

Thông tin về Sự Bùng phát Dịch COVID-19 - Lilydale (Sofina Foods) (COVID-19 Outbreak Info – Lilydale (Sofina Foods))

Hỏi & Đáp dành cho Công nhân Nhà máy (Q & A for Plant Workers) ngày 28 tháng 8 năm 2020

Về dịch bệnh: (About the Illness:)

Các triệu chứng khi nhiễm COVID-19 là gì? (What are the symptoms of COVID-19?)

- COVID-19 có thể gây ra nhiều triệu chứng bao gồm ho, khó thở, sốt, chảy nước mũi, đau họng, mệt mỏi, đau đầu, tiêu chảy, buồn nôn/nôn mửa, v.v. – bạn có thể xem danh sách toàn bộ các triệu chứng tại liên kết này: <https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page16997.aspx#sign>

Bạn có thể gây lây nhiễm trong bao lâu sau khi mắc COVID? (How long are you contagious, once you get COVID?)

- Chúng tôi tin rằng bạn có khả năng gây truyền nhiễm/ lây nhiễm trong 10 ngày kể từ khi có các triệu chứng đầu tiên hoặc cho đến khi bạn hết các triệu chứng, tùy theo thời gian nào dài hơn.
- Phải mất từ 2 đến 14 ngày sau khi tiếp xúc với vi-rút thì mọi người mới bắt đầu xuất hiện các triệu chứng.
- Mọi người có thể gây truyền nhiễm/lây nhiễm 2 ngày trước khi xuất hiện các triệu chứng.
- Đây là lý do tại sao chúng tôi yêu cầu mọi người tự cách ly. Điều này có nghĩa là họ không được tiếp xúc với người khác trong 10 ngày. Đây là cách để bảo vệ những người xung quanh bạn.
- Ngay cả khi đã qua 10 ngày mà bạn vẫn còn các triệu chứng: chúng tôi yêu cầu bạn tiếp tục tự cách ly để tránh làm lây nhiễm cho người khác. Public Health sẽ liên lạc với bạn để thông báo cho bạn biết khi nào bạn có thể dừng cách ly, bạn vui lòng không dừng cách ly cho đến lúc được thông báo.
- Bạn không cần phải xét nghiệm lại sau khi chứng minh được là bạn không còn khả năng gây lây nhiễm nữa**

Khi nào là an toàn để nhân viên đã phục hồi trở lại làm việc? (When is it safe for recovered employees to return to work?)

- Nếu bạn có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 hoặc có các triệu chứng: bạn được xem là đã khỏi bệnh sau khi hoàn thành thời gian cách ly bắt buộc tối thiểu là 10 ngày, bắt đầu từ khi

các triệu chứng xuất hiện HOẶC cho đến khi các triệu chứng hết hẳn - tùy theo thời gian nào dài hơn.

- Nếu bạn đã tiếp xúc gần với một người dương tính với COVID-19 HOẶC tiếp xúc với một người có thể mắc COVID-19: bạn có thể trở lại làm việc sau 14 ngày tiếp xúc với ca COVID-19 đó (giả sử là bạn không phát triển các triệu chứng hoặc có kết quả xét nghiệm dương tính)

Những người bị nhiễm bệnh và không có triệu chứng có phát vi-rút đủ để lây cho người khác không? (Do infected and asymptomatic persons shed the virus enough to infect others?)

- Những người không có triệu chứng là những người không có biểu hiện các triệu chứng của COVID-19, nhưng xét nghiệm dương tính với vi-rút.
- Những người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 nhưng không có triệu chứng vẫn được cho là có khả năng gây lây nhiễm.
- Nếu không có bất kỳ triệu chứng nào, những người đó được xem là có khả năng lây nhiễm và tự cách ly từ 2 ngày trước và 10 ngày sau ngày lấy kết quả xét nghiệm dương tính.

Ví dụ: Mary không có triệu chứng và được xét nghiệm vào ngày 1 tháng 6 năm 2020. Kết quả xét nghiệm cho thấy cô ấy dương tính với COVID-19, Mary phải tự cách ly cho đến ngày 11 tháng 6 năm 2020.

Người không có triệu chứng có thể gây lây nhiễm như thế nào? (How contagious can an asymptomatic person be?)

- Không có dữ liệu khoa học cụ thể nào về việc này nhưng chúng ta thấy rằng phần lớn những người có kết quả xét nghiệm dương tính với COVID-19 có thể được truy ngược lại đến một người có các triệu chứng.
- Những người không có triệu chứng được cho là không gây lây nhiễm như những người có triệu chứng. Họ vẫn có thể lây lan vi-rút; chúng ta cần phải rất cẩn thận.

Nếu ban đầu bạn có kết quả xét nghiệm âm tính nhưng đột nhiên xuất hiện các triệu chứng nhẹ như sốt và/hoặc chảy nước mũi và/hoặc đã được yêu cầu xét nghiệm lại nhưng bây giờ bạn cảm thấy khỏe hơn. Có an toàn để trở lại làm việc không? (If you had initially tested negative but suddenly developed light symptoms like a feverish sensation and/or running nose and/or have been asked to be retested but now you feel better. Is it safe to return to work?)

- Bất kỳ ai có bất kỳ triệu chứng nào phải tự cách ly trong 10 ngày hoặc cho đến khi các triệu chứng chấm dứt (tùy thời gian nào dài hơn) và cũng nên đi xét nghiệm

Điều này là bắt buộc cho dù họ có kết quả xét nghiệm dương tính hay âm tính với COVID-19

Khi tôi xét nghiệm lần đầu, xét nghiệm của tôi cho kết quả âm tính. Hai ngày sau tôi thấy hơi sốt hoặc bị chảy mũi trở lại. Tôi đã gọi 811 và được yêu cầu đến để xét nghiệm lại. Tôi có nên đi làm lại nếu xét nghiệm lại âm tính? (When I first tested my test came back negative. Two

days later I felt feverish or had a runny nose again. I called 811 and was asked to come in for testing again. Should I go back to work if the test is negative again?)

- Sốt và chảy nước mũi là các triệu chứng của COVID-19. Nếu các triệu chứng này phát triển sau khi xét nghiệm âm tính, bạn nên tự cách ly trong 10 ngày hoặc cho đến khi các triệu chứng này không còn nữa, tùy theo thời gian nào dài hơn.
- Bạn cũng có thể lên mạng (<https://myhealth.alberta.ca/Journey/COVID-19/Pages/COVID-Self-Assessment.aspx>) hoặc gọi số 811 để yêu cầu thực hiện xét nghiệm khác. Hãy sắp xếp để đi xét nghiệm lại nếu các triệu chứng của bạn bắt đầu xuất hiện trở lại.
- Tự cách ly trong 10 ngày hoặc khi hết các triệu chứng, tùy thời gian nào dài hơn.
- Nếu xét nghiệm lần này cho kết quả âm tính và các triệu chứng của bạn không còn nữa, bạn có thể trở lại làm việc sau đó 10 ngày.

Xét nghiệm: (Testing:)

Nếu bạn không có triệu chứng, kết quả xét nghiệm của bạn có thể dương tính không? (If you have no symptoms, can you test positive?)

- Có, nếu bạn có vi-rút, kết quả xét nghiệm của bạn có thể dương tính ngay cả trước khi bạn xuất hiện các triệu chứng.

Những người không biểu hiện triệu chứng cũng có thể lan truyền vi-rút. Tại sao không thực hiện xét nghiệm tất cả mọi người? (People who don't show symptoms can also spread the virus. Why not test everyone?)

- Chúng tôi đang thực hiện xét nghiệm cho những người làm việc ở Lilydale/Sofina Foods và các nhà máy sản xuất thịt khác, ngay cả khi họ không có triệu chứng.
- Bạn nên thực hiện xét nghiệm ngay cả khi bạn không có triệu chứng. Việc xét nghiệm hiện không bắt buộc.
- Chúng tôi cũng đang thực hiện xét nghiệm cho các cơ sở và tổ chức khác, chẳng hạn như Trung tâm Chăm sóc Liên tục.
- Chúng tôi đang tiến hành xét nghiệm cho nhân viên và cư dân, ngay cả khi họ không có triệu chứng.
- Đối với người dân nói chung, điều quan trọng nhất là xét nghiệm những người có triệu chứng, vì họ là đối tượng bị lây nhiễm cao nhất và có khả năng truyền nhiễm.
- Bất kỳ ai có triệu chứng ở Alberta đều đủ điều kiện để xét nghiệm.
- Chúng tôi phải đảm bảo rằng chúng tôi cân bằng được năng lực xét nghiệm với chiến lược xét nghiệm.
- Tất cả các xét nghiệm đều miễn phí.
- Chúng tôi khuyến khích việc đi xét nghiệm.

Tôi đã cố gắng thực hiện bài đánh giá trực tuyến, nhưng tôi không hiểu câu hỏi. AHS cung cấp những tùy chọn nào khác? (I tried to do the online assessment, but I don't understand the questions. What other options does AHS offer?)

- Bạn có thể gọi đến Health Link 811 và nói chuyện trực tiếp với một Y tá Chính quy được đào tạo đặc biệt để có thể giải đáp những lo ngại về khả năng phơi nhiễm COVID-19.
- Health Link cung cấp dịch vụ phiên dịch, với hơn 300 ngôn ngữ, 24/7. Nếu bạn cần hỗ trợ ngôn ngữ, vui lòng gọi số 811 để được giúp đỡ.

Tự Cách ly và Bảo vệ (Self-Isolation and Protection)

Chúng ta có thể trao đổi thêm về việc cách ly không? Nhiều người bối rối khi không bị nhiễm bệnh nhưng có thể đang sống với những người có kết quả dương tính hoặc có triệu chứng và đang cách ly. Những người trong tình huống đó có thể không rõ là liệu họ có phải cách ly hay không, ngay cả khi họ cảm thấy khỏe. (Can we talk more about isolation? There is a lot of confusion around those who are not infected but who may be living with those who are positive or symptomatic and isolating. It can be unclear to those in that situation whether they have to isolate as well, even if they're feeling well.)

- Người đang sống với người đã xác nhận nhiễm COVID-19 **cũng** nên tự cách ly trong 14 ngày. 14 ngày được tính là khi lần đầu xác định được các triệu chứng.
- **Ví dụ:**
- Nếu chồng có xét nghiệm dương tính thì vợ cũng cần cách ly trong 14 ngày kể từ khi chồng bắt đầu tự cách ly. Người chồng nhiễm bệnh nên ở phòng ngủ riêng và sử dụng phòng tắm riêng để hạn chế sự lây lan của vi-rút trong gia đình.

Nếu xác nhận có ca mắc trong gia đình thì những người khác trong gia đình đó phải làm gì? (If there is a confirmed case in the household, what should the other people in that household do?)

- Nếu có trường hợp được xác nhận nhiễm COVID-19 trong gia đình, tất cả các thành viên khác trong gia đình đó nên tự cách ly trong 14 ngày kể từ ngày đầu tiên người mắc bệnh đó có triệu chứng.
- Điều này sẽ giúp ngăn ngừa sự lây lan truyền nhiễm.
- Nếu một thành viên khác trong gia đình có kết quả dương tính thì khoảng thời gian 14 ngày đó tính lại cho cả gia đình nếu vẫn tiếp tục có tương tác với ca dương tính.
- Nếu mọi người gặp khó khăn trong việc tự cách ly do gia đình có đông người, sẽ có hỗ trợ miễn phí để giúp mọi người tự cách ly. **Để tiếp cận các dịch vụ này, bạn có thể liên hệ với bác sĩ gia đình của mình hoặc gọi số 811.**

Tại sao một số người trong gia đình đã nhiễm COVID-19 và những người khác trong cùng gia đình đó lại không nhiễm? (Why is it that some people in a household have gotten COVID-19 and other people in that same household have not?)

- Trong nhiều gia đình ở Trung Quốc, chỉ có 15% thành viên trong gia đình bị nhiễm bệnh. Việc có bao nhiêu người bị nhiễm bệnh phụ thuộc vào mức độ thực hiện tốt việc cách ly của người bệnh đó với các thành viên khỏe mạnh trong gia đình.

- Có một số biện pháp thông thường mà bạn và gia đình có thể thực hiện - chẳng hạn như rửa tay và vệ sinh nhà cửa thường xuyên - có thể ngăn chặn sự lây lan giữa các thành viên trong gia đình.

Vui lòng giải thích quy trình đeo khẩu trang và cách xử lý an toàn đối với khẩu trang bẩn/đã qua sử dụng. Nên dùng khẩu trang trong bao lâu? Nếu khẩu trang bị ướt/bẩn thì sao? (Please explain mask protocol and safe handling of used/dirty masks. How long are masks good for? What if they get wet/dirty?)

- Khẩu trang y tế đang được sử dụng tại Lilydale/Sofina Foods và khẩu trang mà chúng tôi khuyến cáo mọi người nên đeo trong cộng đồng được thiết kế để bảo vệ những người khác: ngăn chặn sự lây lan từ người đeo khẩu trang sang những người khác.
- Nếu khẩu trang bị ướt thì không còn hiệu quả và nên thay khẩu trang mới.
- Nếu bạn đeo khẩu trang khi ở bên ngoài hoặc tại nơi làm việc, bạn nên xem đó là khẩu trang bẩn và vứt bỏ khẩu trang đó đi khi về nhà.
- Cách tháo khẩu trang:
 1. Rửa sạch tay bằng dung dịch sát khuẩn tay có chứa cồn hoặc xà phòng và nước.
 2. Không chạm vào mặt trước của khẩu trang. Tháo khẩu trang ở phần dây buộc hoặc dây đàn hồi.
 3. Bỏ ngay vào thùng rác.
 4. Sau khi vứt bỏ khẩu trang, rửa sạch tay bằng dung dịch sát khuẩn tay có chứa cồn hoặc xà phòng và nước.
- Điều quan trọng là bạn phải thực hiện theo các bước sau một cách cẩn thận. Có thể có vi-rút ở mặt ngoài khẩu trang và có thể lây nhiễm sang tay bạn khi bạn chạm vào.
- Lilydale/Sofina Foods cung cấp khẩu trang cho nhân viên mỗi ngày khi họ đến nơi làm việc, là một phần của quy trình sàng lọc tại chỗ. Khẩu trang mới cũng có sẵn nếu cần trong suốt ngày làm việc.
- Nếu bạn đã làm khẩu trang cho riêng mình thì hãy giặt khẩu trang đó thường xuyên. Phương pháp giặt an toàn và hiệu quả là sử dụng máy giặt như quần áo thông thường.

Các khuyến cáo về việc đi chung xe là gì? (What are the recommendations around carpooling?)

- Mọi nhân viên nên tuân theo hướng dẫn về đi chung xe.
 - Tối đa là 2 cá nhân từ các gia đình khác nhau có thể đi chung xe, với hành khách ngồi ở hàng ghế sau để tối đa hóa việc giãn cách.
 - Luôn đeo khẩu trang đúng cách che miệng và mũi khi ở trong xe.

An toàn Lao động tại Lilydale (Worker Safety at Lilydale)

Thủ tục hiện tại đối với nhân viên mới và nhân viên trở lại làm việc tại nhà máy là gì? Họ có được xét nghiệm trước khi bắt đầu làm việc không? (What is the current procedure for new and returning employees coming to the plant? Are they being tested before they start work?)

- Các nhân viên hiện tại đều đã được thực hiện xét nghiệm tại thời điểm này.
- Tất cả nhân viên mới và nhân viên trở lại được yêu cầu sắp xếp việc xét nghiệm trước khi trở lại Lilydale/Sofina Foods.
- Nếu bạn đang cảm thấy ốm, bạn không nên đi làm. Vui lòng gọi cho Lilydale/Sofina Foods để thông báo cho họ biết là bạn nghỉ phép và tình trạng sức khỏe của bạn.
- Để hạn chế sự lây lan của COVID-19, điều quan trọng là phải đảm bảo rằng những người bị bệnh không đến làm việc.
- Nếu bạn cảm thấy ốm hoặc gặp các triệu chứng COVID-19, vui lòng gọi số 811 để thảo luận về các triệu chứng của bạn và y tá chính quy sẽ giúp xác định xem bạn có cần xét nghiệm COVID-19 hay không.
- Nếu bất kỳ nhân viên nào có câu hỏi liên quan đến COVID-19 và việc trở lại làm việc, vui lòng gửi câu hỏi đến Phòng Nhân sự.

Bạn có thấy là an toàn khi tiếp tục công việc sản xuất tại Lilydale/Sofina Foods mặc dù có một số người chưa được xét nghiệm không? (Do you consider it safe to continue the production at Lilydale/Sofina Foods even though some people have not been tested?)

- Có. Điều quan trọng nhất để ngăn ngừa sự lây nhiễm tại Lilydale/Sofina Foods, hoặc bất kỳ nơi làm việc nào khác, là thực hiện các biện pháp vệ sinh tốt: giữ giãn cách vật lý, không thể sử dụng khẩu trang song song với việc giãn cách vật lý, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng và nước hoặc sử dụng dung dịch sát khuẩn tay và ở nhà khi bạn bị ốm.
- Chúng tôi khuyến cáo thực hiện các biện pháp này ở nơi làm việc mà Lilydale/ Sofina Foods đã có hoặc đã áp dụng để bảo vệ nhân viên.
- Đây là những biện pháp hành vi yêu cầu tất cả chúng ta phải hiểu và thực hành - đó có thể là một thách thức. Chúng tôi cũng đã khuyến cáo sử dụng các biện pháp kiểm soát vật lý như hàng rào bằng nhựa để tăng cường sự bảo vệ trong trường hợp không thực hiện được các biện pháp kiểm soát hành vi.

Thông tin Liên hệ Quan trọng dành cho Người Lao động tại Lilydale/Sofina: (Important Contacts for Workers at Lilydale/Sofina:)

Sofina
Christian Glico
403-718-0047 số máy lẻ 3342

Calgary Catholic Immigration Society
<https://www.ccisab.ca/>
403-262-2006

Mạng lưới Chăm sóc Ban đầu (Primary Care Network, PCN) Mosaic
<http://mosaicpcn.ca/About/Pages/MPCN-Clinics.aspx>

UFCW Địa phương 401
<https://gounion.ca/>
403-291-1047

Thông tin thêm (nhiều ngôn ngữ)
<https://www.albertahealthservices.ca/topics/Page16944.aspx>

Thông tin về COVID-19 từ Alberta Health
www.alberta.ca/covid19

Câu hỏi:
Community.engagement@ahs.ca