



## 兒童及青少年計劃： 託兒所、課外時間計劃和日間活動營

2021年12月10日

本指引是由三藩市公共衛生局 (San Francisco Department of Public Health, SFPDH) 制定，提供給本地使用。本指引將發佈在網址<https://sfcdcp.org/school>。

### 自2021年11月5日的指引內容更改的摘要

主要的修訂內容在本文件中以綠色文字來突出顯示。

- 室內口罩建議更改，完全接種疫苗的運動員可在室內練習時脫下口罩，前提是隊內所有成員，包括成年的教練、職員已經全部完成疫苗接種。
- 管樂器演奏的社交距離建議從6英尺縮短至3英尺。
- 對於口罩豁免的運動或活動，新冠病毒檢測要求僅對未完全接種疫苗人士生效。

**對象：**兒童及青少年計劃，包括託兒計劃、課外時間計劃、日間活動營、青少年運動、社區學習中心，以及為兒童提供的課外娛樂和教育計劃。託兒計劃包括託兒中心；兒童發展機構；家庭託兒所；幼兒園、過渡期幼兒班、學前班和不屬於小學的幼兒班計劃。作為小學一部分的過渡期幼兒班 (Transitional Kindergarten, TK) 計劃和由過渡期幼兒班至12年級 (Transitional kindergarten to 12th Grade, TK-12) 學校開辦的計劃應參考[三藩市公共衛生局 \(SFPDH\) 對TK-12學校的指引](#)。

**目的：**為了幫助兒童及青少年了解預防COVID-19新型冠狀病毒在計劃中傳播所需的衛生及安全措施。

以下建議是根據現時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制定的。這些建議會隨新知識的出現和當地社區傳播情況的變化而有所調整。隨著完全接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗人數的增加，建議也可能會有所調整。

## 內容

關鍵訊息.....	3
流程和規定 .....	3
設立COVID-19新型冠狀病毒衛生及安全流程.....	3
標誌規定.....	3
預防新型冠狀病毒傳播的策略.....	4
鼓勵接種COVID-19新型冠狀病毒疫苗.....	4
在室內佩戴口罩.....	4
檢測.....	5
改善通風和使用戶外空間 .....	6
在生病/居家症狀檢查出現症狀後留在家中 .....	8
手部衛生：遵循COVID疫情前的規定.....	8
清潔和消毒：除非出現COVID-19新型冠狀病毒病例，否則遵循COVID疫情前的規定 .....	9
無須保持身體距離.....	9
不要求劃分群組.....	9
運動、舞蹈、管樂器、唱歌和相關活動 .....	10
符合口罩豁免的室內活動檢測要求.....	10
報告及通知COVID-19新型冠狀病毒病例 .....	10
在更高風險活動中，採取額外步驟以降低COVID-19新型冠狀病毒傳播 .....	10
具體情況.....	12
交通運輸.....	12
餐飲和零食 .....	13
常見問題與解答：允許的活動.....	13
當有人出現COVID-19新型冠狀病毒症狀、感染或接觸時，該怎麼辦？ .....	13
當員工、兒童或青少年在參與計劃期間出現症狀.....	13
當有報告COVID-19新型冠狀病毒確診、症狀或接觸.....	14
在出現COVID-19新型冠狀病毒症狀、接觸或檢測呈陽性後返校.....	14
資料來源.....	14

## 關鍵訊息

為員工、符合資格的兒童和家庭成員接種 **COVID-19 新型冠狀病毒疫苗** 是降低兒童及青少年計劃中 **COVID-19 新型冠狀病毒** 風險的一項最有效的方法。已接種疫苗的成年人和青少年也有助於向尚未符合資格接種疫苗的年幼兒童提供保護。

## 流程和規定

### 設立 COVID-19 新型冠狀病毒衛生及安全流程

- 指派一名 **COVID-19 新型冠狀病毒聯絡員** 作為每個場地的單一聯絡人，負責處理該場地關於病毒接觸等方面的問題和疑慮。此人亦會擔任與三藩市公共衛生局聯絡的聯絡員。
- 制定一個方案說明您的計劃將遵循本指引內有關 COVID-19 新型冠狀病毒的相關的公共衛生局指引或指令，包括《2020-14 號指引》，關於針對兒童及青少年計劃，請瀏覽 <https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus-health-directives.asp>。
  - 定期更新您的計劃，以符合 COVID-19 新型冠狀病毒指引及本地傳播的變化。
  - 與您的員工、他們的家庭及其他社區人士分享您的計劃。
- 因應以下情況為您的學校或計劃所將採取的行動制定書面規定：您的計劃中有人接觸過 COVID-19 新型冠狀病毒、出現 COVID-19 新型冠狀病毒症狀或者 COVID-19 新型冠狀病毒檢測呈陽性。請參照 [SFDPH's Guide to COVID-19 Infections, Symptoms and Exposures at Schools and Programs for Children](#) 《三藩市公共衛生局 (SFDPH) 針對學校及兒童計劃出現 COVID-19 新型冠狀病毒感染、症狀和接觸指引》。
- 僱主必須遵守加州職業安全及健康管理局 (California Occupational Safety and Health Administration, Cal/OSHA) COVID-19 新型冠狀病毒預防緊急臨時標準 (Prevention Emergency Temporary Standards)，網址為 <https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/ETS.html>
- 持有執照的託兒服務提供者還必須遵守加州社會服務署 (California Department of Social Services, CDSS) 和社區護理牌照頒發科 (Community Care Licensing Division, CCLD) 之提供者資訊通知中的規定。
- 切勿因為兒童及青少年患有可能會令他們增加患上嚴重 COVID-19 新型冠狀病毒風險的疾病而不允許他們參加計劃。請讓孩子的醫療團隊及家人來決定兒童參加計劃是否安全。

### 標誌規定

計劃必須張貼下列標誌：

- [預防COVID-19新冠病毒的最佳防護措施](#)  
張貼於所有公共入口處位置。
- [三藩市疫苗齊接種！](#)  
張貼於員工休息室和其他員工區域。

您可以在網址[sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19](https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19)上找到不同大小和顏色的標誌。該輔助資訊文件集還包含關於COVID-19新型冠狀病毒的各種標誌、海報和基本概況。

## 預防COVID-19新型冠狀病毒傳播的策略

鼓勵接種COVID-19新型冠狀病毒疫苗。

- 鼓勵員工、義工、達到接種疫苗年齡的兒童和家庭成員接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗。
- **限制未完全接種疫苗的非必要訪客**，包括義工與涉及外部團體的活動。

什麼情況下代表完全接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗？

接種第二劑Pfizer-BioNTech疫苗或 Moderna疫苗，或是一劑Johnson & Johnson疫苗後至少兩星期，即代表完全接種COVID-19新型冠狀病毒疫苗。

在室內佩戴口罩。

口罩可以在呼吸道飛沫進入空氣傳播病毒之前將飛沫和懸浮微粒攔截，從而預防病毒傳播。這是在室內空間的基本預防策略。

- 所有24個月及以上的人士，即使他們已完全接種COVID-19新型冠狀病毒疫苗，在室內均必須佩戴口罩。制定一個執行口罩令的流程。**即使在沒有兒童和青少年在場的情況下，職員及義工必須佩戴口罩。**
- 口罩必須貼面並且遮掩口鼻。不允許使用圍巾或其他寬鬆的面罩等代替。口罩不能有活氣門。
- 儲備足夠口罩供給忘記攜帶口罩的人員。
- 在戶外時不需要佩戴口罩。當不屬於同住家庭的人群聚集而又無法保持社交距離時，建議佩戴口罩，例如：比賽中坐在後備席的運動員或觀眾席上的觀眾。
  - 確保炎熱天氣下佩戴口罩的兒童不會感到過熱。

### 口罩豁免

- 未滿 24 個月的兒童由於有窒息的風險，因此不得佩戴口罩。
- 昏迷、睡著或無法獨立脫下口罩的人士。
- 當參與以下活動時：
  - 水上運動，例如：參加游泳、水球或跳水運動在水中的人員。當參加者離開水中時，必須佩戴口罩。
  - 摔角或其他武術運動等由於比賽中不能佩戴口罩的運動。參加者不是正在進行比賽時，必須佩戴口罩。
  - 啦啦隊或體操比賽中，由於在翻滾或空翻動作中有阻礙視野的風險，無須佩戴口罩。其餘時間參加者必須佩戴口罩。

- 管樂器(木管樂器、銅管樂器)演奏時，無論是否佩戴改良式口罩(特殊隱藏開口口罩)也可使用喇叭口保護罩。只要情況允許，建議吹奏者之間至少保持 3 英尺距離。
- 上述沒有提到的其他室內運動，已經完成疫苗接種的運動員也可在練習時脫下口罩，條件是：
  - 團隊或班內所有的成員，包括教練、助理及其他職員已經全部完成疫苗接種，及
  - 隊內沒有成員因醫療或宗教原因豁免接種疫苗，及
  - 在賽季中，此隊伍成員保持穩定並會定期見面(不包括一日活動、項目或練習)，及
  - 沒有客人、觀眾或在比賽及練習過程中沒有其他人使用場館。
- 當在與其他隊伍或組比賽時必須佩戴口罩。
- 如果團隊或班內有任何成員未接種疫苗，所有人均必須時刻佩戴口罩。
- 必須核實、存檔及在衛生局要求時可以提供每一個人的疫苗接種記錄。
- 因健康原因豁免佩戴口罩，必須提供醫生、執業護士或其他從事醫療專業並持有醫生執照的人士簽署的證明或其他文件。不允許自我申報和父母申報因健康原因豁免佩戴口罩。
- 因健康原因豁免佩戴口罩，若身體情況允許，必須佩戴底部邊緣帶有垂褶的護面罩，或其它非限制性的替代措施。
- 因教學及發展的情況所限而無法佩戴口罩時，例如和幼兒溝通或其他特殊需要，如果該人士在與其他人保持距離時，可佩戴底部邊緣帶有垂褶的護面罩代替口罩。其它時間必須佩戴口罩。

若要了解可豁免此規定的例外情況，請參閱 [加州公共衛生部 \(CDPH\) 的口罩指引](#)、[加州公共衛生部 \(CDPH\) 口罩常見疑問解答](#)、[加州公共衛生部 \(CDPH\) 由過渡期幼兒班至 12 年級\(TK-12\)指引](#)、[加州公共衛生部 \(CDPH\) 學校常見疑問解答](#)，及 [三藩市 C19-07 號衛生官員指令](#)。

## 檢測

當人群有較高感染風險時，檢測是最有效的方法，例如，在接觸了新型冠狀病毒確診者後、在進行了室內運動等高風險活動後、和當社區確診率處於高水平時。當受感染風險低時，檢測則效用較低，例如，當已經完全接種疫苗、進行課室內活動等較低風險活動、和當社區確診率處於較低水平時。

- 三藩市公共衛生局規定，凡是尚未完成接種新冠疫苗，在任何地點符合口罩豁免條件的參加者和工作人員，在參與高接觸頻率的室內運動後需要接受新冠病毒檢測。這類運動包括：水球、摔角或其他近身武術。請參照 [口罩豁免](#)。
  - 必須每週進行聚合酶鏈鎖反應核酸檢測(PCR)、其他核酸擴增檢測(NAAT)或抗原檢測(Antigen)。
  - 拒絕進行檢測的人士不能參與運動。
  - 未接種新冠病毒疫苗人士必須簽署檢測結果共享同意書，表示同意將檢測結果共享給學校或計劃，或承諾在得到陽性或無法確定的檢測結果後一小時內通知學校或計劃，陰性結果可在 24 小時內通知。



- 加州公共衛生部(CDPH)建議在學校進行的活動，對參加無法佩戴口罩的室內活動的兒童及青少年每週進行一次病毒檢測，無論參加者是否完成疫苗接種。此建議適用於所有兒童及青少年，無論是否完成接種新冠肺炎疫苗，若在學校進行室內活動而又無法佩戴口罩，必須每週進行新冠病毒檢測。此規定適用於在學校範圍內進行的所有室內計劃及活動，即使此活動不是由校方舉辦或監管。更多資訊請查閱加州公共衛生部 (CDPH)由過渡期幼兒班至 12 年級(TK-12)指引(CDPH K-12 Schools Guidance)。學校及兒童及青少年計劃必須最遲在 2021 年 9 月 27 日，遵守關於豁免口罩的室內活動檢測要求。

### 豁免佩戴口罩的活動的檢測要求一覽表

活動	非學校組織活動	在學校範圍內，或活動由學校組織或監管(包括課外活動)
低或中等接觸風險室內活動： <ul style="list-style-type: none"> <li>游泳及跳水；</li> <li>啦啦隊或體操競技，當無法佩戴口罩時；</li> <li>吹奏管樂器，當無法保持3呎距離，並且沒有佩戴特殊隱藏開口口罩或使用喇叭口保護罩時。</li> </ul>	不需要	所有未完全接種疫苗的參加者、職員和義工必須每週至少進行一次新冠病毒檢測(核酸檢測PRC或NAAT或抗原檢測antigen)。
高接觸風險室內活動： <ul style="list-style-type: none"> <li>水球；</li> <li>摔角，當無法佩戴口罩時；</li> <li>近身的武術運動，當無法佩戴口罩的情況下。</li> </ul>	所有未完全接種疫苗的參加者、職員和義工必須每週至少進行一次新冠病毒檢測(核酸檢測PRC或NAAT或抗原檢測antigen)。	所有未完全接種疫苗的參加者、職員和義工必須每週至少進行一次新冠病毒檢測(核酸檢測PRC或NAAT或抗原檢測antigen)。

### 改善通風和使用戶外空間。

增加戶外至室內的空氣流通，以透過用戶外空氣來「稀釋/淡化」任何在空氣中具有傳染性的呼吸道飛沫，從而降低感染風險。在戶外的感染風險會是更低。

#### 戶外空間

- 儘可能多在戶外活動，尤其是在吃零食/用餐和運動時。
- 戶外建築應符合三藩市公共衛生局戶外建築通風指引，網址為 <https://www.sfdph.org/dph/files/ig/Guidance-Shared-Outdoor-Spaces.pdf>。

#### 室內空間

良好的通風系統能夠透過將新鮮空氣引入室內和/或從空氣中過濾去除飛沫來減少空氣中的呼吸道飛沫的數量。這是防止COVID-19新型冠狀病毒傳播的另一項重要措施。

三藩市公共衛生局

2021年12月10日更新。網址為<https://sfcdcp.org/school>

當發生山火或空氣質素不佳時，優先保持室內的空氣質素。即使您需要在這些時期關閉窗戶或減少通風系統的戶外空氣進氣量，您的計劃也可以保持開放。繼續實行其他預防措施，尤其是佩戴口罩。便攜式空氣淨化器（帶有高效微粒空氣過濾器 (High Efficiency Particle Air, HEPA)）可能會有幫助。

查閱[加州公共衛生局通風指引](#)。一般建議包括：

- 在衛生及安全允許的情況下，打開窗戶以增加戶外空氣的自然通風到室內。考慮也將房門稍微打開，以促進戶外空氣在室內空間流通。
- 如果打開窗戶可能會有導致兒童失足跌落的危險，請使用窗戶鎖以防止窗戶打開超過4英寸的闊度，或使用其他安全裝置以預防兒童意外失足跌落。
- 請勿撐開或用門楔楔住防火門。並繼續遵循消防和建築物安全規定。
- 如果您的建築物有HVAC（暖氣、流通及空氣調節）系統（亦稱為機械通風、強制空調或中央空調）
  - 請讓專業人檢查您的HVAC（暖氣、流通及空氣調節）系統以確保其可以正常運作。
  - 打開引入戶外空氣風門和關閉再循環空氣風門（「節約能源系統」）。這將儘量加大HVAC（暖氣、流通及空氣調節）系統增加的戶外空氣的流量，並且儘量減少室內空氣的再循環。
  - 如果您在不減少空氣流通或損壞暖氣、流通及空氣調節(HVAC)系統的情況下，可以使用效能更高的空氣過濾器，請使用等級為最小效能報告值 (Minimum Efficiency Reporting Value, MERV) 13或更高等級的空氣過濾器。
  - 停止使用「按需求控制通風量」的功能，以使風扇在房間不需要加熱或冷卻的情況下保持運轉。
  - 如果您的HVAC（暖氣、流通及空氣調節）系統具備有定時控制功能，請將系統設置為至少在建築物開放前1至2小時的時間就開始運行，和運行直至所有人（包括安保人員）離開建築物後2至3小時的時間。
- 考慮使用攜帶式的空氣淨化器（「高效微粒空氣 (High-Efficiency Particulate Air, HEPA) 過濾器」）。
- 如果您的計劃在場所內使用風扇，則應調整風扇的方向，以免空氣從一個人吹往另一個人。



如需了解更多資訊，請參閱網址：

- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/ventilation.html>
- <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Interim-Guidance-for-Ventilation-Filtration-and-Air-Quality-in-Indoor-Environments.aspx>

在生病/居家症狀檢查期間留在家中。

在人們抵達後詢問他們是否有出現症狀並不能非常有效地將COVID-19新型冠狀病毒隔絕在計劃之外。告知人們在生病時留在家中更為重要。

確保員工、義工及兒童的家人了解COVID-19新型冠狀病毒的症狀。告知他們如果身體不適應該留在家中。

- 向員工、義工和兒童家屬提供 COVID-19 新型冠狀病毒症狀列表。確保他們知道一旦出現症狀則必須留在家中。學校及計劃不必確認人們每天都查看了該表格或收集對問題的回答。

三藩市公共衛生局為學生家人擬定了一份須知範本：[For Parents and Guardians: COVID-19 Symptom and Exposure Check \(致家長與監護人：COVID-19 新型冠狀病毒症狀及接觸檢查\)](#)，網址：[sfcdcp.org/school](https://sfcdcp.org/school)

- 若兒童或員工家人出現 COVID-19 新型冠狀病毒症狀，鼓勵其儘快進行檢測。這將降低將病毒傳染給學校或計劃中其他人士的風險。
- 三藩市公共衛生局並不建議進行體溫檢查。

鼓勵沒有完全接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗的員工、兒童及青少年在旅行出行後遵循美國疾病控制及預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) 指引進行[檢疫隔離和檢測](#)。

- 三藩市公共衛生局建議但並不強制要求員工和學生遵循疾病控制及預防中心關於旅行的建議，網址為 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html>
- 計劃可以要求未完全接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗的員工與學生在旅行後需等候疾病控制及預防中心所建議的檢疫隔離期結束後再返回學校。

手部衛生：遵循COVID疫情前的規定。

不再建議兒童及青少年計劃為了預防COVID-19新型冠狀病毒的傳播而進行定期消毒。物體表面不是主要的傳播途徑。

- 遵循COVID-19新型冠狀病毒疫情前的全民健康預防措施來進行手部清潔。不要求因COVID-19新型冠狀病毒而更頻繁地洗手。  
[https://cchp.ucsf.edu/sites/g/files/tkssra181/f/standardprecen020305\\_adr.pdf](https://cchp.ucsf.edu/sites/g/files/tkssra181/f/standardprecen020305_adr.pdf)
- 用肥皂洗手比使用免洗酒精搓手液更有效。如果人們方便在水池邊用肥皂和水洗手，即可選擇性使用免洗酒精搓手液。
- 將免洗酒精搓手液放在幼兒接觸不到的地方並監督他們使用。
  - 加州公共衛生部 (CDPH) 不建議 24 個月以下的兒童使用免洗酒精搓手液。
  - 如果誤食了免洗酒精搓手液，請致電毒物控制 (Poison Control) 中心，電話：1-800-222-1222。



清潔和消毒：除非出現COVID-19新型冠狀病毒病例，否則遵循COVID疫情前的規定。

不再建議為兒童及青少年提供服務的計劃為了預防COVID-19新型冠狀病毒的傳播而進行定期消毒。被污染的表面不被認為是主要的傳播途徑。

- 每日清潔經常觸摸的表面一次。
- 紙質物品（例如書本和雜誌）在使用之前和之後不需要進行清潔。
- 戶外遊樂場無需在不同群組使用前後進行清潔和消毒。

只有當某個設施在過去 24 小時內曾有 COVID-19 新型冠狀病毒患者在場，才建議進行額外消毒；請對此人在此期間佔用的空間進行清潔和消毒。如需了解更多資訊，請參閱網址

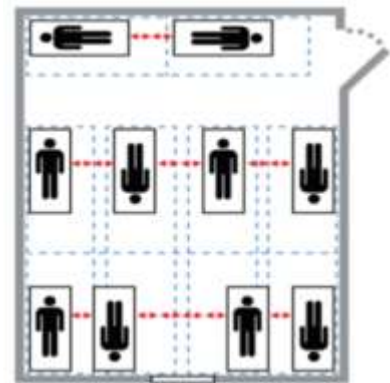
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>

無須保持身體距離。

保持身體距離可減低來自呼吸道飛沫感染COVID-19新型冠狀病毒的風險。當人們佩戴口罩且社區傳播率較低時，保持身體距離的重要性會減低。

不再要求保持身體距離，除非在室內吹奏管樂器(學生每週進行檢測的情況可例外)。如果會限制全員參與，則三藩市公共衛生局不建議保持身體距離。選擇利用保持身體距離來進一步降低COVID-19新型冠狀病毒風險的計劃應該：

- 優先考慮全員參與，而非保持身體距離。
- 幼兒之間保持身體距離應與他們的年齡階段的兒童發展和社交情緒需要保持平衡。
- 考慮在高風險活動中策略性地保持身體距離，而非全天保持距離，例如：
  - 在跳舞、運動或唱歌時。
  - 當尚未接種疫苗的兒童沒有佩戴口罩的情況下，例如用餐和午睡時。
  - 在午睡期間讓兒童的頭部位置正對著其他人的腳部位置（請參閱圖解）。
- 在許多情況下，將高風險活動移到戶外比在室內保持距離更能降低 COVID-19 新型冠狀病毒的風險。



不要求劃分群組。

群組是一個小規模的固定團體，此團體每天的組成人士都會是同一批員工和兒童。讓人們在一個群組中活動，透過限制與他們互動的人數，而降低他們接觸病毒的風險。當社區傳播率較低時，此舉措的重要性會降低。

如果會限制全員參與，則三藩市公共衛生局不建議進行劃分群組。計劃應優先考慮全員參與，而非嚴格劃分群組。

- 員工和義工可以為一個以上的群組工作。
- 兒童每天可以參加一個以上的群組。

例如，一名兒童可以在一天的大部分時間與一個常規群組在一起，在下午也可參加烹飪選修課，以及選擇美術和手工藝、舞蹈或體育等課程。

- 允許提供單日計劃以及不用預約就可以參加的計劃。計劃可以在任何時候增收新的兒童及青少年。
- 團體的最多人數不予設限。
- 計劃可考慮通過指定座位、記錄低每次用餐及零食時間內誰相鄰而坐或採取其他方法確定每日哪些學童距離少於 6 呎。

## 運動、舞蹈、管樂器、唱歌及其他相關活動

運動、舞蹈及其他包括唱歌、吟詠、高聲談話及吹奏管樂器屬於感染新型冠狀病毒的高風險活動，因為在進行活動時，參加者需要吸入更多空氣並且用力吹出氣體。而在室內比室外風險更高，沒有佩戴口罩亦增加風險。

- 允許室外進行此類活動。
- 室內必須佩戴口罩，在口罩豁免中列明的活動除外。

### 符合口罩豁免的室內活動檢測。

- 若符合口罩豁免規定，允許在室內舉行活動，但或進行定期檢測(查閱檢測)。
- 只要符合以下其中一項，則可在室內吹奏管樂器：
  - 覆蓋有喇叭口保護罩並且保持 3 呎身距，或
  - 對所有參加者進行新冠病毒檢測(查閱檢測)。

### 報告及通知新冠病毒確診病例。

學校、計劃及活動策劃者必須：

1. 在檢測陽性結果後一小時內通知三藩市公共衛生局(SFDPH)，無論是在現場檢測或團隊、組織者被通知。
2. 在一個工作日內，確定及通知新冠肺炎確診者的密切接觸者，包括**其他團隊和裁判**。
3. 若被其他團隊通知出現確診病例，確定及通知本隊的密切接觸者，並且三藩市公共衛生局出現新冠病毒確診接觸，發送至郵箱 [cases.schools@sfdph.org](mailto:cases.schools@sfdph.org)。
4. 聯賽和巡迴賽等多個隊伍進行比賽的活動必須建立在比賽期間出現新冠肺炎病例後，通知其他隊伍及裁判的程序。

### 在高風險活動中，採取額外步驟以降低新冠病毒傳播風險。

執行室內佩戴口罩令：

- 對義工、觀眾、參加者及職員執行口罩令。

- 在室內比賽及表演中，根據 [CDPH Guidance for the Use of Face Coverings](#) 加州公共衛生部 (CDPH) 的口罩指引及 [三藩市衛生指令](#)，必須佩戴口罩。
- 當不同家庭之間無法或不可能保持距離時，建議在室外佩戴口罩，例如，後備運動員或觀眾席上的觀眾。

強烈建議或要求接種新冠肺炎疫苗。

*強烈建議所有符合接種資格的參加者、義工及職員接種新冠肺炎疫苗。*

*當聯盟內所有人都完成疫苗接種後，可大大降低隊員或隊伍之間傳播病毒的風險，並且可保護隊員重症、住院或死亡的風險。同時也可降低隊伍活動被擾亂風險，因為若新冠肺炎確診病例的密切接觸者已經完成疫苗接種無須進行隔離。*

- 鼓勵聯盟、隊伍和巡迴賽/活動要求所有符合資格的參加者及工作人員完全接種新冠肺炎疫苗。
- 根據 [CDC Guidance for COVID-19 Prevention in Schools](#) 疾病控制及預防中心(CDC)學校內預防新冠病毒 COVID-19 指引，當傳播較高，除非所有參加者完全接種疫苗，否則考慮建議高風險的運動和課外活動。

在情況允許下，將高風險活動移至室外舉行。

- 鍛煉、體能訓練或訓練，包括訓練及比賽
- 啦啦隊、特技啦啦隊、儀仗隊等
- 管樂演奏
- 合唱、或任何歌唱
- 戲劇和舞蹈

在場外預防 COVID-19 新冠病毒傳播。

- 提醒參加者及家庭，新冠病毒的傳播通常發生在場外，尤其是當不同群組降低警惕，脫下口罩共同聚餐及交際的情況下(賽後聚會、更衣室、共乘車)。
- 由於擁擠及通風差的原因，更衣室屬於高風險場所。
  - 盡可能要求運動員著裝後到場。
  - 限制更衣室僅用於更衣或使用洗手間。不要在更衣室內進行教練賽前、半場和賽後訓話。
  - 避免不同隊伍同時使用更衣室。
  - 確保在更衣室內佩戴口罩。
  - 考慮關閉淋浴間，原因是淋浴中無法佩戴口罩，並且可以縮短留在更衣室內時間。
- 當共享交通工具時遵守 [下列共享交通工具指引](#)

旅行。

- 當過夜旅行時，情況允許下，應安排來自不同家庭的隊員睡在不同的房間，或安排同一組隊員入住同一間房間。當進入其他隊員的酒店房內必須佩戴口罩。

- 極度不鼓勵和其他隊伍交際。
- 建議到訪外州或灣區外地區的隊伍，返程後遵循疾病控制及預防中心(CDC)建議進行旅行後隔離。

## 具體情況

### 交通運輸

由於車輛內是封閉的狹小空間，而且是沒有辦法保持身體距離的空間，因此具有較高的COVID-19 新型冠狀病毒傳播風險。而與共乘車輛相比，騎自行車和步行的感染風險會較低。

- 共乘車及共享車：
  - 告知員工和家庭嘗試與固定的一群人共乘一輛車。
  - 打開車窗，把風扇調至高，設置成外循環。
  - 將車輛視為室內空間：車內的每個人均應佩戴口罩。
- 公車及廂型車：
  - 包括司機在內的所有乘坐公車的人士都必須佩戴口罩。公車的司機應該隨身攜帶備用口罩，以供忘記佩戴口罩的兒童或青少年使用。
  - 其他家庭若有人尚未接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗，應對其儘可能保持距離。
  - 在天氣和安全允許的情況下，使車窗保持打開的狀態。
  - 把風扇調至高，設置成外循環。
  - 若使用多於一輛車，例如運動隊，確保每次都是相同隊員乘坐同一輛車，並且安排本來已有互動的隊員在同一輛車(例如正式隊員和後備隊員，進攻和防守分開)。
  - 只有在患有 COVID-19 新型冠狀病毒的人士在過去 24 小時內使用過該輛巴士的情況下，才需要進行針對 COVID-19 新型冠狀病毒的消毒。
  - 您不需要在乘客上車前詢問他們有關症狀和病毒接觸的情況。
- 結伴步行上學小組：
  - 優先考慮行人安全。
  - 保存每天參加結伴步行上學小組的員工和兒童的記錄。
  - 步行繩等戶外裝備不需要額外的清潔。相反地，請讓兒童和員工在接觸該裝備前洗手或進行手部消毒。
- 公共交通：
  - 三藩市的公共衛生命令、加州公共衛生部與美國疾病控制及預防中心要求所有人在搭乘公共交通工具，或在站內時（火車站、地鐵站）必須佩戴口罩，即使已完全接種疫苗也同樣如此。

## 餐飲和茶點

一起進食是造成COVID-19新型冠狀病毒傳播的高風險行為，因為人們必須摘下口罩才能用餐。兒童經常用手吃飯，而且人們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，這進一步增加了傳播的風險，特別是在他們必須大聲說話才會被聽到的情況下。

- 在空間和天氣允許的情況下，請在戶外用餐。
- 用餐的時候，尚未接種疫苗的兒童應與其他人保持距離。例如，計劃可以移動桌子或使用姓名卡片，以在兒童之間隔開足夠的距離。
- 允許以合菜方式用餐。餐食不需要獨立裝盤或包裝。
- 考慮午餐先是從安靜用餐開始，餐後才是談話時間，以防止在脫下口罩時說話。

## 常見問題與解答：允許的活動

- 家長和看護者可以進入建築物進行接送，即便他們還沒有完全接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗。
- 治療師如果不是僱員，但他們是在計劃現場直接為兒童提供服務（例如應用行為分析 [Applied Behavior Analysis, ABA] 提供者、職業治療師和物理治療師），應允許他們提供服務。還應允許醫療保健提供者在現場進行視力、聽力和牙科篩查。
- 允許舉行節日、表演及其他全家參與的活動、參觀活動，及開放日活動。請記錄所有參加的人士。如果活動、參觀活動或開放日活動的參與人士之中，有人在未來檢測 COVID-19 新型冠狀病毒的結果是陽性，留下記錄會有助於追查。
- 可以使用飲水器。
- 兒童和青少年可以共用玩具、電腦、書本、遊戲、遊樂區和地毯。
- 允許以合菜方式用餐。
- 允許為兒童刷牙。美國疾病控制及預防中心建議涉及刷牙的員工必須完全接種 COVID-19 新型冠狀病毒疫苗。
- 校外考察的所有限制已取消。您可以進行戶外或室內的校外考察。您可以使用共享車輛或公共交通工具。在進行校外考察時，學生、員工與義工都必須佩戴口罩。
- 您可以恢復消防演習。
- 只要遵循[市府指引](#)，您可以舉辦大型的活動，例如聚集及舞蹈等。若主辦大型活動，關於如何降低病毒傳播風險，請遵循 [CDPH 加州公共衛生局建議](#)；例如，凡符合資格的所有參加者均須完成疫苗接種、盡可能在室外舉行活動、制定如何通知密切接觸者的方案等。



## 當有人出現COVID-19新型冠狀病毒症狀或感染或接觸COVID-19新型冠狀病毒時，該怎麼辦？

### 當員工、兒童或青少年在參與計劃期間出現症狀時：

- 若現場能夠進行快速抗原(antigen)檢測，對出現症狀人士提供檢測。
  - 若檢測結果呈陰性，則此人士若身體情況允許，可繼續留在學校或計劃內而無需再進行核酸檢測(PCR/NAAT)核實結果。
  - 若檢測結果呈陽性，則遵從《[Guide to COVID-19 Infections, Symptoms and Exposures at Schools and Programs for Children](#) 學校及兒童計劃 COVID-19 新型冠狀病毒感染、症狀及接觸指引》的指示。
- 若現場無法進行快速抗原(antigen)檢測，或出現症狀人士或家長拒絕進行檢測，
  - 員工必須儘快通知他們的上司並立刻離開工作崗位。
  - 讓患病的兒童及青少年回家。讓等待接送的兒童留在指定的隔離空間。請確保他們一直佩戴口罩。
- 當家長或監護人來接兒童時，請儘可能讓兒童走到外面與他們碰面，而不是讓家長或監護人進入建築物內。家長或監護人也有可能感染了 COVID-19 新型冠狀病毒，因為兒童大多是透過家中尚未接種疫苗的成年人而感染病毒。

### 當出現COVID-19新型冠狀病毒確診、症狀或接觸報告

- 請參閱附有[翻譯](#)的[指引](#)以了解如果您的學校出現 COVID-19 新型冠狀病毒確診病例，COVID-19 新型冠狀病毒感染症狀，或與 COVID-19 新型冠狀病毒患者有密切接觸時應採行的措施。
- 您必須通過 [cases.schools@sfdph.org](mailto:cases.schools@sfdph.org) 向三藩市公共衛生局報告 COVID-19 新型冠狀病毒病例，三藩市公共衛生局職員將和學校及托兒計劃取得聯繫進行個案管理並且提供下一步處理的建議，包括檢疫隔離、隔離及爆發管理。

### 在出現 COVID-19 新型冠狀病毒症狀、接觸或檢測呈陽性後返回學校或計劃

請參閱三藩市公共衛生局關於兒童及青少年返回計劃所在地的準則，網址：

<https://sfdph.org/dph/COVID-19/Schools-Returning.asp>

## 資料來源

### 三藩市公共衛生局 (SFDPH)

- 三藩市公共衛生局學校及託兒中心提供的COVID-19新型冠狀病毒諮詢及指引，致電 (628) 217-7499或發送電子郵件至電郵地址[Cases.schools@sfdph.org](mailto:Cases.schools@sfdph.org)
- 為公眾（包括僱主）提供的COVID-19新型冠狀病毒指引，網址：<https://sfcdcp.org/covid19>
- 為兒童及青少年計劃提供的COVID-19新型冠狀病毒指引，網址：<https://sfcdcp.org/school>
  - [《學校及兒童計劃中出現COVID-19新型冠狀病毒感染、症狀及接觸指引》](https://www.sfdph.org/dph/covid-19/schools-isolation-and-quarantine.asp)，網址：<https://www.sfdph.org/dph/covid-19/schools-isolation-and-quarantine.asp>
  - 「[Parent and Caregiver Handout: COVID19 Symptom and Exposure Check/Returning to School after Symptoms](#)」（家長和看護者手冊：[COVID19新型冠狀病毒症狀和接觸檢查/出現症狀過後返回學校](#)）
- Outreach Toolkit for Coronavirus（為新型冠狀病毒提供的外展輔助資訊文件集）。網址：<https://sf.gov/resource/2021/covid-19-outreach-toolkit>

### 加州公共衛生部 (California Department of Public Health, CDPH)

- 「[Guidance: for Child Care Providers and Programs](#)」（指引：託兒計劃服務提供者和託兒計劃），網址：<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Child-Care-Guidance.aspx>
- 「[Guidance for the Use of Face Coverings](#)」（口罩使用指引），網址：<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/guidance-for-face-coverings.aspx>

### 美國疾病控制及預防中心 (CDC)

- 學校和託兒計劃，網址：<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/index.html>
- 早期兒童教育/託兒計劃營運指引，網址：<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/child-care-guidance.html>

免責聲明: 如因文字翻譯理解不同, 導致內容有所出入, 應以英文版本為準。