COLORADO
Department of Public Health & Environment

कोभिड-१९- **ड्राफ्ट**

व्यक्तिगत मनोरञ्जनका लागि मार्गदर्शन (पार्क, खेलकुद, र बाहिरी पूलहरू)

तल प्रदान गरिएको मार्गदर्शन ड्राफ्ट (पाण्डुलिपि) मार्गदर्शन हो जसलाई पृष्ठपोषण याचना गर्नका लागि पोस्ट गरिएको हो। यो मार्गदर्शन लागू भएको छैन।

कोलोराडोवासीहरूलाई पृष्ठपोषण यहाँ प्रदान गर्न जुन ३, १२ मध्यान्ह सम्मको समय छ। *सहभागीहरूले कम्तीमा ६ फिटको दूरी कायम गरेर, प्रायोगिक हुँदा अनुहार आवरण लगाएर, र उपयुक्त स्यानिटेसन र सरसफाई अभ्यासहरू पालन गरेर जुनसुकै किसिमको मनोरञ्जन भएता पनि १० जना वा सोभन्दा कमको समूहमा सञ्चालन गर्न सकिनेछ, जबसम्म तल उल्लेख हुँदैन।*

पार्कहरू	सङ्गठित मनोरञ्जनात्मक खेलकुद	मनोरञ्जनकर्ताहरू
• • अन्य घरपरिवारका सदस्यहरूबाट कम्तीमा ६ फिटको दूरीमा बस्नका लागि व्यक्तिहरूलाई सम्झाउँदै क्षेत्रभरि सङ्केतहरू पोस्ट गर्नुहोस्।	• सङ्गठित युवा वा वयस्क मनोरञ्जनात्मक खेलकुद २५ जनासम्मको समूह (बाहिर) र १० जनाको समूह (भित्र) सञ्चालन गर्न पाइनेछ। • वयस्क खेलकुदहरूका लागि दर्शकहरूलाई	• आफ्नो समूहको आकार सीमित राख्नुहोस्। • अन्य घरपरिवारका सदस्यबाट कम्तीमा ६ फिट टाढा बस्दै शारीरिक दूरी कायम राख्नुहोस्।

- खेलमैदानहरू एक पटकमा १० जना सम्मका लागि खुला रहन सक्छन् – क्षमता सीमा र दूरी सिफारिसहरूको सङ्केत राख्ने बारे विचार गर्नुहोस्।
- बाहिरी खेलकुत सुविधाहरू (जस्तै, टेनिस कोर्ट, बास्केटबल कोर्ट, पिकलबल कोर्ट, मैदानहरू) एक पटकमा प्रति मैदान बढीमा १० जना सम्मका लागि खुला रहन सक्नेछन्।
- बारम्बार छोइने सतहहरूलाई सफा गर्नुहोस् (जस्तै पार्कका बेन्चहरू वा खेलमैदान उपकरणहरू)।
- सञ्चालनको समय वृद्धि गरेर वा क्षमता सीमित पारेर सम्भव भएसम्म आगन्तुक उपस्थितिलाई कम राख्नुहोस्।

सशक्त दुरुत्साहित गरिन्छ। विभिन्न घरपरिवारका सदस्यहरूले एकअर्काबीच कम्तीमा ६ फिटको दूरी कायम राखुन्जेलसम्म अभिभावकजस्ता दर्शकहरूलाई युवा खेलकुदमा अनुमति छ।

- सम्पर्क जानकारी र टोली रोस्टर कायम राख्नुहोस् र यदि अनावृत्तीकरण भयो भने स्थानीय सामुदायिक स्वास्थ्य सम्पर्क ट्रेसिङ प्रयासलाई सहयोग गर्न तयार रहनुहोस्।
- उच्च-सम्पर्क खेलकुद (जस्तै कुस्ती वा कसर)को साटो न्यून वा सम्पर्क-हीन खेलकुद (जस्तै बेसबल, क्रस कन्ट्री, दौड) मा सहभागी हुने विचार गर्नुहोस्।
- आकस्मिक स्थितिमा बाहेक खाजा वा पानी साझा नगर्नुहोस्।
- खेलाडीहरूको नयाँ टोलीलाई अन्तरक्रिया न्यूनीकरण गर्नका लागि, हरेक २ हप्तामा खेल खेलाउने बारे विचार गर्नुहोस्।

- यदि तपाईं बिरामी हुनुहुन्छ वा यदि तपाईंमा कोभिड-१९ का जस्ता लक्षणहरू छन् भने, परीक्षण गर्न बाहेक घरमै बस्नुहोस्।
- यदि आफ्नो घरपरिवारको कुनै सदस्यलाई कोभिड-१९ को जस्तो लक्षण देखिए, सार्वजानिक स्थानहरूमा मनोरञ्जन गर्नबाट बच्नुहोस्।
- मनोरञ्जन गर्दा मास्क लगाउन प्रोत्साहित गर्नुहोस्।
- साबुन र पानी नभएको स्थितिमा हात सफा गर्नका लागि हातको सरसफाईका आपूर्तिहरू (जस्तै ह्यान्ड स्यानिटाइजर) लिएर आउनुहोस्।

बाहिरी स्वीमिङ पूलहरू	भित्री जिम, मनो केन्द्र, र पूलहरू
• पूललाई ५०% क्षमतामा वा ५० जना मानिससम्म जुन कम हुन्छ त्यसैमा सीमित राख्नुहोस्	• ४ जना वा कमको व्यक्तिगत तालिम समूह जारी रहन सक्छन्। • भित्री मनोरञ्जनका लागि १० जना

- मोरञ्जनात्मक पौडीका बेला एउटै घरमा नबस्ने पौडीवाजहरूले कम्तीमा ६ फिटको दूरीमा बस्नुपर्नेछ, र ल्याप पौडीका लागि एउटा लेनमा एक जना मात्र पौडीवाज हुनुपर्नेछ।
- भ्रमणकर्ताहरू उपस्थिति विकर्षित गर्न, यदि अनावृतीकरण भयो भने सम्पर्क ट्रेसिङलाई सहयोग गर्न, र सुविधाको समान प्रयोगको अवसर दिनका लागि आरक्षण प्रणाली स्थापना गर्न प्रोत्साहित गरिन्छ।
- शौचालयहरू र सावरहरू खुलै हुनुपर्ने कारणले बन्द स्थानहरूमा जमघट कम गर्न र लकरहरू साझा गर्ने काम कम गर्ने लकरमाथिको पहुँच बन्द गर्नुहोस्।
- बारम्बार छोइने सबै सतहहरू र ह्यान्डरेल, कुर्सी र टेबलहरू जस्ता साझा प्रयोगका वस्तुहरू हरेक घण्टा किटाणुनासन गर्नु पर्नेछ।
- शौचालयका सतहहरू नियमित रूपमा हरेक घण्टा सफा गर्नु पर्नेछ।
- पानीभित्र र बाहिर दुवै स्थानमा हुँदा स्टाफ, प्याट्रनहरू, र पौडीवाजहरू अन्य घरपरिवारका सदस्यहरूबाट कम्तीमा ६ फिटको दूरीमा बसेको सुनिश्चित गर्न शारीरिक सङ्केतहरू वा निर्देशन (उदाहरणका लागि, पानीमा भए लेन लाइनहरू, डेकमा भए कुर्सी र टेबलहरू) र दृश्य सङ्केत(उदाहरणका लागि डेक, भुइँ वा साइडवाकमा टेप) र चिन्हहरू प्रदान गर्नुहोस्।

मानिसहरूको समूहलाई अनुमति छ, जबसम्म तपाईंसँग विस्तारित क्षमताका लागि स्वीकृत काउन्टी-भ्यारिएन्स हुँदैन।

- यदि प्रायोगिक भए, एकै पटकमा जम्मा हुने मनोरञ्जनकर्ताहरूलाई विकर्षण गराउन र सीमित राख्न आरक्षण प्रणालीको प्रयोग गर्नुहोस्।
- प्रत्येक प्रयोगका बीचमा सम्पूर्ण उपकरणहरू सफा गरिएको र किटाणुनासन गरिएको सुनिश्चित गर्नुहोस्।
- शौचालयहरू र सावरहरू खुलै हुनुपर्ने कारणले बन्द स्थानहरूमा जमघट कम गर्न र लकरहरू साझा गर्ने काम कम गर्ने लकरमाथिको पहुँच बन्द गर्नुहोस्।
- जहाँ सम्भव हुन्छ, पङ्खाहरू र खुला झ्यालहरू मार्फत भेन्टिलेसन अधिकतम बनाउनुहोस्।
- हाते स्यानिटाइजरमा पहुँच प्रदान गर्नुहोस्।
- स्टाफ सदस्यहरूलाई र प्याट्रनहरूलाई, उनीहरूले सुरक्षित रूपमा गर्न सके, अनुहारको आवरण लगाउन अनुरोध गर्नुहोस्।
- कर्मचारीहरूका लागि लक्षण र तापक्रम जाँच सञ्चालन गर्नुहोस् र लक्षणात्मक कर्मचारीहरूलाई सिडिपिएचइ लक्षण ट्र्याकरमा रेफर गर्नुहोस् (अतिरिक्त मार्गदर्शन).
- कोभिड-१९ का लक्षणहरू प्रदर्शित गर्ने

यसमा सर्वसाधारणका लागि खुला सबै पूलहरू सामेल छन् जसमा नगरपालिका पूलहरू र गृहस्वामी सङ्गठन पूलहरू सामेल छन् तर यतिमै सीमित छैनन्।

कोभिड-१९ पूल सुरक्षाका विषयमा पूर्ण सिडिसि मार्गदर्शन यहाँ प्राप्त गर्न सकिन्छ।

कर्मचारीहरूले काममा आउनु हुँदैन।

- काममा हुँदा कोभिड-१९ का लक्षणहरू विकसित गर्ने कर्मचारीहरूलाई तुरुन्तै उनीहरूको सुपरिवेक्षकलाई सूचीत गरिनु पर्छ, अन्यबाट छुट्याइनु पर्छ, घर पठाइनु पर्छ र राज्य वा कम्पनी सहयोग सेवामा रेफर गरिनु पर्छ।
- अवलम्बनन गर्नु पर्ने राम्रा हात/श्वासप्रश्वासको स्वास्थ्य र सुरक्षा उपायहरू रेखाङ्कित गरिएका चिन्हहरू कर्मचारीहरू र ग्राहकहरूका लागि पोस्ट गर्नुहोस्। चिन्हहरू ग्राहकहरूले बुझ्ने भाषामा हुनु पर्नेछ। (सिडिसि उदाहरणहरू)