

Протокол возобновления деятельности тренажерных залов и фитнес-центров: приложение L

Дата введения в действие: пятница, 12 июня 2020 г.

Последние обновления: (изменения выделены желтым цветом)

8/11/20: Покрытия для лица не нужно носить при занятиях на открытом воздухе, требующих больших физических усилий, однако во время таких занятий требуется соблюдать дистанцию не менее 8 футов (2, 5 метра) от других людей. Также добавлены разъяснения по поводу компенсационных выплат для работников.

Департамент общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес, при поддержке специалистов в области науки и здравоохранения, использует поэтапный подход, чтобы разрешить безопасное возобновление деятельности определённых тренажёрных залов и фитнес-центров. Требования, описанные ниже, относятся к тренажёрным залам и фитнес-центрам, которым было разрешено возобновить свою деятельность Главным санитарным врачом. В дополнение к условиям, наложенным губернатором на эти предприятия, эти виды предприятий должны также следовать условиям, описанным в данном контрольном списке для тренажёрных залов и фитнес-центров.

Обратите внимание, что все тренажерные залы и фитнес-учреждения должны вести свою деятельность на открытом воздухе до получения особого указания. Деятельность на открытом воздухе должна проходить под тентом или другой защитой от солнца, но только при условии открытых стен и наличия достаточной циркуляции наружного воздуха. Бассейны под открытым небом могут оставаться открытыми. Напоминаем, что все сотрудники и клиенты должны постоянно носить покрытие для лица, за исключением занятий на открытом воздухе с большими физическими нагрузками. Во время таких занятий необходимо поддерживать дистанцию не менее 8 футов (2, 5 метра) от других людей.

Обратите внимание: данный документ может обновляться по мере поступления дополнительной информации и ресурсов, поэтому не забывайте регулярно посещать веб-сайт округа Лос-Анджелес <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>, чтобы ознакомиться с обновлённым документом.

Данный контрольный список включает в себя:

- (1) Правила и меры по защите здоровья сотрудников на рабочих местах
- (2) Меры по обеспечению физического дистанцирования
- (3) Меры по обеспечению инфекционного контроля
- (4) Доведение информации до сотрудников и населения
- (5) Меры по обеспечению равноправного доступа к важнейшим услугам.

При разработке любых протоколов возобновления деятельности в вашем учреждении особое внимание должно быть уделено этим пяти ключевым областям.

Все предприятия, к которым относятся данные рекомендации, должны обеспечить выполнение всех применимых к ним мер, перечисленных ниже, и быть готовыми объяснить, почему какая-либо из мер, которая не была выполнена, не применима к данному предприятию.

Название предприятия:

Адрес учреждения:

Максимальная заполняемость, согласно нормам пожарной безопасности:

Примерная общая площадь помещения, открытого для населения, в квадратных футах:

А. ПРАВИЛА И МЕРЫ ПО ЗАЩИТЕ ЗДОРОВЬЯ СОТРУДНИКОВ НА РАБОЧИХ МЕСТАХ (ОТМЕТЬТЕ ВСЕ, КОТОРЫЕ ПРИМЕНИМЫ К ДАННОМУ УЧРЕЖДЕНИЮ)

- Каждому, кто может выполнять свои рабочие обязанности из дома, было дано указание это сделать.
- Персоналу, находящемуся в группе риска (лица старше 65 лет, лица с хроническими заболеваниями), поручена работа, которую можно выполнять из дома, когда это возможно. Они должны обсуждать любые вопросы, связанные с принятием решений о возвращении на рабочее место, со своим врачом или службой охраны труда.
- Рабочие процессы перестроены так, чтобы расширить возможности для работы сотрудников из дома.
- Поочерёдный, расписанный по времени или посменный график был введён для максимального соблюдения физического дистанцирования.
- Всем сотрудникам было указано не выходить на работу, если они болеют или если они вступали в контакт с человеком, заражённым COVID-19. Сотрудники понимают необходимость выполнять рекомендации Департамента общественного здравоохранения (DPH) по самоизоляции и карантину, если это применимо. Правила, регулирующие отсутствие на рабочем месте, были пересмотрены и изменены так, чтобы сотрудники не были наказаны, если они остаются дома из-за болезни.
 - Информация о пособиях по болезни, выплачиваемых работодателем или государством, на которые может претендовать сотрудник и которые могли бы облегчить финансовую зависимость при необходимости оставаться дома. Ознакомьтесь с дополнительной информацией о государственных [программах](#), поддерживающих отпуск по болезни и компенсационные выплаты сотрудникам при COVID-19, включая права на отпуск по болезни согласно закону «[О первоочередной поддержке семей в ответ на коронавирус](#)» и правах сотрудника на получение компенсационных выплат и на основании презумпции связи работы с заражением COVID-19, произошедшим в период с 19 марта по 5 июля, согласно [Приказу N-62-20](#) Губернатора.
- При появлении информации, что один или более сотрудников имеют положительный результат анализа на COVID-19 или симптомы, соответствующие COVID-19 (случай заражения), у работодателя разработан план или протокол, позволяющий заражённому лицу [самоизолироваться дома](#), с требованием немедленного [домашнего карантина](#) всех сотрудников, которые вступали в контакт с заражённым лицом на рабочем месте. План работодателя должен включать в себя протокол обеспечения доступа к сдаче анализа на COVID-19 для всех сотрудников, находящихся на карантине, с целью определить другие случаи заражения на рабочем месте, которые могут потребовать введения дополнительных мер контроля для COVID-19. Ознакомьтесь с руководством Общественного здравоохранения [по принятию мер на рабочих местах в связи с COVID-19](#).
- [Проверки сотрудников на наличие симптомов](#) проводятся перед входом сотрудников на рабочее место. Проверки должны включать в себя устную проверку с вопросами о кашле, одышке, затруднённом дыхании, высокой температуре или ознобе, а также о том, вступал ли сотрудник в контакт с человеком, инфицированным COVID-19, в последние 14 дней. Эти проверки могут проводиться удалённо или лично по прибытии сотрудников. Проверка температуры также должна проводиться на рабочем месте, если это возможно.
- При возникновении 3 или более случаев заражения на рабочем месте в течение 14 дней, работодатель должен сообщить об этих случаях в Департамент общественного здравоохранения по номеру (888) 397-3993 или (213) 240-7821. Если на рабочем месте обнаружен очаг заражения, Департамент общественного

здравоохранения инициирует процедуру реагирования на очаг инфекции, включающую в себя предоставление рекомендаций по инфекционному контролю, техническую поддержку и меры контроля, относящиеся к конкретному объекту. Координатор общественного здравоохранения будет назначен для изучения случаев заражения, чтобы помочь учреждению с принятием необходимых мер.

- Сотрудники, имеющие контакт с другими людьми, бесплатно обеспечены надлежащим покрытием для лица, которое закрывает нос и рот. Покрытие должно использоваться сотрудником постоянно в течение всего рабочего дня при контакте или возможном контакте с другими людьми. Сотрудники, которым врач порекомендовал не носить покрытие для лица, должны носить защитный экран для лица с драпировкой у нижнего края для соответствия директивам штата, при условии что их состояние здоровья это позволяет. Рекомендуется использовать драпировку, принимающую форму подбородка. Маски с односторонними клапанами не должны использоваться. Сотрудникам не нужно носить покрытие для лица, когда они находятся одни в личных кабинетах или отгороженных рабочих местах с прочной перегородкой, высота которой превышает рост сотрудника, когда он стоит.
- Сотрудникам поручено стирать или менять свои покрытия для лица ежедневно.
- Все рабочие места разделены минимум шестью футами (двумя метрами).
- Комнаты отдыха, туалетные комнаты и другие зоны общего пользования часто дезинфицируются по следующему графику:
 - Комнаты отдыха _____
 - Туалетные комнаты _____
 - Другие _____
- Перерывы расписаны по времени, чтобы обеспечить соблюдение дистанции в шесть (6) футов (2 метра) между сотрудниками в комнатах отдыха в любое время.
- Убедитесь, что временные или внештатные сотрудники, находящиеся в учреждении, также обучены правилам профилактики COVID-19 и имеют необходимые материалы и средства индивидуальной защиты. Обсудите эти обязанности заранее с организациями, предоставляющими временных и/или внештатных сотрудников.
- Сотрудники должны использовать покрытия для лица, когда они находятся вблизи других людей. Сотрудники должны иметь покрытия для лица и носить их в фитнес-центре, кабинетах или в транспортных средствах, принадлежащих компании, во время поездок с другими людьми. Покрытия для лица особенно важны, если на работе невозможно соблюдение физического дистанцирования (например, личные тренеры и персонал, помогающий членам выполнять упражнения). Покрытия для лица не должны быть общими. Работодатели должны предоставить покрытия для лица всем сотрудникам.
- Чтобы обеспечить постоянное и правильное использование лицевых масок, сотрудникам не рекомендуется есть или пить в любое время, кроме перерывов, когда они могут безопасно снять свои маски и физически дистанцироваться от других людей.
- Дезинфицирующие средства и сопутствующие материалы доступны сотрудникам в следующих местах:

- Дезинфицирующее средство для рук, эффективное против COVID-19, доступно всем сотрудникам в следующих местах:

- Сотрудникам разрешены частые перерывы для мытья рук.
- Копия данного протокола была выдана каждому сотруднику.
- Каждому сотруднику отведены в пользование собственные инструменты, оборудование, рабочие материалы и обозначенное рабочее место. Совместное пользование предметами сведено к минимуму или исключено.
- Все правила, описанные в данном контрольном списке, помимо относящихся к условиям приёма на работу, применимы к персоналу службы доставки и любых других компаний, которые могут находиться на территории учреждения в качестве сторонних лиц.

- Необязательно—Опишите другие меры:

В. МЕРЫ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ФИЗИЧЕСКОГО ДИСТАНЦИРОВАНИЯ

- Вся деятельность тренажерных залов и фитнес-учреждений, доступная для населения, проводится на открытом воздухе. Деятельность на открытом воздухе может проходить под тентом или другим укрытием от солнца при условии, что стены тента или укрытия от солнца не закрыты, и внутри этого пространства имеется достаточная циркуляция наружного воздуха. Заполняемость пространств на открытом воздухе ограничена до 50% или до такого уровня, который позволяет всем сотрудникам и клиентам постоянно соблюдать минимальную физическую дистанцию в 6 футов (2 метра).
- Сотрудники могут продолжать использовать части тренажерного зала/фитнес-учреждения, находящиеся в помещении, для посещения туалетной комнаты или для перерывов, для выполнения необходимой офисной деятельности и для перемещения материалов и вещей из здания или в здание каждый день. Клиенты не могут входить в тренажерный зал/фитнес-учреждение ни в какой момент времени и ни по какой причине.
- Если возможно, создайте систему бронирования времени на фитнес-площадке на открытом воздухе для клиентов, которая позволит учреждению контролировать заполняемость. Используйте систему бронирования для связи с клиентами, которые забронировали номер за 24 часа до их планируемого прибытия, чтобы подтвердить бронирование и спросить, есть ли у них или у кого-либо в их семье симптомы COVID-19. При положительном ответе клиенту необходимо напомнить, что он может пользоваться фитнес-центром только, если он не болен. Такое общение должно происходить с помощью приложения, электронной почты или смс, если возможно.
- Избегайте формирования очередей клиентами за пределами учреждения и рассмотрите возможность размещения сотрудника у входа на фитнес-площадку на открытом воздухе, чтобы помочь с соблюдением уровней заполняемости.
- Все клиенты должны носить тканевые покрытия для лица при нахождении на фитнес-площадке открытого типа. Единственное исключение – когда клиенты плавают в открытом бассейне или принимают участие в занятиях, требующих больших физических нагрузок (такая мера требует поддержания дистанции как минимум в 8 футов (2,5 метра) от других людей). Это применимо ко всем взрослым и детям от 2 лет и старше. Исключение предоставляется только тем лицам, которым врач указал не носить покрытие для лица. Для обеспечения безопасности ваших сотрудников и других посетителей покрытие для лица должно быть доступно для посетителей, которые прибывают без него.
- Заполняемость тренажерного зала ограничена 50% или меньше. На фитнес-площадке открытого типа должны находиться только те клиенты, которые на самом деле тренируются. Клиенты, ожидающие времени начала своего бронирования, должны ждать в своих машинах..
- Групповые занятия, такие как аэробика, йога и танцы, должны проводиться на открытом воздухе и должны быть изменены так, чтобы ограничить количество участников для соблюдения минимальной дистанции в шесть футов (два метра) между клиентами.
- Групповые занятия должны проводиться только при возможности соблюдения требований дистанцирования и при отсутствии личного физического контакта между людьми.
 - При проведении высокоинтенсивных групповых занятий, таких как аэробика, спиннинг, ОФП или с использованием тренажеров, таких как эллипсоид, степпер или лестничный тренажер, рассмотрите возможность размещения людей и оборудования на расстоянии не менее 8 футов (2,5 метра) друг от друга вместо 6 футов (2 метра).
- Контактные программы, требующие тесного контакта с дистанцией менее шести футов (два метра), должны быть приостановлены. Сюда входят групповые спортивные мероприятия, организованные спортивные игры, уличный баскетбол или организованные гонки.
- Спортивные площадки открытого типа могут использоваться для индивидуальных тренировок или для занятий, во время которых возможно соблюдение физической дистанции в 6 футов (2 метра) на протяжении всего занятия. При ожидании использования площадки другими людьми необходимо установить максимальный лимит времени для использования площадки каждым участником. Ожидающие участники

должны практиковать физическое дистанцирование.

- Не рекомендуется проводить занятия йогой при температуре выше 100 градусов (37 градусов Цельсия).
- Работа личных тренеров разрешена, если они соблюдают дистанцию шесть футов (два метра) от клиента и носят покрытие для лица. Клиенты должны надевать покрытие для лица во время получения указаний. Предупреждайте клиентов выполнять упражнения только с той интенсивностью, которая позволит им дышать комфортно, пока покрытие для лица постоянно закрывает их нос и рот.
- Оборудование перенесено на открытый воздух, если им можно безопасно пользоваться на открытом воздухе. На оборудование нанесена разметка, помогающая клиентам соблюдать минимальную дистанцию в шесть (6) футов (два метра) от других людей. Маркировочная лента или другая разметка помогает клиентам соблюдать дистанцию в 6 футов (2 метра) между ними и другими людьми, находящимися в какой-либо очереди. Разметка обозначает как начальное место для клиентов, прибывающих в очередь, так и 6-футовые (2-метровые) интервалы для последующих клиентов, которые присоединяются к очереди.
- Используйте разметку для одностороннего движения на всей территории фитнес-площадки открытого типа с подсказками и указателями.
- Расставьте все оборудование и тренажеры на открытом воздухе на расстоянии не менее шести футов (двух метров) друг от друга или выведите из обслуживания некоторое оборудование, чтобы обеспечить соблюдение физического дистанцирования.
- Сотрудникам указано находиться на расстоянии не менее шести футов (двух метров) от клиентов и друг от друга на всей территории тренажерного зала на открытом воздухе. Сотрудники могут ненадолго приблизиться, когда это необходимо, чтобы принять оплату, доставить товары или услуги или для иных необходимых целей.
- Спа-услуги не разрешены.
- Рассмотрите возможность приостановить непрофильные виды деятельности, включая розничные продажи, уход за детьми и продажу еды. Если фитнес-центры предлагают такие услуги, они должны ознакомиться и обеспечить выполнение применимых к этой деятельности протоколов общественного здравоохранения округа.
- Бассейны, расположенные в тренажерном зале, должны обеспечить выполнение опубликованных округом протоколов для общественных бассейнов и могут продолжать свою деятельность только, если они расположены под открытым небом.

С. МЕРЫ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ИНФЕКЦИОННОГО КОНТРОЛЯ

- Система отопления, вентиляции и кондиционирования воздуха находится в хорошем рабочем состоянии; вентиляция усилена в максимально возможной степени. Рассмотрите возможность установки высокоэффективных портативных воздухоочистителей, обновления воздушных фильтров в здании для обеспечения их наивысшей эффективности и внесения других изменений для увеличения поступления воздуха извне и вентиляции во всех офисах и других местах.
- Проверки на наличие симптомов проводятся перед входом клиентов в учреждение. Проверки должны включать в себя устную проверку с вопросами о кашле, одышке, затрудненном дыхании, высокой температуре или ознобе. Эти проверки могут проводиться лично или с помощью альтернативных способов, таких как системы онлайн-регистрации, или с помощью [информационного указателя](#), размещенного у входа в учреждение и сообщающего о том, что посетители с этими симптомами не должны входить на территорию учреждения.
- Установлены бесконтактные системы оплаты и регистрации входа или, если это невозможно, системы регулярно дезинфицируются. Опишите:

- Проводите тщательную уборку в течение дня в зонах интенсивного движения в здании тренажерного зала или фитнес-учреждения, которые могут использоваться сотрудниками, таких как комнаты отдыха и зоны входа и выхода, включая лестницы, лестничные клетки, эскалаторы, перила и кнопки управления лифтом.
- Часто дезинфицируйте поверхности, которыми часто пользуются, включая личные тренажеры и

оборудование, дверные ручки и места для мытья рук.

- Требуйте от клиентов дезинфицировать индивидуальное оборудование для упражнений, коврики и тренажёры до и после использования с помощью предоставленных дезинфицирующих салфеток. Обеспечьте доступ к герметичным бесконтактным мусорным емкостям на всей площади фитнес-центра для утилизации использованных салфеток.
 - Если члены не могут или не желают протирать/дезинфицировать оборудование после выполнения упражнений, обеспечьте их бирками «готово к уборке», которые они будут помещать на оборудование после использования, чтобы персонал дезинфицировал оборудование перед следующим использованием.
- Убедитесь, что все сотрудники обучены использовать и имеют достаточное количество многофункциональных чистящих и дезинфицирующих средств, при необходимости. Следуйте требованиям Cal/OSHA и инструкциям производителя для безопасного использования и обязательного использования средств индивидуальной защиты для чистящих средств.
- Сотрудники должны иметь достаточную вентиляцию (поток воздуха) в зонах, где они проводят дезинфекцию.
- Санитарные помещения доступны только для сотрудников. Обеспечьте непрерывную работу санитарных помещений с постоянным наличием соответствующих материалов. Предоставляйте дополнительное мыло, бумажные полотенца и дезинфицирующее средство для рук, когда это необходимо. Установите бесконтактные устройства, если возможно, включая краны для раковин с сенсором движения, дозаторы для мыла, дезинфицирующего средства и бумажных полотенец.
- Регулярно опустошайте мусорные контейнеры.
- Клиентам необходимо напоминать о соблюдении дистанции в шесть футов (два метра) от санитарно-технического персонала. Регулярно просите сотрудников следить за выполнением этого протокола посетителями. Убедитесь, что сотрудники могут делиться такой информацией без страха ответной агрессии.
- При необходимости, воспользуйтесь помощью сторонних клининговых компаний для проведения уборки.
- Рассмотрите возможность создания системы для клиентов, которые хотят воспользоваться каким-либо маленьким прибором или аксессуаром (т.е. эспандером, канатом, ковриком, цилиндром и т.д.) Разработайте процесс для очистки и дезинфекции этих предметов после их возвращения.
- Клиентам рекомендуется приносить собственные бутылки для воды. Рекомендуйте клиентам приносить собственные полотенца и коврики и рассмотрите возможность отказа от предоставления полотенец или личных средств гигиены в учреждении.
- Предоставьте закрытый контейнер, куда клиенты могут класть использованные полотенца, тряпки или другие предметы, подлежащие стирке. Убедитесь, что эти предметы не могут быть использованы снова, пока они не пройдут надлежащую стирку либо в коммерческой прачечной, либо в прачечной самого учреждения. Храните все чистое белье в чистом закрытом месте. Убедитесь, что сотрудники, которые работают с грязным бельем или стиркой, носят перчатки.
 - Вместо зоны самообслуживания назначьте члена персонала, который будет предоставлять белье или другие материалы по запросу.
- Бесплатные предметы, включая журналы, книги, автоматы питьевой воды (если только они не бесконтактные) и другие предметы для клиентов должны быть убраны из всех зон.
- При выборе чистящих химических средств работодатели должны использовать средства, разрешённые к использованию против COVID-19 и находящиеся в списке Агентства по охране окружающей среды (EPA), а также следовать инструкциям на упаковке средства. Используйте дезинфицирующие средства, на этикетке которых указана их эффективность против возникающих вирусных патогенов, раствор домашнего отбеливателя (5 столовых ложек на галлон воды) или спиртовые растворы, содержащие не менее 60% спирта и подходящие для поверхности. Обучите сотрудников следовать указаниям производителя и требованиям Cal/OSHA для безопасного использования. Сотрудники, использующие чистящие или дезинфицирующие средства, должны носить перчатки и другие средства защиты, как того требует средство. Следуйте методам уборки, безопасным при астме, в соответствии с рекомендациями Департамента общественного здравоохранения Калифорнии.
- Рассмотрите возможность установки высокоэффективных портативных воздухоочистителей, обновления

воздушных фильтров в здании для обеспечения их наивысшей эффективности и внесения других изменений для увеличения поступления воздуха извне и вентиляции в офисах и других помещениях.

- Общие туалетные комнаты закрыты.
- Дезинфицирующее средство для рук, салфетки и мусорные баки доступны населению на территории тренажерного зала/фитнес-учреждения на открытом воздухе. Рассмотрите возможность установки как минимум одного места для мытья рук, доступного для сотрудников и клиентов на открытой территории.
- Необязательно - Опишите другие меры (например, часы посещения только для пожилых лиц):

D. МЕРЫ ПО ДОНЕСЕНИЮ ИНФОРМАЦИИ ДО НАСЕЛЕНИЯ

- Копия данного протокола размещена у всех общественных входов в учреждение.
- Информационный указатель у входа, у мест формирования очередей клиентами и в заметных местах уведомляет сотрудников и клиентов о лимитах заполняемости, запрете входа в учреждение, требованиях по соблюдению социального дистанцирования и необходимости постоянного ношения покрытий для лица, за исключением пребывания в бассейнах. Информационные указатели также должны предупреждать клиентов не перетружаться во время выполнения упражнений, пока на них находится покрытие для лица.
- Онлайн-ресурсы учреждения (веб-сайт, социальные сети и т.д.) предоставляют четкую информацию о часах работы, необходимом использовании покрытий для лица, работе учреждения на открытом воздухе, ограниченной заполняемости, правилах касательно предварительной записи, предоплаты и другую необходимую информацию.

E. МЕРЫ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ РАВНОПРАВНОГО ДОСТУПА К ВАЖНЕЙШИМ УСЛУГАМ

- Услуги, которые являются важнейшими для потребителей/клиентов, имеют приоритет.
- Операции или услуги, которые можно предоставлять удаленно, были переведены в онлайн-режим.
- Применяются меры для обеспечения доступа к услугам тех клиентов, которые ограничены в передвижениях и/или находятся в группе повышенного риска при посещении общественных мест.
 - Рассмотрите возможность создания специальных часов посещения для населения, находящегося в группе повышенного риска или имеющего проблемы со здоровьем, включая пожилых людей, с посещением только по предварительной записи

Любые дополнительные меры, не описанные выше, должны быть перечислены на отдельных страницах, которые предприятие должно прикрепить к данному документу.

Вы можете связаться со следующим контактным лицом при возникновении вопросов или комментариев относительно данного протокола:

Контактное лицо
предприятия:

Номер телефона:

Дата последнего
пересмотра:
