



10 Tháng Ba, 2020

Kính gửi Cộng đồng Học Khu Cypress:

Vào Thứ Bảy, ngày 7 Tháng Ba, Sở Y tế Công cộng Tiểu bang California đã công bố hướng dẫn mới cho các học khu liên quan đến COVID-19 và mở rộng các khuyến nghị của họ đối với việc để học sinh và nhân viên nghỉ ở nhà.

Hiện tại, các học khu được yêu cầu cho nghỉ ở nhà đối với các học sinh, giáo viên, hay nhân viên đã đi du lịch trong vòng 14 ngày qua tới các quốc gia thuộc danh sách Thông báo Sức khỏe về Đi lại Cấp độ 3 được Centers for Disease Control and Prevention (Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh, CDC) công bố. Tính đến nay, các quốc gia đó bao gồm Trung Quốc, Iran, Ý, và Hàn Quốc. Các học sinh và nhân viên đó sẽ được cách ly khỏi trường học trong 14 ngày kể từ ngày họ rời quốc gia bị ảnh hưởng đó. Do tình hình sẽ còn diễn biến phức tạp, chúng tôi khuyên các phụ huynh và nhân viên nên kiểm tra [trang web của CDC](#) thường xuyên để biết thông tin cập nhật về danh sách này nếu họ dự định đi du lịch quốc tế trong dịp nghỉ xuân. Ngoài ra, bất cứ ai đã tiếp xúc gần với một người được chẩn đoán mắc COVID-19 cũng sẽ được cách ly khỏi trường học trong 14 ngày kể từ ngày tiếp xúc lần cuối của họ.

Trong giai đoạn 14 ngày này, các học sinh, nhân viên, và gia đình họ cần theo dõi tình hình sức khỏe của mình và thực hiện việc giữ khoảng cách với các hoạt động xã hội theo khuyến nghị của CDC. Các bước này bao gồm:

1. Đo thân nhiệt của quý vị bằng nhiệt kế hai lần một ngày và theo dõi xem quý vị có bị sốt không. Ngoài ra cũng cần để ý xem quý vị có bị ho hay khó thở không.
2. Ở nhà và tránh tiếp xúc với người khác. Không đi làm hay tới trường trong giai đoạn 14 ngày này. Thảo luận với chủ lao động của quý vị về tình hình công việc trước khi quay lại làm việc.
3. Không dùng phương tiện giao thông công cộng, taxi, hay dịch vụ đi chung xe trong thời gian quý vị thực hiện giữ khoảng cách với các hoạt động xã hội.
4. Tránh các nơi đông đúc như trung tâm mua sắm và rạp chiếu phim và hạn chế các hoạt động của quý vị ở nơi công cộng.
5. Giữ khoảng cách với những người khác (khoảng sáu feet, hay hai mét).

Nếu quý vị bị ốm kèm sốt (100.4°F/38°C trở lên), ho, hay khó thở, quý vị nên:

- Đề nghị được chăm sóc y tế. Gọi điện trước khi quý vị đến văn phòng bác sĩ hoặc phòng cấp cứu.
- Nói với bác sĩ về chuyến du lịch gần đây của quý vị hay khả năng phơi nhiễm với COVID-19 có thể có và những triệu chứng hiện tại.
- Tránh tiếp xúc với người khác.

Dựa trên đánh giá hiện tại của CDC, nguy cơ hiện hữu đối với việc phơi nhiễm COVID-19 được cho là ở mức thấp. Tuy nhiên, để giảm thiểu sự lây lan của bệnh này và các bệnh về hô hấp khác, CDC khuyến nghị những điều sau.

- Tránh tiếp xúc gần với người bị ốm.
- Tránh chạm vào mắt, mũi, và miệng của quý vị.
- Ở nhà khi quý vị bị ốm.
- Che miệng khi ho hoặc hắt hơi bằng khăn giấy, sau đó ném khăn vào thùng rác.
- Làm sạch và khử trùng các đồ vật và bề mặt thường xuyên chạm vào bằng cách sử dụng bình xịt tẩy rửa hoặc khăn lau thông thường ở nhà.

We inspire and empower . . . Every student, Every moment, for Every opportunity!

- Rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây, đặc biệt là sau khi đi vệ sinh; trước khi ăn; và sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi. Nếu không có sẵn xà phòng và nước, hãy sử dụng dung dịch rửa tay diệt khuẩn gốc cồn với ít nhất 60 phần trăm cồn.

CDC không khuyến nghị những người khỏe mạnh đeo khẩu trang để bảo vệ bản thân khỏi bệnh đường hô hấp, bao gồm COVID-19. Khẩu trang chỉ nên dành cho những người có triệu chứng của COVID-19 để giúp ngăn ngừa sự lây lan của bệnh này cho người khác.

Để biết những thông tin cập nhật nhất về COVID-19, chúng tôi xin mời quý vị truy cập các trang web sau:

[Centers for Disease Control and Prevention \(Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh\).](#)
[California Department of Public Health \(Sở Y tế Công cộng Tiểu bang California\)](#)
[Orange County Health Care Agency \(Cơ quan Chăm sóc Sức khỏe Quận Cam\)](#)
[Chuyên mục Tin tức của Orange County Department of Education \(Sở Giáo dục Quận Cam\)](#)

Cuối cùng, chúng tôi muốn đảm bảo với các bậc phụ huynh và các nhân viên rằng Học khu Cypress đang hợp tác chặt chẽ với các cơ quan của tiểu bang và của quận. Các biện pháp của học khu nhanh chóng được cập nhật khi có thông tin và khuyến nghị mới từ các cơ quan chức năng về y tế ở địa phương. Bằng cách hợp tác với nhau, chúng ta có thể cùng nhau giảm thiểu nguy cơ mắc bệnh do virus và giúp cộng đồng trường học của chúng ta luôn được khỏe mạnh và an toàn!

Trân trọng,



Anne Silavs
Giám Đốc Học Khu