

Các Phụ Huynh & Người Giám Hộ thân mến,

Trong khi mối quan ngại của cộng đồng gia tăng về dịch Novel Coronavirus 2019 hay còn gọi là “COVID-19”, chúng tôi muốn chia sẻ các nguồn lực và sự hướng dẫn được Văn Phòng Y Tế Công Cộng Quận Hạt Sacramento (SCPH) cung cấp cũng như các hướng dẫn tổng quát để giữ gìn sức khỏe trong mùa cảm cúm.

Học Khu Sacramento đang làm những gì để bảo vệ các học sinh, gia đình và nhân viên?

SCUSD đang lấy các bước như sau để đảm bảo cho sự an toàn và lành mạnh trong cộng đồng trường của chúng ta:

- Các y tá trường đang quảng bá và cung cấp các bài học trong lớp học về việc rửa tay và ho hay hắt hơi đúng cách.
- Các tờ bướm và các bảng hiệu về việc rửa tay được quảng bá rộng rãi.
- Chúng tôi khuyến khích các hoạt động và các phương pháp để thúc đẩy cách đối phó tích cực trong thời gian căng thẳng dành cho người lớn ([Adults](#)) và trẻ em ([Children](#)).
- Các trường được yêu cầu cung cấp không gian bất cứ lúc nào cho các học sinh hay nhân viên bị bệnh cho đến khi họ có thể ra về (ví dụ như phòng y tế, y tá). Họ sẽ đưa ra cách thức chăm sóc sức khỏe theo tiêu chuẩn của chúng tôi bằng cách tiếp tục gửi về nhà bất kỳ học sinh hoặc nhân viên nào bị sốt từ 100 độ trở lên và/hoặc đang gặp phải các triệu chứng về đường tiêu hóa như nôn mửa hay đi tiêu chảy. Những trẻ bị bệnh nên được giữ ở nhà trong vòng 24 giờ sau khi triệu chứng thuyên giảm; xem áp phích của chúng tôi.
 - Nhân viên được yêu cầu cung cấp cho học sinh đầy đủ các bài nợ do nghỉ bệnh và kéo dài thời gian cho các em hoàn tất các bài tập bị nhớ do bị bệnh.
- Văn phòng Hoạt Động tiến hành nhiều bước để giữ cho trường an toàn và sạch sẽ:
 - Làm việc để đảm bảo mỗi trường được cung cấp đầy đủ các vật liệu rửa tay, khăn giấy, cũng như chất khử trùng được học khu phê duyệt.
 - Đặt hàng một số lượng lớn các vật liệu vệ sinh và thiết bị bảo vệ cá nhân để luôn có sẵn.
 - Vệ sinh định kỳ: trên cơ sở mỗi đêm, nhân viên tại các trường khử trùng các khu vực có sự tiếp xúc cao của học sinh nơi có các học sinh hay nhân viên bị bệnh, theo hướng dẫn được lập ra của học khu.
 - Vệ sinh thật kỹ: một nhóm chuyên trách đã được chỉ định để vệ sinh thật kỹ các trường mỗi đêm. Nếu có sự quan tâm được ghi nhận tại một địa điểm trường cụ thể, việc vệ sinh thật kỹ sẽ được thực hiện.
 - Đào tạo bổ sung: Bộ hướng dẫn đào tạo mở rộng đang được sửa đổi và triển khai cho tất cả nhân viên Hoạt động toàn học khu.
- Xin lưu ý rằng đã có báo cáo về các học sinh và những người khác bị kỳ thị hoặc bị bắt nạt [bullied](#). Chúng tôi kêu gọi các thành viên trong cộng đồng giúp ngăn chặn mọi hành vi phân biệt đối xử và tôn trọng quyền riêng tư của các thành viên trong cộng đồng. Chúng tôi khuyến khích mọi người trong cộng đồng của chúng ta đối xử với nhau bằng

sự cảm thông, tôn trọng và tử tế trong khi chúng ta cùng làm việc để giữ cho cộng đồng của chúng ta khỏe mạnh và an toàn về thể chất và tinh thần.

Quý vị có thể làm gì để bảo vệ Gia Đình của quý vị?

Giữ liên lạc:

- [Centers for Disease Control](#)
- [Sacramento County Department of Health Services](#)
- [SCUSD Health Services](#)
- [2/26/2020 eConnection Article](#)

Nên nhớ tuân theo các hướng dẫn để giữ [khỏe mạnh trong suốt mùa cảm lạnh và cúm](#). Đảm bảo thực hành việc phòng ngừa mỗi ngày, và xin nhớ:

- Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và nước tối thiểu 20 giây. Nếu không có xà phòng và nước, dùng cồn khử trùng để rửa tay. [Hướng Dẫn việc Rửa Tay của CDC](#) (Tiếng Anh/Tiếng Tây Ban Nha).
- Tránh sờ tay lên mắt, mũi, và miệng khi tay chưa rửa.
- Tránh tiếp xúc hay gần gũi với người mắc bệnh.
- Ở nhà khi bị bệnh. Đây là một nguồn lực rất hữu ích cho các gia đình ([Too Sick for School?](#))
- Che miệng khi ho.
- Hắt hơi vào trong một khăn giấy và bỏ vào trong thùng rác. Nhớ rửa tay ngay sau đó.
- Lau sạch và khử trùng thường xuyên các đồ vật và bề mặt thường hay sờ tay.
- Chích ngừa cúm.

Các Bước Chuẩn Bị của Địa Phương:

Học Khu Sacramento đang làm việc chặt chẽ với Phòng Y Tế Quận Hạt Công Cộng Sacramento (SCPH), Văn Phòng Giáo Dục Quận Hạt Sacramento và những học khu và đối tác khác đang giám sát chặt chẽ tình huống và đưa ra các hình thức mà COVID-19 lây lan trong khu vực của chúng ta. SCPH tiếp tục cung cấp tin tức cập nhật cho công chúng, mà có thể được tìm thấy trên trang mạng của họ, xin nhấn vào đây [click here](#) để xem các tin tức. SCPH cũng cung cấp các hướng dẫn tới các học khu, chúng tôi đang lấy các bước để thực thi các đề nghị hiện hành. Quý vị có thể xem các hướng dẫn hiện hành tại đây [here](#).

Luật Y Tế và An Toàn của Cali cung cấp cho các nhân viên y tế địa phương các quyền hạn và trách nhiệm để kiểm soát các bệnh truyền nhiễm và thực hiện bất kỳ bước cần thiết nào có thể để ngăn ngừa sự lây lan của các bệnh truyền nhiễm hoặc xảy ra các trường hợp bổ sung. SCUSD sẽ theo dõi các hướng dẫn được SCPH cung cấp liên quan đến việc đóng cửa trường.

COVID-19 lây lan như thế nào?

Từ [Centers for Disease Control and Prevention](#):

Coronavirus được cho là lây lan chủ yếu từ người sang người, giữa một người khi tiếp xúc với một người khác (trong vòng khoảng 6 feet). Nó được cho là sự lây lan qua các giọt hô hấp khi

một người bị nhiễm bệnh ho hay hắt hơi. Các bọt này có thể rơi vào trong mũi hay miệng của một người đang ở gần hay có thể hít vào trong phổi.

Một người có thể bị nhiễm COVID-19 bằng cách chạm vào bề mặt hoặc đồ vật có vi-rút trên đó và sau đó chạm vào miệng, mũi hoặc có thể là mắt của họ, nhưng đây không được coi là cách lây lan chính của vi-rút.

Việc Đeo Khẩu Trang:

CDC không đề nghị sử dụng khẩu trang thường xuyên ngoài môi trường chăm sóc y tế. Khẩu trang N95 không được chỉ định và không nên cho trẻ em đeo. Trong điều kiện chăm sóc y tế, các bệnh nhân bị bệnh đường hô hấp có thể được yêu cầu mang một khẩu trang phẫu thuật để phòng ngừa sự lây lan của vi trùng sang người khác khi họ ho hoặc hắt hơi. Những người bị bệnh nên ở nhà và không tiếp xúc ở những nơi công cộng, đồng ý ngoài việc tiếp cận cho việc chăm sóc y tế khi cần. Các nhân viên bị bệnh nên tuân theo các hướng dẫn của CDC và ở nhà khi họ bị bệnh. ([SCPH - Guidance for Schools](#))

Tình Trạng Hiện Tại:

Từ [Sacramento County Public Health](#)

Vào ngày 26 tháng 2, Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) và Bộ Y tế Công cộng California (CDPH) đã thông báo rằng Quận Hạt Sacramento phối hợp để chăm sóc sức khỏe cho một cá nhân từ một quận khác đã thử nghiệm dương tính với COVID-19 và đang được cách ly. Cá nhân này có lịch sử chưa từng du lịch đến Trung Quốc và không có liên hệ nào với trường hợp COVID-19 được xác nhận. Văn phòng Y tế Công cộng Quận Hạt Sacramento đang hợp tác chặt chẽ với các cơ quan y tế của tiểu bang và liên bang để xác định nguồn gốc bị truyền nhiễm của cá nhân và đang tiến hành điều tra mối liên hệ.

Chúng Ta biết gì về COVID-19?

Từ [Sacramento County Department of Health Services](#):

Coronaviruses là một nhóm vi-rút đường hô hấp có thể gây ra các bệnh từ cảm lạnh thông thường đến các bệnh nặng hơn như SARS và MERS. Cần thận để không nhầm lẫn loại coronavirus này với chủng có tên "COVID-19" hoặc "novel coronavirus 2019". COVID-19 chỉ là một loại coronavirus. Vì vậy, đừng hoảng hốt nếu bạn thấy thuật ngữ "coronavirus" có trên kết quả xét nghiệm của bạn. Hiện tại, chỉ có Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh (CDC) đang thử nghiệm COVID-19 phối hợp với Văn Phòng Y tế Công cộng Quận Hạt Sacramento (SCPH).

Cảm ơn quý vị đang cùng làm việc để giữ cho các học sinh, gia đình và cộng đồng an toàn và lành mạnh.