

GARIS PANDUAN FASA AWAL ENDEMIK BAGI AKTIVITI REKREASI DALAM FASILITI SUKAN TERTUTUP

Dokumen ini menyediakan langkah-langkah bagi aktiviti rekreasi dalam fasiliti sukan tertutup seperti *gym*, pusat kecergasan, kolam-kolam renang tertutup dan pusat bowling semasa Fasa Awal Endemik dalam Rangka Kerja Pemulihan COVID-19 Kebangsaan.

Langkah-Langkah Kawalan COVID-19 pada Fasa Endemik

- **Penggunaan Aplikasi *BruHealth***
 - Semua premis mesti mendaftar untuk mendapatkan Kod QR *BruHealth*.
 - Pemilik premis hendaklah memastikan semua individu yang memasuki premis telah mengimbas Aplikasi *BruHealth* sebaik sahaja memasuki premis berkenaan (termasuk semua pekerja / kakitangan / sukarelawan).
 - Pemilik premis memastikan hanya individu yang mempunyai Kod *BruHealth* Hijau dan Kuning dibenarkan masuk. Kad pengenalan hendaklah diperiksa sebagai pengesahan.
- **Vaksin Lengkap:**
 - Pemilik premis hendaklah memastikan semua pekerja/kakitangan/sukarelawan yang layak diberi vaksin (tiada kontraindikasi perubatan) telah divaksin sepenuhnya.
- **Pemakaian Sungkup Muka:**
 - Semua individu yang berumur 2 tahun atau lebih, hendaklah memakai penutup hidung dan mulut anda di tempat awam tertutup, di dalam pengangkutan awam, dalam persekitaran luar yang sesak, dan untuk aktiviti dengan hubungan rapat dengan orang lain yang tidak diberi vaksin penuh
 - Sungkup Muka boleh ditanggalkan apabila:
 - Berada di dalam bilik hotel atau penginapan dengan ahli isi rumah;
 - Berada di dalam ruang kerja individu tertutup;
 - Melakukan aktiviti lasak semasa bersukan dan aktiviti rekreasi;
 - Berada di dalam kenderaan sendiri dan melibatkan ahli isi rumah;
 - Berada di satu kawasan atau tempat awam (luar dan dalam) tanpa mana-mana individu lain; dan
 - Makan dan minum di tempat awam tanpa ada individu lain (selain di restoran atau premis makanan).
- **Kebersihan tangan dan etika batuk dan bersin:**
 - Jika individu berada di tempat awam, atau selepas menghembus hidung, batuk, atau bersin, mereka dinasihatkan untuk kerap mencuci tangan dengan sabun dan air, tetapi jika tidak ada tersedua, gunakan pembersih tangan yang mengandungi sekurang-kurangnya 60% alkohol. Tutup semua permukaan tangan dan gosokkannya sehingga kering.
- **Penjarakan Sosial:**
 - Langkah-langkah menjauhkan fizikal yang telah ditetapkan: sekurang-kurangnya 1.5m antara individu jika boleh.
- **Pengudaraan Premis:**
 - Pemilik premis dalaman memastikan premis mempunyai pengudaraan yang mencukupi.

- **Pemantauan Kesihatan Diri dan ujian ART:**
 - Individu dinasihatkan untuk memantau kesihatan setiap hari untuk simptom.
 - Individu yang diberi vaksin disyorkan untuk menjalani ujian ART sebagai rutin setiap 2 minggu sekali. Dan ujian hendaklah dijalankan di rumah kediaman masing-masing sebelum memasuki atau menghadiri perhimpunan di premis berkenaan.

Individu yang divaksin sepenuhnya

Seseorang individu dianggap telah diberi vaksin penuh jika dia telah menerima rejimen vaksin yang di dalam Senarai Penggunaan Kecemasan WHO (WHO EUL) atau vaksin yang diluluskan BDMCA. Status vaksinasi dalam buku BruHealth, Sijil Vaksinasi Antarabangsa atau Buku Profilaksis (Buku Kuning) individu atau rekod vaksinasi lain yang boleh diterima boleh ditunjukkan kepada pengurusan premis atau penganjur acara sebagai bukti vaksinasi.

Bukti ART yang negatif

Keputusan negatif bagi ujian ART hendaklah dipamerkan sebagai bukti sebelum memasuki premis awam samada oleh individu yang tidak divaksin atau belum divaksin secara penuh. Bukti ini mestilah dalam bentuk ART yang dijalankan dibawah pemerhatian pihak berkuasa di Kementerian Kesihatan atau pemilik tempat perkumpulan ramai berkenaan atau boleh juga dalam bentuk sijil yang dikeluarkan oleh tapak ART Terselia yang berdaftar dengan Kementerian Kesihatan. Sijil ini akan dikeluarkan dengan tempoh sah luput selama dua (2) hari. Kanak-kanak dibawah umur 12 tahun, apabila bersama dengan orang dewasa yang mempunyai vaksin penuh akan diberikan pengecualian yang sama sepertimana yang dikenakan kepada individu-individu yang mempunyai vaksin secara penuh semasa fasa endemik sahaja.

LANGKAH-LANGKAH BAGI AKTIVITI REKREASI **DALAM FASILITI SUKAN TERTUTUP**

Langkah-langkah pengemaskinian bagi aktiviti rekreasi dalam fasiliti sukan tertutup seperti *gym*, pusat kecergasan, kolam-kolam renang tertutup dan pusat bowling hendaklah mematuhi syarat-syarat berikut:

Gym dan Pusat Kecergasan:

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Hanya pekerja yang telah melengkapkan dua (2) dos vaksin dan mempunyai kod warna BruHealth HIJAU dan KUNING dibenarkan bekerja di kawasan premis yang mempunyai interaksi dengan orang awam. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengimbas kod QR BruHealth sebelum memasuki premis. Hanya individu yang mempunyai kod warna yang betul iaitu HIJAU atau KUNING akan dibenarkan masuk ke premis. • Individu yang telah melengkapkan dua (2) dos vaksin dibenarkan untuk masuk

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Pekerja yang belum divaksinasi dan mempunyai kod BruHealth HIJAU dan KUNING hanya dibenarkan bekerja di kawasan premis yang tidak mempunyai interaksi dengan orang awam dengan syarat mereka menjalani ujian ART dan mempunyai keputusan ART yang negatif. PERTIMBANGAN INI TIDAK TERMASUK PETUGAS BARISAN HADAPAN. • Pihak majikan adalah digalakkan untuk membuat ujian ART berkala ke atas setiap pekerja sepertimana yang dinyatakan di dalam Garis Panduan <i>Antigen Rapid Test</i> (ART) yang telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan. • Mana-mana pekerja yang kurang sihat adalah dinasihatkan untuk tidak hadir bekerja. • Memastikan pekerja-pekerja sentiasa memakai sungkup muka (<i>face mask</i>) pada setiap masa. • Mendaftar premis untuk mendapatkan kod QR BruHealth dan seterusnya mencetak kod QR tersebut untuk dilekatkan di kawasan pintu masuk. • Menghadkan jumlah pengunjung yang dibenarkan untuk masuk dalam satu-satu masa kepada 75% dari jumlah kapasiti biasa ATAU tidak melebihi 300 orang (yang mana lebih rendah). • Mempamerkan notis jumlah maksima dan jumlah 75% kapasiti (tidak termasuk pekerja dalam premis) serta status vaksinasi pekerja seperti di LAMPIRAN 1 di luar premis. • Tempoh penggunaan fasiliti tidak dihadkan. 	<p>premis dengan menunjukkan status vaksinasi di aplikasi BruHealth atau Buku Vaksinasi (<i>Yellow Booklet</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individu yang belum melengkapkan vaksinasi adalah dikehendaki untuk membuat ujian saringan ART, yang mana tempoh pengesahan keputusan ujian adalah sah selama dua (2) hari. • Kanak-kanak berumur di bawah 18 tahun yang belum menerima atau melengkapkan suntikan vaksin adalah dibenarkan masuk tanpa memerlukan ujian ART, dengan syarat mereka ditemani oleh orang dewasa yang telah melengkapkan vaksinasi mereka. • Individu yang kurang sihat adalah dinasihatkan untuk tidak mengunjungi premis. • Dimastikan memakai sungkup muka (<i>face mask</i>) pada setiap masa kecuali ketika melakukan senaman/kegiatan fizikal. • Mengamalkan penjarakan sosial dan kebersihan diri pada setiap masa seperti kerap mencuci tangan atau menggunakan <i>hand sanitiser</i>.

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Dibukakan kepada ahli-ahli yang berdaftar dan tidak berdaftar. • Sukan <i>single, double</i> atau <i>pair sports</i> dan <i>non-contact artistic sports</i> adalah dibenarkan. Sukan berpasukan tidak melebihi 15 orang adalah dibenarkan bagi menjalani latihan sahaja dimana pertukaran atau percampuran pemain adalah dibenarkan. • Aktiviti yang melibatkan <i>physical contact</i> dan perkongsian peralatan adalah dibenarkan secara minima. Manakala <i>Contact Sports</i> adalah dibenarkan bagi sesi latihan sahaja tanpa melibatkan latihan sparring. • Penganjuran <i>organised sports</i> atau sebarang kejohanan belum dibenarkan. • Penggunaan <i>locker room</i> dan tempat mandi adalah dibenarkan. • Membuat pemeriksaan suhu badan di tempat masuk premis dan menyediakan <i>hand sanitiser</i>. • Memastikan semua peralatan hendaklah dibersihkan sebelum dan selepas penggunaan. • Mematuhi garis panduan dalam pembersihan dan sanitasi premis. 	

Kolam Renang Tertutup:

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Hanya pekerja yang telah melengkapkan dua (2) dos vaksin dan mempunyai kod warna BruHealth HIJAU dan KUNING dibenarkan bekerja di kawasan premis yang mempunyai interaksi dengan orang awam. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengimbas kod QR BruHealth sebelum memasuki premis. Hanya individu yang mempunyai kod warna yang betul iaitu HIJAU atau KUNING akan dibenarkan masuk ke premis.

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Pekerja yang belum divaksinasi dan mempunyai kod BruHealth HIJAU dan KUNING hanya dibenarkan bekerja di kawasan premis yang tidak mempunyai interaksi dengan orang awam dengan syarat mereka menjalani ujian ART dan mempunyai keputusan ART yang negatif. PERTIMBANGAN INI TIDAK TERMASUK PETUGAS BARISAN HADAPAN. • Pihak majikan adalah digalakkan untuk membuat ujian ART berkala ke atas setiap pekerja sepertimana yang dinyatakan di dalam Garis Panduan <i>Antigen Rapid Test</i> (ART) yang telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan. • Mana-mana pekerja yang kurang sihat adalah dinasihatkan untuk tidak hadir bekerja. • Memastikan pekerja-pekerja sentiasa memakai sungkup muka (<i>face mask</i>) pada setiap masa. • Mendaftar premis untuk mendapatkan kod QR BruHealth dan seterusnya mencetak kod QR tersebut untuk dilekatkan di kawasan pintu masuk. • Menghadkan jumlah pengunjung yang dibenarkan untuk masuk dalam satu-satu masa kepada 75% dari jumlah kapasiti biasa ATAU tidak melebihi 300 orang (yang mana lebih rendah). • Mempamerkan notis jumlah maksima dan jumlah 75% kapasiti (tidak termasuk pekerja dalam premis) serta status vaksinasi pekerja seperti di LAMPIRAN 1 di luar premis. 	<ul style="list-style-type: none"> • Individu yang telah melengkapkan dua (2) dos vaksin dibenarkan untuk masuk premis dengan menunjukkan status vaksinasi di aplikasi BruHealth atau Buku Vaksinasi (<i>Yellow Booklet</i>). • Individu yang belum melengkapkan vaksinasi adalah dikehendaki untuk membuat ujian saringan ART, yang mana tempoh pengesahan keputusan ujian adalah sah selama dua (2) hari. • Kanak-kanak berumur di bawah 18 tahun yang belum menerima atau melengkapkan suntikan vaksin adalah dibenarkan masuk tanpa memerlukan ujian ART, dengan syarat mereka ditemani oleh orang dewasa yang telah melengkapkan vaksinasi mereka. • Dimastikan memakai sungkup muka (<i>face mask</i>) pada setiap masa kecuali semasa berenang. • Individu yang kurang sihat adalah dinasihatkan untuk tidak mengunjungi premis. • Mengamalkan penjarakan sosial dan kebersihan diri pada setiap masa seperti kerap mencuci tangan atau menggunakan <i>hand sanitiser</i>.

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Masa beroperasi adalah seperti berikut: <ul style="list-style-type: none"> ➤ 8.00 pagi hingga 12.00 tengahari (kecuali hari Jumaat sehingga jam 11.30 pagi) ➤ 2.00 petang hingga 6.00 petang (kecuali hari Jumaat dari jam 2.30 petang) ➤ Ditutup dari 12.00 tengahari hingga 2.00 petang (kerja-kerja pembersihan) • Penganjuran <i>organised sports</i> atau sebarang kejohanan belum dibenarkan. • Penggunaan <i>locker room</i> dan tempat mandi adalah dibenarkan. • Membuat pemeriksaan suhu badan di tempat masuk premis dan menyediakan <i>hand sanitiser</i>. • Memastikan semua peralatan yang digunakan untuk dibersihkan atau disanitasi sebelum dan setelah digunakan. • Mematuhi garis panduan dalam pembersihan dan sanitasi premis. 	

Pusat Bowling:

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none"> • Hanya pekerja yang telah melengkapkan dua (2) dos vaksin dan mempunyai kod warna BruHealth HIJAU dan KUNING dibenarkan bekerja di kawasan premis yang mempunyai interaksi dengan orang awam. • Pekerja yang belum divaksinasi dan mempunyai kod BruHealth HIJAU dan KUNING hanya dibenarkan bekerja di kawasan premis yang tidak mempunyai interaksi dengan orang awam dengan syarat mereka menjalani ujian ART dan 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengimbas kod QR BruHealth sebelum memasuki premis. Hanya individu yang mempunyai kod warna yang betul iaitu HIJAU atau KUNING akan dibenarkan masuk ke premis. • Individu yang telah melengkapkan dua (2) dos vaksin dibenarkan untuk masuk premis dengan menunjukkan status vaksinasi di aplikasi BruHealth atau Buku Vaksinasi (<i>Yellow Booklet</i>).

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<p>mempunyai keputusan ART yang negatif. PERTIMBANGAN INI TIDAK TERMASUK PETUGAS BARISAN HADAPAN.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pihak majikan adalah digalakkan untuk membuat ujian ART berkala ke atas setiap pekerja sepertimana yang dinyatakan di dalam Garis Panduan <i>Antigen Rapid Test</i> (ART) yang telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesihatan. • Mana-mana pekerja yang kurang sihat adalah dinasihatkan untuk tidak hadir bekerja. • Memastikan pekerja-pekerja sentiasa memakai sungkup muka (<i>face mask</i>) pada setiap masa. • Mendaftar premis untuk mendapatkan kod QR BruHealth dan seterusnya mencetak kod QR tersebut untuk dilekatkan di kawasan pintu masuk. • Menghadkan jumlah pengunjung yang dibenarkan untuk masuk dalam satu-satu masa kepada 75% dari jumlah kapasiti biasa ATAU tidak melebihi 300 orang (yang mana lebih rendah). • Mempamerkan notis jumlah maksima dan jumlah 75% kapasiti (tidak termasuk pekerja dalam premis) serta status vaksinasi pekerja seperti di LAMPIRAN 1 di luar premis. • Tempoh penggunaan fasiliti tidak dihadkan. • Empat (4) orang setiap lorong dengan penggunaan <i>house ball</i> dan <i>house shoe</i> adalah dibenarkan. • Penganjuran <i>organised sports</i> atau sebarang kejohanan belum dibenarkan. 	<ul style="list-style-type: none"> • Individu yang belum melengkapkan vaksinasi adalah dikehendaki untuk membuat ujian saringan ART, yang mana tempoh pengesahan keputusan ujian adalah sah selama dua (2) hari. • Kanak-kanak berumur di bawah 18 tahun yang belum menerima atau melengkapkan suntikan vaksin adalah dibenarkan masuk tanpa memerlukan ujian ART, dengan syarat mereka ditemani oleh orang dewasa yang telah melengkapkan vaksinasi mereka. • Dimastikan memakai sungkup muka (<i>face mask</i>) pada setiap masa. • Individu yang kurang sihat adalah dinasihatkan untuk tidak mengunjungi premis. • Mengamalkan penjarakan sosial dan kebersihan diri pada setiap masa seperti kerap mencuci tangan atau menggunakan <i>hand sanitiser</i>.

Pemilik/Pekerja	Pelanggan
<ul style="list-style-type: none">• Membuat pemeriksaan suhu badan di tempat masuk premis dan menyediakan <i>hand sanitiser</i>.• Memastikan semua peralatan yang digunakan untuk dibersihkan atau disanitasi sebelum dan setelah digunakan.• Mematuhi garis panduan dalam pembersihan dan sanitasi premis.	