

Protocol para sa Panlibangang Sports para sa Kabataan at mga Adultos: Appendix W (Protocol for Youth and Adult Recreational Sports)

Mga pagbabago simula 3/12/21:

- Basahing itong mabuti dahil sa ang buong protocol ay binago.

Ang mga tagubilin sa Protocol na ito ay partikular sa

- Mga adulto na naglalaro ng mga panlibangang sports
- Mga organisadong sports ng kabataan, mga programa ng K-12, mga programa na panlibangan na inisponsor ng komunidad, mga liga o club na pribado.

Para sa mga kadahilanan ng protocol na ito, ang kahulugan ng Youth Sports ay mga aktibidad ng sports o mga liga na itinaguyod para sa mga indibidwal na may edad na 18 o mas bata. **Itong protocol na ito ay hindi naaangkop para sa mga pang-kolehiyo o propesyonal na sports o sa mga events ng komunidad tulad ng marathon, half-marathon at mga endurance races.**

Karagdagan sa mga kondisyon na ipinataw para sa youth at adult recreational sports ng State Health Officer, na matatagpuan sa at <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>, ang mga youth at adult recreational sports ay dapat din sumunod sa mga kondisyon na inilatag ng Protocol na ito. Itong protocol na ito ay dapat ma-implementa at maging handa kapag hilingin sa sinomang opisyal ng City, kasama ang anumang plano na kinakailangan sa pahayag ng dokumentong ito.

Ang City permit ay dapat ipagkaloob para sa youth at adult sports na mga aktibidad na magaganap sa mga parks ng City, beach at mga swimming pool na nasa pamamahala ng City.

Ang youth at adult recreational sports na nagaganap sa pool ay dapat sumunod sa Protocol para sa Public Swimming Pools (Appendix K), kung saan man applicable. Itong Protocol na ito ay hindi nagbibigay ng awtorisasyon para sa operasyon ng panloob na swimming pools.

Para sa mga kadahilanan ng Protocol na ito:

- “Ang Establisimyo” ay nangangahulugan sa paaralan, liga, team na tumatakbo na hiwalay sa isang paaralan o liga.
- “LBDHHS” ang ibig sabihin ay Long Beach Department of Health and Human Services.
- “Low-Contact Sports” o “Mababang Kontak” ang ibig sabihin ay indibidwal o maliliit na grupo ng sports kung saan ang kontak ay sa loob ng anim na talampakan mula sa ibang kasali ay maaaring maiwasan.
- Ilan sa mga sports na ito ay hindi masyadong nakakapawis na magpapahintulot ng madalas na pagsuot ng takip sa mukha kung malapit ng anim na talampakan mula sa ibang tao. Mga halimbawa ay maaaring matagpuan sa Section A ng Protocol na ito.
- “Moderate-Contact Sports” o “Katamtamang Kontak” ay nangangahulugan na ito ay maaaring laruin kung mayroong mga lapitan ng mga manlalaro. Mga halimbawa ay maaaring matagpuan sa Section A ng Protocol na ito.
- “High-Contact Sports” o “Mataas na Kontak” ay nangangahulugan nang team sports na may madalas na malapitang o matagalang kontak o lapitan (sa maraming kaso, harapang kontak) sa pagitan ng mga manlalaro at mataas ang pagkakataon na ang mga patak ng mga buga ay maipapasa sa pagitan ng mga manlalaro. Mga halimbawa ay maaaring matagpuan sa Section A ng Protocol na ito.

- “Team” ay nangangahulugan na mga grupo ng manlalaro na bumubuo ng isang panig sa isang larong pang kompetisyon. Ang isang “team” ay hindi magsasali ng iba’t ibang grupo o antas mula sa parehong liga o institution (hal. Freshman, Junior Varsity, at mga teams ng Varsity mula sa ibang paaralan o liga na tinunturing na ibang team).
- Ang mga salitang “staff” at “empleyado ay nangangahulugang mga coach, empleyado, support staff, mga volunteers, mga interns at mga trainees, mga iskolar at lahat ng iba pang mga indibidwal na gagawin ang kanilang mga tungkulin sa sityo o para sa akitibidad ng recreational sport. Ang salitang “participants”, “miyembro ng pamilya”, “visitors” o “customer” ay dapat mangahulugan na kasama ang mga miyembro ng publiko at iba pa na hindi mga staff o empleyado na naglalagi sa lugar o negosyo o kasali sa mga aktibidad.
- Ang salitang “kompetisyon” ay limitado sa kompetisyon sa dalawang team lamang.

Ang panganib ng pagkalat ng COVID-19 mula sa isang tao na impektado, kahit maayos ang kanilang pakiramdam, ang iba ay naapektuhan ayon sa mga sumusunod:

- Tumataas ang panganib kapag ang mask ay hindi suot ng wasto at palagi, at ang physical distancing ay hindi pinapanatili.
- Tumataas ang panganib kapag lalong dumadalas ang kontak sa pagitan ng mga kasali; malapitang kontak (lalo na ang mga tapatan ng mukha) at sa kadalasan at total na panahon ng malapitang kontak, ay nagpapataas ng panganib na ang mga patak mula sa hininga ay maisasalin sa ibang mga kasali.
- Tumataas ang panganib kapag may mataas ang antas ng kapaguran; mataas na antas na kapaguran ay nagdadagdag sa bilis ng paghinga at ang kalidad ng hangin na hinihinga at binubuga sa bawat paghinga.
- Tumataas ang panganib kapag nagsasamasama ang mga grupo, lalo na kung galing sa mgakakaibang komunidad (habang naglalaro o pagkatapos ng laro); pakikipaghalubilo sa ibang tao ay nagpapataas ng panganib na ang isang tao na impektado na nasa sityo.

Ang mga sports para sa kabataan at adulto ay mayroong mga aktibidad na may iba’t ibang antas ng panganib ng pagkalat ng COVID-19. Mga aktibidad panlabas ay nagrepresenta ng sapat na mas mababang panganib ng transmisyong kung ito ay ihahambing sa mga panloob na aktibidad, batay sa kasalukuyang ebidensyang pang- agham. Mga kompetisyon ng mga teams ay nagdadagdag din ng paghahalo ng mga grupo at sa labas ng komunidad na nagpapadagdag ng potensyal sa pagkalat ng sakit na COVID-19. Mga sports ng youth at adults ay inihanay sa Protocol na ito ayon sa antas ng panganib ng transmisyong at kontak.

Sakop ng checklist na ito ang mga:

- (1) Mga patakaran sa lugar ng trabaho at mga gawain para maprotektahan ang kalusugan ng empleyado at kostomer.
- (2) Mga hakbang para masegurado ang physical distancing
- (3) Mga hakbang para masegurado ang kontrol ng impeksyon
- (4) Komunikasyon sa publiko
- (5) Mga hakbang nang masegurado na lahat ay pantay pantay sa pagkuha ng serbisyong kritikal.

Ito ang ang limang mahalagang lugar na dapat tugunan habang ang inyong pasilidad ay nagbubuo ng anumang protocol sa muling pagbubukas.

Lahat ng mga negosyo o mga organisasyon na sakop ng protocol na ito ay dapat implemetahin ang mga hakbang na nakalista sa ibaba at maging handa sa pagpapaliwanag kung bakit hinid naangkop ang hakbang na hindi na implementa.

Panalang ng negosyo: _____

Direksyon ng pasilidad: _____

A. YOUTH AT ADULT RECREATIONAL NA SPORTS NA PINAPAYAGAN NG KASALUKUYANG TIER NG LA COUNTY/LONG BEACH – RED (PULA)

Sapagkat ang LA County ay nasa Red Tier sa ilalim ng Blueprint para sa Mas Ligtas na Ekonomiya o [Blueprint for a Safer Economy](#), mga sports sa Red at Purple Tiers ay pinapayagan. Itong table na ito ay maaari ding matagpuan sa CDPH Guidance for Outdoor and Indoor Youth and Recreational Adult Sports

- **Outdoor Low-Contact and Moderate-Contact Sports** (Panlabas na Mababang Kontak at Katamtamtaman na Kontak Sports) ay pinapayagan ayon sa mga tagubilin ng Section B at E ng Protocol na ito.
- **Outdoor High-Contact Sports** (Panlabas na Mataas na Kontak na Sports) ay pinapayagan ganapin ayon sa mga tagubilin ng Sections B, C at E ng Protocol na ito.
- **Indoor Low-, Moderate-, and High-Contact Sports** (Panloob na Mababang at Mataas na Kontak Sports) ay pinapayagan ganapin ayon sa mga tagubilin ng Sections B, D at E ng Protocol na ito.

Anumang panlabas na sport ay maaaring makipagkompetensya at mag-ensayo sa loob kahit anong oras (hal. mas maaga maliban ko ina-awtorisa ng Section A ng Protocol na ito), KUNG ang establisimyento ay sumusunod sa Section B at E ng Protocol na ito.

Mga establisimyento na naglalaro ng mga Panloob na Mababa at Katamtamang Kontak at mga Mataas na Kontak na hindi nagnanais na sumunod sa mga tagubiling ng Section D ay kinakailangan maghintay bago magpatuloy muli sa kompetisyon ng Long Beach Safer-At-Home Order at ng Protocol na ito.

Widespread Tier (Purple) 1	Substantial Tier (Red) 2	Moderate Tier (Orange) 3	Minimal Tier (Yellow) 4
Panlabas na mababang kontak na sports <ul style="list-style-type: none"> • Archery • Badminton (singles) • Biking • Bocce • Corn hole 	Panlabas na katamtamang kontak na sports <ul style="list-style-type: none"> • Badminton (doubles) • Baseball • Cheerleading • Dodgeball • Field hockey 	Mataas na kontak na sports <ul style="list-style-type: none"> • Basketball • Football • Ice hockey Lacrosse (boys/men) • Rugby 	Panloob na katamtamang kontak na sports <ul style="list-style-type: none"> • Badminton (doubles) • Cheerleading • Dance (hindi madalas na kontak)

**PARA I-REPORT ANG PAGLABAG
 TUMAWAG SA: (562) 570-2633 O
 EMAIL: CETASKFORCE@LONGBEACH.GOV**

<ul style="list-style-type: none"> • Cross country • Dance (walang kontak) • Disc golf • Equestrian events (kasama ang rodeos) isa lang ang nakasakay • Fencing • Golf • Ice and roller skating (walang kontak) • Lawn bowling • Martial arts (walang kontak) • Physical training programs (e.g., yoga, Zumba, Tai chi) • Pickleball (singles) • Rowing/crew (isang tao) • Running • Shuffleboard • Skeet shooting • Skiing and snowboarding • Snowshoeing • Swimming and diving • Tennis (singles) • Track and field • Walking and hiking 	<ul style="list-style-type: none"> • Gymnastics • Kickball • Lacrosse (girls/women) • Pickleball (doubles) • Softball • Tennis (doubles) • Volleyball 	<ul style="list-style-type: none"> • Rowing/crew (with 2 or more people) • Soccer • Water polo <p>Panloob na mababang kontak na sports</p> <ul style="list-style-type: none"> • Badminton (singles) • Bowling • Curling • Dance (no contact) • Gymnastics • Ice skating (individual) • Physical training • Pickleball (singles) • Swimming and diving • Tennis (singles) • Track and field 	<ul style="list-style-type: none"> • Dodgeball • Kickball • Pickleball (doubles) • Racquetball • Squash • Tennis (doubles) • Volleyball <p>Panloob na mataas na kontak na sports</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basketball • Boxing • Ice hockey • Ice skating (pairs) • Martial arts • Roller derby • Soccer • Water polo • Wrestling
---	--	---	---

B. MGA PANGKALAHATANG TAGUBILIN PARA SA LAHAT NG SPORTS

Ang seksyon na ito ay naangkop sa lahat ng mga sports na pinapaygan na mag-operate alinsunod sa Protocol na ito.

- Mga pinapayagang mga Aktibidad para sa lahat ng Sports
 - Pagkondisyong pisikal, ensayo, pagpaunlad ng gilás, at mga training na maaaring gawin sa labas, na may 6 talampakan na physical distancing, at kasama ang mga regular na troop ay ina-awotorisahan kahit ano pa mang sport.
- Limitasyon ng mga nanood
 - Mga nanonood ng lahat ng sports ay nagpapanatili ng di kukulang sa 6 talampakan mula sa hindi nila kasama sa parehong kabahayan.
 - Para sa Youth Sports – Limatahin ang pagpanood ng mga youth sports (18 taon at mas bata) sa mga kapamilya, at para sa mahigpit na dahilan ng angkop na edad para sa superbisyon. Kasama dito ang pag-ensayo at komptisyon. Limatahin ang bilang ng nanonood para masegurado na mapanatili ang physical distane, mabawasan ang pagsikip ng tao, at mapanatili ang kapasidad para sa panlabas na limitasyon.
 - Para sa Adult Sports – Wala munang mga manonood sa ngayon.
 - Subukan ang mga video streaming ng mga laro ng maaari itong mapanood ng live mula sa kanilang mga tahanan.

- ❑ **Pantakip sa Mukha**
 - Pantakip sa mukha ay dapat laging suot kapag hindi kasala sa aktibidad (nasa sidelines).
 - Pantakip sa mukha ay dapat suot ng mga coach, support staff at mga nanononood sa lahat ng oras
 - Pantakip sa mukha ay dapat suot ng mga manlalaro habang nag-eensayo, nagkokondisyon at habang nasa kompetisyon, kahit hingal o pagod. Basahin ang [American Academy of Pediatrics Interim Guidance on Return to Sports](#) para sa partikolar na eksepsyon kung saan ang takip sa mukha ay magiging delikado.
 - Para sa Katamtamang Kontak at Mataas na Kontak na Sports, pantakip sa mukha ay ay kinakailanga habang naglalaro kung hanggang paano posilbe at ito ay matinding hinihikayat.
- ❑ **Physical distancing**
 - Magpanatili ng di kukulang sa anim na talampakan sa pagitan ng mga manlalaro at iba, sa lahat ng pagkakataon kung posible, kahit na sila ay nasa sidelines.
 - Magpanatili ng di kukulang sa anim na talampakan sa pagitan ng coach at mga manlalaro at makapag physical distance sa pagitan ng mga manlalaro sa abot ng kanilang kakayahan (hindi sabay sabay na pagsimula, imbes na sabayang simula ng mga paligsahan).
- ❑ **Stasyon para sa Paghugas at Paglinis ng Mga Kamay**
 - Kung equipment ay pinaghihiraman sa isang akitibidad, mga manlalaro ay maglilinis ng mga kamay gamit ang sabon at tubig o gumamit ng hand sanitizer na may alcohol bago maglaro, habang nasa break, sa mga half-time at pagkatapos ng aktibidad.
 - Mga bola at iba pang mga gamit o equipment na hinihipo ng maraming mga manlalaro habang nag-eensayo at laro kung ang paglinis ng mga kamay ay sinusunod
 - Walang pakikipag inuman nsa bote at hiramang ng mga personal na gamit at equipment.
- ❑ **Mga limitasyon sa Pakikipag Halubilo sa mga Manlalaro**
 - Pakikipag halubilo mula sa mga ibang kabahayan bago at pagkatapos ng anumang ensayo o kompetisyon ay dapat na mahigpit na sumunod sa mga kasalukuyang mga tagubilin ng mga pagtitipon sa Long Beach Safer-At-Home Order.
 - Limitahin ang partisipasyon ng mga manlalaro at mga coaches habang nag-eensayo at kompetisyon sa isang team, at iwasan ang pagsali sa mahigit sa isang team para sa parehong season o peryodo ng panahon. Para sa mas malaking team, limitahin at pakikipagsama sa pamamagitan ng pagtaguyod ng maliliit na mga grupo para sa mga ensayo at pagkondisyon.
 - Pag-aralan ang mga practice game o mga video ng laro, kung ito ay magagawa. Kung hindi, kailangan gawin ito sa labas, na kasama ang mga manlalaro na may takip sa mukha at sumusunod sa mga hakbang ng physical distancing.
- ❑ **Pagbalik sa Sports Makalipas ang Impeksyon**
 - Walang sinuman na may sintomas ng COVID-19 o nasa isolation o quarantine para sa COVID-19 ang pinapayagan sa mga ensayo at kompetisyon.
 - Sinumang may sintomas ng COVID-19 ay dapat kumonsulta sa kanilang manggagamot at abisuhan ang kanilang coach, athletic trainer o ang administrador ng paaralan ng kanilang mga sintomas at resulta ng test.
 - Mga kabataan na gumagaling mula sa COVID-19 ay magkakarong kakaibang direksyon sa kanilang pagbalik sa kanilang sports batay sa kalubhaan ng kanilang karamdaman. Basahin ang [American Academy of Pediatrics Interim Guidance on Return to Sports](#) para sa karagdagang gabay para sa mas seryosong mga impeksyon.
- ❑ **Pag-Bakuna**
 - Mga manlalaro, kasama ang mga coach at support staff, ay matinding hinihikayat na magpabakuna kapag sila ay kwalipikado na dahil ang bakuna ay magprotekta sa mga residente at mababawasan ang ang posibilidad ng transmision mula sa mga taong impektado sa iba. Ang protocol ay patuloy an susundin kahit na ang mga manlalaro ay na bakunahan na.

- ❑ Mga Konsiderasyon sa Pag-Biyahe
 - Mga teams ay di dapat sumali sa mga laro sa labas ng sate dahil sa ukat ng pagkalat ng sakit sa ibang mga estado sa buong bansa , kasama na rin ang mga residente ng California.
 - Biyahe sa bus o van para sa mga miyembro ng team ay maaaring maging mapanganib. Para mapigilan ang transmisyong COVID-19, pasuotin lahat ng mask, physical distancing at mga bintana ng sasakyan ay mananatiling bukas sa buong biyahe.
 - Mag-plano ng wastong komunikasyon para sa lahat ng mga patakaran ng pagbiyahe at ang mga inaasahan para sa pagbiyahe ng lahat. Kung magagawa, mga team ay maglaro at bumiyahe sa mismong araw nang maiwasan ang mga pagtulog ng isang gabi.
 - Pagbiyahe sa pribadong sasakyan ay limitado lamang sa mga magkakasama sa parehong kasama sa bahay.
- ❑ Panloob na Sports
 - Karagdagan pa sa mga tagubilin ng Seksyon na ito, mga sports LAMANG na sumusunod sa Section D ng Protocol na ito (“Pagbalik sa Kompetisyon, Contact Practice, at mga Laro sa Loob – Lahat ng Sports”) ay maaaring laruin sa loob.
 - Limitahin ang ang mga panloob ng akitibidad ng sports (ensayo, pag-kondisyon) sa 10% ng maximum na panloob na occupancy. Kasama sa panloob nga kapasidad ang mga manalalaro, coach at mga nanonood.
 - Mga kaugnay na panloob na aktibidad para team (mga kainin, pag-aral ng pelikula) ay pinagbabawal kung nasa kompetisyon gawa ng ang ebidensya ng transmisyong ay malamang maaaring mangyari sa panloob na mas mataas ang panganib.
 - Ang bentilasyon ng panloob na venue (gym o iba pang mga fitness centers) ay nasa pinakalamakas na kakayahan kung posible.
- ❑ Limitasyon para sa mga Kompetisyon at Tournament na pang Inter-Team
 - Mga kompetisyong pang Inter-Team (dalawang team), meet at mga races o mga katulad na mga events ay pinayagang maganap kung (a) ang parehong team ay nasa parehong county at ang sport ay awtorisado ayon sa Table ng Section A; o (a) ang mga teams ay nasa border ng magkalapit na coun at ang sport ay awtorisado s parehong county sa Table ng Section A.
 - Ang Table sa Section A ay naaangkop sa mga lokasyon/county na kung saan ang mga team, paaralan, liga at mga katulad na organisasyon ay naka base (hal, kung saan nakatira ang mga manlalaro, saan ang pasilidad atbp.).
 - LBDHHS ay aabisuhan nang anumang mga kompetisyong cross-country sa Long Beach. Ang LBDHHS ay may karapatan sa ilalim ng kanilang diskresyon na tanggihan ang kompetisyon sa anumang oras Long Beach. Kung ang kompetisyong cross-country ay pinapayagan sa Long Beach, anumang mga kasaling team ay kinakailangan sumunod sa Protocol na ito.
 - Mga teams ay susunod sa kasalukuyang rekomendasyon ng Travel Advisory sa pagtukoy ng biyahe para sa kompetisyon sa mga malalapit na mga county.
 - Walang mga tournaments o mga vent na may mahigit sa dalawang team na maaaring ganapin. Mga eksepsyon ay maaaring mangyari, kapag may awtorisasyon mula sa LBDHHS kung ang event ay gaganapin at ang bawat mga departamento ng kalusugang lokal kung saan galing ang mga team, para sa sports kung saan ang mga indibidwal na mga manlalaro mula sa iba’t ibang team ay nakagisnan tulad ng: track and field; cross-country; golf; skiing skiing/snowboarding; tennis; swimming/diving/surfing; biking at equestrian.
 - Isang kompetisyon lamang sa bawat team (o indibidwal para sa mga larong singles), bawat araw ang maximum na pwedeng laruin. (e.g walang mga round robins o mga maramihang mga laro sa parehong araw).

C. MGA KARAGDAGANG TAGUBILIN PARA SA PANLANBAS NA MATAAS NA KONTAK NA SPORTS

Mga mataas na kontak sports ay dapat sumunod sa Section na ito, Section B at Section E para masimula muli ang kompetisyon at pag-ensayo.

- Informed Consent (Impormadong Pagpahintulot)
 - Dahil sa natural at mapanganib na transmisyon habang naglalaro sa isang Panlabas na Mataas na Kontak na Sports, mga establisimyento ay dapat magbigay ng impormasyon hinggil sa panganib sa lahat ng mga magulang ng menor de edad na kasali sa mga naturang mga sports, at ang bawat magulang ay pumirma sa isang consent na nagpapaliwanag ng kanilang pagkaunawa at pagtanggap ng mga tinutukoy na panganib.
- Testing – Panlabas na Mataas na Panganib na Kontak Sports
 - Antigen o PCR (regular o pagkatapos ng season na antigen o PCR na teting ng mga manlalaro at mga coach ay mayroon sa loob ng 24 oras pagkapos ng laro)
 - Mga kinakailangan para sa testing sa seksyon na ito ay angkop lamang sa mga sumusunod na situwasyon.
 - Para sa football, rugby at water polo dahil ito ay mga mataas na kontak na sports na malamang lalaruing ng walang mask sa lahat ng oras, na may malapitan na harapan ng mukha na lagpas s 15 minutos.
 - Kung ang dami ng mga kaso sa Los Angeles County ay naglalaro sa 14-7 sa bawat 100,000.
 - Para sa mga manlalaro na 13 taon o mas mas matanda, bilang pinapakita ng mga ebidensya na ang mga mas nakakababata ay tila hind gaanong mga mahalagang pinangagalingan ng transmisyon – kahit sa kanilang kapwa o sa mga adulto.
 - **Kung mahigit sa 50% ng mga manlalaro ng isang team ay mas bata pa sa 13 (at hindi kailangan mag pa test), ang buong team ngayon ay hindi na kailangan pa ng tagubilin ng pag-test. Mga coach ay kailangan pa ring makamit ang tagubilin ng pag-testing.

D. PAGBALIK SA KOMPETISYON, ENSAYO NG KONTAK, MGA LARONG PANLOOB – LAHAT NG SPORTS

Mga panloob na Mababa, Katamtaman at Mataas na Kontak na mga Sports (tignan ang Table sa Section A) ay maaring manumbalik sa kompetisyon at ensayo ng kontak sa anuman oras, KUNG ang team ay susunod sa Section na ito, Section B at Section E.

Anumang panlabas na sport ay maaaring makipagkompetensya at mag-ensayo sa loob sa anumang oras KUNG ang establisimyento ay susunod sa Section B at E karagdagan pa sa mga tagubilin ng Section na ito.

Ang establisimyento na naglalaro sa loob na Mababa, Katamtaman at Mataas na Kontak sports na hindi nagnanais na sumunod sa Section na ito ay dapat maghintay sa muling pagsimula ng kompetisyon at ensay hanggang sila ay payagan ng Beach Safer-At-Home Order at ng Protocol na ito.

Ang Section na ito ay hindi para mapayagan ang mga tournament na may mahigit sa dalawang teams. Mga tournament ay ayon sa mga tagubilin ng Section B ng Protocol na ito.

❑ Testing

- Madalas na pag-test para sa COVID-19 para sa mga manlalaro at mga support staff ay dapat itaguyod at isapatupad bago bumalik sa ensay para sa numang ensayo na may kontak higit pa sa pag kondisyong pisikal, ensayo, pagpapahusay gilas at mga pagsasanay na maaaring gawin sa labas, na may 6 talampakan na physical distance at kasama ang mga regular na kalaro o tropa na kasalukuyang awtorisado sa lahat ng tiers.
 - Kasama dito ang baseline testing at ang mga nagaganap na testing. Batay sa kasalakuang ebidensya at mga batayan, parehong araw araw na antigen testing at mga regular na PCR testing ay tinanatanggap na metodo ng testing para sa parehong baseline at nagaganap na screening testing.
 - Kung sumusunod na araw araw na antigen testing protocol, ang protocol na ito ay dapat magumpisa ng PCR kasunod ng pang araw araw na antigen testing. Anumang positive antigen na test ay dapat magsimula ng PCR test para sa kompirmasyon. Ang PCR testing ay kinakailangan para sa walang sintomas.
 - Para sa mga mataas na panganib na kontak sports (basketball, field hockey, football, ice hockey, lacrosse, rowing, rugby, soccer, squash, volleyball, water polo, and wrestling), kompetisyon ng mga teams ay pinapayagan lamang ang team ay maaaring magbigay ng COVID-19 testing at mga resulta ng lahat ng mga manlalaro at support staff ay nasa loob ng 48 oras ng bawat kompetisyon.

❑ Pagbalik sa Planong ng Partikolar na Laro

- Dapat sumunod ang establisimyento, at kanilang mga team ay dapat suunod sa isang partikolar sa establisimyento na “pagbalik sa laro” na plano kaligtasan.
- Hanay sa mga tagubilin na ipinataw ng National Collegiate Athletic Association (NCAA), mga manlalaro ay hindi kinakailangan na ipagpaliban ang kanilang mga legal na karapatan
- athletes are not required to waive their legal rights regarding COVID-19 as a condition of athletics participation.
- Kasama ang Long Beach Department of Health and Human Services at mga contact tracers, mga establisimyento ay dapat magsagawa ng isang mekanismo para sap ag-abiso sa iba pang mga mga establisimyento na ang isang manlalaro mula sa isang team ay nag-test ng positive sa loob ng 48 horas pagkatapos ng kompetisyon kalaban ang isa pang team.
- Ang establisimyento ay dapat suriin ang pagkakaroon ng, at ng pag-access sa mga lokal na training resources. Kung saan ang mga rekurso ng contact tracing ay hindi sapat, dapat mag-train ng mga tauhan ang establisimyento o mangontrata ng mga taga-contact tracing.

❑ Plano para sa Partikolar na Sityo

- Dapat bumuo ang establisimyento ng nakasulat, a partikolar para sa pasilidad ng plano ng prebensyon ng COVID-19, magsagawa ng komprehensibong pagsusuri ng panganib ng lahat ng trabaho at lugar ng mga manlalaro, at magtakda ng isang tao sa bawat pasilidad para ma-implementa ang plano.
- Ang establisimyento ay dapat magtakda ng isang tao na responsible para sa pagtugon ng mga pag-aalala hinggil sa COVID-19 para sa mga manlalaro, at sa para sa bawat team o sport, kung ano man ang naaangkop.
- Ang establisimyento ay dapat magsanay at ipaalam sa mga trabahador, mga kinatawan ng mga trabahador (kung angkop), at mga manlalaro para sa plano at sa paggawa ng plano para sa mga trabahador at kinatawan.
- Ang establisimyento ay dapat magsagawa ng madalas na pagsusuri para sa pagsunod sa plano at itala at iwasto ang anumang pagkukulang mapag-alaman.

❑ Karagdagang Pag-Kontrol at Screening

- Ang establisimyento ay dapat makapagpaubaya ng mga screenings para sa sintomas at kalusugan para sa lahat ng trabahador at mga manlalaro na pumpapasok sa pasilidad o event. Seguraduhin na ang taga-check ng temperature at sintomas ay umiiwas sa paglapit sa mga katrabaho o mga manlalaro kung maaari.

- Kung kinakailangan ng self-screening sa bahay, na isang wastong alternatibo kaysa isagawa sa establisimyento, ang paaralan (o team, kung alin man ang angkop) ay dapat seguraduhin na ang screening ay isasagawa bago umalis ng bahay ang manalalaro o trabahador at sumusunod sa mga gabay ng CDC.
- ❑ Isolation at Quarantine
 - Para sumali sa mga ensayo o kompetisyon na katamtaman at mataas na kontak na sports, ang establisimyento, staff at mga manalalaro ay dapat mangako sa pagsunod sa mg utos ng Long Beach [Quarantine](#) at [Isolation](#).
 - Lahat ng mga manlalaro at staff na walang sintomas ay mananatili sa isolation hanggang lumabas na ang resulta ng test, at pag-ulit ng testing ay dapat pag-isipina kung ang naunang testing ay negative at ang sintomas ay nagpapatuloy at katulad ng mga sintomas ng COVID-19.
- ❑ Biyahe para sa Kompetisyon
 - Kapag babiyahe para sa mga laro, ang mga team ay dapat manatili sa kanilang mga katropa, walang pakikipag halo sa ibang mga team na lokal o miyembro ng komunidad na nag-hohost.

E. MGA HAKBANG SA PANTAY PANTAY NA PAG-ACCESS NG KRITIKAL NA SERBISYO

- ❑ Mga serbisyo na kritikal para sa mga kostomer/kliyente ay may prioridad.
- ❑ Mga transaksyon o serbisyo na hindi maiaalok sa paraang wala sa sityo ay inilipat na on-line.
- ❑ Mga hakbang ay itinaguyod para masegurado ang pag-access sa mga goods at serbisyo para sa mga kostomer na may limitasyon sa paggalaw at mga na sa mataas na panganib kapag nasa lugar pampubliko.

F. MGA REKURso

- ❑ American Academy of Pediatrics Interim Guidance on Return to Sports (Pagbalik sa Sports) - services.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-covid-19-infections/clinical-guidance/covid-19-interim-guidance-return-to-sports
- ❑ CDPH Guidance on Outdoor and Indoor Youth and Recreational Adult Sports – (Gabay para sa mga panlabas at panloob na mga sports para sa mga bata at mga adulto) <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>
- ❑ Long Beach Quarantine Order (Utos ng Long Beach Para Sa Quarantine) - <http://www.longbeach.gov/globalassets/health/media-library/documents/diseases-and-condition/information-on/novel-coronavirus/health-orders/isolation-health-order>
- ❑ Long Beach Isolation Order (Utos ng Long Beach Para Sa Isolation) - <http://www.longbeach.gov/globalassets/health/media-library/documents/diseases-and-condition/information-on/novel-coronavirus/health-orders/isolation-health-order>

Anumang karagdagang hakbang na hindi naisama sa itaas ay dapat ilista sa hiwalay na mga pahina na ilalakis sa dokumentong ito.

Maaari ninyong kontakin ang sumusunod na tao kung anuman ang inyong katanungan o komento hinggil sa protokol na ito.

Pangalan ng Kontak:

Telepono:

Petsa ng huling pagbabago:
