

پروتکل بازگشایی لیگ های ورزشی جوانان و بزرگسالان

لیگ های ورزشی تفریحی: ضمیمه S

لازم الاجرا از تاریخ: 12:01 صبح شنبه، 08 می 2021

بروز رسانی های اخیر: (تغییرات با رنگ زرد مشخص شده اند)

5/8/2021

- تغییر تاریخ لازم الاجرا بلافاصله امکان برگزاری مسابقات بین تیمی با سایر تیم های کالیفرنیا فراهم شود. لغو محدودیت مرتبط با برگزاری رقابت تنها بین تیم های یک شهرستان یا شهرستان های مرزی.
- تاریخ لازم الاجرا مربوط به الزامات آزمایش دهی دوره ای کووید-19 اعضای لیگ ها/تیم های ورزشی جوانان که در ورزش های تماس متوسط و پر تماس، در رقابت های داخل سالن و تمرینات تماس شرکت می کنند، تا روز سه شنبه، 11 می 2021 برقرار است.
- تصحیح چهارمین بولت زیر: در تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفه ای گنجایش محل باید به 50٪ ظرفیت محدود شود و باید مطابق با پروتکل بازگشایی باشگاه ها و مجموعه های بدنسازی: ضمیمه A باشند.
- حضور ناظران و تماشاگران در ورزش های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، مطابق با پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده مجاز است.
- شفاف سازی الزامات مربوط به تورنمنت های چند تیمی، نشست ها یا رویدادهایی که در داخل شهرستان لس آنجلس برگزار می شوند، در مقایسه با رویدادهایی که در خارج شهرستان لس آنجلس برگزار می شوند.

5/7/2021

- لیگ ها/تیم های ورزشی تماس متوسط و پر تماس که در مسابقات داخل سالن شرکت می کنند و تمرینات تماسی دارند باید همچنان به الزامات تکمیلی وضع شده بر ورزش های دانشگاهی پایبند باشند. الزامات نامبرده در راهنمای مؤسسه ورزشی عالی کالیفرنیا، مورخ 30 سپتامبر 2020، تشریح شده اند.
- به دلیل افزایش احتمال انتقال بیماری بین تیم های ورزشی، برای فضای باز تماس متوسط و پر تماس، انجام آزمایش اکیداً توصیه می شود.
- در محل برگزاری مسابقات ورزش های تفریحی جوانان و بزرگسالان در فضای باز، برای فروش تنقلات بوفه ای باید از الزامات مربوط به مواد غذایی تبعیت شود. این الزامات در پروتکل رویدادها و اجراهای زنده (در فضای سرپوشیده و بصورت نشسته) درج شده اند.
- در ورزش های داخل سالن، ظرفیت اماکن ورزشی سرپوشیده باید با توجه به اساسنامه ساختمان یا آیین نامه آتش حریق، به 50٪ محدود شود.

کووید-19 همچنان عامل ایجاد خطری شگرف برای جوامع بوده و کلیه افراد ملزم هستند اقدامات پیشگیرانه را رعایت کرده و در راستای کاهش خطر شیوع بیماری، عملیات ها و فعالیت های خود را اصلاح نمایند. راهنمای فعالیت های سازمان یافته مرتبط با ورزش های تفریحی جوانان و بزرگسالان در این پروتکل ارائه شده تا خطر گسترش کووید-19 حین شرکت در چنین ورزش هایی کاهش یابد. شرایط زیر مختص برنامه های ورزشی تفریحی جوانان و بزرگسالان است («ورزش های تفریحی») که بنا بر فرمان افسر بهداشت اداره بهداشت عمومی ایالت، مجاز به بازگشایی هستند. علاوه بر شروط اعمال شده بر این برنامه ها توسط افسر اداره بهداشت عمومی ایالتی، این نوع برنامه ها همچنین باید از شروط عنوان شده در این چک لیست در خصوص ورزش های تفریحی جوانان و بزرگسالان، پیروی نماید. در راستای مباحث این پروتکل، تعریف ورزش جوانان، فعالیت های ورزشی سازمان یافته یا لیگ هایی می باشد که برای افراد 18 ساله و جوان تر تشکیل شده است.

توجه داشته باشید که این پروتکل در مورد لیگ های سازمان یافته ورزش های تفریحی جوانان و بزرگسالان، باشگاه های ورزشی، سفرهای ورزشی، رویدادها/اجتماعات/مسابقات ورزشی و ورزش های تحت حمایت مدارس خصوصی و دولتی خدمت رسان به دانش آموزان مدارس TK-12، اعمال می شود. این پروتکل بر ورزش های دانشگاهی یا حرفه ای یا رویدادهای اجتماعی همچون ماراتون ها، نیمه ماراتون ها و مسابقات استقامتی اطلاق پذیر نیست. این رویدادها باید از پروتکل این شهرستان برای رویدادهای ورزشی همگانی تبعیت کنند.

از سرگیری تمرینات آماده سازی جسمانی، تمرین، مهارت سازی و تمرینات حرفه ای و برگزاری تمام مسابقات ورزش های تفریحی جوانان و بزرگسالان داخل و خارج سالن، مطابق با راهنمای ایالتی و پروتکل پیش رو مجاز است. اکیداً توصیه می شود تمامی فعالیت های ورزشی در فضای باز و جایی که خطر شیوع بیماری در آن کمتر است، انجام شوند.

در صورت پایبندی تیم به الزامات تکمیلی وضع شده بر ورزش‌های دانشگاهی، ورزش‌های تفریحی جوانان تماس متوسط و پر تماس داخل سالن، مجازند برگزاری مسابقات و تمرینات تماسی را از سرگیرند که از جمله آن می‌توان به تمرینات آماده‌سازی جسمانی، مهارت سازی، تمرینات حرفه‌ای، تمرینات تماسی و برگزاری مسابقات اشاره نمود. لازم به ذکر است که الزامات نامبرده در راهنمای مؤسسات آموزش عالی کالیفرنیا، مورخ 30 سپتامبر 2020، عنوان شده و با الزامات مندرج در این پروتکل منطبق است. الزامات ورزش‌های دانشگاهی برای هر مجموعه عبارتند از آزمایش‌دهی منظم، اجرای طرح بازگشت ایمن به بازی و طرح ایمنی مکان محور. چنانچه مسابقات و تمرینات تماسی فقط در فضای باز برگزار شوند، در این صورت الزامات تکمیلی مربوط به ورزش‌های دانشگاهی اعمال نمی‌شوند. انجام تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفه‌ای داخل سالن باید کماکان با پروتکل بازگشایی باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه L مطابقت داشته باشد: حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های فضای باز جوانان و بزرگسالان، مطابق با پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای باز مجاز است. حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، مطابق با پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده مجاز است. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات اطلاق پذیر پروتکل پیش‌رو را بررسی و اجرا کنید.

خطر شیوع کووید-19 از فرد آلوده به کسانی که کاملاً واکسینه نیستند، حتی اگر حال فرد مبتلا مساعد باشد، از عوامل زیر تأثیر می‌پذیرد:

- این خطر در فضای سرپوشیده به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش می‌یابد.
- با نپوشیدن ماسک بصورت صحیح و مستمر و رعایت نکردن فاصله گذاری فیزیکی، خطر انتقال افزایش می‌یابد.
- زیاد شدن تماس میان شرکت کنندگان، تماس نزدیک (به ویژه تماس چهره به چهره) و تعداد دفعات و مجموع مدت زمان تماس نزدیک، خطر انتقال ذرات تنفسی بین شرکت کنندگان را افزایش می‌دهد.
- با شدیدتر شدن فعالیت فیزیکی، خطر انتقال افزایش می‌یابد؛ شدیدتر شدن فعالیت فیزیکی سرعت و حجم هوای تنفس شده را در هر دم و بازدم بیشتر می‌کند.
- خطر انتقال با ترکیب شدن گروه‌ها هم گروهی‌ها به ویژه در جوامع مختلف (در طول یا خارج از بازی‌های ورزشی) افزایش می‌یابد؛ اختلاط با افراد بیشتر سبب می‌شود خطر حضور فرد آلوده در میان جمع افزایش یابد.

ورزش‌های تفریحی بر اساس میزان تماس و خطر انتقال در جدول زیر دسته بندی شده‌اند. فعالیت‌های فضای باز که امکان پوشیدن ماسک و برقراری فاصله گذاری فیزیکی را برای تمامی افراد فراهم می‌سازند، خطر کمتری در مقایسه با فعالیت‌های فضای سرپوشیده دارند که مستلزم تماس نزدیک بین شرکت کنندگان و فعالیت فیزیکی شدید هستند که این امر باعث افزایش پخش قطره‌های تنفسی و ذراتی می‌شود که امکان استفاده مداوم از ماسک را محدود می‌کنند. برگزاری رقابت میان تیم‌های مختلف و شرکت کنندگان متعدد نیز باعث افزایش ترکیب افراد، تعامل میان گروه‌ها و جوامع خارجی می‌شود که این امر نیز در شیوع احتمالی کووید-19 دخیل خواهد بود. در وضعیت فعلی، برگزاری هرگونه تورنمنت یا رویداد با شرکت بیش از دو تیم مجاز نمی‌باشد.

لطفاً در نظر داشته باشید که فهرست مندرج در جدول ۱ زیر جامع نیست بلکه مثالی از ورزش‌هایی با میزان تماس مختلف در آن ذکر شده تا بدین وسیله میزان خطر و سطح مناسب سایر ورزش‌ها را بتوان با استفاده از آن ارزیابی نمود. توجه داشته باشید تمام ورزشهایی که در سطوح پایین‌تر (کم خطر تر) مجاز هستند در سطوح بالاتر (پر خطر تر) نیز مجاز تلقی می‌شوند.

در پروتکل‌های پیش رو، اصطلاح «خانوار» به معنای «افراد است که در یک واحد مسکونی با یکدیگر زندگی می‌کنند» و شامل طریقه زندگی گروهی سازمانی مانند خوابگاه، خوابگاه انجمن‌های برادری، خوابگاه انجمن‌های خواهری، صومعه، خانقاه راهبان، یا مراکز مراقبتی مسکونی، یا تشکیلات مسکونی تجاری مانند مهمانخانه‌های شبانه روزی، هتل‌ها یا متل‌ها نمی‌شود.¹ واژه‌های «کارکنان» و «کارمندان» شامل مربیان، کارمندان، کارکنان پشتیبان، داوطلبان، کارورزان و کارآموزان، پژوهشگران و تمام افراد دیگریست که در محل مذکور کار می‌کنند یا به انجام فعالیت‌های مربوط به ورزش‌های تفریحی مشغول هستند. واژه «شرکت کنندگان»، «اعضای خانواده»، «مراجعان» یا «مشتریان» باید به گونه‌ای استنتاج شود که عموم افراد و سایر کسانی که جزو کارکنان یا کارمندان نیستند و زمان خود را در کسب و کار یا محل مربوطه صرف یا در فعالیت‌ها شرکت می‌کنند را نیز در برگیرد. واژه‌های «مجموعه/تسهیلات»، «محل» و «مرکز» هر دو به ساختمان، محوطه و همچنین هر ساختمان یا مستغلات مجاور اشاره دارند که در آن فعالیت‌های مجاز صورت می‌پذیرد. مقصود از «LACDPH» یا «اداره بهداشت عمومی»، «اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس» می‌باشد.

¹ آیین نامه شهرستان لس آنجلس، سر فصل 22. §22.14.060 - F (فرمان 1، 2019 § 1، 2019-0004)

https://library.municode.com/ca/los_angeles_county/codes/code_of_ordinances?nodeId=TIT22PLZO_DIV2DE_CH22_14DE_22.14.060F



در راستای مباحث این پروتکل، افراد زمانی در برابر کووید-19² «کاملاً واکسینه» تلقی می‌شوند که:

- ۲ هفته یا بیشتر از دریافت دوز دوم از سری واکسن 2-نوبتی کووید-19، مانند Moderna یا Pfizer، سپری شده باشد، یا
- ۲ هفته یا بیشتر از دریافت واکسن تک-دوزی کووید-19، مانند Johnson & Johnson (J&J)/Janssen، سپری شده باشد.

جدول 1: ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان که در سطح کنونی شهرستان مجاز هستند³

سطح گسترده (بنفش)	سطح کلان (قرمز)	سطح متوسط (نارنجی)	سطح کمینه (زرد)
ورزش‌های فضای باز و کم‌تماس: - تیراندازی با کمان - بدمیتون (تک نفره) - گروه نوازندگان - دوچرخه سواری - بوچه - گرن هُل - دو صحرانوردی - رقص (بدون تماس) - گلف دیسک - گروه درام - مسابقات سوارکاری (شامل رودیو) که در آن واحد تنها یک سوارکار در انجام آن مشارکت دارد) - گلف - پاتیناژ و اسکیت سواری (بدون تماس) - بولینگ چمنی - هنرهای رزمی (بدون تماس) - آمادگی جسمانی (مانند یوگا، زومبا، تای چی) - پیکلبال (تک نفره) - روئینگ/کرو (با 1 نفر) - دو - شافل بورد - تیراندازی اسکیت - اسکی و استنوبردسواری - پاچيله	ورزش‌های فضای باز و با تماس متوسط: - بدمیتون (دو نفره) - بیس بال - چیرلیدینگ - داژبال - هاکی روی چمن - فلگ فوتبال - ژیمناستیک - کیکبال - لاکراس (دختران/زنان) - پیکلبال (دو نفره) - چیرلیدری کنار خط - سافت بال - تنیس (دو نفره) - والیبال	ورزش‌های فضای باز و پر تماس: - بسکتبال - فوتبال - هاکی روی یخ - لاکراس (پسران/مردان) - راگبی - روئینگ/کرو (با 2 نفر یا بیشتر) - ساکر - واترپلو ورزش‌های فضای سرپوشیده و کم‌تماس: - بدمیتون (تک نفره) - بولینگ - کرلینگ - رقص (بدون تماس) - ژیمناستیک - پاتیناژ (تک نفره) - آمادگی جسمانی - پیکلبال (تک نفره) - شنا و غواصی - تنیس (تک نفره) - دو و میدانی	ورزش‌های فضای سرپوشیده و با تماس متوسط: - بدمیتون (دو نفره) - چیرلیدینگ - رقص (تماس مقطعی) - داژبال - کیکبال - پیکلبال (دو نفره) - راکتبال - چیرلیدری کنار خط - اسکواش - تنیس (دو نفره) - والیبال ورزش‌های فضای سرپوشیده و پر تماس: - بسکتبال - بوکس - هاکی روی یخ - پاتیناژ (دو نفره) - هنرهای رزمی - تولر دربی - ساکر - واترپلو - کشتی

² آن دسته از واکسن‌های کووید-19 دارای مجوزی که در حال حاضر از سوی سازمان غذا و دارو مجوز استفاده اضطراری دریافت کرده‌اند، مصداق مورد یاد شده هستند: واکسن‌های کووید-19 Pfizer-BioNTech، Moderna و Johnson & Johnson (J&J)/Janssen. این نکته همچنین در خصوص آن دسته از واکسن‌های کووید-19 دارای مجوزی که از سازمان جهانی بهداشت مجوز استفاده اضطراری دریافت کرده‌اند (مانند AstraZeneca/Oxford)، اطلاق پذیر است. برای اطلاعات بیشتر درباره واکسن‌های کووید-19 مورد تأیید WHO به وبسایت سازمان بهداشت جهانی مراجعه نمایید.

³ صفحه اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا برای ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان انجام پذیر در فضای باز و سرپوشیده

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>

سطح گسترده (بنفش)	سطح کلان (قرمز)	سطح متوسط (نارنجی)	سطح کمینه (زرد)
- شنا و غواصی - تنیس (تک نفره) - دو و میدانی - پیاده روی و کوه‌پیمایی			

همچنین مجریان ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان، مربیان و شرکت‌کنندگان ورزش شنا و غواصی باید به پروتکل استخرهای شنای عمومی این ایالت که مختص این گونه ورزش‌های تفریحی می‌باشد رجوع نمایند.

همچنین مجریان ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان، مربیان و شرکت‌کنندگان رشته‌های ورزشی گلف و تنیس باید به پروتکل زمین‌های گلف و زمین‌های تنیس این ایالت که ویژه این گونه ورزش‌های تفریحی می‌باشد، رجوع نمایند.

لطفاً در نظر داشته باشید: این سند ممکن است همزمان با دریافت اطلاعات و منابع تکمیلی به روز شود، بنابراین برای اطلاع از به روز رسانی‌های این سند حتماً به طور منظم وب‌سایت شهرستان لس آنجلس به نشانی <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus> را بررسی نمایید.

این چک لیست مؤلفه‌های زیر را در بر می‌گیرد:

- (1) حفاظت و حمایت از سلامت افراد
- (2) حصول اطمینان از فاصله گذاری فیزیکی مناسب
- (3) حصول اطمینان از کنترل سرایت صحیح
- (4) ارتباط با عموم مردم
- (5) تضمین دسترسی عادلانه به خدمات

با توسعه هرگونه پروتکل بازگشایی در برنامه شما، این پنج مؤلفه باید مورد توجه قرار گیرند.

کلیه تیم‌های ورزش‌های تفریحی باید همه اقدامات کاربردی ذکر شده در زیر را اجرا نمایند و آماده توضیح این نکته باشند که به چه دلیل هر اقدامی که اجرا نمی‌شود، قابل اجرا نبوده است.

نام تیم/لیگ ورزش تفریحی:

نام مربی و آدرس مجموعه:

A. اقداماتی جهت تضمین ایمنی شرکت‌کننده، مربی و کارکنان پشتیبان

☐ شرکت‌کنندگان و تیم‌های ورزش‌های تفریحی فضای باز می‌توانند در تمرین، آماده سازی، مهارت سازی و برگزاری رقابت‌ها به شرح زیر شرکت کنند. تا حد امکان، شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان بایستی الف) فاصله فیزیکی حداقل شش فوت را در تمام مدت و ب) فاصله هشت فوت را هنگام فعالیت‌های فیزیکی شدید میان یکدیگر حفظ کنند.

☐ در طول تمرین و آماده سازی، تمامی شرکت‌کنندگان ورزشی ملزم هستند ماسک مناسبی بزنند که بسته به تحمل افراد حتی هنگام انجام فعالیت‌های فیزیکی شدید، همواره بینی و دهان را می‌پوشاند و از این نظر ایمنی کلیه شرکت‌کنندگان را حفظ می‌کند. در طول مسابقات، هنگام عدم شرکت در فعالیت باید ماسک زد (مثلاً هنگام حضور لب خط). برای کسب اطلاعات بیشتر درباره ماسک به این نشانی مراجعه نمایید: <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/>. زمانی که پوشیدن ماسک ممکن است خطر آفرین باشد، همچون هنگام حضور در آب، خوردن/آشامیدن، یا ضمن انجام فعالیت‌های شدید فیزیکی بصورت انفرادی (مانند تنها دویدن)، افراد از پوشیدن آن معاف هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره ماسک به این نشانی

مراجعه نمایید: <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/> این امر در مورد کلیه بزرگسالان و کودکان 2 سال به بالا صدق می‌کند. نباید از ماسک‌هایی با سوپاپ یک طرفه استفاده کرد. تنها افرادی از پوشیدن ماسک مستثنی هستند که به دلیل بیماری، شرایط سلامت روحی، یا ناتوانی که در پوشیدن ماسک خلل ایجاد می‌کند، از سوی ارائه دهنده خدمات پزشکی‌شان، دستور داشته باشند ماسک نزنند. شرکت‌کنندگان در صورت وجود هرگونه مشکل تنفسی باید تمرین را متوقف کرده و استراحت کنند و/یا ماسک خود را بردارند و اگر ماسک آنان خیس شده و به صورت شرکت‌کننده چسبیده و تنفس او را سد کرده است، باید آن را تعویض کنند. شرکت‌کنندگان باید در تمام مدت زمانی که ماسک خود را به‌طور موقت برداشته‌اند، فاصله فیزیکی را میان یکدیگر حفظ نمایند. ماسک‌هایی که تحت فعالیت فیزیکی شدید جریان هوا را محدود می‌کنند (مانند ماسک‌های N-95) برای ورزش توصیه نمی‌شوند.

تمامی مربیان، کارکنان پشتیبان، اعضای خانواده، ناظران و مراجعان موظفند **ماسک مناسبی** بر چهره داشته باشند که همواره بینی و دهان آنان را می‌پوشاند. این امر در مورد کلیه بزرگسالان و کودکان 2 سال به بالا صدق می‌کند. نباید از ماسک‌هایی با سوپاپ یک طرفه استفاده کرد. افرادی که به دستور ارائه دهنده خدمات پزشکی‌شان نباید ماسک بزنند، می‌بایستی در انطباق با مقررات ایالتی، تا زمانی که شرایط برایشان مهیاست، از یک محافظ صورت به همراه آویزی پارچه‌ای در لبه پایینی استفاده کنند. ترجیح با آویز پارچه‌ای است که زیر چانه را بطور کامل بپوشاند.

به همه افراد دخیل ابلاغ شده چنانچه بیمار هستند یا اخیراً در معرض مواجهه با شخصی قرار گرفته‌اند که به کووید-19 مبتلاست و **باید قرنطینه شود**، به محل کار نیندند یا در فعالیت‌ها شرکت نکنند. کلیه افراد مطلع هستند که در صورت اطلاق، باید از راهنمای LACDPH برای انزوای شخصی و قرنطینه، پیروی کنند. سیاست‌های مرخصی محل کار کارکنان رسمی و اصلاح شد تا اطمینان حاصل شود کارکنان در هنگام اقامت در منزل به دلیل بیماری، مورد مؤاخذه قرار نمی‌گیرند.

مطابق **راهنمای غربالگری ورودی LACDPH**، پیش از آنکه شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان روزانه در فعالیت‌های مربوط به ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان شرکت نمایند، **غربالگری ورودی** انجام می‌شود. پرسش‌ها باید شامل معاینه تب، سرفه، تنگی نفس، مشکل تنفسی و تب یا لرز باشد، و اینکه آیا فرد اکنون تحت فرمان انزوا یا قرنطینه قرار دارد یا خیر. انجام معاینه می‌تواند بصورت حضوری یا از طریق روش‌های جایگزین باشد مانند سامانه‌های معاینه آنلاین یا از طریق **علائمی** نصب شده در ورودی مجموعه که مقرر می‌کنند مراجعان مبتلا به این علامت نباید به مستغلات مجموعه وارد شوند.

○ اگر فرد هیچ علائمی نداشته باشد، در حال حاضر تحت فرمان انزوا یا قرنطینه نباشد و چنانچه ظرف 10 روز گذشته با مورد شناسایی شده کووید-19 هیچ‌گونه تماسی نداشته است، می‌تواند برای شرکت در فعالیت آن روز برخیزد.

○ اگر فرد کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه نباشد و ظرف 10 روز گذشته با مورد شناسایی شده کووید-19 تماس داشته یا اکنون تحت فرمان قرنطینه قرار دارد، باید فوراً به منزل فرستاده شود و از وی درخواست گردد تا در خانه قرنطینه شود. دستورالعمل‌های مربوط به قرنطینه در نشانی ph.lacounty.gov/covidquarantine را در اختیار آنان قرار دهید. فرد کاملاً واکسینه شده یا کسی که طی 90 روز گذشته از ابتلای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19 بهبود یافته، پس از مواجهه با مورد شناسایی شده کووید-19 صرف 10 روز گذشته، به شرطی که بدون علامت باقی بماند، نیازی نیست خود را قرنطینه کند. کسانی که به علائم کووید-19 مبتلا می‌شوند باید خود را ایزوله کنند.

○ اگر فردی دارای هرکدام از علائم ذکر شده در بالا باشد یا اکنون تحت فرمان ایزوله قرار داشته باشد، باید فوراً به منزل فرستاده و از وی خواسته شود تا در خانه قرنطینه گردد. دستورالعمل‌های مربوط به ایزوله در ph.lacounty.gov/covidisolation را در اختیار آنان قرار دهید.

○ برای ورزش جوانان، جهت تعیین اقدامات بعدی در خصوص افرادی که مورد آزمایش کووید-19 قرار نگرفته‌اند، اما نتیجه غربالگری علائم آنان یا مخاطبین‌شان طی انجام غربالگری ورودی مثبت شده، رجوع نمایید به **راهنمای اداره بهداشت عمومی** درباره مسیرهای تصمیم‌گیری غربالگری و مواجهه برای افراد دارای علائم و مخاطبین افراد بالقوه مبتلا در مؤسسات آموزشی.

شرکت‌کنندگان را تشویق کنید تا بطری‌های آب از قبل خریداری شده با از قبل پر شده قابل استفاده مجدد خود را به همراه داشته باشند. شیرهای آب خوری تنها برای پر کردن بطری‌های آب در دسترس هستند. شرکت‌کنندگان نباید از ظرف نوشیدنی یکسان بنوشند یا نوشیدنی‌ها را با یکدیگر به اشتراک بگذارند.

حمل و نقل تیم:

○ سفر تیم‌ها با اتوبوس/ون ممکن است خطر انتقال بیشتری همراه آورد. اگر تیم‌ها با اتوبوس/ون سفر می‌کنند، اقدامات ایمنی زیر را رعایت کنید:

- حداکثر 1 دانش‌آموز یا شرکت‌کننده بزرگسال بر روی هر صندلی اتوبوس می‌تواند بنشیند.
- زدن ماسک در تمام مدت الزامیست.

- استفاده از ردیف‌ها بصورت یکی در میان اکیداً توصیه می‌شود اما الزامی نیست.
- پنجره‌ها را در تمام مدت سفر پایین باشند مگر آنکه این امر امکان‌پذیر نباشد.
- سفر با ماشین شخصی باید فقط به این افراد محدود شود: اعضای درجه یک خانوار، کسانی که دانش‌آموز معمولاً روزانه همراه آنان با سواری اشتراکی به مدرسه می‌رود و بازمی‌گردد، یا کسانی که کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه هستند.
- تمامی فعالیت‌های ورزشی تفریحی که در فضای باز برگزار می‌شوند باید در محیطی روباز انجام شوند تا خطر انتقال بیماری برای شرکت‌کنندگان، مربیان، کارکنان پشتیبان و تماشاچیان، اگر اجازه حضور دارند، کاهش یابد. تیم‌ها مجاز هستند از سایبان خیمه‌ای، یا سایر چادرهای سایبان استفاده نمایند اما تنها در صورتی که کنار محل سایبان خیمه‌ای یا چادرهای سایبان محصور نباشند، هوای آزاد به میزان کافی در آن جریان باشد و بنا بر راهنمای ایالتی استفاده از سازه‌های مفتوح، سازه مذکور در دسته سازه‌های فضای باز طبقه بندی شود. حرکت باد و هوا در فضاهای خارجی و از طریق آن می‌تواند به کاهش غلظت ویروس در هوا و محدودسازی سرایت آن از فردی به فرد دیگر کمک کند.
- رضایت‌نامه آگاهانه ورزش جوانان
 - به علت ماهیت و خطر انتقال کووید-19 حین شرکت در ورزش‌های داخل سالن و ورزش‌های فضای باز پُر تماس و تماس متوسط (آنچه‌آنکه در جدول 1 مشخص شده است)، تیم‌ها مربوطه باید فرایند اخذ رضایت‌نامه آگاهانه از شرکت‌کنندگان و والدین/مراقب آنان را پیاده‌سازی کرده و به‌دقت به آن پایبند باشند. رضایت‌نامه آگاهانه باید اطلاعاتی در خصوص خطر انتقال متوجه تمامی شرکت‌کنندگان بالغ و کلیه والدین/مراقبان شرکت‌کنندگان صغیر (خردسال) در آن رشته ورزشی ارائه کند. شرکت‌کنندگان بالغ و والدین/مراقبان شرکت‌کنندگان خردسالان باید درک و تصدیق خطرات مذکور را با امضای فرم رضایت تأیید کنند. نمونه فرم رضایت‌نامه در این نشانی قابل دریافت است: http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/communitySports_InformedConsentExample.pdf.
- آزمایش‌دهی روتین توصیه شده برای ورزش‌ها
 - تیم‌های ورزشی در ورزش‌های پُر تماس و تماس متوسط فضای باز (آنچه‌آنکه در جدول شماره 1 مشخص شده) شدیداً توصیه می‌شوند که شرکت‌کنندگان و مربیان را که در طول فصل عادی و پس از آن کاملاً واکسینه نشده‌اند، مورد آزمایش‌های هفتگی (آزمایش آنتی ژن یا PCR کووید-19) قرار دهند. افرادی که برای اثبات واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19⁴ مدرک ارائه می‌دهند، یا طی 90 روز گذشته، از ابتدای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19 بهبود یافته‌اند یا دوره انزوا را به پایان رسانده‌اند، اگر بدون علامت هستند، نباید در تست غربالگری دوره‌ای کووید-19 شامل شوند. غربالگری افرادی که قبلاً به کووید-19⁵ مبتلا شده‌اند و واکسینه نیستند، باید 90 روز پس از بروز اولین علائم یا 90 روز پس از دریافت نتیجه آزمایش مثبت (اگر بدون علامت بوده‌اند) آغاز شود.
 - در صورت برگزاری رقابت، نتایج آزمایش کووید-19 یا مدارک واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19 باید 24 ساعت قبل از برگزاری مسابقه در دسترس مربیان قرار گیرد و بررسی شود. اگر یک شرکت‌کننده جوان بصورت هفتگی برای کووید-19 آزمایش شود، این آزمایش هفتگی کافی بوده و الزامات آزمایش‌دهی آن هفته و تمامی مسابقات آتی که در آن هفته برگزار می‌شود را برآورده می‌سازد.
 - نتایج آزمایش‌های آنتی ژن باید همواره باید با توجه به سابقه مواجهه و بازنمایی بالینی فرد مورد آزمایش تفسیر شود. نتیجه مثبت آزمایش آنتی ژن در فرد بدون علامتی که مواجهه شناسایی شده‌ای با بیماری نداشته باید با آزمایش PCR تأیید شود. نتیجه آزمایش آنتی ژن منفی در فرد مبتلا به علائم کووید-19، منفی احتمالی است و باید با آزمایش PCR تأیید شود؛ فرد دارای علائم باید در مدت زمانی که منتظر دریافت نتیجه آزمایش PCR است، کمترین به انزوا ادامه دهد.
 - اگر نتیجه آزمایشی 24 ساعت قبل از بازی آماده نباشد، فرد مورد آزمایش اجازه بازی یا مشارکت ندارد. اگر نتیجه آزمایشی کووید-19 نامشخص یا مثبت شود، فرد مورد آزمایش باید بلافاصله برای ایزوله به خانه فرستاده شود. دستورالعمل‌های مربوط به ایزوله در

⁴ مولدی که در ادامه آمده‌اند برای اثبات «واکسیناسیون کامل» قابل قبول است: (1) کارت شناسایی عکس‌دار فرد شرکت‌کننده (2) کارت واکسیناسیون (که شامل نام فرد واکسینه شده، نوع واکسن کووید-19 دریافتی و تاریخ دریافت آخرین دوز است) یا عکس از کارت واکسیناسیون فرد شرکت‌کننده به عنوان سندی مجزا یا عکس از کارت واکسن فرد شرکت‌کننده در رویداد که بر روی گوشی یا دستگاه الکترونیکی ذخیره شده است یا مستندات صادره از سوی یک ارائه دهنده خدمات درمانی در خصوص واکسیناسیون کامل (که شامل نام شرکت‌کننده واکسینه شده و تأیید این مورد است که وی کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه شده است).

⁵ مولدی که در ادامه آمده‌اند برای اثبات ابتدای قبلی به کووید-19 (نتیجه تست ویروسی مثبت قبلی) و تکمیل دوره انزوا طی 90 روز گذشته قابل قبول هستند: کارت شناسایی عکس‌دار و همراه داشتن نتیجه مثبت آزمایش PCR یا آزمایش آنتی ژن کووید-19 بصورت کبی کافذی یا کبی دیجیتال در گوشی. آزمایش‌های نامبرده باید طی 90 روز گذشته انجام شده باشد. آزمایش‌هایی که طی 10 روز گذشته انجام شده باشند، مورد قبول نیستند. افراد باید قبل از شرکت، الزامات ایزوله را تکمیل کرده باشند.

ph.lacounty.gov/covidisolation را در اختیار آنان قرار دهید.

- توجه: انجام آزمایش در صورتی که که نرخ تعدیلی موارد ابتلای این شهرستان از 7 مورد به ازای هر 100,000 نفر تجاوز کند، الزامیست.

در صورت پایبندی تیم به الزامات تکمیلی وضع شده بر ورزش‌های دانشگاهی، لیگ‌ها/تیم‌های ورزشی جوانان مجازند برای ورزش‌های تماس متوسط و پُر تماس داخل سالنی برگزاری مسابقات و تمرینات تماسی را از سرگیرند که از جمله آن می‌توان به تمرینات آماده‌سازی جسمانی، مهارت سازی، تمرینات حرفه‌ای، تمرینات تماسی و برگزاری مسابقات اشاره نمود. لازم به ذکر است که الزامات نامبرده در راهنمای مؤسسات آموزش عالی کالیفرنیا، مورخ 30 سپتامبر 2020، عنوان شده که موارد زیر بخشی از آنهاست:

○ انجام آزمایش‌های دوره‌ای منظم کووید-19:

- لازم الاجاز سه شنبه، 11 می 2021، ساعت 12:01 صبح، شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان باید مرتباً برای کووید-19 آزمایش شوند. این آزمایش‌ها شامل تست‌های پایه و تست‌های مستمر غربالگری است. بر اساس شواهد و استانداردهای موجود، هر دو آزمایش روزانه آنتی ژن و آزمایش دوره‌ای PCR، روش‌های مورد پذیرش جهت تست پایه و تست مستمر غربالگری هستند.

- در صورت پیروی از یک پروتکل آزمایش‌دهی روزانه آنتی ژن، این پروتکل باید با آزمایش PCR شروع شود و به دنبال آن آزمایش روزانه آنتی ژن انجام شود. جهت تأیید نتیجه مثبت آزمایش آنتی ژن، لازم است آزمایش PCR انجام شود. انجام آزمایش PCR برای ورزشکاران و کارکنان علامت‌دار الزامیست و باید ظرف 24 ساعت پس از گزارش علائم بیماری انجام شود.

- برای ورزش‌های تماس پُر خطر (بسکتبال، هاکی روی چمن، فوتبال، هاکی روی یخ، لاکراس، روئینگ، راگبی، ساکر، اسکواش، والیبال، واترپلو و کشتی)، برگزاری مسابقات تیم‌ها منوط به آن است که تیم بتواند نتیجه آزمایش کووید-19 و نتیجه آزمایش تمامی ورزشکاران و کارکنان پشتیبان را ظرف 48 ساعت قبل از برگزاری هر مسابقه ارائه دهد.

- نتایج آزمایش‌های آنتی ژن باید همواره باید با توجه به سابقه مواجهه و بازنمایی بالینی فرد مورد آزمایش تفسیر شود. نتیجه مثبت آزمایش آنتی ژن در فرد بدون علامتی که مواجهه شناسایی شده‌ای با بیماری نداشته باید با آزمایش PCR تأیید شود. نتیجه آزمایش آنتی ژن منفی در فرد مبتلا به علائم کووید-19، منفی احتمالی است و باید با آزمایش PCR تأیید شود؛ فرد دارای علائم باید در مدت زمانی که منتظر دریافت نتیجه آزمایش PCR است، کماکان به انزوا ادامه دهد.

- اگر آزمایش و نتایج آن 48 ساعت قبل از بازی، تمرین یا مسابقه آماده باشد، فرد اجازه بازی ندارد. اگر نتیجه آزمایشی کووید-19 نامشخص یا مثبت شود، فرد مورد آزمایش باید بلافاصله برای ایزوله به خانه فرستاده شود. دستورالعمل‌های مربوط به ایزوله در ph.lacounty.gov/covidisolation را در اختیار آنان قرار دهید.

- افرادی که برای اثبات واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19⁶ مدرک ارائه می‌دهند، پس از 90 روز گذشته⁷، از ابتلای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19⁶ بهبود یافته‌اند یا دوره انزوا را به پایان رسانده‌اند، نباید در تست غربالگری دوره‌ای کووید-19 شامل شوند. غربالگری افرادی که قبلاً به کووید-19 مبتلا شده‌اند، باید 90 روز پس از روز اولین علائم یا 90 روز پس از دریافت نتیجه آزمایش مثبت (اگر بدون علامت بوده‌اند) آغاز شود.

○ اتخاذ و پایبندی به طرح بازگشت به ایمنی بازی

- نهاده حامی تیم ورزشی (مانند مدرسه، لیگ یا تیم) باید یک «طرح بازگشت به ایمنی بازی» را اتخاذ کرده و از آن تبعیت کند و حداقل 14 روز قبل از شروع مجدد فعالیت‌های ورزشی داخل سالن، این طرح را همراه با یک طرح ایمنی مکان محور به LACDPH ارسال

⁶ مولدی که در ادامه آمده‌اند برای اثبات «واکسیناسیون کامل» قابل قبول است: (1) کارت شناسایی عکس‌دار فرد شرکت‌کننده (2) کارت واکسیناسیون (که شامل نام فرد واکسینه شده، نوع واکسن کووید-19 دریافتی و تاریخ دریافت آخرین دوز است) یا عکسی از کارت واکسیناسیون فرد شرکت‌کننده به عنوان سندی مجزا یا عکسی از کارت واکسن فرد شرکت‌کننده در رویداد که بر روی گوشی یا دستگاه الکترونیکی ذخیره شده است یا مستندات صادره از سوی یک ارائه دهنده خدمات درمانی در خصوص واکسیناسیون کامل (که شامل نام شرکت‌کننده واکسینه شده و تأیید این مورد است که وی کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه شده است).

⁷ مولدی که در ادامه آمده‌اند برای اثبات ابتلای قبلی به کووید-19 (نتیجه تست ویروسی مثبت قبلی) و تکمیل دوره انزوا طی 90 روز گذشته قابل قبول هستند: کارت شناسایی عکس‌دار و همراه داشتن نتیجه مثبت آزمایش PCR یا آزمایش آنتی ژن کووید-19 بصورت کبی کافذی یا کبی دیجیتال در گوشی. آزمایش‌های نامبرده باید طی 90 روز گذشته انجام شده باشد. آزمایش‌هایی که طی 10 روز گذشته انجام شده باشند، مورد قبول نیستند افراد باید قبل از شرکت، الزامات ایزوله را تکمیل کرده باشند.

نماید. هر دو طرح را به آدرس ایمیل زیر ارسال کنید: LACDPH_ehmail@ph.lacounty.gov دریافت طرح‌های تیم ورزشی و تاریخ مجاز شروع فعالیت‌های تفریحی داخل سالن را تأیید خواهد کرد. LACDPH ممکن است جهت تعیین میزان مطابقت با طرح بازگشت به ایمنی بازی و طرح ایمنی مکان محور از محل بازدید نماید.

طرح بازگشت به ایمنی بازی باید مستندات کتبی مؤلفه‌های زیر را دارا باشد:

- شرحی از برنامه تیم برای روال مستمر برآوردسازی الزامات آزمایش‌دهی؛
- طرحی برای غربالگری ورودی کلیه کارکنان، کارکنان پشتیبان تیم و شرکت‌کنندگان قبل از ورود به مجموعه، تمرین و مسابقه.
- طرحی برای بررسی نتایج آزمایش‌ها و گزارش موارد مثبت به LACDPH طبق نیاز این پروتکل؛
- طرحی برای انطباق با برنامه ردیابی مخاطبین LACDPH؛
- طرحی برای اطمینان از اینکه شرکت‌کنندگان تا حد امکان گروه‌بندی شده‌اند؛
- طرحی برای اطمینان از اینکه در طول سفر برای انجام بازی‌های خارج از خانه، تیم گروه‌بندی انجام شده را حفظ می‌کند و با تیم‌های دیگر اعضای جامعه میزبان ترکیب نمی‌شود.
- شرح تلاش‌هایی که برای انطباق با سایر جنبه‌های این پروتکل انجام خواهد داد؛ و
- طرحی برای ابلاغ اصلاحات ایمنی تیم به شرکت‌کنندگان، خانواده‌های آنان و در صورت لزوم، عموم افراد.

○ اتخاذ و پایبندی به طرح ایمنی مکان محور

- نهاد حامی تیم ورزشی (مانند مدرسه، لیگ یا تیم) باید برای هر یک از مجموعه‌های مورد استفاده تیم، طرحی مجموعه محور مکتوبی را در زمینه پیشگیری از کووید-19 تدوین نماید، ارزیابی جامع خطر تمامی مناطق کاری و ورزشی را انجام دهد، و در هر مجموعه فردی را به منظور اجرای طرح منصوب کند.
- برای هر تیم یا رشته ورزشی، نهاد حامی تیم باید فردی را برای پاسخگویی به دغدغه‌های کووید-19 ورزشکاران تعیین کند.
- نهاد حامی تیم ورزشی باید طرح مذکور را به کارکنان، نماینده کارکنان (در صورت اطلاق) و شرکت‌کنندگان آموزش دهد و با آنان در ارتباط باشد و طرح را در اختیار کارکنان و نمایندگان آنان قرار دهد؛ و
- نهاد حامی تیم ورزشی باید به طور منظم مجموعه را از نظر مطابقت با طرح و سند برنامه ارزیابی نماید و نواقص شناسایی شده را اصلاح کند.
- در بازه 30 روزه قبل از بازگشایی ورزش‌های داخل سالن، یک متخصص HVAC از سیستم تهویه بازدید به عمل آورده و این سیستم در وضعیت عملکردی مناسبی قرار دارد؛ تهویه تا حد اکثر حد ممکن، افزایش یافته است. تهویه فیلتر یکی از مهم‌ترین راه‌های کنترل انتقال خفیف بیماری از طریق ذرات هوا است.

○ محدودسازی گنجایش فضای سرپوشیده:

- انجام تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفه‌ای داخل سالن باید کماکان با الزامات و محدودیت‌های ظرفیتی پروتکل **بازگشایی باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه L** مطابقت داشته باشد: حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، با رعایت الزامات و محدودیت‌های ظرفیتی مندرج در **پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده** مجاز است. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات و محدودیت‌های ظرفیتی پروتکل مذکور را بررسی و اجرا کنید.

توجه نمایید: چنانچه مسابقات و تمرینات تماسی ورزش‌های جوانان تماس متوسط و پُر تماس فقط در فضای باز برگزار شوند، در این صورت الزامات تکمیلی مربوط به ورزش‌های دانشگاهی اعمال نمی‌شوند. انجام تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفه‌ای داخل سالن باید کماکان با الزامات پروتکل **بازگشایی باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه L** مطابقت داشته باشد:

به جز فعالیتهایی که در بالا توضیح داده شد، برگزاری سایر فعالیت‌های ورزشی در حال حاضر مجاز نیست. احتمال انتقال بیماری در محیط‌های سرپشته بیشتر است. این امر فعالیت‌های ورزشی بین تیم‌هایی که از الزامات فوق پیروی نمی‌کنند و نیز فعالیت‌های مرتبط با فضای سرپوشیده مانند صرف شام تیمی

یا مطالعه فیلم را شامل می شود.

❑ برگزاری مسابقات بین تیمی (که تحت عنوان رقابت بین 2 تیم تعریف می شود) برای تیم های ورزشی فضای باز و ورزش های داخل سالنی که تمامی الزامات مشخص شده را به شرح زیر تکمیل کرده اند، طبق شرایط زیر مجاز است:

○ برگزاری مسابقات بین تیمی تنها میان دو تیم مجاز است.

○ برگزاری مسابقات بین تیمی تنها میان سایر تیم های کالیفرنیا مجاز است.

○ در کالیفرنیا، برگزاری تورنمنت ها یا رویدادهایی با شرکت بیش از دو تیم مجاز نمی باشد. استثنائاتی را می توان در نظر گرفت، منوط به دریافت مجوز کتی از LACDPH و هر یک از بخش های اداره بهداشت محلی در مناطقی که تیم ها از آنجا نشأت می گیرند و برای رشته های ورزشی که وجود شرکت کنندگان تک نفره یا دو نفره از تیم های مختلف در آن عرف است، مانند: دو و میدانی، دو صحرانوردی، گلف، اسکی/اسنوبردسواری، تنیس؛ شنا/غواصی/موج سواری؛ دوچرخه سواری، والیبال و مسابقات اسب سواری.

○ جهت برخورداری از استثناء مربوط به برگزاری رویدادها و مسابقات پیشنهادی در شهرستان لس آنجلس میان بیش از دو تیم یا شرکت کنندگان تک نفره یا دو نفره، باید از طریق این لینک، فرم درخواست را تکمیل کرد:
<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=SHJZBzjqGOWKvqY4adusgRnkHbYxz5JKiyxHrBS9oF—NUNE9JWUxCOVNMQ0wzRkFBVTaxRkNFVIlzVC4u> درخواست مستثنی شدن از قاعده مسابقات دو جانبه

تورنمنت ها یا رویدادها. فرم درخواست آنلاین باید حداقل 14 روز قبل از برگزاری رویداد یا مسابقه پیشنهادی ارائه شود. درخواست ها به ترتیب دریافت شده بررسی می شوند. متقاضیان موظفند در درخواست آنلاین رویداد یا مسابقات پیشنهادی و همچنین اصلاحات اعمال شده به منظور انطباق با ضمیمه S و سایر الزامات کنترل سرایت مربوط را شرح دهند. LACDPH دریافت درخواست را تأیید می کند و ظرف 5 روز کاری پس از دریافت، با متقاضی تماس می گیرد.

○ در صورت برآورده شدن تمام شرایط زیر، تیم هایی که در شهرستان لس آنجلس مستقر و سازماندهی شده اند، مجازند در رویدادها و مسابقاتی که خارج شهرستان لس آنجلس میان بیش از دو تیم یا شرکت کنندگان تک نفره یا دو نفره برگزار می شود، شرکت کنند:

■ رویداد موردنظر تأییدیه های لازم را از ادارا بهداشت عمومی شهرستان محل برگزاری، دریافت کرده است.

■ هر تیمی که در بازه 14-روزه قبل از برگزاری رویداد برنامه ریزی شده، در بین اعضای تیم یا کارکنان پشتیبان آن یک یا تعداد بیشتری مورد ابتلای کووید-19 مشاهده شده است، یا در بازه 14-روزه قبل از برگزاری رویداد برنامه ریزی شده، عده ای از اعضای تیم یا کارکنان پشتیبان آن به دلیل تماس نزدیک با مبتلای تأیید شده کووید-19 در منطقه قرار داشته باشند، اجازه ندارد بدون مشورت و تأییدیه رسمی واحد آموزش و پرورش LACDPH ACDC در رویداد مزبور شرکت کند تا مشخص شود کدام بازیکنان و کارکنان واجد شرایط مسابقه دادن هستند و کدام یک باید از مشارکت منع شوند. توجه داشته باشید که هر وضعیت منحصر به فرد بوده و بر اساس ضرورت حفظ ایمنی کلیه شرکت کنندگان، محرومیت تمام تیم از شرکت در رویداد نیز می تواند یکی از حالت های ممکن باشد. برای تماس با واحد آموزش و پرورش ACDC به نشانی ACDC-Education@ph.lacounty.gov ایمیل بزنید.

○ پایبندی تیم ها به توصیه های مشاوره سفر CDPH هنگام عزم سفر برای شرکت در مسابقات در شهرستان های دیگر.

○ تیم ها نباید در تورنمنت ها یا رقابت های برون ایالتی شرکت کنند.

○ تعریف تیم گروهی از بازیکنان است که در یک بازی رقابتی یا ورزشی یک سوی میدان را تشکیل می دهند.

○ در هر روز، تنها برگزاری حداکثر یک مسابقه، به ازای هر تیم مجاز است.

❑ موارد خاص، شامل چیرلیدری لب خط، گروه نوازندگان و گروه درام:

○ چیرلیدری لب خط با مسابقات چیرلیدری قابل قیاس است و به عنوان یک ورزش تماس متوسط تلقی می شود و بر این اساس باید تمامی الزامات مربوط به سایر ورزش های فضای باز تماس متوسط را رعایت کند. در ورزش های دیگر، انجام چیرلیدری لب خط در مسابقات فضای باز میان دو تیم شرکت کننده مجاز است.

○ گروه نوازندگان و گروه درام جزو فعالیت های کم تماس ورزش های تفریحی جوانان هستند و موظفند تمامی الزامات کنترل سرایت مربوطه را رعایت کنند. در ورزش های دیگر، حضور گروه نوازندگان و گروه درام در مسابقات فضای باز میان دو تیم رقیب، مجاز است.

❑ هر یک از مناطقی که در آن شرکت کنندگان، خارج از میدان یا زمین بازی نشانده شده اند (مانند نیمکت، محل استقرار افراد تیم، بولپن زمین بیسبال)، به گونه ای چیده شده که فضا برای صندلی های اضافی ایجاد شود تا شرکت کنندگان و کارکنان بتوانند فاصله فیزیکی 6 فوت را حین حضور در منطقه موردنظر

حفظ کنند.

بوفه‌های فضای بازی که گردانندگان آن از LACDPH مجوز بهداشت عمومی دریافت کرده‌اند، در صورت انطباق با الزامات موجود در پروتکل رویدادهای زنده نشسته در فضای باز، ضمیمه Z مجازند فعالیت کنند. مشتریانی که از بوفه خرید می‌کنند، برای خوردن یا آشامیدن باید در محوطه‌های مخصوص غذاخوری در فضای باز یا نشیمنگاه‌های فضای باز حضور یابند و در این حین فاصله فیزیکی را از کسانی که عضو خانوار آنان نیستند حفظ کنند. برای اخذ مجوز بهداشت عمومی، لطفاً به LACDPH به نشانی ehmail@ph.lacounty.gov ایمیل بزنید.

حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های فضای باز جوانان و بزرگسالان، مطابق با **پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای باز** مجاز است. در سطح زرد، حداکثر ظرفیت قابل استفاده برای رویدادهای ورزشی فضای بازی که در آورده‌گاه برگزار می‌شوند، با توجه به اساسنامه ساختمان و آیین‌نامه حریق ذریبط، 67٪ بیشینه ظرفیت محل می‌باشد. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات پروتکل مذکور را بررسی و اجرا کنید.

حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، مطابق با **پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای باز** مجاز است. حداکثر ظرفیت قابل استفاده برای رویدادهای ورزشی داخل سالن، با توجه به حداکثر ظرفیت آورده‌گاه محاسبه می‌شود، که مبنای آن اساسنامه ساختمان و/یا آیین‌نامه حریق ذریبط است. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات پروتکل مذکور را بررسی و اجرا کنید. بازی‌ها را ویدئو استریم کنید تا بتوان آن را از خانه «زنده» تماشا کرد.

شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان باید از طریق تیم هم‌گروه باشند و از پیوستن به بیش از یک تیم در طول همان فصل یا بازه زمانی خودداری کنند. برای ورزش جوانان، به راهنمای **CDC درباره مدارس و هم‌گروه‌ها** مراجعه نمایید.

برای حفظ فاصله فیزیکی، طراحی مجدد فعالیت‌های ورزشی تفریحی و ورزشی و چیدمان دوباره فضای تمرین و بازی را مد نظر قرار دهید. تا حد ممکن، به شرکت‌کنندگان توصیه می‌شود که وسایل خود (مانند چوب بیسبال، چوب گلف، راکت) را برای تمرین کردن همراه بیاورند و وسایل را به اشتراک نگذارند. شرکت‌کنندگان مجازند تجهیزات را بصورت محدود به اشتراک بگذارند. بعد از ضربه زدن به توپ فوتبال بین دو شرکت‌کننده، یا پرتاب توپ بیسبال، فوتبال، یا فریزی در قالب بخشی از تمرینات مهارت سازی یا در جریان بازی، اگر برای مثال لازم است در جریان بازی وسایل به اشتراک گذاشته شوند، شرکت‌کنندگان باید قبل از بازی، هنگام استراحت، وقت استراحت بین دو نیمه و پس از اتمام فعالیت، اقدامات بهداشت دست را انجام دهند.

شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان باید در مواقعی که امکان شستشوی دست میسر نیست از ضدعفونی‌کننده دست استفاده نمایند. ضد عفونی‌کننده باید تا خشک شدن کامل به دست‌ها مالیده شود. نکته: شستشوی مکرر دست‌ها در مقایسه با استفاده از ضدعفونی‌کننده دست مؤثرتر است، به ویژه زمانی که دست‌ها به طور مشهود آلوده هستند.

کودکان زیر 9 سال باید فقط تحت نظارت بزرگسالان از ضدعفونی‌کننده دست استفاده نمایند. اگر آنان ضد عفونی کنند، خورده‌اند با مرکز کنترل سموم تماس بگیرید: 1-800-222-1222. ضد عفونی‌کننده دست پایه الکلی اتیل ترجیح داده می‌شود و زمانی که احتمال استفاده بدون نظارت از سوی کودکان وجود دارد، باید از آن استفاده شود. ضد عفونی‌کننده‌های ایزوپروپیل سمی تر و از طریق پوست قابل جذب هستند.

جهت محدود نمودن احتمال شیوع بیماری، شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان از برقراری تماس فیزیکی غیر ضروری با یکدیگر (برای مثال بزن قدش (های فایو)، دست دادن، با مشت دست دادن (فیست بامپ) منع می‌شوند.

تیم‌های ورزش‌های تفریحی که دارای مجموعه‌های سرپوشیده‌ای هستند که رختکن و سرویس بهداشتی دارد اما امکانات آن تنها محدود به این موارد نیست، می‌توانند به کارمندان، مربیان، کارکنان پشتیبان و شرکت‌کنندگان اجازه دهند جهت استفاده از سرویس بهداشتی، استراحت، استفاده از رختکن و دوش، انجام امور اداری ضروری و انتقال روزانه لوازم و تجهیزات به داخل و خارج ساختمان، به مناطق سرپوشیده مجموعه دسترسی داشته باشند. ظرفیت در سرویس‌های بهداشتی، رختکن‌ها و دوش‌های سرپوشیده، باید با توجه به اساسنامه ساختمان یا آیین‌نامه حریق ذریبط به 50٪ گنجایش شود. جهت محدود کردن ظرفیت سرویس بهداشتی، رختکن یا دوش مجموعه باید بر ورودی‌ها نظارت داشته باشد تا از تجمع داخل ساختمان پیشگیری شود و برقراری فاصله گذاری فیزیکی میان مراجعانی که در صف سرویس بهداشتی هستند، تضمین گردد. مراجعه به رختکن یا سرویس‌های بهداشتی را بصورت نوبتی انجام دهید تا برقراری فاصله گذاری فیزیکی هنگام حضور در فضای سرپوشیده امکان پذیر باشد.

رختکن‌ها یا سرویس‌های بهداشتی مورد استفاده، به دفعات زیر و حداقل روزانه یکبار، طبق برنامه پیش‌رو ضد عفونی می‌شوند:

○ رختکن‌ها

○ سرویس‌های بهداشتی

○ سایر موارد

- هنگام انتخاب محصولات نظافتی، از محصولات مورد تأییدی که برای استفاده در برابر کووید-19 در لیست تأیید شده "N" سازمان حفاظت از محیط زیست (EPA) قرار دارند، استفاده نمایید و از دستورالعمل‌های محصول پیروی کنید. این محصولات حاوی موادی بوده که برای افراد مبتلا به آسم ایمن تر هستند.
- از ضد عفونی کننده‌هایی استفاده کنید که در برابر عوامل بیماری‌زا ویروسی جدید مؤثر هستند، از دستورات برچسب برای نرخ رقیق سازی و مدت تماس با سطوح پیروی نمایید. به کارکنان آموزش‌هایی در خصوص خطرات مواد شیمیایی، دستورالعمل‌های شرکت تولید کننده، و ملزومات Cal/OSHA برای استفاده ایمن ارائه دهید.
- کارکنان متولی که مسئول تمیز و ضد عفونی کردن محل هستند باید مطابق با دستورالعمل‌های محصول، به تجهیزات حفاظتی مناسب مجهز باشند، از جمله دستکش، محافظت چشم، محافظ تنفسی، سایر تجهیزات حفاظتی مناسب. تمام محصولات باید خارج از دسترس کودکان قرار گیرند و در فضایی با دسترسی محدود ذخیره شوند.
- به همه کارکنان ابلاغ شده است که در صورت ابتلا به بیماری یا قرار گرفتن در معرض شخصی که به کووید-19 مبتلا بوده، به محل کار نیایند. کارکنان متوجه هستند که در صورت اطلاق، باید از راهنمای LACDPH برای انزوای شخصی و قرنطینه، پیروی کنند. سیاست‌های مرخصی محل کار مورد بررسی و اصلاح قرار گرفته است تا اطمینان حاصل شود کارکنان در هنگام اقامت در منزل به دلیل بیماری، مورد مؤاخذه قرار نمی‌گیرند.
- اطلاعاتی مربوط به مزایای مرخصی تحت حمایت کارفرما یا دولت که ممکن است شامل کارکنان شود در اختیار آنان قرار گرفته که از نظر مالی ماندن در منزل را برایشان آسان تر می‌کند. مراجعه کنید به اطلاعات تکمیلی دولت‌های دولتی حمایت از مرخصی استعلاجی و غرامت کارکنان بابت کووید-19، شامل حقوق مرخصی استعلاجی کارکنان تحت قانون تکمیلی مرخصی استعلاجی باحالی کووید-19 مصوب 2021
- پس از اطلاع از اینکه نتیجه آزمایش کووید-19 یک یا چند نفر از کارمندان، مربیان، کارکنان پشتیبان یا شرکت کنندگان مثبت شده (مورد ابتلا)، تیم برنامه یا پروتکلی در اختیار دارد تا از این مورد/موارد ابتلا درخواست نماید در منزل خود را در انزوای قرار دهند قرنطینه شخصی همه کارمندان، مربیان، کارکنان پشتیبان یا شرکت کنندگانی که در معرض این مورد/موارد ابتلا قرار گرفته بودند، الزام آور شود.
- طرح تیم یا لیگ باید پروتکلی برای تمام افراد قرنطینه شده در نظر داشته باشد که به آن دسترسی داشته باشند یا مورد آزمایش کووید-19 قرار گیرند تا مشخص شود آیا در محل کار افراد بیشتری در معرض قرار گرفته‌اند یا خیر، که این امر ممکن است براساس تدابیر کنترلی تکمیلی کووید-19 باشد. به راهنمای LACDPH در خصوص پاسخ به کووید-19 در محل کار مراجعه نمایید.
- گزارش موردی کووید-19:

○ در برنامه ورزشی جوانان، مربی یا لیگ موظف است اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس (LACDPH) را از وجود تمامی مبتلایان تأیید شده کووید-19 میان کارکنان و شرکت کنندگانی که در هر برهه زمانی مربیان، کارکنان پشتیبان طی 14 روز پیش از شروع بیماری در محل حضور داشته‌اند مطلع گرداند. تاریخ شروع بیماری، تاریخ انجام آزمایش کووید-19 یا آغاز بروز علائم در فرد مبتلاست، هر کدام که زودتر رخ داده باشد. این کار را می‌توان بصورت آنلاین و با استفاده از وب اپلیکیشن ایمن موجود در این نشانی انجام داد: <http://www.redcap.link/lacdpheducationsector.covidreport>. اگر ارسال گزارش بصورت آنلاین امکان پذیر نیست، فهرست تماس فرد مبتلا و مخاطبین کووید-19 برای گروه آموزش و پرورش را دانلود و تکمیل کرده و آن را به آدرس <mailto:ACDC-Education@ph.lacounty.gov> ایمیل بزنید. مربی یا لیگ موظف است تمامی موارد مشاهده شده بیماری کووید-19 در برنامه ورزشی جوانان را طی یک (1) کاری روز پس از اطلاع از وجود مورد ابتلا، به اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس گزارش دهد. در صورت شناسایی سه (3) یا تعداد بیشتری از موارد ابتلا در میان اعضای دوره ورزشی جوانان ظرف مدت 14 روز، مربی یا لیگ باید سریعاً این خوشه مبتلایان را از طریق همان روش‌های مشروح در بالا به اداره بهداشت عمومی گزارش دهد. اداره بهداشت عمومی با سایت همکاری می‌کند تا تعیین نماید که آیا این خوشه مصداق همه‌گیری است و به پاسخ شیوع بهداشت عمومی نیاز دارد یا خیر.

○ در برنامه ورزشی بزرگسالان، مربی یا لیگ موظف است تمامی موارد بیماری کووید-19 مشاهده شده در برنامه ورزشی بزرگسالان را طی 1 روز کاری پس از اطلاع از وجود مورد ابتلا، به اداره بهداشت عمومی گزارش دهد. در صورت شناسایی 3 یا تعداد بیشتری از موارد ابتلا در میان اعضای

تیم ورزشی بزرگسالان ظرف مدت 14 روز، مربی یا لیگ باید سریعاً این خوشه مبتلایان را بصورت آنلاین از طریق نشانی www.redcap.link/covidreport به اداره بهداشت عمومی گزارش دهد. اداره بهداشت عمومی با سایت همکاری می کند تا تعیین نماید که آیا این خوشه مصداق همه گیری است و به پاسخ شیوع بهداشت عمومی نیاز دارد یا خیر.

بازگشت به ورزش پس از ابتلا:

افرادى که مشغول طی مراحل بهبودی کووید-19 هستند، تا زمانی که پزشک آنان را ترخیص نکرده نباید تمرین را از سر گیرند و بر اساس شدت بیماری و همچنین وضعیت سلامت زمینه ای خود، برای بازگشت به ورزش مسیرهای مختلفی پیش روی خود خواهند داشت. پس از آنکه پزشک ورزشکار را ترخیص می کند، پروتکل بازگشت تدریجی به بازی/تمرینی که در آن فعالیت بدنی بصورت مرحله ای آغاز شده و افزایش یابد جایز است و توصیه می شود. برای راهنمایی های تکمیلی به سؤال موجود در **راهنمای موقت بازگشت به ورزش آکادمی برای اطفال** با عنوان «چنانچه شرکت کننده ای به کووید-19 دچار باشد یا در طول فصل به آن مبتلا شود، چه باید کرد؟» و نیز **بازگشت تدریجی به بازی پس از ابتلا به کووید-19** مراجعه نمایید.

هیچ کدام از افرادی که علائم کووید-19 دارند یا در انزوا یا قرنطینه کووید-19 هستند، اجازه حضور در تمرین ها یا مسابقات را ندارند.
هر فردی که علائم کووید-19 دارد باید برای انجام آزمایش با پزشک خود مشورت کند و مربی، مربی ورزشی و/یا مدیر مدرسه را از علائم و نتایج آزمایش خود آگاه مطلع کند.

به کارمندانی که با سایر افراد در تماس هستند، بصورت ماسک مناسبی که بینی و دهان را بپوشاند داده می شود. برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت ماسک کووید-19 LAC DPH به نشانی <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/> مراجعه نمایید. کارکنان باید همواره در طول روز کاری، زمانی که در تماس با سایرین هستند یا احتمال تماس آنان با سایرین وجود دارد، ماسک بزنند. کارمندانی که به دستور ارائه دهنده خدمات پزشکی شان نباید ماسک بزنند، می بایستی از یک محافظ صورت به همراه آویزی پارچه ای در لبه پایینی استفاده نمایند، و اینگونه تا زمانی که شرایط آنان اجازه دهد، پایبند دستورات ایالتی هستند. ترجیح با آویز پارچه ای است که زیر چانه را بطور کامل بپوشاند. نباید از ماسک هایی با سوپاپ یک طرفه استفاده کرد.

به کارمندان ابلاغ می شود که روزانه ماسک های خود را، به نحو مقتضی، بشوید یا تعویض نمایید.

به کارمندان، مربیان، کارکنان پشتیبان و اعضای تیم جوانان تذکر داده می شود که اقدامات پیشگیرانه شخصی را رعایت کنند، از جمله:

○ هنگامی که بیمار هستید در خانه بمانید.

■ اگر علائم کووید-19 دارید، در خانه بمانید تا اینکه حداقل 10 روز از نخستین مرتبه بروز علائمتان سپری شده باشد و حداقل 24 ساعت از بهبودی شما گذشته باشد، به این معنی که تب شما بدون استفاده از دارو ها، تب بر قطع شده باشد و علائم شما (مانند سرفه، تنگی نفس) بهتر شده باشند.

■ اگر نتیجه آزمایش کووید-19 شما مثبت شده ولی هرگز علائمی نداشته اید، باید در منزل بمانید تا:

- 10 روز بعد از تاریخ اولین آزمایش مثبت، اما

- اگر به علائم کووید-19 مبتلا شدید، باید از دستورالعمل های بالا پیروی نمایید.

○ دستان خود را با آب و صابون به مدت حداقل 20 ثانیه بشوید. اگر آب و صابون در دسترس نیست از یک ضدعفونی کننده دست پایه الکلی حاوی 60% الکل استفاده کنید. قبل از صرف غذا، بعد از استفاده از توالت و بعد از سرفه و عطسه، دستان خود را بشوید.

○ سرفه ها و عطسه های خود را با یک دستمال بپوشانید، و سپس دستمال را دور انداخته و دستان خود را بلافاصله تمیز کنید. اگر دستمال ندارید، از آرنج خود استفاده کنید (نه دستان خود).

○ دهان، چشم، بینی خود را با دست های شسته نشده لمس نکنید.

○ از تماس با افرادی که بیمار هستند خودداری کنید.

○ از به اشتراک گذاشتن اقلامی مانند تلفن یا دستگاه های دیگر خودداری کنید. اگر لازم است دستگاه ها به اشتراک گذاشته شوند، حتماً قبل و بعد از اشتراک گذاری، آن ها را با دستمال مرطوب ضدعفونی کننده تمیز نمایید.

○ به طور مستمر، فاصله کاری خود از سایر کارکنان و شرکت کنندگان را حفظ کنید. همیشه فاصله حداقل 6 فوت توصیه شده را از دیگران حفظ نمایید مگر اینکه وظایف کاری خاصی نیاز به فاصله کمتری داشته باشند و هنگام کار در نزدیکی یا در کنار سایر افراد پوشش پارچه ای صورت بپوشید.

○ اشیاء و سطوح پر تماس را ضد عفونی کنید. این کار باید بصورت ساعتی حین ساعات اداری انجام شود.



❑ نسخه‌های کپی از این پروتکل بین همه کارکنان، شرکت‌کنندگان و خانواده‌ها توزیع شده است.

B. پروتکل‌های نگهداری

❑ اقلام مشترک مورد استفاده حداقل روزانه یکبار ضدعفونی می‌شوند.

❑ تجهیزات مشترک مورد استفاده قبل و بعد از هر استفاده، ضد عفونی می‌شوند.

❑ سرویس‌های بهداشتی واقع در زمین‌های ورزشی، مجموعه‌ها یا آوردگاه‌هایی که به روی عموم افراد باز هستند، باید طی ساعات اداری به روی عموم باز بمانند و به‌طور منظم بررسی شده و حداقل روزانه یکبار یا به علت استفاده زیاد چنانچه لازم باشد به تعداد دفعات بیشتر، با استفاده از مواد ضدعفونی کننده مورد تأیید سازمان حفاظت از محیط زیست (EPA) و با رعایت دستورالعمل‌های شرکت سازنده، تمیز و ضد عفونی می‌شوند.

❑ شیرهای آب خوری تنها برای پر کردن بطری‌های آب در دسترس هستند.

C. پروتکل‌های نظارتی

❑ علائم حاوی دستورالعمل‌ها و اطلاعات در سراسر مجموعه نصب شده‌اند تا حفظ فاصله گذاری فیزیکی شش فوت، لزوم پوشیدن ماسک بصورت دائم، اهمیت شستشوی دست منظم و ضرورت خانه ماندن در صورت ناخوشی یا داشتن علائم کووید-19 را به تمامی افراد یادآور شوند. برای مشاهده منابع تکمیلی و نمونه علائم قابل استفاده کسب و کارها به وبسایت راهنمای کووید-19 اداره بهداشت عمومی این شهرستان مراجعه نمایید.

❑ نشریات آنلاین برنامه‌های ورزشی تفریحی (وبسایت، رسانه‌های اجتماعی و غیره) اطلاعات گویایی در خصوص فاصله گذاری فیزیکی، استفاده از ماسک‌ها و سایر مسائل ارائه می‌دهند.

❑ علائمی نصب شده که به بازدید کنندگان ابلاغ می‌کند در صورت بروز علائم عفونی یا چنانچه ملزم هستند خود را ایزوله یا قرنطینه کنند، باید در منزل بمانند.

❑ مربیان و مدیران لیگ بر رعایت محدودیت‌های اعلام شده نظارت می‌کنند.

❑ از شرکت کنندگان خواسته خواهد شد که در صورت عدم رعایت این محدودیت‌ها محل را ترک کنند.

❑ نهاد حامی مربوطه (مانند مدرسه، یا در صورت اطلاق لیگ یا تیم)، از نسخه کپی این پروتکل یا چنانچه در این مورد صدق کند، گواهی چاپ شده مطابقت ایمنی کووید-19 صادره شهرستان لس آنجلس نگهداری می‌کند. برای کسب اطلاعات بیشتر یا گذراندن دوره خود آموز مطابقت ایمنی کووید-19، به نشانی <http://public.health.lacounty.gov/eh/covid19cert.htm> مراجعه نمایید. تیم‌های ورزشی باید یک نسخه کپی از پروتکل‌ها در محل داشته باشند تا در صورت درخواست افراد، جهت بررسی در اختیار آنان قرار دهند.

هر گونه اقدامات تکمیلی که در بالا ذکر نشده است باید در صفحات جداگانه‌ای ذکر شود،
که مدیر هماهنگی ورزش‌های تفریحی باید آن را به این سند ضمیمه نماید.

شما می‌توانید برای انتقال هر گونه سؤالات یا نظرات خود درباره این پروتکل با شخص زیر تماس بگیرید:

نام سرپرست ورزش‌های تفریحی:

شماره تلفن:

تاریخ آخرین بازبینی:



ضمیمه A: نمونه فرم رضایت نامه آگاهانه

توجه نمایید: نمونه فرم رضایت نامه آگاهانه زیر، صرفاً جهت ارائه نمونه‌ای از آنچه است که می‌توان در فرم رضایت نامه ورزشکاران نوجوانان و بزرگسالانی که در ورزش‌های دارای تماس متوسط و پُر تماس شرکت می‌کنند، درج نمود. این موارد عبارتند از (1) تصدیق خطرات مربوط به شرکت در فعالیت‌های ورزشی حین همه‌گیری و (2) تصدیق پروتکل‌های ایمنی کووید-19 تیم، از جمله لزوم غربالگری علائم پیش از شرکت در هرگونه فعالیت تیمی و گزارش تمامی مبتلایان تأیید شده کووید-19 و مخاطبین نزدیک آنان به اداره بهداشت عمومی. گردانندگان و مدیران تیم‌ها و لیگ‌های ورزشی نوجوانان و بزرگسالان باید پیش از اجرای فرایند اخذ رضایت نامه آگاهانه با مشاور حقوقی خود مشورت کنند.

ورزشکار گرامی و چنانچه ورزشکار صغیر باشد، والد/مراقب گرامی،

ایالت کالیفرنیا اخیراً اعلام کرد که از 26 فوریه 2021، ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان با تماس متوسط و پُر تماس، در صورت کسب مجوز از مقامات بهداشتی محلی و رعایت مقررات ایالتی و مقررات شهرستان لس آنجلس برای آن ورزش‌ها، می‌توانند از سر گرفته شوند.

[Team] اقدامات مناسبی را به منظور پیشگیری از انتشار بیماری کووید-19 اتخاذ می‌کند، از جمله ردیابی/پیشگیری، و پیروی از دستورات و پروتکل‌های ذیربط بهداشتی عمومی ایالت و شهرستان. با این حال، نمی‌توان امکان انتقال را از بین برد. ورزشکاران و خانواده‌هایشان باید پیش از شرکت در مسابقات ورزشی از خطرات آن آگاه بوده و آن را بپذیرند.

با درج حرف اول نام و نام خانوادگی و امضای موافقت نامه رضایت آگاهانه، شما به تصدیق موارد زیر اذعان کرده، آن را پذیرفته و موافقت می‌کنید (فرد ورزشکار و چنانچه ورزشکار صغیر باشد، والد/مراقب باید حرف اول نام و نام خانوادگی را نوشته و امضا کنند):

- شرکت در فعالیت ورزشی کاملاً داوطلبانه است.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- ورزشکار نوجوان اجازه دارد به دستور کادر مربیگری، در جلسات ورزشی، تمرین‌ها و مسابقات شرکت کند.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- در صورت اطلاق هر یک از موارد زیر، نه ورزشکار و نه والد/مراقب او در جلسات، تمرین و/یا مسابقات شرکت نخواهند کرد:

A. طی 10 روز اخیر، نشانه (علائم) کووید-19 در ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او بروز کرده است: تب 38°C یا بالاتر یا لرز، سرفه، تنگی نفس یا مشکل تنفسی، احساس خستگی، درد عضلات یا بدن درد، سردرد، گلو درد، تهوع یا استفراغ، اسهال، گرفتگی یا آبریزش بینی یا از دست دادن ناگهانی حس چشایی یا بویایی. ورزشکار یا چنانچه ورزشکار صغیر باشد والد/مراقب وی، پیش از شرکت او در جلسات تمرینات و/یا مسابقات، دمای بدنش را در خانه معاینه می‌کنند؛ و اگر دما بیش از 100.4°F یا 38°C باشد، ورزشکار در رویدادهای مذکور حضور نخواهد داشت.

B. ابتلای ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او به کووید-19 تشخیص داده شده یا آنکه مشکوک به ابتلای کووید-19 بوده یا در انتظار انجام آزمایش کووید-19 هستند.

C. ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او با فرد دیگری که ابتلای وی به کووید-19 تشخیص داده شده یا مشکوک به ابتلای کووید-19 است، وقت سپری کرده‌اند.

D. ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او در حال حاضر در حال حاضر تحت فرمان انزوا یا قرنطینه قرار دارند.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- اگر نتیجه تست کووید-19 ورزشکار مثبت شود یا او در معرض فردی قرار گرفته باشد که نتیجه تست کووید-19 او مثبت شده است، ورزشکار یا چنانچه

ورزشکار صغیر باشد، والد/مراقب وی، موافقت می کنند که بلافاصله به [Team Officials] اطلاع داده و تأیید می کنند که [Team Officials] باید با اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس (LACDPH) تماس گرفته تا اطلاعات لازم در مورد نتیجه تست مثبت، از جمله نام ورزشکار و اطلاعات تماس او را، در اختیار آنان قرار دهند. اینجانب به [Team] اجازه می دهم این اطلاعات را طبق قانون در اختیار LACDPH یا هر نهاد اداری که لازم است قرار دهد. اینجانب به خواست خود با انجام هرگونه ردیابی مخاطبینی که [Team Officials] و/یا LACDPH لازم می داند همکاری می کنم.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- ما واقفیم که ممکن است ورزشکار هنگام شرکت در جلسات، تمرینات و/یا مسابقات در معرض کووید-19 قرار گیرد. ما متوجه هستیم که این مواجهه برای ورزشکار و همچنین اعضای خانوار او با خطر ابتلا، بیماری شدید یا فوت همراه می شود.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- ما اذعان داریم که [Team] فرمانده وزارت بهداشت ایالتی، اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس، یا سایر ارگان های اجرایی دارای تصدی بر امور [Team]، می توانند هر زمانی رقابت یا فصل را لغو کنند. ما همچنین اذعان داریم که [Team] باید از هرگونه احکام صادره از سوی هر یک از نهادهای دارای تصدی امور ورزشی تبعیت کند و موافقت می کنیم از چنین فرمان هایی پیروی نماییم، حتی اگر پس از امضای این موافقت نامه صادر شده باشند.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- ورزشکار و چنانچه ورزشکار صغیر باشد والد/مراقب، آگاه هستند که تمرین ها، بازی ها، تماشاچی بودن و/یا حمل و نقل نسبت به سال های گذشته متفاوت خواهد بود، از جمله لزوم فاصله گذاری فیزیکی و استفاده صحیح و مداوم از ماسک ها. ما می پذیریم که از فرمان های صادره کادر مربیگری پیروی کرده و اذعان داریم که ناکامی در تحقق این امر ممکن است منجر به امتناع از پذیرش ورزشکار در تمرینات، مسابقات و/یا کل فصل ورزشی شود.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

- ورزشکار داوطلبانه در فعالیت های ورزشی شرکت می کند. ورزشکار یا چنانچه ورزشکار صغیر باشد والد/مراقب، هرگونه و تمامی خطرات ناشی از ابتلا، آسیب یا فوت را، چه آن خطرات معلوم باشد و چه ناشناخته، بر عهده می گیرند.

حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار: _____

اینجانب/ما به دقت این توافق را خوانده و به طور کامل متوجه مطالب مندرج در آن هستیم/هستیم. اینجانب/ما از خطرات شرکت در مسابقات در دوران همه گیری کووید-19 آگاه هستیم/هستیم. اینجانب/ما آگاه هستیم که این فرم شامل سلب مسئولیت و اعراض از تمامی ادعاها می باشد. اینجانب/ما این موافقت نامه را داوطلبانه امضا کرده، از خطرات مربوط و سلب و اعراض هرگونه ادعایی علیه [TEAM]، کارمندان، عوامل، اعضای هیئت مدیره، یا دیگر نهادهای مرتبط با آن آگاهی کامل دارم/داریم.

نام چاپی ورزشکار: _____

امضاء ورزشکار: _____

نام چاپی والد: _____

امضاء والد چنانچه ورزشکار از نظر

سنی صغیر است: _____

تاریخ: _____

تاریخ: _____