



## 新型冠狀病毒公共衛生緊急情況期間對健身和健身中心的臨時指導

[讀完這份文檔後，請在底部確認。](#)

截至 2020 年 8 月 17 日

### 目的

創建本《冠狀病毒公共衛生緊急事件期間的體育館和健身中心臨時指南》（《體育館和健身中心臨時冠狀病毒指南》）是為了向體育館和健身中心的所有者 / 經營者及其員工，承包商，供應商，以及提供預防措施的顧客，以防止冠狀病毒的傳播。

該指南於 **2020 年 8 月 24 日** 星期一對紐約所有地區的體育館和健身中心生效。但是，紐約市以外縣的首席執行官（即縣行政長官，行政人員，經理，或者，如果在當選的立法機構下運作，則應由該立法機構的主席擔任）或紐約市市長可以決定推遲執行 在其管轄範圍內確定日期，直到較晚的日期為止，但決不晚於 **2020 年 9 月 2 日**，星期三。一旦有效，這些設施可根據此處的要求重新開放；但是，紐約市以外各縣的首席執行官（即縣行政長官，行政人員，經理，或者，如果在當選的立法機構下運作，則由該立法機構的主席負責）或紐約市市長可以決定退出 管轄範圍內的室內團體健身和水上運動課程，將其恢復推遲到以後。這些準則適用於健身活動和設施，包括但不限於獨立，酒店，住宅和辦公室體育館和健身中心，高等教育機構中的體育館和健身中心，瑜伽 / 普拉提 / 芭蕾舞工作室，拳擊 / 跆拳道健身室，健身訓練營，混合健身或其他計測框以及其他團體健身課程（例如，旋轉，划船，跳舞）。住宅和酒店體育館和健身中心必須有工作人員，以確保遵守本指南。該臨時指南可能會發生變化，因為紐約州將在最初重新開放期間作為試點階段與當地衛生部門密切合作，以監督體育館和健身中心的業主 / 運營商是否遵守該指南，包括進行檢查並評估公共衛生狀況。健身房和健身中心重新開放相關的條件，包括冠狀病毒傳播的任何變化。

在體育館或健身中心進行的體育和娛樂活動必須遵循 DOH 的《冠狀病毒公共衛生緊急情況下的運動和娛樂暫行指南 ([Interim Guidance for Sports and Recreation During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》中概述的指南，但是，如果要求有任何差異，則應以最新指南為準 應用。任何健身房或健身中心的泳池操作都必須遵守 DOH 《冠狀病毒公共衛生突發事件中泳池和娛樂性水生噴灑地面的臨時指南 ([Interim Guidance for Pools and Recreational Aquatic Spray Grounds During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》但是，如果要求有任何差異，則應以較新的指導為準。與體育館和健身中心相關的零售商店必須遵循 DOH 中概述的準則《冠狀病毒公共衛生突發事件期間基本和第二階段零售業務活動的臨時指南 ([Interim Guidance for Essential and Phase II Retail Business Activities During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》。受到本指南約束的任何設施或地點的餐館和酒吧，都必須遵守 DOH 《冠狀病毒公共衛生緊急事件期間食品服務臨時指南 ([Interim Guidance for Food Services During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》中概述的指南。以辦公室為基礎的活動必須遵守 DOH 《冠狀病毒突發公共衛生事件期間辦公室工作的臨時指導 ([Interim Guidance for Office-Based Work During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》。位於任何體育館或健身中心的兒童保育中心必須遵守 DOH 《冠狀病毒公共衛生緊急事件期間的兒童保育和日營計劃的臨時指南 ([Interim Guidance for Child Care and Day Camp Programs During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》並且只有在達到指南中規定的最低標準時才可以重新開放。這些準則不適用於專業運動訓練設施，紐約州衛生部 (Department of Health, DOH) 針對這些準則 《冠狀病毒突發公共衛生事件期間專業運動訓練設施的暫行指南 ([Interim Guidance for Professional Sports Training Facilities During the COVID-19 Public Health Emergency](#))》。

這些指導意見只是最低要求，任何僱主都可以提供額外的預防措施或增加限制。這些指導意見基於在發佈時最廣為人知的公共衛生實踐，這些指導意見依據的文檔可以並且確實經常更改。責任方（如下定義）對遵守所有與地方，州和聯邦有關的要求負責體育和休閒活動。負責方還負責跟上這些要求的最新動態，並將其納入任何體育館和健身中心的活動和 / 或場所安全計劃中。

## 背景

安德魯 M. 葛謨州長於 2020 年 3 月 7 日發佈第 202 號行政命令宣佈為應對新型冠狀病毒疾病進行緊急狀態。新冠肺炎疾病在紐約州發生了社區傳播。為了儘量減少進一步的傳播，在可能的情況下，人員之間必須保持至少六英尺的社交距離。

2020 年 3 月 20 日，葛謨州長發佈了第 202.6 號行政命令 202.6，指示所有非必要企業關閉辦公室內人員職能。按照帝國州發展公司 (Empire State Development Corporation, ESD) 指導意見的定義，必需經營場所不受人身限制，但應遵守發佈的維護清潔和安全工作環境的指導意見和指示，並被強烈敦促盡可能保持社會隔離措施。

2020 年 4 月 12 日，葛謨州長發佈第 202.16 號行政命令，指示必需經營場所向在工作場所工作的員工免費提供必須在工作期間與顧客或公眾直接接觸時使用的面罩。2020 年 4 月 15 日，葛謨州長發佈第 202.17 號行政命令，要求任何兩歲以上的人，如果在公共場所不能保持或不保持社交距離，並且在醫學上能夠耐受蒙臉，都必須用口罩或布面蒙住自己的鼻子和嘴。2020 年 4 月 16 日，葛謨州長發佈了第 202.18 號行政命令，指示所有使用公共或私人運輸工具或其他可租用車輛，年齡超過兩歲並且能夠容忍面部遮蓋物的人，在任何此類旅行中必須佩戴口罩或面罩遮住口鼻。該行政命令還指示任何公共或私人交通工具的營運人或駕駛員在該等車輛上有乘客時，須戴上口罩或面罩以遮住口鼻。2020 年 5 月 29 日，葛謨州長發佈第 202.34 號行政命令，授權經營者/業主有權拒絕不遵守面罩或口罩要求的個人進入。

2020 年 4 月 26 日，葛謨州長宣佈基於數據驅動的區域分析將分階段重新開放紐約工業和企業的方法。2020 年 5 月 4 日，州長規定區域分析將考慮幾個公共衛生因素，包括新的新型冠狀病毒感染以及醫療保健系統，診斷測試和接觸者追蹤能力。2020 年 5 月 11 日，葛謨州長宣布根據區域可用度量和指標，第一階段的重新開放將於 2020 年 5 月 15 日從紐約的幾個地區開始。2020 年 5 月 29 日，葛謨州長宣佈第二階段的重新開放在本州多個地區啟動，並宣佈使用新的早期預警系統控制面板，用於為紐約民眾、政府官員和專家整合本州大範圍的數據採集工作，旨在監測和審核控制病毒的方法以確保安全的重新開放。6 月 11 日，州長庫莫宣布重新開放的第三階段將於 2020 年 6 月 12 日在紐約幾個地區開始。2020 年 6 月 24 日，州長庫莫宣布，該州的幾個地區正步入從 2020 年 6 月 26 日開始的第四階段重新開放。到 2020 年 7 月 20 日，紐約所有地區，包括紐約市，已經達到紐約州重新開放的第四階段。

除以下標準外，經營場所必須繼續遵守衛生廳發佈的維護清潔和安全的工作環境的指導意見和指示。

請注意，如果本文檔中的指導意見與紐約州發佈的其他指導意見不同，則應採用最新的指導意見。

## 紐約州體育館和健身中心的負責任運營標準

沒有達到以下最低州標準以及適用的聯邦要求，就不會發生宗教和喪葬服務活動，包括但不限於《美國殘疾人法案 (Americans with Disabilities Act, ADA)》，疾病控制與預防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)，環境保護局 (Environmental Protection Agency, EPA) 和美國勞工部 (United States Department of Labor) 職業安全與健康管理局 (Occupational Safety and Health Administration, OSHA) 設立的最低標準。

本指南中包含的州標準適用於在新冠病毒公共衛生緊急情況下運營的所有體育館和健身中心，直至州撤銷或修訂。健身房或健身中心 / 活動的所有者 / 經營者，或所有者 / 經營者可能指定的另一方（無論哪種情況，《負責方》），應負責滿足這些標準。

下列指導意見圍繞三個不同的類別組織：人員，地點，過程。

## I. 人員

### A. 人身距離

- 負責方必須確保體育館或健身中心在任何給定時間（包括員工和顧客）在任何特定時間都不得超過佔用證明書所確定的特定區域最大佔用人數的 **33%**。僅在以下情況下才被允許進入健身房或健身中心：
  - 只要雇員或顧客年滿兩歲並且能夠在醫學上容忍這種遮蓋物，則始終應佩戴可接受的遮蓋物；
    - 對於無法在醫學上忍受可接受的面部遮蓋物的個人，責任方必須確保此類個人始終佩戴口罩。但是，[CDC](#) 《目前不建議使用面罩作為面具的[足夠]替代品》。
  - 完成並通過健康檢查，如以下第 **14** 頁第 **III** 節所述：流程，**A** 小節：篩選和測試；和
  - 進入設施時（或通過遠程登機）登錄時，請提供其全名，地址和電話號碼，以用於聯繫追蹤工作。
    - 登錄過程可以通過負責方建立的收集上述聯繫信息的任何方式進行，包括但不限於數字應用程序，條形碼讀取器，刷卡讀取器和 / 或紙質表格。
    - 負責方必須保留上述登錄數據的記錄至少 **28** 天，並應要求將這些數據提供給州和地方衛生部門。
- 責任方必須確保個人（包括員工和顧客）之間始終保持至少六英尺的距離，除非安全或核心活動需要更短的距離（例如，移動設備，使用電梯，參加醫療活動緊急情況）。核心活動不適用於鍛煉活動，鍛煉活動必須始終使個人之間保持至少六英尺的距離。
  - 負責的當事方應避免進行需要舉手的舉重運動。但是，如果進行了這些鍛煉，則應該有戴口罩的員工，或者舉重的顧客應該有可以戴上口罩的家庭或聚會成員。在這兩種情況下，都必須在盡可能短的時間內進行發現（即，不要揮之不去或社交）。
- 負責方必須確保所有個人，包括僱員和顧客，在健身房或健身中心時始終佩戴可接受的面罩，除非他們在吃飯（例如，在指定區域，例如運動區以外的咖啡館），飲水或在水生環境中（例如游泳池，個人淋浴）；前提是他們已經超過兩歲，並且能夠在醫學上容忍此類保險。
  - 新型冠狀病毒的可接受的面罩包括但不限於基於布的面罩和適用於運動的一次性口罩，可覆蓋口鼻。頭巾，拋光墊和綁腿者不能用於健身房和健身中心。
  - 然而，由於工作性質，在通常需要更高程度的個人防護裝備 (PPE) 保護的工作場所，布質的，一次性的或其他自製面罩是不可接受的。對於這些活動，應根據 [OSHA 指引](#)，繼續使用根據現有行業標準使用的 **N95** 呼吸器或其他 PPE。
  - 面部遮蓋要求的應用方式必須與聯邦 **ADA**，紐約州和城市人權法（如適用）一致。
- 負責方必須修改使用，重新組織和 / 或限制可用的健身台和鍛煉設備（例如，有氧運動設備，自由重物，自行車，墊子）的數量，以使個人在各個方向上至少相距六英尺（例如，並排以及彼此面對時）。
- 負責方必須確保個人在使用之間未經清潔和消毒的情況下不會共享設備。

- 負責方必須確保個人在使用之間相互清潔和消毒的情況下不會共享設備。
  - 應根據 [OSHA 準則](#) 設置物理屏障並使用。
  - 物理屏障的選擇可能包括條形窗簾、小隔間、有機玻璃或類似的材料，或其他不透水分隔物或隔板。
- 責任方應禁止一次由多個人同時使用狹小空間（例如，儲藏室，設備檢出區），除非在該空間中的所有員工同時都穿著可接受的面罩。但是，即使使用面罩，佔用空間也不能超過空間最大容量的 **33%**，除非是為一人使用而設計的。
- 負責方應在整個機構或校園內張貼與 [DOH 新型冠狀病毒標牌](#)。責任方可根據其工作地點或環境，自行訂造符合本廳指示牌要求的指示牌。應使用指示牌提醒個人：
  - 如果他們感到不適，請待在家裡。
  - 除非在進食，飲水或在水生環境中（例如游泳池，獨立淋浴間），否則始終用臉遮住鼻子和嘴巴。
  - 根據 [DOH 旅行建議](#)，如果他們最近曾在社區中大量感染新型冠狀病毒，則進行隔離。
  - 正確存儲，清潔，並在必要時丟棄 PPE。
  - 遵守物理距離指示。
  - 報告新型冠狀病毒症狀或接觸症狀，以及應如何報告。
  - 遵守手部衛生，清潔和消毒指導意見。
  - 遵循適當的呼吸衛生和咳嗽禮儀。
  - 在使用前後，請用消毒濕巾擦拭設備。

## B. 在封閉空間集會

- 責任方必須按照疾病控制與預防中心指南《[新興冠狀病毒疾病 2019 企業和僱主規劃和響應的暫行指導意見 \(Interim Guidance for Businesses and Employers to Plan and Respond to Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\)\)](#)》，最大程度地限制面對面的聚會（例如，員工會議，休息室，儲藏室），並儘可能使用其他方法，例如視頻或電話會議。當無法進行視頻會議或電話會議時，負責方應在通風良好的開放空間舉行會議，並確保個人之間保持六英尺的社交距離（例如，如果有椅子，在椅子之間留出空間，讓員工坐在 交替椅子）。
- 負責的當事方必須在更衣室，洗手間和休息室等小區域採取適當的社會隔離措施，並應開發標牌和系統（例如在被佔用時進行標記）以限制無法在這些地區進行社會隔離的佔用率。
- 負責方必須關閉所有公共淋浴間。各個淋浴間可以保持打開狀態，前提是責任方確保在每個用戶之間進行清潔和消毒。
- 負責方可對公共浴室實施最佳做法，包括但不限於：
  - 如果六英尺的間隔不可行，則在馬桶和水槽之間安裝物理屏障；和
  - 使用非接觸式肥皂和擦手紙分配器。
- 在切實可行的範圍內，負責方應使員工的時間表錯開，以觀察任何員工聚會（例如咖啡時間，進餐和上班 / 下班）的社交距離（即六英尺的距離）。

## C. 現場活動

- 負責方必須與當地衛生部門協調，以安排在設施開放之前或之後 **14** 天內對設施進行檢查。當地衛生部門應檢查設施以確保合規。
- 負責的締約方應實施和鼓勵使用約會，預定和 / 或遠程值機，特別是對於基於成員資格的操作，以確保遵守入住限制。
- 對於涉及小組互動的健身課程和 / 或運動：
  - 鼓勵但不要求負責的締約方在可行的情況下在戶外進行此類課堂和 / 或活動。
  - 負責方必須使用約會，預訂，遠程值機和 / 或提前註冊課程和空間。
  - 負責方必須將參加健身課程或小組活動的人數限制為以下較小者：
    - (1) 該空間可容納的個人數量，以使個人之間始終保持最小六英尺的距離；
    - (2) 典型班級人數的 **33%**（即請假站，自行車或其他設備空缺）；要么
    - (3) 健身房或健身中心所在區域的州社交聚會限制所允許的人數。
  - 負責的當事方必須確保個人，包括講師和顧客，始終保持至少六英尺的距離，並且戴上符合上述要求的面罩。
  - 負責方必須確保不同個人在使用之間清潔和消毒任何設備（例如機器，啞鈴）。
  - 負責的當事方應鼓勵顧客攜帶自己的個人設備（例如墊子），並在設備上貼上自己的名字，並避免使用其他顧客的設備。
- 對於水上運動課程，負責方必須確保：
  - 參加人數僅限於以下較小者：
    - (1) 該空間可容納的人數，以使個人之間相距六英尺；
    - (2) 典型班級人數的 **33%**；要么
    - (3) 健身房或健身中心所在區域的州社交聚會限制所允許的個人數量；
  - 每次使用後都要對共用設備進行清潔和消毒；和
  - DOH 《**新型冠狀病毒公共衛生突發事件中泳池和娛樂性水生噴灑地面的臨時指南 (Interim Guidance for Pools and Recreational Aquatic Spray Grounds During the COVID-19 Public Health Emergency)**》被跟隨。
- 在體育館或健身中心進行私人培訓時，負責方必須確保：
  - 顧客和教練員始終要戴口罩。
  - 顧客和教練員應盡可能保持六英尺的空間，考慮到偶爾的短暫接觸，其距離可能小於六英尺，以解決健康或安全風險（例如，鍛煉身體，正確的姿勢或姿勢）。在任何情況下，這種密切聯繫都必須在盡可能短的時間內進行（即，不要揮之不去或社交）；
  - 贊助人和培訓者必須禁止彼此共享私人物品（例如毛巾）；和

- 在兩次使用之間，顧客和培訓人員必須清潔和消毒任何共享設備（例如，演示）。
- 負責的當事方必須禁止無法持續避免身體接觸的高風險活動（例如武術，拳擊），並應鼓勵在課堂上進行手動調整（例如瑜伽，普拉提），除非為減輕健康或安全風險而必須採取的措施。有關更多信息，請參見 DOH 《[新型冠狀病毒公共衛生突發事件中的運動休閒暫行指南 \(Interim Guidance for Sports and Recreation during the COVID-19 Public Health Emergency\)](#)》特定活動相關的風險級別，在發佈時，將較高風險的活動限制為《個人或遠程小組培訓以及有組織的 / 非接觸式小組培訓》。
- 負責方可以選擇實施鍛煉《輪班》，即個人報名參加指定時間的鍛煉，以創建保持一致的隊列（即，同一組人每次一起鍛煉）。
- 負責方必須在適用時關閉便利設施，包括：
  - 漩渦浴池，桑拿浴室和蒸汽浴室；
  - 公用淋浴；
  - 內的公共座位區健身房或健身中心（例如，接待台附近的沙發）；
  - 飲水器（但是水瓶加註站可能保持打開狀態）；和
  - 自助酒吧和取樣器。
- 責任方必須採取措施減少人際接觸和聚集，方法包括：
  - 將面對面的存在僅限於必要的人員；
  - 調整工作時間；
  - 鼓勵在可能的情況下使用室外空間；
  - 減少現場工作人員，以適應社交距離指導意見；
  - 換班設計（例如 A/B 團隊，錯開的到達 / 離開時間）；
  - 提醒顧客提前計劃鍛煉計劃，以減少揮之不去；
  - 實施簽約政策，使顧客可以在一致的特定時間內鍛煉身體，以鼓勵隊列；
  - 為安全使用公用辦公設備（例如電話，複印機，打印機，收銀機等）制定協議；和 / 或
  - 禁止使用共用設備，並且在使用和關閉設備之間必須進行適當的清潔和消毒。
- 負責方應根據 DOH 指南調整必要的時間，以加強清潔和消毒程序，《[新型冠狀病毒: 非醫療機構清潔和消毒通用指南 \(COVID-19: General Guidance for Cleaning and Disinfecting for Non-Health Care Settings\)](#)》。

#### D. 移動和商業

- 禁止使用共用設備，並且在使用和關閉設備之間必須進行適當的清潔和消毒。
  - 遵守最大能力和社會距離要求；和
  - 所有個人，包括員工和顧客，都要登錄並完成健康檢查。

- 負責的締約方應採取措施，在狹窄的過道，走廊或空間中，或在健身器材之間的過道中，使用膠帶或帶有箭頭的標誌減少雙向步行，並張貼標明通常為 6 英尺空間的標誌和距離標記用過的區域以及通常形成線路或人員聚集的任何區域（例如，進 / 出站，健康檢查站，休息室，設備檢出區，收銀機區，更衣室）。
- 負責的締約方應在切實可行的範圍內清楚地指定單獨的入口和出口。
- 負責方必須準備好在外面排隊等候顧客，同時仍保持實際距離，包括通過使用視覺提示和 / 或排隊控制設備（例如支柱，行距標記，箭頭）。
- 負責方應安排顧客等候區（例如，行人專用區，停車區），以最大程度地增加他人之間的社交距離，並盡量減少與該區域其他人的互動。
- 負責方應限制現場互動（例如，為離開健身房或健身中心的個人指定一個出口，為個人進入的個人指定一個單獨的入口）和活動（例如，員工應盡可能經常地保持在工作站附近可能）。
  - 在可行的情況下，負責方應限制進入次數，以（1）管理進入體育館或健身中心的流量，並監視佔用 / 容量限制，以及（2）促進登錄和健康檢查，同時保持合規性符合消防安全和其他適用法規。
- 責任方必須確立指定的接貨和交貨區域，盡可能限制接觸。
- 對於商品或設備的交付，責任方應實施非接觸式交付系統，使駕駛員在交付時留在車內，或者在不可行的情況下，責任方必須提供與預期活動相稱的可接受的個人防護裝備，至少包括面部表情在交付過程中免費為參與交付的人員提供服務。
- 負責方必須確保員工在轉移貨物（例如，來自送貨司機）的貨物之前和之後進行手部衛生（例如，在開始裝載物品之前進行手部衛生；一旦所有物品都已裝滿，請通過執行手部衛生來完成操作再次）。
- 負責方應實施非接觸式簽到和付款方式，或者提前付款以供顧客使用（如果有）。負責方應盡可能減少對現金，信用卡，會員卡和移動設備的處理。

## II. 場所

### A. 空氣處理系統

- 對於具有中央空氣處理系統的設施，負責方必須確保中央 HVAC 系統的過濾達到與當前安裝的過濾器機架和空氣處理系統兼容的最高額定過濾，且最低 **MERV-13** 或行業等效或更高（例如 **HEPA**）（如適用），並由 HVAC 認證技術人員，專業人員或公司，**ASHRAE** 認證的專業人員，逆向調試的專業人員或紐約許可的專業建築工程師進行認證和記錄。
  - 責任方還可以考慮按照 **CDC** 和 **ASHRAE** 的建議採取額外的通風和空氣過濾緩解協議，特別是對於 15 年以上的建築物，包括：
    - 對中央系統進行必要的調試，並根據需要進行測試，平衡和維修；
    - 盡可能提高通風率和室外空氣流通；
    - 使系統運行更長的時間，尤其是在佔用前後每天運行幾個小時；
    - 在合理的情況下禁用按需控制的通風，並維護增加新鮮空氣供應的系統；

- 打開室外空氣擋板，以盡可能減少或消除再循環；
  - 過濾器的密封邊緣可限制旁路；
  - 定期檢查系統和過濾器，以確保它們正常運行，並正確安裝，維護和維護過濾器；
  - 打開窗戶，以確保乘員的安全和舒適；
  - 安裝和設計適當的紫外線殺菌輻射 (UVGI)，以滅活空氣傳播的病毒顆粒；和 / 或
  - 使用便攜式空氣濾清器（例如 HEPA 電動設備）時，請考慮在適當的性能水平下提供最高換氣率且不會產生有害副產品的設備。
- 對於具有無法處理上述最低過濾水平（即 **MERV-13** 或更高）的中央空氣處理系統的設施，責任方必須具有 HVAC 技術人員，專業人員或公司的認證，ASHRAE 認證的專業人員，逆向調試的專業人員，或獲得紐約執照的專業建築工程師的證明，並證明當前安裝的過濾器架和空氣處理系統將無法在新冠狀病毒公共衛生緊急事件之前達到最低的供暖和製冷水平。如果安裝瞭如此高的過濾度（即 **MERV-13** 或更高）。此外，負責方必須保留此類文件，以供州或地方衛生部門官員審查，以便以較低的過濾等級（理想的是 **MERV-11** 或 **MERV-12**）運行，並帶有附加的通風和空氣過濾緩解協議。
    - 此外，擁有中央空調系統的設施的責任方不能達到 **MERV-13** 或更高的過濾等級，必須根據 CDC 和 ASHRAE 的建議採取額外的通風和空氣過濾緩解方案，包括：
      - 對中央系統進行必要的調試，並根據需要進行測試，平衡和維修；
      - 盡可能提高通風率和室外空氣流通；
      - 使系統運行更長的時間，尤其是在佔用前後每天運行幾個小時；
      - 在合理的情況下禁用按需控制的通風，並維護增加新鮮空氣供應的系統；
      - 打開室外空氣擋板，以盡可能減少或消除再循環；
      - 過濾器的密封邊緣可限制旁路；
      - 定期檢查系統和過濾器，以確保它們正常運行，並正確安裝，維護和維護過濾器；
      - 打開窗戶，以確保乘員的安全和舒適；
      - 安裝和設計適當的紫外線殺菌輻射 (UVGI)，以滅活空氣傳播的病毒顆粒；和 / 或
      - 使用便攜式空氣濾清器（例如 HEPA 電動設備）時，請考慮在適當的性能水平下提供最高換氣率且不會產生有害副產品的設備。
  - 設施沒有中央空氣處理系統，或者沒有操作或以其他方式控制系統的負責方，必須根據 CDC 和 ASHRAE 的建議採取附加的通風和空氣過濾緩解協議，包括：
    - 部署適當的便攜式空氣濾清器（例如 HEPA 電動單元），並考慮在適當的性能水平下提供最高換氣率且不會產生有害副產品的單元；
    - 定期檢查任何室內通風系統（例如窗戶裝置），以確保其正常運行，並正確安裝，維護並在使用壽命內安裝過濾器；
    - 使任何房間的通風系統長時間運行，尤其是在居住前後每天運行幾個小時；
    - 設置房間的通風系統以最大程度地吸收新鮮空氣，將鼓風機設置為低速並儘可能地遠離乘員；
    - 打開窗戶，以確保乘員的安全和舒適；
    - 設置任何吊扇以將空氣向上吸引到乘員，如果有的話；



- 在可能的情况下，優先安排窗扇排出室內空氣；
- 避免使用僅再循環空氣或僅將空氣吹入房間而不提供適當排氣的風扇；和 / 或
- 安裝適當設計和部署的紫外線殺菌輻射（UVGI），以滅活空氣傳播的病毒顆粒。

## B. 防護裝備

- 責任方必須確保僅允許僱員和顧客戴上可接受的面部遮蓋物進入健身房或健身中心，前提是該僱員或顧客已超過兩歲並且能夠在醫學上容忍這種遮蓋物。
  - 對於無法在醫學上忍受可接受的面部遮蓋物的個人，責任方必須確保此類個人始終佩戴口罩。但是，[CDC](#) 《目前不建議使用面罩作為面具的[足夠]替代品》。
- 責任方必須確保所有個人（包括員工和顧客）始終都應蓋好臉罩，但以下情況除外：
  - 只要他們與其他人保持六英尺的距離，就可以暫時允許他們在進食或飲水時取下臉罩。
  - 在水生環境下（例如游泳池，獨立淋浴間），不應戴面罩。
- 除了某些工作場所活動所需的個人防護裝備外，責任方必須採購，製作或以其他方式獲得可接受的面罩，並在工作時免費向其僱員提供這些面罩。責任方應備有足夠的面罩，口罩和其他必要的個人防護裝備，以備員工更換或訪客需要。
  - 可接受的面罩包括但不限於適合運動的布（例如，自製縫製，快速裁切），手術口罩和 N95 呼吸器。頭巾，拋光墊和綁腿者不能用於健身房和健身中心。
- 面罩在使用後必須清洗或更換，不得共用。請參閱美國疾病控制與預防中心[指導意見](#)，以獲取有關布質面罩和其他類型的個人防護裝備的更多資訊，以及使用和清潔說明。
  - 注意，在對面罩要求較高程度保護的工作場所活動中，布制面罩或一次性口罩不應視為可接受的面罩。這些安全設備必須遵守職業安全與健康管理局標準。
  - 責任方必須建議員工和顧客定期清潔或更換濕的或弄髒的面罩。
- 責任方必須允許員工使用他們自己可接受的面罩，但不能要求這些員工自行提供面罩。此外，本指南也不應阻止員工佩戴自己的個人額外防護罩（例如手術口罩，N95 呼吸器或面罩），或者如果責任方因工作性質而另外要求員工佩戴更多的防護性個人防護裝置。僱主應遵守所有適用的職業安全與健康管理局標準。
- 負責方必須採取措施限制對象的共享，例如工具，以及觸摸共享表面（不包括健身器材），例如收銀機；或要求工人在接觸共享物體或經常觸摸的表面時戴上手套（適合行業或醫療）；或者，要求工人在接觸前後進行消毒或洗手。
- 責任方必須培訓員工如何恰當穿，脫，清潔（如適用）和丟棄個人防護裝備，包括但不限於適當的面罩。

## C. 衛生，清潔和消毒

- 責任方必須確保遵守美國疾病控制與預防中心和衛生廳提出的衛生要求和環境衛生要求，包括《[新型冠狀病毒病公共和私人設施清潔和消毒指導意見 \(Guidance for Cleaning and Disinfection of Public and Private Facilities for COVID-19\)](#)》和《[阻止傳播 \(STOP THE SPREAD\)](#)》海報（如適用）。責任方必須維護日誌，包括清洗和消毒的日期，時間和範圍。

- 責任方必須在現場提供並維護下列手部衛生站：
  - 洗手：肥皂，流動的溫水和一次性紙巾。
  - 消毒手部之用：用於可能沒有洗手設施或不實用的區域的酒精基洗手液，其中至少含有 **60%** 的酒精。
  - 負責方必須在整個體育館或健身中心內提供洗手液，以供員工和顧客使用（例如，入口，出口，預約台，健身台旁）。在可行的地方應安裝無接觸式洗手液分配器。
- 責任方應在洗手液站附近放置指示牌，表明明顯髒污的手應用肥皂和水清洗；洗手液對明顯髒污的手無效。
- 負責方應在體育館或健身中心周圍放置容器，以處理髒物，包括個人防護裝備。
- 負責方應在體育館或健身中心周圍放置容器，以處理髒物，包括個人防護裝備。
  - 雖然最好的辦法是讓顧客自己帶毛巾，但責任方可以按照 [CDC 的指導](#)向顧客提供毛巾並進行洗衣服務，包括：
    - 根據製造商的說明洗滌物品，並使用最溫暖的適當水溫設置並完全乾燥物品。
    - 處理髒衣服時要戴一次性手套。
    - 不要搖晃髒衣服。
    - 清潔並消毒衣物籃。
    - 進行洗衣服務後，請脫下手套並立即洗手。
- 負責方必須對體育館或健身中心進行定期清潔和消毒，並對許多人使用的高風險區域和經常觸摸的表面進行更頻繁的清潔和消毒。清潔和消毒必須嚴格且持續進行，並且應在整個操作期間和需要時經常進行。有關設施清潔和消毒方法的詳情，請參閱衛生廳《[公共及私人設施新型冠狀病毒清潔及消毒暫行指導意見 \(Interim Guidance for Cleaning and Disinfection of Public and Private Facilities for COVID-19\)](#)》。
  - 責任方必須確保每次使用之間由員工或顧客清潔和消毒共用設備。
  - 責任方必須為共用且經常觸摸的表面和設備提供適當的清潔和消毒用品，並應要求員工並鼓勵顧客按照製造商的指示在使用這些表面之前和之後使用這些供應物，然後進行手衛生。
  - 責任方必須確保有足夠的人員來《擦淨》用戶之間的設備（即清潔和消毒），但是責任方可能會要求顧客在每次使用之前和 / 或之後《擦淨》設備。
  - 負責方必須確保在使用之間清潔和消毒租賃設備（例如，綁帶鞋，瑜伽墊）。
- 責任方必須確保對更衣室和洗手間進行定期清潔和消毒。更衣室和洗手間必須至少每兩個小時或更多次清潔和消毒一次，具體取決於使用頻率。
  - 責任方必須使用標識，佔用標記或其他可行的方法來減少洗手間的容量，以確保遵守距離規則。
- 負責方必須確保在不同員工使用之間清潔和消毒共享工作站（例如，值機台）。
- 負責方必須確保使用註冊的消毒劑定期（例如，在每個顧客使用之間）清潔和消毒設備。請參與在紐約州註冊過且在紐約州環境保護廳 ([Department of Environmental Conservation, DEC](#)) [列表上的產品](#)，這些產品被環境保護局認定為可有效應對新型冠狀病毒。

- 如果清潔或消毒產品或清潔和消毒行為導致安全隱患或使材料或設備退化，責任方必須關閉此類設備，在使用之間放置手部衛生站，提供一次性手套，和 / 或設置數量限制可能使用此類設備的人群。
- 如果確診一個人患有新冠狀病毒陽性病例，責任方必須提供對裸露區域的清潔和消毒措施，這種清潔和消毒措施至少應包括所有較重的運輸區域和高接觸表面（例如，健身器材，機器，扶手，登機櫃檯）。
- 如懷疑或證實有人感染新型冠狀病毒，美國疾病控制與預防中心有關《設施的清潔及消毒 (Cleaning and Disinfecting Your Facility)》的指導意見如下：
  - 關閉疑似或確診新型冠狀病毒患者使用過的區域。
    - 責任方如果能夠關閉受影響的區域，就不一定需要關閉經營場所。
  - 打開室外門窗，增加室內空氣流通。
  - 24 小時後再進行清潔和消毒。如果 24 小時不可行，則盡可能等待較長的時間。
  - 清潔和消毒懷疑或確認患有新型冠狀病毒的人使用過的所有區域，例如浴室，公共區域和共用設備。
  - 經適當清潔和消毒後，即可重新開放使用。
    - 與懷疑或確認患有新型冠狀病毒的人沒有親密接觸的個人可以在清潔和消毒後立即返回該地區。
    - 有關密切或近距離「接觸」的資訊，請參閱衛生廳的《針對公私僱員在感染或接觸新型冠狀病毒後返回工作崗位的暫行指導意見 (Interim Guidance for Public and Private Employees Returning to Work Following COVID-19 Infection or Exposure)》。
  - 如果自懷疑或確認有新冠狀病毒的人訪問或使用過健身房或健身中心起已經過了天，則無需進行額外的清潔和消毒，但應繼續進行常規清潔和消毒。
- 負責方必須禁止員工之間共享食物和飲料（例如自助餐和飲料），鼓勵員工自帶午餐，並留出足夠的空間讓員工在進餐時觀察社會距離。

#### D. 分階段重新開放

- 建議負責方分階段開始重新開放活動，以便在生產或工作活動恢復正常水準之前解決運營問題。負責方應在首次重新開放時考慮限制員工數量，工作時間和服務的顧客數量，以便使運營機構能夠適應變更。

#### E. 溝通計劃

- 責任方必須確認已經審閱並理解了本州發佈的行業指導意見，並且將執行它們。
- 負責方應為員工和顧客制定溝通計劃，其中應包括適用的說明，培訓，標誌以及向員工和顧客提供信息的一致方式。責任方可以考慮開發網頁，文本和電子郵件組以及社交媒體。
- 負責方必須通過口頭交流和指示，鼓勵個人遵守 CDC 和 DOH 關於使用 PPE 的指南，特別是面罩。
- 負責方應在體育館或健身中心內外張貼標牌，以提醒員工和顧客遵守適當的衛生習慣，與社會保持距離的規則，適當使用 PPE 以及清潔和消毒方案。

## III. 過程

### A. 篩查和檢測

- 負責方必須對僱員，顧客以及在可行的情況下對承包商和供應商實施強制性的日常健康檢查實踐，但不得對運送人員進行此類檢查。
- 在個人向體育館或健身中心報告之前，可以遠程（例如，通過電話或電子調查）進行篩查做法；或可以在現場進行。
- 篩查應進行協調，以防止員工在篩查完成前相互混雜，發生密切或近距離的接觸。
- 至少必須要求篩查所有員工和供應商，如果可行，還必須篩查供應商，並通過調查問卷來確定該員工或供應商是否具有：
  - (a) 已知在過去 14 天內與測試為新冠狀病毒呈陽性或有或有新冠狀病毒症狀的任何人保持密切聯繫；
  - (b) 在過去 14 天內通過診斷測試檢測出新冠狀病毒呈陽性；
  - (c) 在過去的 14 天中，沒有出現任何新冠狀病毒的症狀；和
  - (d) 在過去 14 天內，在一個新社區感染嚴重的州內旅行了 24 小時以上。
- 有關新冠狀病毒相關症狀的最新資訊，請參閱美國疾病控制與預防中心關於冠狀病毒症狀 (Symptoms of Coronavirus) 的指導意見。
- 有關新冠狀病毒的廣泛傳播和隔離要求的州的最新信息，請參閱 DOH 旅行警示。
- 篩選做法包括：
  - 如果空間和建築物的配置允許，請在建築物入口或入口附近對人員進行篩查，以在懷疑或確認為新冠狀病毒的情況下將影響降至最低。
  - 在人員排隊篩查和/或進入建築時保持充足的社交距離。
  - 僅允許接受過遠程或到達現場篩查的人員。
  - 如果進行了溫度檢查，請在建築物入口處使用非接觸式熱像儀，以識別可能有症狀的個體，並將其引導至輔助檢查區域以完成後續檢查。如果不可能或不可行，可以使用非接觸式溫度計進行溫度檢查。
- 責任方應要求員工立即披露他們對上述任何問題的回應是否發生變化，例如他們是否開始出現症狀，包括在工作時間內或工作時間外。
- 除篩選調查表外，還可以根據平等就業機會委員會或 DOH 指南進行溫度檢查。禁止責任方保留員工健康數據的記錄（例如，個人的特定溫度數據），但允許其保存記錄以確認對個人進行了篩選以及篩選結果（例如，通過 / 失敗，清除 / 未通過）。
- 負責方必須確保任何進行篩查活動（包括溫度檢查）的人員都受到適當保護，以免暴露於進入健身房或健身中心的潛在感染者。實施篩查活動的人員必須由熟悉美國疾病控制與預防中心，衛生廳和職業安全與健康管理局協議的雇主確認的人員進行培訓。

- 應提供篩查儀並使用 PPE, 至少要包括可接受的面部覆蓋物或面罩, 並且可能包括手套, 隔離衣和 / 或面罩。
- 篩查為新冠狀病毒症狀呈陽性的個人不得進入設施, 篩查呈陽性的員工必須被送回家, 並帶有指示信息, 請其與醫療保健提供者聯繫以進行評估和測試。
  - 責任方應向員工遠程提供有關醫療保健和測試資源的信息。
  - 責任方必須立即向州和地方衛生部門告知任何新冠狀病毒疾病陽性病例。
- 責任方應參閱衛生廳發佈的《[感染或接觸新冠狀病毒後重返工作崗位的公私部門工作人員暫行指導意見 \(Interim Guidance for Public and Private Employees Returning to Work Following COVID-19 Infection or Exposure\)](#)》了解疑似或確診患有新冠狀病毒疾病的僱員返回工作崗位, 或僱員與新冠狀病毒疾病患者密切或近距離接觸後返回工作崗位的規程和政策。
- 責任方必須指定一個中心聯絡點, 該聯絡點可能因活動、地點、輪班或白天的不同而不同, 負責接收並證明已審閱所有調查問卷, 並將該聯絡點確定為個人日後如調查問卷所述出現新冠狀病毒相關症狀時的通知方。
  - 應該準備好健身房或健身中心的指定聯絡點, 以接收個人關於陽性病例的通知並啟動相應的清潔和消毒程序。
- 責任方必須指定一名現場安全監督員, 其職責包括持續遵守現場安全計畫的所有方面。
- 負責方必須保存每個人的日誌, 包括員工, 顧客以及在可行情況下的承包商和供應商, 他們可能與工作場所或地區的其他人有密切或近距離接觸; 不包括使用適當的 PPE 或通過非接觸方式進行的交付。日誌中必須包含聯繫信息, 包括每個人的全名, 地址和電話號碼, 以便在出現新冠狀病毒案件時可以識別, 追蹤和通知所有聯繫人。
  - 登錄過程可以通過負責方建立的收集上述聯繫信息的任何方式進行, 包括但不限於數字應用程序, 條形碼讀取器, 刷卡讀取器和 / 或紙質表格。
  - 負責方必須將上述登錄數據記錄保存 28 天, 並應要求將這些數據提供給州和地方衛生部門。

## B. 追蹤和跟進

- 負責人必須在其體育館或健身中心通知個人任何 COVID-19 陽性檢測結果後, 立即通知州和地方衛生部門。
- 如果個人測試呈陽性, 則責任方必須按要求與州和地方衛生部門合作, 以追蹤健身房或健身中心的所有聯繫人, 並將進入健身房或健身場所的所有個人通知州和地方衛生部門 該中心可以追溯到個人首次出現新冠狀病毒症狀或測試呈陽性的 48 小時之前, 以較早者為準。必須按照聯邦和州法律法規的要求保持機密性。
  - 如果某人在體育館或健身中心內出現症狀, 責任方必須通知周圍區域的員工或可能立即受到影響的員工, 並提供有關該個人在體育館或健身中心的位置的信息, 並通知他們 有症狀的人測試陽性。
- 州和地方衛生部門可根據其法定權力對感染者或接觸者實施監測和行動限制, 包括居家隔離或檢疫。

- 被警告已與新型冠狀病毒的人密切接觸並通過追蹤，跟踪或其他機制被警告的員工，在警告時必須向雇主進行自我報告，並應遵守協議 上面引用。

## IV.僱主計畫

責任方必須在現場未員工顯著張貼已完成的安全計畫。本州提供企業重新開業安全計畫範本，指導企業主和經營者制定預防新型冠狀病毒傳播的計畫。

**更多的安全資訊，指導意見和資源請見：**

有關評估風險，促進減少擴散的行為，維持健康的運營和環境以及為生病做好準備的一般指導，請參閱CDC的《[青少年體育注意事項 \(Gym and Fitness Center Employers\)](#)》。

紐約州衛生廳新型冠狀病毒網站  
<https://coronavirus.health.ny.gov/>

疾病控制與預防中心冠狀病毒（新型冠狀病毒）網站 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

職業安全與健康管理局新型冠狀病毒網站  
<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/>

**[請在以下連結，確認您已閱讀並理解您按照本指導意見運營的義務：](#)**

<https://forms.ny.gov/s3/ny-forward-affirmation>