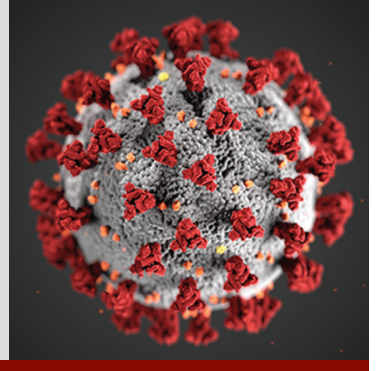


Phòng Ngừa COVID-19 trong Ngành Xây Dựng và Các Ngành Liên Quan: Các Yêu Cầu và Hướng Dẫn về Sức Khỏe và An Toàn của L&I (Bộ Lao Động và Công Nghiệp)



Phơi Nhiễm với COVID-19 Tại Nơi Làm Việc

COVID-19 vẫn còn là một mối nguy hiểm nghiêm trọng tại nơi làm việc. Đây là tình trạng do vi-rút corona gây ra. Tình trạng này có thể lây lan khi một người nhiễm bệnh ho, hắt hơi hoặc có tiếp xúc gần với những người khác. Tình trạng này cũng có thể lây lan khi người ta chạm vào mắt, mũi hoặc miệng sau khi chạm vào bề mặt hoặc vật bị nhiễm vi-rút hoặc sau khi bắt tay với người khác.

Các yêu cầu và hướng dẫn phòng ngừa trong tờ thông tin này có thể giúp các hãng sở giảm nguy cơ lây truyền COVID-19 tại nơi làm việc. Thông tin này dựa trên các quy định của Department of Labor & Industries (L&I) (Bộ Lao Động và Công Nghiệp), và hướng dẫn chính sách trong *General Coronavirus Prevention Under Stay Home – Stay Healthy Order (Biện Pháp Phòng Ngừa Chung về Vi-rút Corona Khi Ở Nhà – Lệnh Duy Trì Sức Khỏe)* cập nhật vào tháng 12 năm 2020, tại www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/enforcement-policies/DD170.pdf.

Ngoài ra, Thống Đốc Jay Inslee đã công bố vào ngày 5 tháng 1 *Healthy Washington – Roadmap to Recovery Proclamation (Tuyên Bố Washington Khỏe Mạnh - Lộ Trình Phục Hồi) 20-25.12 và các phần tiếp theo (www.coronavirus.wa.gov/what-you-need-know/safe-start)* để tiểu bang Washington tiếp tục mở cửa lại một số doanh nghiệp theo cách an toàn và cho phép các doanh nghiệp kinh doanh thiết yếu tiếp tục hoạt động. Lộ trình bao gồm hướng dẫn về cách mở cửa lại và các nguồn lực khác cho các doanh nghiệp và người lao động.

Tờ thông tin này được cập nhật vào ngày 4 tháng 2 năm 2021. Vì các điều kiện đã thay đổi, vui lòng xem bản cập nhật tại địa chỉ www.Lni.wa.gov/CovidSafety.

Hướng Dẫn Người Lao Động

Các chủ hãng sở phải cung cấp kiến thức cơ bản về phòng ngừa COVID-19 cho nhân viên bằng (các) ngôn ngữ mà họ hiểu được tốt nhất. Trong đó bao gồm thông tin về:

- Các dấu hiệu, triệu chứng và những yếu tố nguy cơ liên quan đến COVID-19.
- Cách phòng tránh lây lan vi-rút corona, bao gồm các bước được thực hiện tại nơi làm việc để đảm bảo giãn cách xã hội, đeo khẩu trang, rửa tay thường xuyên và các biện pháp thực hành an toàn khác.
- Tầm quan trọng của việc giữ khoảng cách ít nhất sáu foot với người khác.
- Hướng dẫn về lý do và cách đeo khẩu trang vải, bảo vệ đường hô hấp và thiết bị bảo hộ cá nhân (Personal Protective Equipment, PPE).
- Tầm quan trọng của việc rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây và không dùng tay chưa rửa hoặc găng tay chưa giặt chạm vào mắt, mũi hoặc miệng.
- Hướng dẫn về lý do, thời gian và cách thức vệ sinh các bề mặt dùng chung hoặc thường xuyên tiếp xúc như các dụng cụ, điện thoại di động và các thiết bị khác.

Cách đáp ứng yêu cầu:

- Tuyên truyền hàng ngày về các biện pháp thực hành an toàn.
- Treo các biển hiệu hoặc áp phích ở các điểm dễ thấy tại nơi làm việc để nhắc nhở nhân viên, khách đến thăm và khách hàng về các biện pháp thực hành an toàn cần thiết (như giãn cách xã hội, thường xuyên rửa tay, đeo khẩu trang và PPE bắt buộc, quy định về hô hấp và báo cáo khi bị ốm).



Nha An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp



www.Lni.wa.gov/safety-health



1-800-423-7233



Washington State Department of
Labor & Industries

- Trưng bày áp phích hoặc thông tin phòng ngừa COVID-19 khác từ cơ quan y tế công tại địa phương, Washington State Department of Health (Sở Y Tế Tiểu Bang Washington), Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh, (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) và các cơ quan y tế khác.
- Cung cấp nhiều biện pháp để người lao động trình bày bất kỳ mối quan ngại và ý tưởng nào để nâng cao an toàn.

Khách Hàng và Khẩu Trang

Đeo khẩu trang là yêu cầu bắt buộc tại tất cả các địa điểm công cộng tại Washington, theo lệnh do Thống Đốc Inslee ban hành nhằm giúp phòng tránh lây lan vi-rút corona. Điều này có nghĩa là tất cả các doanh nghiệp không được phép để khách hàng vào cơ sở của mình nếu không đeo khẩu trang. Để tuân thủ theo lệnh này và bảo vệ người lao động, tối thiểu chủ hãng sở phải:

- Dán các biển hiệu nổi bật ở lối vào nhắc nhở khách hàng về yêu cầu đeo khẩu trang. Các biển hiệu phải bằng (các) ngôn ngữ được khách hàng của doanh nghiệp sử dụng.
- Thông báo cho khách hàng rằng họ phải đeo khẩu trang khi đến thăm doanh nghiệp theo lệnh của tiểu bang. Điều này có thể bao gồm thông báo cho nhân viên ở lối vào hoặc tích cực theo dõi không gian chung và nhắc nhở những khách hàng không đeo khẩu trang.
- Bao gồm các chính sách và thủ tục đeo khẩu trang dành cho khách hàng trong các chương trình đảm bảo an toàn cho người lao động trong đại dịch COVID-19.
- Chỉ định một người quản lý hoặc người giám sát để giám sát chương trình đảm bảo an toàn trong đại dịch COVID-19 của chủ hãng sở tại mỗi cơ sở có người lao động làm việc.

Các Điều Chỉnh Hợp Lý cho Người Lao Động Có Vấn Đề Y Tế hoặc Khuyết Tật

Chủ hãng sở phải đảm bảo nơi làm việc an toàn và lành mạnh cho tất cả mọi người, bao gồm cả những nhân viên có vấn đề y tế hoặc khuyết tật. Điều này có thể yêu cầu chủ hãng sở phải điều chỉnh các quy tắc và hoạt động. Nói chung, chủ hãng sở phải tuân thủ quy trình của Americans with Disability Act (ADA) (Đạo Luật Người Mỹ Khuyết Tật) tại địa chỉ www.eeoc.gov/laws/guidance/fact-sheet-disability-discrimination.

Đối với một số người lao động, đeo khẩu trang sẽ không an toàn do các vấn đề về y tế hoặc khuyết tật. Để được miễn thực hiện các yêu cầu đeo khẩu trang, người lao

động phải cung cấp cho hãng sở báo cáo điều chỉnh thích nghi từ nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của họ.

Báo cáo phải nêu rõ người lao động đó không nên đeo khẩu trang do bệnh trạng hay tình trạng khuyết tật. Các hãng sở có người lao động không thể đeo khẩu trang phải thực hiện các bước thay thế để ngăn chặn vi-rút lây lan. Ví dụ: các điều chỉnh có thể bao gồm tấm chắn giọt bắn che kín cổ hoặc mặt nạ lọc bụi cấp khí chủ động, chùm kín đầu; cả hai dụng cụ sẽ đảm bảo nơi làm việc an toàn cho những người khác.

Ngoài ra, người lao động có thể tháo khẩu trang để những người bị điếc hoặc khiếm thính có thể đọc được biểu cảm khuôn mặt hoặc đọc khẩu hình. Khi tháo khẩu trang, họ phải giữ khoảng cách ít nhất là sáu foot hoặc có rào chắn vật lý giữa họ; và chủ hãng sở phải đảm bảo có các biện pháp bảo vệ thay thế để phòng tránh lây lan vi-rút.

Giữ Khoảng Cách Với Nhau Ít Nhất Sáu Foot

Chủ hãng sở phải đảm bảo toàn bộ nhân viên giữ khoảng cách tối thiểu là sáu foot với đồng nghiệp và cộng đồng. Khi không thể đảm bảo giữ khoảng cách tối thiểu nghiêm ngặt khi thực hiện một nhiệm vụ cụ thể, **phải có** các biện pháp phòng ngừa khác. Các biện pháp đó bao gồm rào chắn vật lý để chặn giọt bắn do hắt hơi hoặc ho, thông khí áp lực âm hoặc các biện pháp khác.

Các cách để đáp ứng yêu cầu ở khu vực làm việc di động hoặc ngoài trời:

- Yêu cầu người lao động đi xe riêng khi không gian cho hành khách trên xe khách hoặc xe tải không cho phép giữ khoảng cách sáu foot với nhau.
- Ngừng hoặc giảm các lần gặp gỡ trực tiếp với khách hàng. Tổ chức cuộc họp qua email, nhắn tin hoặc trực tuyến.
- Sắp xếp cho khách hàng trả và nhận gói hàng hoặc tài liệu tại một địa điểm đảm bảo mỗi lần chỉ vào được một người.
- Liên lạc với khách hàng để hỏi về các triệu chứng COVID-19 tiềm ẩn trước khi nhân viên đến chỗ của họ. Điều này giúp đảm bảo người lao động có thể sử dụng PPE cần thiết và thực hiện các biện pháp phòng ngừa khác.
- Thiết lập các khu vực làm việc ngoài trời và khu vực nghỉ ngơi đảm bảo giãn cách xã hội. Ví dụ: đảm bảo các khu vực nghỉ ngơi được che chắn có không gian đủ rộng để cho người lao động giữ khoảng cách ít nhất sáu foot với nhau.
- Chỉ định ít nhất một nhân viên làm “người giám sát thực hiện giãn cách xã hội” để tuân thủ nhất quán hoạt động giãn cách.

Vệ Sinh Thường Xuyên và Định Kỳ

Chủ hãng sở phải:

- Xây dựng một lịch biểu dọn dẹp, vệ sinh nêu chi tiết công tác vệ sinh hàng ngày, thường xuyên và định kỳ tùy thuộc vào cách sử dụng khu vực.
- Cung cấp vật tư thích hợp và đầy đủ theo lịch biểu vệ sinh, làm sạch tại chỗ và làm sạch sau khi có trường hợp nghi ngờ hoặc xác nhận nhiễm vi-rút corona.
- Đảm bảo sàn nhà, quầy hàng, kệ làm việc và các bề mặt khác thường xuyên được vệ sinh bằng nước và xà phòng hoặc các dung dịch vệ sinh khác để loại bỏ bụi bẩn và chất cặn có thể chứa vi-rút.
- Đảm bảo các bề mặt tiếp xúc nhiều được khử trùng đúng cách và phù hợp bằng sản phẩm được Environmental Protection Agency (Cơ Quan Bảo Vệ Môi Trường) phê duyệt. Hãy truy cập www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2.
- Hãy đảm bảo rằng nhân viên tuân thủ các quy trình vệ sinh hiệu quả, sử dụng găng tay và các trang thiết bị bảo vệ mắt và mặt (tấm chắn che mặt và/hoặc kính bảo hộ) khi trộn, phun và lau bằng các sản phẩm dạng lỏng, như thuốc tẩy pha loãng.
- Đảm bảo nội thất bên trong xe công vụ dùng chung được vệ sinh sau mỗi lần sử dụng bởi một người khác.
- Đảm bảo có sẵn các Tờ Dữ Liệu An Toàn (Safety Data Sheet, SDS) dành cho tất cả các chất diệt khuẩn tại cơ sở cho người lao động và nhân viên được đào tạo sử dụng các chất diệt khuẩn theo các yêu cầu của chương trình Thông Tin về Sự Nguy Hiểm của Bộ Luật Hành Chính Washington (Washington Administrative Code, WAC) 296-901.
- Đảm bảo người lao động không trộn lẫn các hóa chất; nhiều loại có thể không tương thích. Pha loãng và sử dụng các hóa chất theo hướng dẫn của nhà sản xuất.
- Tuân thủ các hướng dẫn vệ sinh do CDC đặt ra. Hãy truy cập www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html.
- Rửa và xả sạch bụi bẩn và mảnh vụn có thể nhìn thấy khỏi thiết bị, dụng cụ và các vật dụng khác trước khi tiến hành khử trùng.
- Bọc các bề mặt vải và bề mặt nhám bằng vật liệu mịn để dễ lau chùi hơn.

Rửa Tay và Các Trang Thiết Bị

Chủ hãng sở phải yêu cầu người lao động rửa tay thường xuyên. Chủ hãng sở phải cung cấp các trạm rửa tay di động hoặc cố định có thể sử dụng kèm xà phòng và nước nóng và lạnh hoặc nước nóng và ấm.

Cách đáp ứng yêu cầu:

- Cung cấp các trạm rửa cho nhân viên giao hàng và nhân viên làm ngoài trời tạm thời và tại các địa điểm làm việc không cố định. Cung cấp các trạm di động nếu cần.
- Để việc vệ sinh tay thường xuyên dễ dàng hơn, hãy cung cấp các trạm rửa hoặc vệ sinh phụ kèm nước rửa tay khô, khăn lau hoặc khăn ướt.
- Lên lịch để đảm bảo bổ sung đầy đủ vật tư rửa tay và đồ rác kịp thời.
- Tạo và thực hiện các quy trình để người lao động luôn rửa tay:
 - Khi họ đến nơi làm việc.
 - Sau khi chạm vào bất kỳ bề mặt hoặc công cụ nào nghi ngờ nhiễm bẩn.
 - Trước hoặc sau khi ăn, uống, sử dụng nhà vệ sinh, sử dụng sản phẩm thuốc lá và chạm vào mặt.

Chủ hãng sở có thể cung cấp găng tay cho người lao động bị kích ứng do rửa và sát khuẩn thường xuyên. Nhưng cũng cần giặt găng tay thường xuyên.

Quy Trình dành cho Người Lao Động Bị Ốm và Những Người có Triệu Chứng COVID-19

Chủ hãng sở phải có các quy định:

- Yêu cầu người lao động ở nhà hoặc về nhà nếu họ cảm thấy hoặc có vẻ ốm. Các triệu chứng thông thường của COVID-19 bao gồm sốt, ho và khó thở. Các triệu chứng khác bao gồm mất khứu giác và/hoặc vị giác, đau nhức cơ thể, mệt mỏi và tiêu chảy.
- Xác định, cách ly và đưa người lao động bị ốm tại nơi làm việc về nhà.
- Xác định và thu thập thông tin liên hệ đối với mọi người đã tiếp xúc với nhân viên bị ốm trong hai ngày trước khi họ bắt đầu có triệu chứng.
- Đóng cửa ngay khu vực có người lao động bị ốm để tránh người khác ra vào. Tiếp tục đóng những khu vực đó cho đến khi được vệ sinh và khử trùng.
- Vệ sinh và khử trùng mọi bề mặt trong các khu vực mà nhân viên ốm chạm vào, tuân theo các quy trình an toàn thông thường (ví dụ: khóa/gắn thẻ) nếu vệ sinh các thiết bị hoặc hệ thống cơ học.

Cách đáp ứng yêu cầu:

- Theo dõi triệu chứng COVID-19 của nhân viên, nhà thầu, nhà cung cấp, khách hàng và khách đến thăm nơi làm việc. Xem xét sử dụng thiết bị đo nhiệt độ từ xa và/hoặc bảng câu hỏi ngắn để xác định triệu chứng.

- Thông báo cho nhân viên đã tiếp xúc gần với bất kỳ đồng nghiệp nào bị ốm tại nơi làm việc (mà không tiết lộ danh tính của họ). Thông báo cho đồng nghiệp về việc vệ sinh, khử trùng và các nỗ lực khác đang thực hiện nhằm ứng phó với khả năng tiếp xúc.

Nhận lời khuyên về cách sàng lọc triệu chứng COVID-19 cho nhân viên và khách trong ấn bản này từ Sở Y Tế Tiểu Bang Washington tại địa chỉ www.doh.wa.gov/Portals/1/Documents/1600/coronavirus/Employervisitorscreeningguidance.pdf.

Mặt Nạ, Khẩu Trang và Tấm Chắn Giọt Bắn cho Người Lao Động

Theo lệnh của Thống Đốc Inslee, tất cả nhân viên phải đeo khẩu trang, trừ khi làm việc một mình trong văn phòng, trên xe hoặc nơi làm việc không tiếp xúc với ai.

Khẩu trang phù hợp cho nhiều nhiệm vụ do công nhân xây dựng thực hiện, nhưng có thể cần mức độ bảo vệ cao hơn khi nguy cơ lây truyền được xem là ở mức trung bình, cao hoặc cực cao như mô tả trong *Coronavirus Hazard Considerations for Employers (except COVID-19 care in hospitals and clinics)* (Những Điều Cần Lưu Ý về Mối Nguy Hiểm từ Vi-rút Corona dành cho Các Chủ Hãng Sở [ngoại trừ chăm sóc COVID-19 trong các bệnh viện và phòng khám] của L&I tại địa chỉ www.Lni.wa.gov/MaskConsiderations.

Chủ hãng sở cũng phải xem có cần mức bảo vệ cao hơn đối với các chất gây ô nhiễm khác trong không khí như silic hay không.

Chủ hãng sở phải cung cấp và thanh toán chi phí cho khẩu trang vải, khẩu trang y tế và mặt nạ dành cho nhân viên khi họ cần sử dụng. Nhân viên có thể chọn đeo khẩu trang vải của mình tại nơi làm việc nếu khẩu trang đó đáp ứng các yêu cầu tối thiểu. Hãy xem *Which Mask for Which Task?* (Loại Khẩu Trang nào Phù Hợp với Từng Nhiệm Vụ Công Việc?) của L&I tại địa chỉ www.Lni.wa.gov/go/F414-168-000 hoặc sử dụng eTool Selection Guide for Face Coverings, Masks, and Respirators (Hướng Dẫn Chọn Khẩu Trang Vải, Khẩu Trang Y Tế và Mặt Nạ qua Công Cụ Trực Tuyến) dùng cho di động tại địa chỉ <http://wisha-training.Lni.wa.gov/training/articulate/maskselection/story.html>.

Tấm chắn giọt bắn có thể dùng kèm khẩu trang vải giúp ngăn ngừa tiếp xúc trực tiếp với các giọt bắn khi hắt hơi hoặc ho; chúng cũng có khả năng bảo vệ tránh những giọt bắn từ hóa chất tẩy rửa và chất khử trùng. Vẫn cần khẩu trang vải khi sử dụng tấm chắn giọt bắn.

Khi cần mặt nạ do Viện Quốc Gia về An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (National Institute for Occupational Safety and Health, NIOSH) phê duyệt, hãy xem xét các biện pháp thay thế cho mặt nạ che mũi miệng lọc hạt N95. Điều này

giúp để dành lại các mặt nạ che mũi miệng lọc hạt cho nhân viên y tế và những người ứng phó tuyến đầu. Ví dụ: chủ hãng sở có thể cung cấp mặt nạ che toàn mặt hoặc nửa mặt bằng chất nhựa đàn hồi (giống cao su).

Khi cần mặt nạ, hãy làm theo Chỉ Thị của Nha An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (Division of Occupational Safety and Health, DOSH) 11.80 và các yêu cầu của chương trình trong Respirators Rule (Quy Tắc về Dùng Mặt Nạ) (Chương 296-842 WAC) để đảm bảo lựa chọn, lắp, sử dụng và bảo dưỡng phù hợp. Hãy xem chỉ thị tại địa chỉ www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/enforcement-policies/DD1180.pdf. Hãy xem Quy Tắc về Dùng Mặt Nạ tại địa chỉ www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/rules-by-chapter/?chapter=842.

Tìm lời khuyên về cách làm, sử dụng phù hợp và vệ sinh khẩu trang vải trong hướng dẫn từ CDC tại địa chỉ www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html.

Các Biện Pháp Bảo Vệ Khác

Người lao động phải được hướng dẫn để không chạm vào miệng, mũi, mắt và các bề mặt gần đó khi đeo, sử dụng và tháo PPE và khẩu trang. Họ nên rửa tay trước và sau khi đeo, tháo và điều chỉnh PPE và khẩu trang.

Chủ hãng sở phải cập nhật Chương Trình Phòng Tránh Tại Nạn (Accident Prevention Program, APP) để đưa vào thông tin nhận thức và các biện pháp phòng tránh bệnh tật và vi-rút.

Các doanh nghiệp cần kiểm tra với L&I và các trang web của cơ quan y tế công và tiểu bang để biết thông tin cập nhật về vi-rút corona.

Nguồn Thông Tin

Hỗ trợ miễn phí về sức khỏe và sự an toàn cho các chủ hãng sở từ Chương Trình Tư Vấn của L&I DOSHConsultation@Lni.wa.gov hoặc www.Lni.wa.gov/DOSHConsultation

Tờ thông tin của L&I cho các ngành khác www.Lni.wa.gov/CovidSafety

Trang web về COVID-19 của Nha An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp, bao gồm nguồn thông tin của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC), Cơ Quan Quản Lý An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (Occupational Safety and Health Administration, OSHA), và Sở Y Tế Tiểu Bang Washington www.Lni.wa.gov/CovidSafety

Hướng dẫn thực hành an toàn tại nơi làm việc Giai Đoạn 2 của Associated General Contractors of Washington (Tổng Thủ Liên Kết Washington) www.agcwa.com/wp-content/uploads/2020/06/PHASE-2-AGCW-C-19-Jobsite-Practices-06-15-2020.pdf

Các liên kết khác từ các đối tác chính quyền liên bang của chúng tôi

Trang web về COVID-19 của OSHA
www.osha.gov/SLTC/covid-19

Interim Guidance for Businesses and Employers (Hướng Dẫn Tạm Thời cho Doanh Nghiệp và Chủ Hãng Sở) của CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html

Bảo vệ người lao động khỏi hành vi trả thù hoặc phân biệt đối xử

Hãng sở sa thải, giáng chức, trả thù hoặc phân biệt đối xử đối với một nhân viên vì thực hiện các quyền đảm bảo an toàn và sức khỏe là hành vi vi phạm pháp luật. Các quyền đó bao gồm:

- Nêu lên các quan ngại về an toàn và sức khỏe với hãng sở.
- Tham gia các hoạt động công đoàn liên quan đến an toàn và sức khỏe.
- Nộp đơn khiếu nại về an toàn và sức khỏe.
- Tham gia các cuộc điều tra của Nha An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (DOSH).

Người lao động có thể nộp đơn khiếu nại vì bị trả đũa lên DOSH và/hoặc Cơ Quan Quản Lý An Toàn và Sức Khỏe Nghề Nghiệp (OSHA) trong vòng 30 ngày kể từ ngày xảy ra sự cố bị cáo buộc.

Hãy tìm hiểu thêm tại
www.Lni.wa.gov/WorkplaceDiscrimination.

Chúng tôi luôn sẵn sàng cung cấp dịch vụ hỗ trợ tiếng nước ngoài và định dạng thay thế dành cho người khuyết tật khi có yêu cầu. Gọi số 1-800-547-8367. Người dùng TDD xin gọi 711. L&I là chủ hãng sở cung cấp cơ hội bình đẳng.