

County ng Santa Clara

Departamento ng Pamublikong Pangkalusugan

Opisyal ng Pangkalusugan
976 Lenzen Avenue, 2nd Floor
San José, CA 95126
408.792.5040



MANDATORYANG DIREKTIBA PARA SA MGA AKTIBIDAD AT PASILIDAD NG LIBANGAN AT ATLETIKA

Mangyaring kumpirmahin na ang mga aktibidad na tinalakay sa ibaba ay pinapayagan sa ilalim ng Kautusan ng Estado. Kung may pagkakaiba sa pagitan ng Kautusan ng County at ng Kautusan ng Estado, dapat na sundin ang mas mahigpit na kautusan. Mayroon din ang Estadong tiyak na patnubay para sa ilang mga pasilidad at aktibidad na dapat sundin bilang karagdagan sa mandatoryang Direktibang ito.

Ang impormasyon tungkol sa Kautusan ng Estado at patnubay ng Estado ay makikita sa [covid19.ca.gov](https://www.covid19.ca.gov).

Inilabas: Hulyo 14, 2020

Noong Hulyo 13, 2020, inutusan ng Opisyal ng Kalusugan ng Estado na isara ang lahat ng mga panloob na operasyon sa mga sentro ng libangan ng pamilya — halimbawa, mga bowling alley, miniature golf, batting cage, at arcade - sa buong estado (epektibo noong Hulyo 13, 2020), at pagsasara ng lahat ng mga panloob na operasyon ng mga gym at sentro ng kalakasan sa Santa Clara County (epektibo noong Hulyo 15, 2020). Tingnan ang Kautusan ng Opisyal ng Pamublikong Pangkalusugan sa Buong Estado [dito](https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/SHO%20Order%20Dimming%20Entire%20State%207-13-2020.pdf) (<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/SHO%20Order%20Dimming%20Entire%20State%207-13-2020.pdf>). Alinsunod dito, ang mga negosyong ito ay hindi maaaring magpatakbo sa loob.

Ang lahat ng mga panlabas na operasyon ay napapailalim sa mga mandatoryang kinakailangan sa Direktibang ito.

Para sa maraming tao, ang mga libangan at palakasan na aktibidad ay mahalaga sa pisikal, kaisipan, at emosyonal na kagalingan. Ngunit dahil madalas silang nagsasangkot ng maraming mga sambahayan at kagamitan na madalas na hinahawakan, kritikal na ang bawat isa ay gumawa ng mga pamamaraan upang maprotektahan laban sa pagkalat ng COVID-19 kapag nakikilahok sila sa mga gawaing ito. Habang pinapayagan ng Direktibang ito ang maraming mga aktibidad ng libangan at atletika upang magpatuloy, may mga limitasyon pa rin kung paano naganap ang mga aktibidad na iyon. At ang ilang mga aktibidad ay mananatiling ganap na ipinagbabawal.

Ipinaliwanag ng Direktibang ito ang mga limitasyon at pagbabawal sa mga libangan at palakasan na mga aktibidad at pasilidad. **Itong Direktiba ay mandatorya, at ang kabiguang sundin ito ay paglabag sa Kautusan ng Opisyal ng Pangkalusugan na inilabas noong Hulyo 2, 2020** ("Kautusan"). Dapat kayong sumunod sa Kautusan at lahat ng mga kinakailangan sa itong Direktiba.

TANDAAN: Ang Direktibang ito ay nalalapat sa mga pasilidad sa libangan at atletika (panloob at panlabas na pasilidad na nag-host ng mga laruan ng isports, paligsahan, o mga kaganapan ng isang pisikal o atletikong kalikasan), at mga aktibidad ng libangan at pang-atleta. Ang Direktibang ito ay hindi nalalapat sa mga organisasyong negosyo at mga aktibidad na pang-libangan at pang-atleta ng mga bata, kabilang ang ngunit hindi limitado sa mga kampo, klase, programa, kasanayan, at kumpetisyon ng mga bata. Itong mga negosyon at aktibidad ay isasailalim sa Mandatoryang **Direktiba para sa mga Programa ng mga Bata ng Opisyal ng Pangkalusugan**. Ang mga gym at pasilidad ng kalakasan ay sumasailalim sa magkahiwalay na mga kinakailangan na nakalista sa Mandatoryang Direktiba para sa **Mga Gym at Pasilidad ng Kalakasan**.

Ang Kautusan na Inilabas Hulyo 2

Ang Kautusan ay nagpapataw ng ilang mga paghihigpit sa lahat ng mga negosyo at aktibidad upang matiyak na ang County ay mananatiling ligtas hangga't maaari, kabilang ang ngunit hindi limitado sa mga sumusunod:

- **Ang Protokol ng Pagdistansya Mula sa Ibang Tao:** Dapat magkumpleto at magsumite ang lahat ng mga negosyo ng pinakabagong bersyon ng Protokol ng Pagdistansya Mula sa Ibang Tao sa County gamit ang online form, makukuha dito. Ang Protokol ay isinumite sa ilalim ng parusa na bawal na magsinungaling, nangangahulugan na ang lahat ng nakasulat sa form ay dapat totoo at tumpak sa pinakamahusay sa kaalaman ng pumirma, at ang pagsusumite ng hindi totoong impormasyon ay isang krimen. Ang Protokol ay dapat na maipamahagi sa lahat ng mga manggagawa, at dapat itong magagamit ng lahat ng mga opisyal na nagpapatupad ng Kautusan. Responsable ang mga negosyo sa pagtiyak na maunawaan at sanay ang mga manggagawa sa mga kinakailangan ng Protokol sa isang wika na naiintindihan nila.
- **Palatandaan:** Ang lahat ng mga negosyo ay dapat mag-print ng (1) isang na-update na Palatandaan na COVID-19 PREPARED at (2) isang Talaan ng Impormasyon ng Bisita ng Protokol ng Pagdistansya Mula sa Ibang Tao, at dapat na mai-post ang pareho na madaling makikita sa lahat ng mga pasukan ng pasilidad. Ang mga ito ay magagamit para sa pag-print pagkatapos ng pagsusumite sa online ng Protokol ng Pagdistansya Mula sa Ibang Tao.
- **Mga Panakip sa Mukha:** Ang bawat isa sa pasilidad ng negosyo o lugar ng trabaho ay dapat magsuot ng panakip sa mukha sa lahat ng oras (maliban sa mga maliliit na bata, ang mga tao na hindi marapat na medikal ang mga panakip sa mukha, o para sa komunikasyon ng o sa mga taong may kapansanan sa pandinig). **Ang mga panakip sa**

mukha ay dapat na i-suot kahit na nag-eehersisyo, maliban kung ang indibidwal ay nasa labas at hindi sa loob ng anim na talampakan ng sinumang nasa labas ng sambahayan ng indibidwal. Kung ang isang indibidwal ay hindi komportable o nahihirapan sa paghinga habang nag-ehersisyo na may panakip sa mukha, dapat ihinto agad ng indibidwal ang aktibidad.

- **Limitasyon ng Densidad:** Ang lahat ng mga negosyo ay dapat limitahan ang bilang ng mga tao na maaaring nasa pasilidad nang sabay. Para sa mga miyembro ng kawani, ang limitasyon ay 1 tao bawat 250 na kabuuang talampakang kuwadrado ng espasyo sa pasilidad (nangangahulugan ito ng kabuuang espasyo, kabilang ang mga lugar na bukas lamang sa mga kawani tulad ng mga silid ng imbakan). Para sa mga kliyente, ang limitasyon ay 1 tao bawat 150 na talampakang kuwadrado ng espasyo na bukas sa publiko. Tinutukoy ng mga kinakailangan ng densidad sa mga negosyo kung gaano karaming mga tao (kawani o mga kliyente) ang maaari nilang ipasok bago umalis ang ibang tao. Ang mga batang wala pang 12 na edad na magkasama sa magulang o tagapag-alaga ay hindi binibilang sa limitasyon, ngunit binibilang ang lahat ng mga taong may edad na 12 pataas.

Tingnan ang **Kautusan** at ang **pahina ng FAQ** para sa karagdagang mga detalye.

Bilang karagdagan sa mga pangkalahatang kinakailangan na naaangkop sa ilalim ng Kautusan, lahat ng mga aktibidad at pasilidad ng libangan at atletika ay dapat sumunod sa mga sumusunod na direktiba.

Mga Aktibidad ng Libangan at Atletika

1. ***Mga Aktibidad ng Libangan at Atletika na May Kaugnay sa Malapit na Pakikipag-ugnay ay Ipinagbabawal***
 - a. Pakikilahok sa mga aktibidad ng isports o libangan na kasangkot ang **pisikal na pakikipag-ugnay o malapit na pisikal na kalapitan (sa loob ng 6 na talampakan)** sa mga taong nasa labas ng inyong sambahayan ay hindi pinapayagan dahil sa panganib na maaaring kumalat ang COVID-19 sa mga katulad na aktibidad. Kasama sa mga aktibidad na ito, ngunit hindi limitado sa, football, rugby, basketball, baseball, soccer, boxing at martial arts, sayaw na mat kasosyo at koponan, water polo, hockey, lacrosse, at ultimate frisbee.
 - b. Gayunpaman, pinapayagan ang mga isports at aktibidad na ito kung maaaring makisali ang mga tao sa a **binagong bersyon** ng aktibidad habang pinapanatili ang 6 na talampakan ng distansya sa lahat ng oras.
 - **Halimbawa:** Binuksan ng isang pasilidad ng libangan ang panlabas na basketball court sa mga miyembro nito. Ang mga miyembro ay hindi pinapayagan na maglaro ng isang mapagkumpitensya na laro ng basketball, ngunit pinapayagan na mag-shoot ng mga basket at mag-dribble sa paligid ng korte hangga't hindi sila pumapasok sa loob ng 6 na talampakan ng isa't isa.

Ang pasilidad ay dapat ding sumunod sa lahat ng iba pang mga kinakailangan ng Kautusan na inilabas noong Hulyo 2 at ang Direktibang ito.

- c. Habang naglalaro ng anumang walang pakikipag-ugnayan na isports (tulad ng tennis, bowling, pagpa-takbo, o archery), dapat kayong mapanatili ng hindi bababa sa 6 na talampakan mula sa lahat sa labas ng inyong sambahayan sa lahat ng oras.

2. *Mga Panlabas at Panloob na Aktibidad*

- a. Ang mga panlabas na aktibidad ng libangan at atleta ay pinapayagan sa kondisyon na sumunod sila sa Kautusan, ang Direktibang ito, at anumang iba pang naaangkop na mga Direktiba. Ang mga pagpatakbo ng mga pasilidad ay hinihikayat na i-pataas ang bilang ng mga aktibidad na inaalok nila sa labas, dahil ang panganib ng pagkalat ng COVID-19 ay makabuluhang mas mababa sa labas kaysa sa loob.
- b. Ang mga aktibidad ng libangan at atleta na nagsasangkot ng kardio/aerobik na ehersisyo ay ipinagbabawal. Ang pag-eehersisyo ng kardio/aerobik ay nagpapahiwatig ng mabibigat na paghinga o isang mabilis na puso, kung saan ang mga kalahok ay malamang na hilig upang tanggalin ang kanilang panakip sa mukha. Ang mga aktibidad na ito ay pinapayagan na maganap sa labas lamang.

3. *Pagbahagi at Pagrenta ng Kagamitan*

- a. Hindi maaaring magbahagi ng kagamitan maliban sa isang bola, frisbee, o katulad na mga gamit sa mga miyembro ng ibang sambahayan.
- b. Pinahihintulutan ang pag-renta ng kagamitan ng isports o libangan, kung ang kagamitan ay lubusan nai-sanitize sa pagitan ng bawat pag-renta gamit ang disimpektante na epektibo sa pagbabawas ng panganib ng pagkalat ng COVID-19 sa mga ibabaw. Ang isang listahan ng mga epektibong disimpektante ay magagamit **dito**. Tulad ng lahat ng kagamitan (maliban sa mga bola, frisbee, at mga katulad na gamit), ang mga ni-rentang kagamitan ay hindi dapat ibinahagi sa pagitan ng mga miyembro ng iba't ibang mga sambahayan maliban kung ito ay nai-sanitize sa pagitan ng paggamit.

4. *Mga Kinakailangan sa Panakip sa Mukha*

- a. Sa isang panloob na pasilidad, dapat kayong magsuot ng panakip sa mukha kahit na habang nag-eehersisyo (maliban sa mga maliliit na bata, ang mga tao na hindi marapat na medikal ang pagsuot ng panakip sa mukha, o para sa komunikasyon ng o sa mga taong may kapansanan sa pandinig).
- b. Sa isang panlabas na pasilidad, dapat kayong magsuot ng panakip sa mukha maliban kung aktibo kayong nag-eehersisyo at nakapagpapanatili ng distansya ng

anim na talampakan mula sa sinumang nasa labas ng inyong sambahayan sa lahat ng oras.

- c. Kung nasa labas at hindi sa isang pasilidad (halimbawa sa isang paglalakad), dapat kayong magsuot ng panakip sa mukha kung hindi kayo mapapanatili ng anim na talampakan ng distansya mula sa sinumang nasa labas ng inyong sambahayan sa lahat ng oras.

5. *Mga Adultong Kaganapan ng Isports at mga Kasanayan ng Koponan*

- a. Lahat ng mga organisadong kaganapan ng isports at libangan (kabilang ang anumang kumpetisyon) at mga kasanayan ng koponan ay dapat sumunod sa Mandatoryang Direktiba para sa **mga Pagtitipon ng Opisyal ng Pangkalusugan**. Sa ilalim ng Direktibang iyon, walang panloob na mga kaganapan ng isports at kasanayan ng koponan ang pinapayagan, at ang lahat ng mga panlabas na kaganapan ng isports at kasanayan ng koponan ay limitado sa 60 katao. Kasama sa mga limitasyong ito ang mga kawani tulad ng mga referee. Walang pinapayagan na mga manonood.
- b. Anumang negosyo (kabilang ang mga non-profit at mga institusyong pang-edukasyon) na nag-aayos ng isang libangan o atletikong kaganapan ay dapat magkumpleto ng Protokol ng Pagdistansya Mula sa Ibang Tao sa www.covid19prepared.org at sumunod sa lahat ng mga kinakailangan para sa mga negosyo sa Kautusan.

6. *Mga Klase ng Libangan at Atletika at mga Pagsasanay na Sesyon ng mga Adulto*

Pinahihintulutan ang mga klase ng libangan at atletika at mga sesyon ng pagsasanay, hangga't sumusunod sila sa Kautusan, ang mga kinakailangan sa Direktibang ito, at ang mga sumusunod na kinakailangan:

- a. Ang mga aktibidad na hindi makipag-ugnay lamang ang pinapayagan, at ang mga tao mula sa magkakahiwalay na sambahayan ay dapat mapanatili ang hindi bababa sa 6 na talampakan ng paghihiwalay sa lahat ng oras.
- b. Kailangang mag-rehistro ang mga kalahok sa pamamagitan ng isang online o iba pang plataporma na walang-hipo, kung maaari.
- c. Ang mga tagapagturo ay maaaring hawakan lamang ang mga kalahok kung talagang kinakailangan para sa mga layuning pangkaligtasan, tulad ng upang maiwasan ang isang kalahok na bumagsak at makasakit sa kanilang sarili.
- d. Ang lahat ng kagamitan, pati na rin ang espasyo kung saan naganap ang klase o sesyon ng pagsasanay, dapat nai-sanitize bago at pagkatapos ng bawat sesyon.
- e. Panloob na mga klase ng libangan o atletika at mga sesyon ng pagsasanay ay

dapat sumunod sa mga sumusunod na karagdagang kinakailangan:

- i. Ang klase ay dapat hindi nagsasangkot ng anumang kardio/aerobik na ehersisyo.
- ii. Ang tagapagturo at lahat ng mga kalahok ay dapat magsuot ng mga panakip sa mukha sa lahat ng oras, kahit na nag-eehersisyo.
- iii. Ang pagdalo sa isang panloob na lugar ay dapat na limitado sa 1 tagapagturo/miyembro ng kawani bawat 250 na talampakang kuwadrado at 1 kalahok bawat 150 na talampakang kuwadrado ng lugar.
- iv. Ang mga pintuan at bintana ay dapat iwanang bukas kung ligtas na gawin ito.
- v. Ang mga klase o sesyon ng pagsasanay ay dapat mangyari nang paisa-isa upang may hindi bababa sa 15 minuto sa pagitan ng mga sesyon upang mapayagan ang buong pag-sanitize at maiwasan ang pagsiksikan ng mga kalahok na pumapasok/lumalabas sa lugar.
- vi. Ang mga kalahok ay dapat na sinabihan na dumating ng hindi hihigit sa 5 minuto bago sa oras ng pagsisimula ng kanilang klase. Kapag natapos ang isang klase, dapat paalisin ng tagapagturo ang mga kalahok mula sa lugar ng grupo ng kalakasan nang maliit na grupo upang maiwasan ang pagsiksikan sa mga labasan.

7. *Ang mga Organisadong Aktibidad ng Libangan at Atletika ng mga Bata*

Lahat ng mga organisadong aktibidad ng libangan at atletika ng mga bata, kabilang ang ngunit hindi limitado sa mga kampo, klase, kasanayan, at kumpetisyon ay dapat sumunod sa Mandatoryang Direktiba ng Opisyal ng Pangkalusugan para sa Pangangalaga sa Bata, mga Summer Camp, at mga Aktibidad ng Bata.

Mga Pangkalahatang Kinakailangan para sa mga Pasilidad ng Libangan at Atletika

Karamihan sa mga pasilidad ng libangan at atletika ay pinahihintulutang magbukas ng pagsunod sa Kautusan at ang Direktibang ito. Ang mga nagpapatakbo ng pasilidad ay dapat magkumpleto ng Protokol ng Pagdistansya Mula sa Ibang Tao sa www.covid19prepared.org at sumusunod sa lahat ng mga kinakailangan na naaangkop sa mga negosyo sa Kautusan.

8. *Mga Pamamaraan ng Pag-sanitize*

Lahat ng mga pasilidad ng libangan ay dapat sumunod sa mga sumusunod na pamamaraan ng pag-sanitize:

- a. Regular na disimpektahin ang lahat ng mga madalas na hinahawakan na lugar at ibabaw (tulad ng mga doorknob, hawakan, riles, switch ng ilaw, istasyon ng pag-

sanitize, banyo, lababo, kubeta, mga bangko, mga lamesa sa harap, keyboard, computer, telepono, at lahat ng ibinihaging kagamitan), sumusunod sa [mga alituntunin ng CDC](#).

- b. Ang mga disimpektante na ginagamit ay dapat maging epektibo laban sa COVID-19. Nagbigay ang CDC ng isang [listahan ng mga epektibong disimpektante](#).
- c. Kung kinakailangan, baguhin ang mga oras ng pagpapatakbo upang matiyak na ang regular at masusing pag-sanitize ay maaaring magawa.
- d. Magbigay ng wisik at pamunas na disimpektante na magagamit ng mga gumagamit (hindi lamang mga kawani) sa mga istasyon ng pag-sanitize sa buong pasilidad.
- e. Bilang karagdagan sa pagkakaroon ng sanitizer ng kamay na magagamit ng mga kliyente sa buong pasilidad (tulad ng kinakailangan sa Pagdistansya Mula sa Ibang Tao), mag-post ng palatandaan na nangangailangan ng mga kliyente na gumamit ng sanitizer ng kamay o hugasan ang kanilang mga kamay (gamit ang sabon at tubig, nang hindi bababa sa 20 segundo) bago at pagkatapos gamitin ang anumang kagamitan.

9. *Mga Lugar at Pasilidad na Kailangang Manatiling Sarado*

Ang mga sumusunod na lugar at pasilidad ay dapat manatiling sarado:

- a. Mga panloob na palanguyan (Tandaan: Ang mga panlabas na palanguyan ay maaaring magpatakbo ngunit dapat sumunod sa Mandatoryang [Direktiba para sa mga Panlabas na Palanguyan ng Opisyal ng Pangkalusugan](#))
- b. Mga spa, sauna, at mga silid ng singaw
- c. Mga Shower
- d. Mga bukal ng tubig (Tandaan: Pinapayagan ang mga istasyon ng pag-puno ng tubig na walang-hipo)
- e. Makina ng pagbebenta
- f. Ang mga microwave, water cooler, at anumang iba pang katulad na kagamitan sa mga lugar ng kawani

Mga Parke, Bukas na Espasyo, at Mga Lupang Pag-Kamping

Kapag bumibisita sa mga parke at bukas na espasyo dapat ninyong sundin ang anumang mga paghihigpit na inilalagay upang mabawasan ang pagsisiksikan at maiwasan ang pagkalat ng COVID-19. Ang ilang mga lugar ay maaaring sarado o limitado sa publiko. Tingnan ang website ng lugar o tumawag bago kayong bumisita.

10. *Mga Karaniwang Lugar*

Mga karaniwang lugar tulad ng mga lamesa ng piknik at barbecue ay pinapayagan na magbukas kung ang mga palatandaan ay nai-post na nangangailangan ng mga karaniwang lugar na mai-sanitize bago at pagkatapos ng bawat paggamit, at paalalahanan ang mga tao na gumagamit ng mga karaniwang lugar upang mapanatili ang pagdistansya mula sa ibang tao ng hindi bababa sa 6 na talampakan mula sa mga miyembro ng iba pang mga sambahayan sa lahat ng oras.

11. *Mga Lupang Pag-Kamping*

Mga Lupang Pag-Kamping ay pinapayagan na magbukas sa ilalim ng mga sumusunod na kondisyon:

- a. Ang mga itinalagang lugar ng pag-kamping lamang ang dapat gamitin.
- b. Isang grupo lamang ng sambahayan sa bawat lugar na pag-kamping
- c. Kung ang mga lugar ng pag-kamping ay agad na katabi ng bawat isa, dapat mayroong hindi bababa sa isang saradong lugar ng pag-kamping sa pagitan ng bawat bukas na lugar ng pag-kamping upang mapanatili ang sapat na distansya sa pagitan ng mga kabahayan na magkahiwalay.
- d. Ang mga yurt, dorm, cabins, "glamping" na pasilidad, at iba pang permanenteng kagamitan sa pagtulog ay pinapayagan na mabuksan, kung ang mga pasilidad na ito ay ganap na nai-sanitize sa pagitan ng bawat paggamit, kabilang ang pagdidisimpekta ng lahat ng mga madalas-hinahawakan na lugar at ibabaw (tulad ng mga doorknob, hawakan, riles, light switch, banyo, lababo, kubeta, kama at kumot, at upuan), sumusunod sa [mga alituntunin ng CDC](#). Ang mga pasilidad na ito ay dapat sumunod sa Mandatoryang **Direktiba ng Opisyal ng Pangkalusugan para sa mga Pasilidad ng Panuluyan**.
- e. Sa abot na magagawa, dapat isagawa nang maaga ang pagpapareserba sa pamamagitan ng telepono o sa online.

Manatiling may Kaalaman

Para sa mga sagot sa mga madalas na mga katanungan tungkol sa industriya na ito at iba pang mga paksa, mangyaring tingnan ang **pahina ng FAQ**. **Mangyaring tandaan na ang direktibang ito ay maaaring ma-update**. Para sa napapanahong impormasyon sa Kautusan ng Opisyal ng Pangkalusugan, bisitahin ang website ng Departamento ng Pamublikong Pangkalusugan ng County sa www.sccgov.org/coronavirus.