址: Schools-childcaresites@sfdph.org

為公眾 (包括學校和雇主) 提供的COVID-19新型冠狀病毒指引網址:

<https://www.sfdcp.org/covid19>

- Outreach Toolkit for Coronavirus (新型冠狀病毒的外展宣傳輔助資訊文件集)。關於保持身體距離、手部衛生、口罩、健康篩查、接受檢測和其他COVID-19新型冠狀病毒為主題的海報和傳單
網址：<https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19>
- 「What to Do When Someone Has Suspected or Confirmed COVID-19: Quick Guide for Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth」(當有人疑似或確診感染COVID-19新型冠狀病毒時該怎麼辦：為學校、托兒所和兒童及青少年計劃提供的簡易指引)，網址：<https://sfdcp.org/CovidSchoolsChildcare>
- 「Parent and Caregiver Handout: COVID-19 Health Checks/If Your Child has Symptoms」(家長和看護者講義：COVID-19新型冠狀病毒健康檢查/如果您的孩子出現症狀)。如果子女出現COVID-19新型冠狀病毒症狀，家長可在此網頁<https://sfdcp.org/CovidSchoolsChildcare>上查看關於健康篩查的說明和返校指引
- 「Frequently Asked Questions (FAQ): COVID 19 Contact Tracing At Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth」(常見問題 (FAQ)：COVID-19新型冠狀病毒在學校、托兒計劃和青少年計劃中的接觸者追蹤)，網址：<https://sfdcp.org/CovidSchoolsChildcare>
- 「What to Do if Someone at the Workplace Tested Positive for COVID-19」(如果工作場所中出現COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性的人士，該怎麼辦) 網址: <https://www.sfdcp.org/covid19>請查詢「商業及雇主」的章節。
- 「Leaving Isolation or Returning to Work for Those Who Have Confirmed or Suspected COVID-19」(COVID-19新型冠狀病毒確診或疑似感染患者結束隔離或復工指引) 網址: <https://www.sfdcp.org/rtw>
- 「Interim Guidance: Ventilation for Non-Healthcare Organizations During the COVID-19 Pandemic」(臨時指引：在COVID-19新型冠狀病毒疫情肆虐期間為非醫療保健機構提供的通風指引)，網址：<https://sfdcp.org/covid19>



加州公共衛生局 (CDPH)

- 「*Guidance for Small Cohorts/Groups of Children and Youth*」 (針對兒童和青少年小群組/團體的指引) 網址：
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/small-groups-child-youth.aspx>
- 「Youth sports questions and answers」 (青少年體育運動的問題與解答) 網址：
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Youth-Sports-FAQ.aspx>

美國疾病控制及預防中心 (CDC)

- Guidance for Schools and Childcare (學校及托兒場所指引) 網址：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/index.html>
- Guidance for Child Care Programs that Remain Open (為繼續營運的托兒計劃提供的指引) 網址：
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-childcare.html>
- Cleaning and Disinfection for Community Facilities (對社區場所進行清潔和消毒)
網址：<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/clean-disinfect/index.html>