



暫停或限制室內活動通知

2020年11月16日

目前三藩市新型冠狀病毒感染個案正明顯急劇攀升。此情況意味著三藩市衛生指標將會由加州疫情風險顏色分級制中的「黃色」(或最低) 級別調高至更具限制性的級別標準。除非三藩市採取行動阻止個案增加，否則將不能避免被調至更具限制性級別的風險。有鑑於此，衛生官員決定暫停或限制某些室內活動。如果感染個案持續增加，衛生官員可能會由某些室內活動開始，延伸至進一步限制或暫停其他目前於《C19-07 號衛生官員指令》內所允許進行的活動。相關指令亦會進行修正。

請注意：生效日期如下圖示，衛生官員命令暫停以下列表內的活動或限制其可容納人數。此暫停或限制指令修正任何相關命令、指令或指引。所有受影響的人士或機構必須遵守這些新限制，並同時繼續監查及遵守所有適用的[衛生指令與指引](#)。

活動及經修正的命令、指令或指引	受影響團體	生效日期及變更
辦公設施 2020-18號指引	非基要辦公室	限制 (生效日期: 2020年11月17日星期二) 按照衛生指令的規定，非基要辦公室可以繼續以最基本營運方式運作，否則必須暫停運作。
室內健身房 / 健身中心 C19-07 號指令; 附錄 C-1 2020-31號指引	健身房 健身中心	限制 (生效日期: 2020年11月17日星期二) 包括工作人員及設施內所有人士在內，整體可容納人數上限降至原來可容納人數之10%或50人，以人數最少者為限。
室內用餐 C19-07 號指令; 附錄 C-1 2020-16號指引	餐館 提供食物的酒吧 提供食品銷售的購物商場 附設餐廳的酒店 附設餐廳的博物館、動物園和水族館 提供食物的健身房 辦公大樓內的餐廳	暫停 (生效日期: 2020年11月14日星期日) 嚴禁室內用餐。 暫停室內用餐服務直至另行通知。
室內電影院 C19-07 號指令; 附錄 C1 2020-35號指引	電影院	限制 (2020年11月14日星期生效) 擁有多個獨立映院的室內電影院，整個電影院內可容納人數上限為原來可容納人數之25%，當中每一個獨立映院或禮堂觀眾席人數上限為50人。



有關在COVID-19新型冠狀病毒疫情期間開放辦公設施的須知和常見問題與解答

在2020年10月27日更新

以下指引由三藩市公共衛生局 (San Francisco Department of Public Health, SFPDH) 制定，並發佈在網址 <https://www.sfc-dcp.org>。此臨時指引可能會隨認知、社區傳播情況以及個人防護裝備 (Personal Protective Equipment, PPE) 和檢測的供應量變化而有所調整。

對象：在COVID-19新型冠狀病毒疫情肆虐期間讓員工重返辦公設施的商業。

背景：2020年10月27日，公共衛生局官員發佈了 [編號2020-18b指令 \(Directive No. 2020-18b\)](#)，批准商業開放辦公設施並提供相關指引。

目的：本文強調指令的主要重點，但並非替代該指令。

自2020年6月29日版本以來的修改摘要

- 非必要的辦公室可以開放但最高可容納人數為25%
- 辦公室可以向原本需要遠程辦公的工作人員開放
- 辦公室可以開放員工食堂和休息室
- 納入了新的通風規定和建議
- 提供新的標誌以供使用
- 納入了新的COVID-19新型冠狀病毒資訊和指引

預防COVID-19新型冠狀病毒傳播

COVID-19新型冠狀病毒是怎樣傳播的？

根據我們目前的了解，COVID-19新型冠狀病毒主要是透過COVID-19新型冠狀病毒患者呼吸時產生並含有病毒的飛沫藉由空氣在人與人之間傳播。當人們呼氣（呼出），包括說話、唱歌、咳嗽或打噴嚏時，這些飛沫會進入空氣中。COVID-19新型冠狀病毒患者可能不會出現任何症狀，但仍可以呼出含有病毒的飛沫。

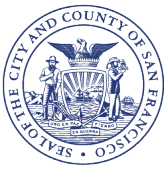
- 較大的飛沫有時被稱為「彈道飛沫」，因為它們沿直線飛行，並因受到地心吸力影響而下落。當附近的人們（通常在6英尺內）吸入這些飛沫，或飛沫落在他們的眼睛、鼻子或嘴巴裡時，他們便會受到感染。
- 較小的飛沫或傳染性微粒可以在空氣中漂浮一段時間，並/或在室內氣流的作用下傳播超過6英尺，尤其是在通風不良的密閉空間中。當逗留在同一空間的人們吸入這些較小的飛沫和微粒，或當飛沫或微粒落在其眼睛、鼻子或嘴巴上時，即使他們彼此之間的距離超過6英尺，也會受到感染。這些小飛沫有時被稱為「氣霧」或「生物氣霧」。

如果人們在觸摸已受病毒污染的表面（亦稱為傳染媒介）後碰觸眼睛、鼻子或嘴巴，COVID-19新型冠狀病毒也會藉此傳播，但這種情況並不常見。

預防COVID-19新型冠狀病毒

為了預防病毒傳播，每一個人都應該採取以下措施：

- 經常使用肥皂和水清洗雙手。如果沒有肥皂和水，請使用酒精含量至少有60%乙醇或70%異丙醇的免洗酒精搓手液。



- 避免密切接觸。盡量與非同住的人士之間保持至少六英尺的社交距離。
- 佩戴面罩。在公共場合以及周圍有非同住的人士時，用面罩遮住口鼻。
- 定期對經常接觸的表面進行清潔和消毒。
- 每天監測您的健康狀況。要警惕，注意自己是否出現發燒、咳嗽、呼吸急促或其他症狀。如果您有出現任何症狀，請留在家中。

室內的風險

科學家們認為COVID-19新型冠狀病毒在室內的傳染風險通常比在室外要高很多。在規劃開放或擴大開放辦公室時，請考慮到您自己和您社區的病毒感染風險會有所增加。室內人數增加或逗留在室內的時間延長，都會增加病毒傳染風險。狹小的房間、狹窄的走廊、狹小的電梯、通風不良都會增加室內傳染風險。每一項可以在戶外進行、遠程完成、透過電話會議進行的活動都可以降低病毒傳染風險。請考慮在戶外設置有篷的走道，以避免排隊辦理簽到手續。考慮指派一名人士到辦公室代表召開電話會議的小組。

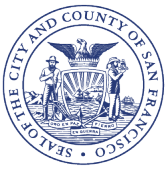
通風的作用

良好的通風可通過以下方式控制飛沫和傳染性微粒，以預防COVID-19新型冠狀病毒的傳播：

- 從室內排出含有飛沫和微粒的空氣、
- 透過增加未受污染的新鮮空氣來稀釋飛沫和微粒的濃度。
- 過濾室內空氣，祛除空氣中的飛沫和微粒。

如果可行的話，請進行必要的通風改善工作，包括

- 暖氣，流通及空氣調節 (Heating, Ventilation, and Air Conditioning, HVAC) 系統 (如設有)
 - 請確保HVAC (暖氣，流通及空氣調節) 空氣調節系統有經過修維並可以正常運行。
 - 評估將空氣過濾器升級至最高效率的可能性。
 - 通過HVAC (暖氣，流通及空氣調節) 空氣調節系統增加室外空氣流入的比率，重新調節或撤銷空氣再循環 (「節能器」) 調節風閘功能。
 - 停止使用通風系統的「按需求控制」，以使風扇持續運轉，不受加熱或冷卻需求的影響。
 - 評估即使無人在建築物內時也讓建築物通風系統的運行情況，以最大程度地通風。至少要設置定時控制的通風系統，以令系統在建築物開放前運行1至2小時和在建築物封閉後運行2至3小時。
- 在環境條件和建築物規定允許的情況下，打開門窗來增加自然通風量。
- 考慮安裝攜帶式的空氣淨化器 (「HEPA高效力微粒空氣過濾器」)。
- 如果場所使用底座式電風扇或壁扇，則應調整電風扇的方向，以盡量避免將空氣從一個人所在的地方吹到另一個人所在的地方。



如需了解更多資訊和額外資源，請參閱[SDFPH（三藩市公共衛生局）通風指引](#)。

會議室和會議

會議廳和會議室可以開放，但最高可容納人數為公佈的容納人數的25%，並且不得超過可以讓人與人之間一直安全地保持六英尺距離的人數。

- 面對面的會議會增加病毒傳染風險，因此極不鼓勵在室內環境進行這樣的會議。
- 視像和電話會議明顯地會更加安全。
- 視像會議亦允許不在現場的工作人員全體參與。
- 如果會議非開不可，請提前通知參加會議的人員，在會議之前和之後進行社交活動會造成不可接受的風險。
- 透過結合運用視像和電話會議，來限制邀請親自到場的人數。
- 因為飲食需要除下面罩，所以禁止在會議中飲食。
- 請在參加會議的人員進入會議室前1至2小時啟動會議室通風系統。盡量打開門窗。
- 在會議廳和會議室張貼COVID-19新型冠狀病毒疫情期間的可容納人數及安全標誌。
- 必須經常清潔和消毒使用的會議廳和會議室。

在食堂、休息室、戶外或辦公桌前用餐

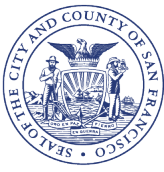
辦公室食堂可以開放，但應該遵循[COVID-19新型冠狀病毒疫情期間的餐飲指引](#)。此外，員工食堂應遵循以下事項：

- 致力鼓勵戶外用餐，
- 將可容納人數限制在可以保持六英尺身體距離的人數內，最高可達常規容納人數的25%，
- 張貼有關可容納人數、佩戴面罩、保持社交距離和手部衛生的標誌，
- 盡量提供外賣食品，並且
- 不允許進行社交活動或集體用餐。
- 盡可能地提供有遮蔽的戶外空間。
- 利用調整工作日程安排、設置家具和張貼標誌等方法來消除排隊和擠擁的情況，以及減少人們逗留在食堂或用餐區的時間。

用餐時需要除下面罩，使人們面臨更高的風險。用餐時請遵循以下事項以保持安全：

- 如果天氣允許，請在戶外用餐，並且要與周圍的人士保持至少六英尺的距離
- 盡量打開門窗
- 在您的辦公桌前或獨自在房間/辦公室裡用餐
- 用餐時不與人交際
- 用完餐後請立即重新戴上面罩

一般而言，不建議在有其他人在場的情況下在休息室用餐。至少要確保人與人之間有至少六英尺的身體距離、良好的通風、良好的衛生條件，並且有適當的用餐標誌。



強制性標誌規定和資源

依照《居家更安全令》(Stay-Safer-At-Home Order) 第4.g和4.h節的要求，在辦公室增加所有與COVID-19新型冠狀病毒相關的標誌。完整的標誌要求的說明和從最佳實施方法開始，請參閱《公共衛生局官員指令編號20-18b》的最佳實施方法第1.5節。

外展輔助資訊文件集內有可列印的資源，包括許多開放辦公室所要求或建議的標誌。有關正確的衛生習慣、保持社交距離、佩戴口罩、健康篩查、室內傳播的風險、檢測及接種流感疫苗的標誌都可以取得。

促進工作場所的安全，預防COVID-19新型冠狀病毒

推廣應對COVID-19新型冠狀病毒的安全習慣。商業已經成功地利用了較小型的鼓勵措施（例如裝飾面罩和公開表揚）來減少COVID-19新型冠狀病毒的傳播。介入並留意失效的措施可以有效地替代付出高昂的疾病代價。一般來說，以教育的方式來代替對質最為有效。在群體和個人兩個層面上，識別和介入措施都能最有效地發揮作用。經理和主管應應當樹立榜樣一直實踐安全的措施。

流感疫苗接種

接種流感疫苗對於抵禦COVID-19新型冠狀病毒而言是非常重要的，因為接種疫苗可以 (1) 確保工作者和社區健康以及 (2) 在我們應對COVID-19新型冠狀病毒的同時，減低對醫療和檢測系統的負荷。致力鼓勵所有員工接種流感疫苗。張貼鼓勵顧客、訪客等接種流感疫苗的標誌。

接觸者追蹤

SFDPH（三藩市公共衛生局）與社區（包括商業）合作，幫助找出與任何COVID-19新型冠狀病毒患者有過密切接觸的人士。人們在出現症狀的48小時前就可以傳播病毒。有些人從未出現過症狀，但仍然可以傳播病毒。我們可以透過接觸者追蹤來預防COVID-19新型冠狀病毒的傳播，這有助於識別可能接觸過病毒的人，並幫助他們進行隔離，以免他們無意中傳播疾病。每當爆發麻疹、肺結核等傳染病時，我們都會採取此措施來保護社區健康。

幫助確保您的員工和我們社區的健康。請將所有員工的出勤/工作日程安排表保留長達三週的時間。建議各機構保留一份自願提供其姓名和聯絡資訊的辦公室使用者名單，以便進行接觸者追蹤。所有的名單應在三週後丟棄。不強制要求顧客提供聯絡方式。

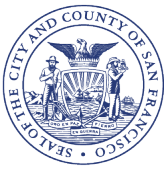
如果有員工、承包商、遞送人員或訪客的COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性，相關機構必須協助SFDPH（三藩市公共衛生局）查明可能接觸過此人士的其他員工或其他人士。

佩帶面罩、及早接受檢測並進行追蹤！請瀏覽此網址<https://covid19.ca.gov/contact-tracing>以了解更多資訊。

工作日程安排和通勤

為了控制辦公室的容納人數，並減輕對交通運輸系統的壓力，各辦公室應提供資訊和彈性，以幫助員工對上下班通勤作出最佳選擇。減少個別人士感染COVID-19新型冠狀病毒的風險、限制社區傳播並幫助經濟復甦的有效措施包括如下：

- 允許員工盡量繼續遠程辦公；
- 採用可替換的工作時間表，以令員工不會同時全都在辦公室工作；
- 安排分開工作時間，將上班行程的時間轉移到非高峰時期；



- 如果可以的話，請鼓勵員工使用其他交通工具方式上下班（例如步行或騎自行車）；
- 如果員工需要等候乘坐不太擁擠的公共交通工具，請為這些有可能遲到的員工提供彈性上班時間。

如需資訊和資源，請瀏覽網址<https://SFMTA.com/TransportationGuidance>

常見問題與解答

為遵循此指令，我需要做什麼？

在讓員工返回辦公室之前，請確保您已經閱讀了整份指令和最佳實踐方法，並至少採取以下步驟：完成您辦公室佈局的調整，以確保員工能一直保持至少六英尺的距離；檢查管道，以確保其正常運行，並在必要時沖洗管道；對通風系統進行必要的改進；在電梯、樓梯、休息室和食堂增加必要的標誌；對所有員工實行每日COVID-19新型冠狀病毒自我驗證；並實施消毒的規定。

您必須制定並持續執行以下兩份文件中的內容，這將有助於確保您有遵循所有強制規定的措施。

- 《衛生及安全計劃》(Health and Safety Plan)（請參閱[《編號2020-18b指令》的附錄表B \[Exhibit B\]](#)），此計劃可能會有所修改。
- 《社交距離規定》(Social Distancing Protocol)（請參閱[《居家更安全公共衛生局命令編號C19-071》的附錄A \[Appendix A\]](#)），此規定可能會有所修改。您需要確保所有員工都可以獲得這些文件。這些文件應該張貼在辦公地點的入口處。如果還有其他適用於您的商業的指令，您可能需要完成不止一個《衛生及安全計劃》。

我已制定好相關計劃，我現在是否已全部完成了？

至少每週一次，檢視一下您的商業和員工的狀況如何，您遵循《衛生及安全計劃》以及《社交距離規定》的程度如何，以及需要進行哪些調整以加強應對COVID-19新型冠狀病毒疫情肆虐的措施。在COVID-19新型冠狀病毒疫情肆虐期間，請查看SFDPH（三藩市公共衛生局）傳染病控制及預防網站(<https://www.sfdcp.org/covid19>) 發佈的最新指引，或經常查看為商業提供全面資源而經常更新的網頁，網址：<https://sf.gov/topics/business-during-coronavirus-pandemic>。

如果我能夠讓員工保持社交距離，我的員工可以全部返回非必要的辦公場所嗎？

這取決於您擁有多少名員工。對於員工人數少於20人的非必要辦公場所，商業必須將最高可容納人數的數量減少至能夠讓員工一直在辦公場所內彼此能保持至少六英尺的身體距離。對於員工人數超過20人的非必要辦公場所，商業必須將最高可容納人數減少至低於場所在正常情況下最高容納人數的25%，或者能夠讓員工能一直在場所內彼此保持至少六英尺的身體距離人數。在可行的情況下，請極力鼓勵遠程辦公。

我的員工單獨在私人辦公室工作時，或坐在安裝了有機玻璃隔板的辦公桌前時，是否需要佩戴口罩？

如果您獨自一人留在不與他人共用的私人辦公室裡，而且大致上亦沒有不請自來的訪客，例如關著門的辦公室，則您不需要佩戴口罩。如果有其他人進入該區域，在互動過程中，你們雙方必須立即戴上面罩。

如果有員工對任何日常篩查問題的回答為「是」，我應該怎麼辦？

《衛生及安全計劃》內應包括將在工作期間生病的員工安全送至家中或醫療保健提供者處的計劃。欲了解更多資訊，請瀏覽：



- [如果有員工的COVID-19新型冠狀病毒檢測結果呈陽性，該怎麼辦](#)，以及
- 員工在出現COVID-19新型冠狀病毒症狀、接受檢測或成為密切接觸者後，[何時可以重返工作崗位](#)。

如果我的員工的 COVID-19 新型冠狀病毒檢測呈陽性，SFPDH（三藩市公共衛生局）會通知我嗎？如果員工在三藩市以外的縣檢測出結果呈陽性，是否會通知我？

SFPDH（三藩市公共衛生局）或其他縣衛生局可能會與雇主聯絡，以追蹤接觸者，但COVID-19新型冠狀病毒檢測呈陽性者的身份是受保護的健康資訊，除非是在特定情況下，否則一般不能披露。

如果我的員工告訴我其 COVID-19 新型冠狀病毒檢測呈陽性，我應該準備告知 SFPDH（三藩市公共衛生局）哪些資訊，以協助追蹤接觸者？

您應該確定COVID-19新型冠狀病毒確診患者最後出現在工作場所的日期。準備好找出與該患者在工作場所中有過任何密切接觸的人士。在辦公場所中，「密切接觸者」的定義是在COVID-19新型冠狀病毒確診患者未佩戴口罩時，與其在6英尺距離內相處超過10分鐘的人士。

我可以提供更多的戶外商業空間嗎？

一般來說，戶外工作的環境會令COVID-19新型冠狀病毒傳播風險減低很多。某些商業利用露臺、遮陽棚、雨篷、帳篷和有篷的走道來擴大空間，同時降低室內傳播的風險。SFPDH（三藩市公共衛生局）制定了有可能適用於辦公室的[戶外遮蔽處創設指引](#)。

資料來源

本地：

提供給商業的資訊，網址：<https://www.sfdcp.org/businesses>

如何[在三藩市接受COVID-19新型冠狀病毒檢測](#)

自行[列印可下載的標誌](#)，或索取[已列印的海報](#)

[三藩市經濟和勞動力發展辦公室 \(San Francisco Office of Economic and Workforce Development\)](#) 提供的有關COVID-19新型冠狀病毒的資訊，例如雇主規定、員工福利和資源；[在COVID-19新型冠狀病毒期間避免歧視和報復行為](#)。

加州：

[加州復原路線圖](#)

加州職業安全與健康管理局 (California Occupational Safety and Health Administration, CAL OSHA) 提供的[關於保護員工免受COVID-19新型冠狀病毒感染的資訊](#)

全國：

[美國工業衛生協會 \(American Industrial Hygiene Association, AIHA\) — 重新開啟：一般辦公場所指引](#)

美國疾病控制及預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)：重新開業輔助資訊文件集 (Resuming Business Toolkit)：[CDC重新開業輔助資訊文件集](#)

[CDC（美國疾病控制及預防中心）復工指引](#)

[CDC（美國疾病控制及預防中心）提供給辦公大樓雇主的有關COVID-19新型冠狀病毒的資訊](#)