

CÔNG CỤ, MẸO VÀ
THÔNG TIN CẬP NHẬT
GIÚP CÁC PHỤ HUYNH
ỨNG PHÓ TRƯỚC
THÁCH THỨC KHI ĐƯA
TRẺ TRỞ LẠI TRƯỜNG

Thư thông báo Số 1



Trong Số lần này

Kế hoạch tái mở cửa	2
Liên hệ với Sở Y Tế Cộng Đồng	2
Cách ly/Cô lập	2
Làm xét nghiệm	3
Mẹo hay hữu ích	3

TRỞ LẠI TRƯỜNG AN TOÀN THỜI COVID-19



THÔNGIỆP GỬI CÁC GIA ĐÌNH CÓ CON EM HỌC TẠI TRƯỜNG

Các gia đình thân mến,

Đây thực sự là quãng thời gian đầy căng thẳng. Giống như quý vị, chúng tôi cũng là phụ huynh, chúng tôi quan tâm đến sức khỏe và sự an toàn cho nhân viên nhà trường và trẻ nhỏ và chúng ta là thành viên trong cộng đồng Quận Sacramento.

Chúng tôi xin chia sẻ thư thông báo này như một công cụ để trang bị cho gia đình quý vị hướng dẫn về COVID-19 của Sở Y Tế Cộng Đồng Quận Sacramento dành cho trường học. Chúng tôi hy vọng thông tin này sẽ giúp quý vị đưa ra những quyết định sáng suốt về giảng dạy trực tiếp và khả năng học từ xa cho gia đình mình.

Trong những tháng qua, thành viên trong nhóm phụ trách Trường Học của Sở Y Tế Cộng Đồng Quận Sacramento đã tổ chức gặp mặt cán bộ nhà trường, tiến hành kiểm tra thực địa, soạn thảo tài liệu hướng dẫn, hoàn thành thủ tục theo quy trình xin miễn trừ cho nhà trường, thực hiện truy vết tiếp xúc/điều tra ca bệnh cùng nhiều hoạt động khác. Chúng tôi mong quý vị hãy tự mình xem những tài liệu này. Dĩ nhiên, hướng dẫn có thể thay đổi sau khi chúng ta hiểu rõ hơn về COVID-19.

— Nhóm phụ trách Trường Học của Quận Sacramento

NHÓM Y TÁ TRƯỜNG HỌC

Sở Y Tế Cộng Đồng Quận Sacramento đã tập hợp một nhóm y tá nhằm hỗ trợ các trường học trong cuộc khủng hoảng do đại dịch này. Giám sát viên Nhóm Y Tá Trường Học sẵn sàng hỗ trợ đầu mối liên hệ (Point of Contact, POC) về COVID-19 của nhà trường trong nỗ lực nhằm xem xét thông tin về học sinh, giảng viên hay cán bộ dương tính với COVID-19, đồng thời làm việc với họ để xác định những người có thể đã bị phơi nhiễm và cần phải được cách ly hoặc cô lập. Nhóm Y Tá Trường Học cũng theo dõi các ca dương tính với COVID-19 tại nhà trường và theo dõi các đợt bùng phát. Trách nhiệm chính của nhóm này là Điều Tra Ca Bệnh, trong đó bao gồm việc thu thập thông tin về các trường hợp tiếp xúc, đưa ra hướng dẫn cô lập và cách ly, đồng thời kết nối các gia đình với nguồn lực hỗ trợ cần thiết trong thời gian cô lập hoặc cách ly. Nhóm Y Tá Trường Học sẵn sàng tới thăm thực tế nhà trường khi có yêu cầu, hỗ trợ, hướng dẫn và đưa ra các đề xuất với nhà trường trong quá trình tái mở cửa.



KẾ HOẠCH TÁI MỞ CỬA TRƯỜNG HỌC

Các bậc phụ huynh thường hỏi chúng tôi về việc tái mở cửa trường học. Đã an toàn để trường của con tôi mở cửa trở lại chưa? Nhà trường đang làm gì để bảo vệ con của tôi? Làm thế nào để biết liệu trường của con tôi đã sẵn sàng hay chưa? Quyết định đưa trẻ trở lại trường để học trực tiếp không phải là một quyết định đơn giản, mỗi gia đình sẽ cần phải có quyết định sáng suốt. Tốt nhất là nên bắt đầu xem từ kế hoạch tái mở cửa của nhà trường. Trước khi mời học sinh quay lại, nhà trường cần lập một kế hoạch bằng văn bản về tái mở cửa an toàn. Kế hoạch này phải nêu chi tiết cách nhà trường dự kiến nhằm giảm nguy cơ COVID-19 lây lan trong cộng đồng nhà trường và phải được đăng trực tuyến để các gia đình và nhân viên có thể dễ dàng tiếp cận. Ít nhất, kế hoạch này phải đề cập tới những nội dung sau:

- **Vệ sinh và sát trùng** – Nhà trường cần có một chương trình vệ sinh và sát trùng chặt chẽ.
- **Ghép nhóm** – Học sinh nên ở trong các nhóm ổn định, hạn chế xếp lẫn với nhau trong cùng mực có thể.
- **Ra vào và di chuyển trong nhà trường** – Nhà trường cần có kế hoạch tránh việc tập trung hay tụ tập đông người khi học sinh và nhân viên đến trường, rời khỏi trường hay di chuyển giữa các lớp học.
- **Dụng cụ che mặt** – Nên yêu cầu mang dụng cụ che mặt phù hợp với [hướng dẫn của CDPH](#), trong đó đặc biệt khuyến cáo nên dùng dụng cụ che mặt cho trẻ từ 2 tuổi đến khối lớp 2 và bắt buộc đối với trẻ từ lớp 3 trở lên. Tất cả người lớn đều nên mang dụng cụ che mặt trừ một số trường hợp ngoại lệ cụ thể.
- **Tầm soát sức khỏe cho học sinh và nhân viên** – Học sinh và nhân viên cần được tầm soát về triệu chứng của COVID-19 trước khi vào khuôn viên.
- **Thực hành vệ sinh lành mạnh** – Nên thực hành rửa tay thường xuyên trong ngày và cần bố trí sẵn bình xịt sát trùng tay ở những nơi không có bồn rửa.

- **Nhận biết và truy vết tiếp xúc** Nhà trường nên bố trí nhân viên tiến hành truy vết tiếp xúc tại chỗ và phối hợp với nhân viên của Sở Y Tế Cộng Đồng Quận Sacramento trong báo cáo và điều tra ca bệnh.
- **Giãn cách vật lý** – Học sinh và nhân viên được khuyến nên duy trì giãn cách vật lý 6 feet (2 mét) với người khác khi đang ở trường, nhất là trong không gian cố định (ví dụ: lớp học).
- **Đào tạo nhân viên và giáo dục gia đình** – Nhà trường phải đào tạo nhân viên về quy trình ứng phó với COVID-19 và cũng phải giáo dục các gia đình về điều này.
- **Xét nghiệm nhân viên và học sinh** – Nhân viên nên được xét nghiệm COVID-19 định kỳ (khoảng 2 tháng một lần). Nhân viên cần làm quen với nguồn lực hỗ trợ xét nghiệm dành cho học sinh và gia đình.
- **Yếu tố kích hoạt chuyển sang chế độ học từ xa** – Nhà trường cần xác định các yếu tố kích hoạt mà sẽ buộc phải đóng nhóm học tập, lớp học hay toàn bộ nhà trường.

Phụ huynh cần xem xét kế hoạch tái mở cửa của nhà trường. Nếu kế hoạch có vẻ như không đầy đủ hoặc nếu nhà trường không tuân thủ đúng kế hoạch đã soạn ra, chúng tôi khuyến nên liên hệ với ban quản trị của nhà trường và chia sẻ mối lo ngại của quý vị.

QUÝ VỊ CÓ THẮC MẮC HAY MỐI LO NGẠI NÀO KHÔNG?

Nếu quý vị có thắc mắc với Sở Y Tế Cộng Đồng Quận Sacramento hoặc muốn bày tỏ mối lo ngại của mình cho Sở Y Tế Cộng Đồng, vui lòng sử dụng hòm thư email về COVID-19:

COVID19@saccounty.net. Email này được trả lời thường xuyên và khi gửi câu hỏi hay bày tỏ mối lo ngại bằng văn bản, chúng tôi có thể chia sẻ thông tin này với Nhóm phụ trách Nhà Trường để phản hồi nhanh chóng và đầy đủ cho quý vị.

Đường Dây Điện Thoại Trường Học chỉ nên dành riêng cho nhân viên của nhà trường để báo cáo ca bệnh và tiếp xúc hoặc xin xác nhận thông tin nhạy cảm thời gian về việc cách ly, cô lập và đóng cửa trường học.

Để tìm hiểu thêm về quy trình Miễn Trừ Cơ Sở Giáo Dục Tiểu Học Tái Mở Cửa Học Trực Tiếp Thời COVID-19, hãy truy cập [TAI ĐÂY](#)

COVID-19: CÁCH LY VS. CÔ LẬP

CÁCH LY là giữ người từng tiếp xúc gần với người mắc COVID-19 cách xa người khác.

Nếu quý vị từng có tiếp xúc gần với người mắc COVID-19

- Hãy ở nhà trong 14 ngày tính từ lần cuối cùng tiếp xúc.
- Theo dõi các triệu chứng của COVID-19.
- Nếu có thể, hãy tránh xa những người có nguy cơ cao sẽ bị ốm nặng do COVID-19.

CÔ LẬP là giữ người bị ốm hoặc có xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng không có triệu chứng, cách xa người khác, kể cả là ở nhà của mình.

Nếu quý vị bị ốm và nghĩ hoặc biết mình mắc COVID-19:

Hãy ở nhà cho tới khi được

- Ít nhất 10 ngày tính từ khi mới xuất hiện triệu chứng, và
- Ít nhất 24 giờ không bị sốt mà không dùng thuốc hạ sốt, và
- Các triệu chứng đã có cải thiện

Nếu quý vị có xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng không có triệu chứng:

Hãy ở nhà cho tới khi được

- 10 ngày kể từ khi quý vị có xét nghiệm dương tính

Nếu quý vị sống với người khác, hãy ở trong một “phòng bệnh” hay khu vực riêng, cách xa người hay động vật khác, gồm cả thú cưng. Nếu có thể thì hãy sử dụng phòng tắm riêng.

LÀM XÉT NGHIỆM

Hãy chuẩn bị trước khả năng con quý vị từng tiếp xúc gần với một người nào đó nhiễm COVID-19 (ví dụ như khi học trực tiếp tại trường). Nếu con quý vị bị phơi nhiễm, hãy giữ chúng ở nhà và cho làm xét nghiệm. Bất cứ người nào sống ở Quận mà từ 2 tuổi trở lên đều có thể được xét nghiệm tại 11 địa điểm xét nghiệm trong cộng đồng ở Quận Sacramento. Tìm các địa điểm xét nghiệm [Ở ĐÂY](#)



MỆO HAY HỮU ÍCH DÀNH CHO PHỤ HUYNH VÀ NGƯỜI CHĂM SÓC

Nếu có ai đó sống trong nhà của trẻ mà có triệu chứng nhiễm COVID-19 hoặc từng bị phơi nhiễm với COVID-19 và đang được xét nghiệm:

- Trẻ phải ở nhà cho tới khi biết kết quả xét nghiệm.

Nếu có ai đó trong hộ gia đình đang được xét nghiệm COVID-19 nhưng không có triệu chứng hay phơi nhiễm gần (xét nghiệm giám sát):

- Trẻ có thể tới trường hoặc cơ sở giữ trẻ.

Dù trong trường hợp nào:

- Nếu kết quả xét nghiệm là dương tính, trẻ phải ở nhà trong 14 ngày (cách ly), tính từ ngày cuối cùng trẻ tiếp xúc gần với người có xét nghiệm dương tính.



Quý vị có thể tìm thấy nhiều nguồn lực hỗ trợ hơn trên trang web của nhà trường. [Ở ĐÂY](#)

