

# AMARA BANGKOK

## Alternative State Quarantine Program (ASQ) Handbook

### คู่มือและหลักปฏิบัติในการเข้าพัก

---

#### Index สารบัญ

ข้อปฏิบัติโรงแรม ตามมาตรการควบคุมโรคติดต่อในการแยกกักกันเพื่อการเฝ้าระวังป้องกัน 14 วัน

- Accommodation ในระหว่างเข้าพัก 14 วัน
- Food and Beverage การบริการอาหารและเครื่องดื่มในระหว่างเข้าพัก
- Security and Safety ความปลอดภัย
- Contact person บุคคลติดต่อฉุกเฉิน

## Accommodation / การเข้าพัก

### General practices ข้อปฏิบัติทั่วไป

1. ห้ามออกนอกห้องพัก หากมีความจำเป็นให้แจ้งเจ้าหน้าที่ประสานงาน

Remain in the guestroom at all time unless during scheduled relaxation times of your preferred time. When required, notify the operator.

2. ห้ามบ้วนน้ำลาย เสมหะ สั่งน้ำมูก ลงบนพื้น

Do not spit the sputum, blow mucus onto the floor.

3. สวมใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่มีผู้อื่นอยู่ด้วย ยกเว้นเวลารับประทานอาหาร หรือนอนพัก โดยต้องเว้นระยะห่างจากผู้อื่น 1 เมตร

Wear a facemask while others are present except when eating or sleeping and keep 1 meter distance from others.

4. ในวันที่ท่านมาถึงที่พัก เราขออนุญาตนับเป็นวันที่ 0 ท่านจะอยู่จนครบวันที่ 14 และออกจากที่นี่ได้ในวันรุ่งขึ้นคือ วันที่ 15 รวมทั้งหมดเป็น 15 คืน

Your 14 day-quarantine begins on the next day of your arrival; you can check out from the hotel on the morning of day 15.

5. ในวันที่ 3-5 ของการกักตัวและวันที่ 11-13 จะมีพยาบาลเก็บส่งตรวจ เพื่อส่งไปตรวจเชื้อ COVID 19

On day 3-5 and day 11-13, the nurse will call on you to conduct required testing.

6. สำหรับกรณีพิเศษ ผู้ที่ต้องตรวจในวันที่ 0 เนื่องจากเดินทางมาโดยเครื่องบินโดยสารอาจจะมีโอกาสเสี่ยงในการรับเชื้อ ขอความกรุณาหลีกเลี่ยงการออกจากห้องถึงวันที่ 3 เพื่อความปลอดภัยของทุกคน ท่านจะสามารถเดินออกมาข้างนอกได้ในวันที่ 4

You are advise to stay in your room for a min. of 4 days from the day of your arrival.

7. ทุกวันขอให้ท่านลงข้อมูลสุขภาพใน Google form ในโทรศัพท์ จะมีพยาบาลโทรเข้ามาสอบถามอาการ ถ้าท่านมีอาการผิดปกติ หรือกรณีที่ท่านอายุ มากกว่า 60 ปี หรือมีโรคประจำตัว พยาบาลจะโทรเข้ามาสอบถามทุกวัน และท่านต้องทำการวัดไข้สองครั้งทุกวัน ช่วง 10.00 น. และ 20.00 น.

You need to complete daily health information through Google forms in your smart phone. Our nurse will call you daily if you have any abnormal symptoms or age above 60 years or have any underlying diseases. Please check your body temperature on your own 2 times per day at 10.00 a.m. and 08.00 p.m.

8. ในกรณีที่ท่านมีอาการทางเดินหายใจ คือ ไอ น้ำมูก เจ็บคอ ไม่ได้กลิ่น หายใจเร็ว หายใจเหนื่อยหอบ หรือหายใจลำบาก และ/หรือ มีไข้ ท่านอาจจะเป็นผู้ป่วยเข้าข่ายติดเชื้อ ในกรณีนี้โรงพยาบาลจะขออนุญาตรับไปตรวจที่โรงพยาบาลสุขุมวิท ถ้าเข้าเกณฑ์จะไม่มีค่าใช้จ่าย ซึ่งครอบคลุมค่าส่งตรวจ RT PCR COVID-19 ค่า X-Ray ปอด ค่าตรวจไข้วัดใหญ่ และการนอนโรงพยาบาลรอผล ในกรณีที่พบว่าเป็นเรื่องอื่นที่ต้องมีการรักษานั้นจะมีค่าใช้จ่าย

In case of the abnormal respiratory symptom, such as cough, runny nose, sore throat, loss of smell, shortness of breath/difficulty breathing, or fever, you are considered a suspect. You will be sent to Sukhumvit Hospital for testing of COVID-19 infection. Should you test positive, there is no additional cost these are included; RT PCR COVID-19 test, lung X-Ray, influenza check, the accommodation at the hospital while waiting for the result of the test. However, if the result is not related to the COVID-19 infection, you will be charged for the expenses of the treatment.

9. รถพยาบาลที่รับ ส่ง ระหว่างโรงพยาบาลกับโรงแรม จะไม่มีค่าใช้จ่าย รถถูกทำความสะอาดอย่างถูกมาตรฐาน ไม่ต้องกังวลเรื่องการติดเชื้อ

There is no fee for the ambulance service, be rest assured the ambulance has been cleaned as per the required hygiene standard.

10. ในกรณีการรักษาอาการเจ็บป่วยอื่นๆ ถ้าเป็นเจ็บป่วยฉุกเฉิน ทางโรงพยาบาลจะช่วยส่งข้อมูลเข้าสถาบันการแพทย์ฉุกเฉิน เพื่อประเมินว่าเข้าข่ายผู้ป่วยวิกฤตฉุกเฉินหรือไม่ เราจะดูแลเต็มที่ โดยค่าใช้จ่ายตาม พรบ. การแพทย์ฉุกเฉินนั้น ท่านจะไม่เสียค่าใช้จ่ายจนพ้นวิกฤต หรือครบ 72 ชั่วโมง

In case of other health emergency not related to the COVID-19, the hospital will forward your data to National Institute for Emergency If you are qualified medication, treatment and consultation of your symptom's, expenses will be taken cared of by Emergency Medical Act until you are released from critical condition or after 72 hours of treatment.

11. ถ้าเป็นเจ็บป่วยทั่วไปสามารถใช้สิทธิประกันสุขภาพของตนเองได้ เรามีบริการ Video call/Line official / โทรศัพท์ ให้แพทย์หรือพยาบาลประเมินเบื้องต้นว่าท่านจำเป็นต้องมาโรงพยาบาลหรือไม่ ซึ่งการประเมินเบื้องต้นจะไม่มีค่าใช้จ่าย

You may use Public Insurance in case you have other illnesses. The hospital has provided various communication services, such as VDO call/ official LINE and telephone. This will help you to contact our doctors or nurses for consultation on your symptoms. There is no fee for the primary advice.

12. ล้างมือด้วยน้ำสบู่หรือ Alcohol Gel ทุกครั้งหลังไอ จาม ก่อนรับประทานอาหาร และหลังเข้าห้องน้ำ

Wash your hands with soap or alcohol gel every time after coughing sneezing before eating and after going to the washroom.

13. ซักล้างทำความสะอาดเสื้อผ้าทุกวัน หรือนำเสื้อผ้ามาใส่ถุงเสื้อที่จัดไว้และแขวนไว้หน้าห้อง และแจ้งให้เจ้าหน้าที่มารับดำเนินการต่อไป ซึ่งจะมีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม ทั้งนี้ทางโรงแรมจะทำการซัก แบบกรรมวิธีปลอดเชื้อซึ่งใช้ความร้อนสูง ดังนั้นควรเลือกเสื้อผ้าที่ไม่เกิดการเสียหายง่าย

หมายเหตุ – ลูกค้าที่เข้าพักจะได้รับส่วนลดค่าซักรีด 20%

- พนักงานจะเก็บผ้าจากหน้าห้องของท่านเวลา 10.00 น ของทุกวัน ท่านจะได้รับผ้าคืนในวันถัดไป

ในกรณีส่งผ้าหลังจากเวลาที่กำหนด ท่านจะได้รับผ้าคืนหลังจากวันส่งซัก 2 วัน

Clean and wash clothes every day, or put your soiled clothes in the hotel laundry bag, hang it in front of the room door, then inform the operator to collect the item.

Laundering of garments are at high temperature. You are recommended to choose clothes that are not easily damaged.

Note : - You will receive a 20% discount.

- Laundry will be collected at 10.00 a.m. daily.
- Clothes will be returned the next day.
- Should laundry be sent after the specified time, will be returned after two days from delivery.

14. ทิ้งขยะมูลฝอยในถังขยะติดเชื้อที่จัดไว้ให้ในห้องเท่านั้น ถ้าขยะเต็มให้รัดถุงขยะให้แน่นและนำมาวางไว้หน้าห้องของท่าน  
เจ้าหน้าที่จะทำการเก็บเวลา 10.00 น / 17.00 น. และ 22.00 น. ของทุกวัน

Only dispose of waste in the infectious waste bins provided in the room. Tighten the rubbish bag and put in front of your room, daily collection are at 10 a.m., 5 p.m. and 10 p.m.

15. โปรดช่วยดูแลความสะอาดภายในห้องพักและนำขยะมูลฝอยทิ้งในถังขยะติดเชื้อที่จัดไว้ให้ในห้องพักเท่านั้น ทางโรงแรมจะ  
ทำความสะอาดให้ท่านทุกๆ 3 วัน ในระหว่างที่ทำความสะอาดแขกต้องไปรอในสถานที่ที่จัดให้เท่านั้น

Please maintain the cleanliness in the room and dispose of the waste in the infectious trash that is provided in the guestroom only. The hotel will clean the rooms every 2 days after the initial 4 days. During the cleaning guests are required to wait at the designated relaxation area. During the room cleaning you are recommended to make reservation for outdoor relaxation between 1 p.m. – 6 p.m. daily.

16. ขอสงวนสิทธิ์ การพบญาติ ในวัน และ เวลา ที่ทางโรงแรมอนุญาต ตามเงื่อนไขดังกล่าวข้างต้น และตามสถานที่ที่โรงแรม  
เป็นผู้กำหนดเท่านั้น ทั้งนี้ท่านต้องทำการแจ้งกับเจ้าหน้าที่โรงแรมให้ทราบล่วงหน้าเพื่อการเตรียม เท่านั้น

Relaxation areas in B1, are separated by glass between ASQ guest area and the public. You may choose to invite family member to visit during your schedule relaxation time for a face to face meeting. Please note there is no physical contact or direct conversation with them during these meet.

17. การนำส่งสิ่งของ อุปกรณ์หรือของฝากต่างๆ จะกำหนดเป็นวันละ 1 รอบเท่านั้น โดยนำส่งที่พนักงานต้อนรับระหว่างเวลาที่กำหนดเท่านั้น (ก่อน 13.00 น.)

Delivery of gifts, souvenirs or authorized foods can be made once a day by delivering to the staff at the front desk before 1 p.m.

18. ห้ามดื่มสุรา หรือเสพยาของมีนเมา

Do not consume alcohol throughout your stay.

19. เมื่อผู้เข้าพักได้รับการดูแลและควบคุมโรคในสถานที่ควบคุม ครบ 14 วัน จะได้รับหนังสือรับรอง เพื่อแสดงแก่ผู้เกี่ยวข้องต่อไป

Upon completion of your 14 days ASQ and having been cleared by the center for disease control. You will be issued with a certificate of fitness as proof of your health.

## Food and beverage experience / การบริการอาหารและเครื่องดื่มในระหว่างเข้าพัก

### General practices ข้อปฏิบัติทั่วไป

1. โปรแกรมนี้ทางโรงแรมจัดเตรียมอาหารให้วันละ 3 มื้อต่อวันพร้อมเมนูตามแนบ

Included in this program, are 3 meals daily in the in-room menu.

2. ทางโรงแรมจะให้บริการด้วยการจัดเตรียมอาหารไว้หน้าห้องในแต่ละมื้อ ตามเวลาที่ท่านแจ้ง ถ้าท่านต้องการเปลี่ยนแปลงเวลาสามารถโทรแจ้งล่วงหน้า ก่อนมื้ออาหารนั้น

หมายเหตุ – ทางโรงแรมได้จัดเตรียมเมนูอาหาร ไว้ในห้องพัก

- ท่านสามารถแจ้งเมนูแต่ละมื้อ และเวลาตามต้องการได้ 2 ช่องทาง

(1) โทรแจ้งพนักงานจากโทรศัพท์ภายในห้อง โดยกด “Room Service”

(2) QR Code กลุ่มไลน์

The hotel will provide food service in front of the room according to the time you have specified.

If you wish to change the time, you may call

“Room Service” before the expected meal time.

Note: - All food menus are available in the room including minibar items.

- Meal selection from the menu and delivery time may be made by 2 methods:



(1) Dial "Room Service" Or

(2) QR Code for Hotel LINE

3. ตามเวลาที่มีอาหารทางโรงแรมจะนำอาหารชุดที่จัดเตรียมไว้มาวางหน้าห้อง และโทรศัพท์แจ้ง เพื่อให้ท่านทราบ โดยจะไม่มีการเข้าไปส่งอาหารภายในห้อง หรือ รอท่านมารับหน้าห้อง

According to your specified time, the hotel will serve the prepared food and place it in front of your room door. A call will be made to your room to inform you that the food has been delivered. There will be no food delivery in the room or for you to pick up in person.

4. เมื่อรับประทานอาหารเรียบร้อยแล้ว ให้ท่านนำอาหารและเศษอาหารใส่ในถุงขยะที่ทางเราจัดเตรียมให้นำมาวางที่หน้าห้อง และโทรแจ้งทางเรา เพื่อให้พนักงานไปเก็บต่อไป สำหรับอาหารมื้อเย็น ทางโรงแรมจะทำการเก็บเศษอาหารในถุงขยะรอบสุดท้ายเวลา 22.00 น. ในกรณีหลังจากนี้ ทางโรงแรมจะจัดเก็บในวันถัดไป

When you have finished your meal, please place the food waste in a garbage bag that we have provided and place it in front of the room door. Please be reminded of the waste collection times. The final waste collection will be at 22.00 Hrs. / 10 p.m. daily. In case you miss the collection time, waste will be collected the next day at 10 a.m.

5. น้ำดื่ม ชา กาแฟ และเครื่องทำน้ำร้อนได้จัดเตรียมให้ท่านภายในห้องพักสำหรับ 4 วันล่วงหน้า เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ท่าน

Drinking water, tea, coffee and hot water boiler have been prepared in your room for the initial 4 days in advance for your convenience.

6. กรณีที่ท่านต้องการสั่งอาหารนอกเหนือจากชุดอาหารที่ทางเราเตรียมไว้ ท่านสามารถสั่งได้จากเมนูอาหารภายในห้องพัก ทางโรงแรมจะจัดบริการตามแนวทางเดียวกันกับการนำส่งอาหารชุดประจำวัน

Should you wish to order food other than our prepared set meal, you may select from our hotel room service menu. The hotel will delivery your meal the same way as the package meals.

7. ไม่อนุญาตให้สั่งอาหารจากภายนอกโดยเด็ดขาด

You are prohibited to order food from outside for hygiene reasons.

## Security and safety / ความปลอดภัย

### General practices ข้อปฏิบัติทั่วไป

ความปลอดภัยของคุณเป็นสิ่งที่เราใส่ใจเป็นอย่างยิ่ง เราได้ติดตั้งระบบป้องกันอัคคีภัยที่ครอบคลุมในโรงแรมและสมาชิกในทีมของเราได้รับการฝึกฝนมาเป็นอย่างดี อย่างไรก็ตามความเข้าใจของคุณเกี่ยวกับขั้นตอนความปลอดภัยของโรงแรมนั้นสำคัญมาก

Your safety is our utmost concern. We have installed a comprehensive fire protection system in the hotel and our team members have been trained. However, your understanding of the hotel's safety procedure is very important.

1. เมื่อเข้าพักที่ห้องโปรดศึกษาแผนหนีไฟที่ด้านหลังประตูหลัก ทำความคุ้นเคยกับแผนการหลบหนีของท่าน

Upon checking in you will be provided with your room floor plan and at the back of the room door. Familiarize yourself with our escape plans.

2. ทำความคุ้นเคยกับสถานที่ตั้งของจุดที่สัญญาณเตือนไฟไหม้ที่ใกล้ที่สุดและรู้ว่าที่ตั้งของถังดับเพลิงและท่อดับเพลิงอยู่ที่ไหน

Familiarize yourself with the location of the nearest fire alarm call point, the location of fire extinguisher fire hose reels and fire exits.

3. เมื่อพบเพลิงไหม้หรือควันไฟ ให้กดโทรศัพท์ "0" แจ้งมายัง Operator ของโรงแรมทันที หรือดึงคันโยกของสัญญาณเตือนไฟไหม้ที่ใกล้ที่สุด

When encountering a fire or smoke press "0" to notify hotel's operator OR pull out the lever of the nearest fire alarm call point.

**Contact person / บุคคลผู้ประสานงานในพื้นที่**

**Hotel's duty manager : Press "0"**

**Room Service : Press "Room Service"**

**Operator / Nursing : Press "0"**

# Guest room corridor on 20<sup>th</sup> - 24<sup>th</sup> floor

