

Thông tin Quan trọng về COVID-19 từ PCC

Để đảm bảo an toàn cho tất cả sinh viên, giáo sư và nhân viên, PCC đã triển khai một số biện pháp bảo vệ an toàn sức khỏe chống COVID-19 trong khuôn viên trường. Thông tin này có thể thay đổi.

Nếu bạn đã đến khuôn viên hoặc trung tâm PCC và tin rằng bạn có thể bị nhiễm COVID-19, vui lòng thông báo cho Ban Báo cáo COVID-19 theo số 971-722-1919 hoặc covidreporting@pcc.edu.

Các khuôn viên và tòa nhà của PCC chỉ mở cửa cho những sinh viên mà đang học các khóa học được phê duyệt hoặc có công việc chính thức với nhà trường.

Trước khi đến trường PCC lần đầu tiên:

- Hoàn thành khóa đào tạo về sức khỏe và an toàn trên trang [Thông tin cho Sinh viên](#) (Information for Students).
- Hoàn thành tự kiểm tra hàng ngày cho học sinh trên [MyPCC](#) | Home tab | COVID-19 Info channel | daily self check for students
 - Ký giấy chấp nhận quy tắc & rủi ro xuất hiện sau lần tự kiểm tra đầu tiên.
 - Nếu bạn không ghi lại thông tin tự kiểm tra hàng ngày, bạn có thể bị báo cáo đến nhóm Kỹ luật Sinh viên và Hỗ trợ Cộng đồng của trường.

Mỗi ngày khi bạn đến khuôn viên trường PCC:

- Thực hiện việc tự kiểm tra hàng ngày cho sinh viên, có thể tìm thấy trên [MyPCC](#) | Home tab/Thanh trang chủ | COVID-19 Info channel/Kênh thông tin COVID-19 | daily self check for students/công cụ tự kiểm tra hàng ngày cho sinh viên
- Đeo [khẩu trang](#).
- Duy trì [khoảng cách](#) với người khác.
- Duy trì [vệ sinh tay](#) trước khi bắt đầu tham gia.

Tự kiểm tra triệu chứng hàng ngày

Hàng ngày khi đến PCC, bạn phải thực hiện quá trình tự kiểm tra triệu chứng COVID-19, bao gồm đo nhiệt độ cơ thể hàng ngày nếu có thể. Bạn không nên đến trường nếu bạn gần đây đã bị bệnh với triệu chứng COVID-19. Chỉ đến trường PCC nếu bạn cảm thấy khỏe và đã khỏe trong 5 ngày qua.

Để thực hiện việc tự kiểm tra triệu chứng hàng ngày, hãy đăng nhập vào [MyPCC](#) và tìm liên kết trên tab Trang chủ trong kênh Thông tin COVID-19.

Công cụ tự kiểm tra triệu chứng hàng ngày là bằng tiếng Anh. Nếu bạn trả lời "Có/Yes" cho bất kỳ câu hỏi nào trong đó, bạn phải rời khỏi khuôn viên trường. Nếu bạn trả lời "Không/No" cho tất cả các câu hỏi, bạn có thể vào khuôn viên trường. Sau đây là bản câu hỏi tự kiểm tra triệu chứng:

1. Trong vòng 5 ngày qua, bạn có xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc đã xét nghiệm COVID-19 và đang chờ kết quả không?
2. Bạn có bất kỳ triệu chứng nào trong số các triệu chứng này không?
 - Sốt hoặc cảm thấy sốt (chẳng hạn như ớn lạnh, đổ mồ hôi)
 - Ho
 - Khó thở ở mức độ nhẹ hoặc trung bình
 - Đau họng
 - Đau cơ hoặc đau nhức cơ thể
 - Đau đầu
 - Nôn mửa hoặc tiêu chảy
 - Mối bị mất vị giác hoặc khứu giác
 - Nghẹt mũi hoặc chảy nước mũi
3. Bạn đã được tiêm đầy đủ vắc xin COVID-19 chưa?

Mang khẩu trang

PCC yêu cầu tất cả mọi người phải mang khẩu trang khi ở trong khuôn viên PCC, ngay cả bãi đậu xe. Bạn sẽ phải đeo khẩu trang khi ở ngoài nếu bạn không thể giữ khoảng cách với người khác.

- Rửa tay sạch sẽ trước khi đeo khẩu trang.
- Khẩu trang phải che hết mũi, miệng và kéo xuống dưới cằm.
- Cố gắng đeo khẩu trang sao cho vừa khít với khuôn mặt của bạn.
- Đảm bảo bạn có thể thở dễ dàng.

Tìm hiểu thêm về cách chọn, đeo và vệ sinh khẩu trang từ [CDC](#).

Duy trì khoảng cách xã hội

Chúng tôi khuyến khích tất cả mọi người trong khuôn viên PCC tránh xa nhau và tụ tập đám đông càng ít càng tốt.

Khi tương tác trực tiếp, họp mặt, tham gia sự kiện và hội nghị tại PCC, bạn nên sử dụng Google Meet hoặc Zoom. Bạn có thể học cách sử dụng các công cụ này trên trang [bàn trợ giúp sinh viên](#).

Rửa tay

Rửa tay bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây hoặc sử dụng chất khử trùng có hàm lượng cồn 60% trở lên trước khi đến PCC, hoặc thường xuyên hơn nếu cần.

Xà phòng và nước sẽ có sẵn trong tất cả các phòng vệ sinh, và các trạm rửa tay sẽ nằm ở những khu vực thường đông người như lối vào các tòa nhà và lớp học, nếu khả thi.

Nghi thức hô hấp cũng rất quan trọng. Bạn nên che miệng khi ho và hắt hơi bằng khuỷu tay hoặc khăn giấy, đặc biệt là khi không đeo khẩu trang. Nên vứt bỏ khăn giấy và rửa tay hoặc vệ sinh ngay lập tức.

Chuẩn bị không gian & Biển báo

Các lối ra vào tòa nhà, khu vực chương trình và phòng vệ sinh sẽ được dán biển báo để nhắc nhở mọi người về quy định an toàn và sức khỏe chống COVID-19, ví dụ: che mặt, giãn cách xã hội, rửa tay, v.v.

PCC cũng sẽ dán biển báo trên sàn và các bức tường về

- Hướng đi bộ
- Yêu cầu giãn cách xã hội
- Điều chỉnh sức chứa của không gian trong trường
- Điều chỉnh bàn ghế & sắp xếp chỗ ngồi
- Giới hạn sử dụng thang máy

Hỗ trợ

Nếu vì tình trạng khuyết tật bạn không thể đáp ứng các quy tắc về sức khỏe và an toàn COVID-19, bạn có thể yêu cầu được hỗ trợ.

Liên lạc với disability.services@pcc.edu để thảo luận về những hình thức hỗ trợ có sẵn cho bạn.

Thừa nhận rủi ro

Vi-rút corona mới ("COVID-19") là một bệnh truyền nhiễm đã được công bố là đại dịch toàn cầu và là tình trạng khẩn cấp về sức khỏe cộng đồng. Mặc dù một số người bị COVID-19 có thể không bao giờ có triệu chứng hoặc có thể không biểu hiện triệu chứng trong một khoảng thời gian, COVID-19 vẫn có thể đe dọa đến tính mạng. Thông tin về COVID-19 có thể được tìm thấy tại đây [CDC COVID-19](#).

Thỏa thuận Tuân thủ Quy tắc An toàn

Giảm sự lây lan của COVID-19 tại Trường Cao đẳng Cộng đồng Portland ("PCC") là trách nhiệm chung của tất cả thành viên trong cộng đồng chúng ta, những người đã quyết định trở lại trường và tham gia vào các khóa học, hoạt động và sự kiện trực tiếp. Theo Chính sách 3506 của Hội đồng Quản trị (Tiếp tục Lớp học, Dịch vụ Trực tiếp Tại Trường), PCC đang áp dụng một số quy tắc, giao thức và thủ tục an toàn chống COVID-19 (gọi chung là "Quy tắc An toàn Chống COVID-19") nhằm giảm thiểu nguy cơ tiếp xúc với và truyền nhiễm COVID-19 tại PCC cho sinh viên cũng như bất kỳ ai khác trong khuôn viên PCC. Một trong các điều kiện mà sinh viên cần đáp ứng trước khi vào khuôn viên trường PCC và tham gia vào bất kỳ khóa học, hoạt động hoặc sự kiện trực tiếp nào trong học kỳ này (dù trong hay ngoài khuôn viên trường), là đồng ý tuân thủ tất cả các Quy tắc An toàn Chống COVID-19 hiện hành vào mọi thời điểm liên quan. Các Quy tắc An toàn Chống COVID-19 này phù hợp với các điều luật và quy định hiện hành của cơ quan y tế, đồng thời có thể được cập nhật theo thời gian khi tình hình thay đổi. Các bản nhắc nhở về

quy tắc an toàn sẽ được dán xung quanh khuôn viên trường, và các bạn sinh viên nên xem kỹ lại các Quy tắc An toàn Chống COVID-19 của PCC, được mô tả chi tiết hơn tại mục các [nguồn thông tin/hỗ trợ liên quan đến vi-rút corona \(COVID-19\)](#) trên trang web của PCC.

Bằng cách ký Thỏa thuận này, tôi đồng ý tuân theo tất cả các Quy tắc An toàn Chống COVID-19 áp dụng cho sinh viên trong lúc tôi ở trong khuôn viên trường hoặc tham gia vào bất kỳ khóa học, hoạt động hoặc sự kiện trực tiếp nào (dù trong hay ngoài khuôn viên trường). Bộ quy tắc này được cập nhật thường xuyên và bạn có thể tham khảo chúng trên trang web COVID-19 theo liên kết ở trên. PCC sẽ thông báo cho sinh viên về bất kỳ thay đổi quan trọng nào đối với Quy tắc An toàn Chống COVID-19 hiện hành qua e-mail, thông qua tài khoản e-mail PCC của sinh viên. Tôi cũng hiểu rằng tôi phải tuân thủ tất cả quy định về việc cách ly/kiểm dịch, theo yêu cầu của PCC.

Các sinh viên đang tham gia vào các hoạt động giáo dục hợp tác, hoặc bất kỳ hoạt động nào khác liên quan đến PCC mà không nằm trong khuôn viên của PCC, cũng phải tuân theo tất cả quy tắc an toàn của địa điểm hoặc nơi tổ chức hoạt động.

Tuân thủ Quy tắc An toàn Chống COVID-19 của PCC là điều cần thiết để sinh viên giúp bảo vệ sức khỏe và sự an toàn cho bản thân sinh viên nói riêng và cộng đồng PCC nói chung. Việc không tuân thủ Quy tắc An toàn Chống COVID-19 của PCC có thể được xử lý thông qua phương pháp giáo dục hoặc các quy trình phi kỷ luật khác, nhưng có thể có những trường hợp mà việc không tuân thủ sẽ được giải quyết bằng phương pháp kỷ luật thể theo Bộ Quy tắc Ứng xử dành cho Sinh viên.

Giấy Thừa nhận Rủi ro

Để đáp ứng điều kiện về việc tiếp cận khuôn viên trường PCC và tham gia vào bất kỳ khóa học, hoạt động hoặc sự kiện trực tiếp nào trong học kỳ này (dù trong hay ngoài khuôn viên trường) liên quan đến PCC, tôi công nhận những điều sau:

- Tôi hiểu và thừa nhận rằng bất chấp các biện pháp mà PCC đã thực hiện để giảm thiểu sự lây lan của COVID-19, bao gồm việc áp dụng các Quy tắc An toàn Chống COVID-19, PCC không thể loại bỏ rủi ro tôi tiếp xúc hoặc nhiễm COVID-19 khi tôi ở trong khuôn viên trường hoặc tham gia các khóa học, hoạt động hoặc sự kiện trực tiếp (dù trong hay ngoài khuôn viên trường).
- Tôi tự nguyện và vì lợi ích của mình, quyết định tham gia vào các khóa học, hoạt động hoặc sự kiện trực tiếp liên quan đến PCC, và tôi hoàn toàn hiểu và thừa nhận các rủi ro tiềm ẩn về sức khỏe và an toàn liên quan đến COVID-19, bao gồm cả rủi ro lâm bệnh nặng hoặc tử vong có thể phát sinh từ sự tham gia này.

Bằng cách ký tên dưới đây, tôi xác nhận rằng tôi đã đọc Giấy Thừa nhận Rủi ro COVID-19. Tôi hiểu và thừa nhận rằng bất chấp các Quy tắc An toàn Chống COVID-19 mà PCC đang áp dụng, PCC không thể loại bỏ rủi ro tôi tiếp xúc hoặc nhiễm COVID-19 khi tôi ở trong khuôn viên PCC hoặc tham gia các khóa học, hoạt động hoặc sự kiện trực tiếp (dù trong hay ngoài khuôn viên trường). Tôi cũng đồng ý tuân thủ tất cả các Quy tắc An toàn. Tôi hoàn toàn hiểu mọi thông tin được cung cấp ở đây và đồng ý với các điều khoản.