



**Muling Pagbubukas ng Mga Institusyon ng Mas Mataas na Edukasyon at  
Iba Pang Programa ng Edukasyon para sa Nasa Hustong Gulang para sa  
Personal na Pagtuturo  
Paunang Gabay para sa Akademikong Taon 2020-2021**

NA-UPDATE NOONG Setyembre 1, 2020

Ang sumusunod na gabay ay binuo ng Departamento ng Pamublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) para sa lokal na paggamit ng mga lokal na institusyon ng mas mataas na edukasyon at iba pang programa ng edukasyon para sa nasa hustong gulang, at ipo-post sa <https://www.sfdcp.org/covid19>.

**AUDIENCE:** Ginawa ang gabay na ito para sa mga guro, administrator, at support staff ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, at mga mag-aaral, contractor, at iba pang tauhang kasali sa mga programang ito. Gaya ng paggamit sa gabay na ito, kasama sa terminong "Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon" ang mga institusyon ng mas mataas na edukasyon (institutions of higher education, IHEs) na pampubliko, pribadong non-profit, pribadong for-profit, nakatuon sa pananaliksik, at may espesyal na layunin gaya ng mga unibersidad at kolehiyo, pati ang iba pang programa ng edukasyon para sa nasa hustong gulang gaya ng mga nag-aalok ng mga vocational na kurso para sa pagsasanay, programa ng edukasyon para sa pathway sa trabaho, pagsasanay para sa mga kasanayan sa trabaho, o klase sa Ingles bilang pangalawang wika (English as a second language). Hindi nalalapat ang gabay na ito sa mga TK-12 na paaralan o iba pang programa para sa mga bata.

**Buod ng mga Rebisyon mula noong 8/21/2020 na Bersyon**

- Pinapayagan ang outdoor na personal na pagtuturo para sa mga grupong may hanggang 14 (dating limitado sa 12)
- Karagdagang gabay sa outdoor na pagtuturo, kabilang ang paggamit ng mga tent/outdoor na shelter
- Pinapayagan ang indibidwal na paggamit ng mga partikular na nakatuong indoor na espasyo

**LAYUNIN:** Magbigay ng paunang gabay sa mga kasanayan sa kalusugan at kaligtasan na kinakailangan para ligtas na maibalik ang personal na on-site na pagtuturo sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, bilang paghahanda kapag pinayagan na ng Opisyal sa Kalusugan ng San Francisco ang mga nasabing pasilidad na muling magbukas.

**BACKGROUND:** Isinara ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon sa San Francisco para sa personal na pagtuturo noong Marso 2020 para malimitahan ang posibilidad ng transmisyon ng COVID-19. Mula noon, mas naunawaan na natin ang COVID-19, kung paano ito kumakalat, at kung paano natin mapipigilan ang transmisyon nito.

Batay sa available na ebidensya, mukhang hindi mas malaki ang posibilidad ng mga teenager, sa pangkalahatan, na magkaroon ng malalang sakit dahil sa COVID-19 kaysa sa mga mas nakatatandang nasa hustong gulang. Gayunpaman, marami nang teenager ang nagkaroon ng COVID-19, at malaki ang posibilidad na magpasimula sila ng transmisyon sa komunidad, pati sa mga populasyong madaling mahawahan ng sakit.



Dahil mas lumawak ang kaalaman natin sa COVID-19, may ebidensya na tayo ngayon na mabisang nakakatulong ang ilang partikular na pag-iingat na paliitin ang posibilidad na mahawa ng COVID-19. Sa pamamagitan ng koordinasyon at pagkakaroon ng iba't ibang mabisang intervention, lubos nating mapapababa ang panganib na mahawa ng COVID-19 ang mga mag-aaral, guro, tauhan, at iba pa na posibleng nasa isang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, anuman ang kanilang edad.

Ang paunang gabay na ito ay batay sa pinakamahusay na pag-aaral na available sa ngayon, at sa kasalukuyang dami ng nahawa ng COVID-19 sa San Francisco. Puwedeng magbago ang gabay na ito kapag may bagong napag-alaman at may nagbago sa lokal na transmisyong sa komunidad.

*Habang mas nauunawaan natin ang COVID-19, at wala pa ring kasiguraduhan sa lokal na transmisyong sa komunidad, patuloy na manatiling updated sa anumang pagbabago sa Utos na Manatiling Mas Ligtas sa Bahay at mga direktiba sa [www.sfdph.org/healthorders](http://www.sfdph.org/healthorders) at [www.sfdph.org/directives](http://www.sfdph.org/directives). Para sa content na partikular sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, pakibasa ang [Health Order No. C19-07g – Appendix C-1: Additional Businesses Permitted to Operate](#). (Utos sa Kalusugan Blg. C19-07g – Appendix C-1: Mga Karagdagang Negosyong Pinapayagang Magpatakbo).*



## Mga Nilalaman

Mahalagang Mensahe para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.....	4
Aling mga programa ang puwedeng mag-alok ng personal na pagtuturo?.....	4
Mga kinakailangan bago ang pagbubukas ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon .....	6
I-quarantine ang mga bagong residente para mapigilan ang transmisyon ng COVID-19 .....	7
Mga estratehiya upang mapigilan ang pagkalat ng COVID-19 sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.....	7
I-screen ang lahat ng pumapasok sa campus .....	7
Mga Pagsasaalang-alang sa Staff .....	8
Ipagbawal ang mga non-essential na bisita .....	8
Maliliit at Hindi Pabagu-bagong Cohort ng Mga Tauhan at Mag-aaral.....	9
Limitahan ang pagsasama-sama ng mga cohort, pati ang mga nakatalagang tauhan sa mga ito .....	9
Iatas ang pagsusuot ng takip sa mukha .....	10
Mga Pisikal na Espasyo .....	11
Mga Espasyo para sa Pagtuturo.....	11
Pabahay sa ilalim ng awtoridad ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon .....	11
Iba pang nakabahaging espasyo .....	13
Bentilasyon .....	13
Hygiene at Paglilinis .....	14
Paghuhugas ng Mga Kamay .....	14
Limitahan ang paghihiraman .....	14
Paglilinis at Pag-disinfect .....	14
Mga partikular na sitwasyon.....	15
Transportasyon .....	15
Mga Silid-aklatan .....	16
Serbisyo sa Pagkain at Mga Dining Hall .....	16
Mga Pasilidad para sa Kalusugan ng Mag-aaral.....	17
Mga Tanggapan/Break Room ng Mga Tauhan.....	18
Pagkanta bilang Grupo/Chorus, Mga Instrumentong Pangmusika.....	18
Sports sa Kolehiyo at Mga Aktibidad para sa Fitness.....	18
Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo .....	19
Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral.....	19
Kapag nagpositibo sa COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral .....	19
Mga Resource .....	20



## Mahahalagang Mensahe para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon

- Mas mahalagang maiwasan ang transmisyong sa pagitan ng mga tao na nangyayari sa pamamagitan ng respiratory transmission kaysa sa madalas na paglilinis at pag-disinfect. Pangunahing kumakalat ang COVID-19 sa pagitan ng mga tao sa pamamagitan ng mga respiratory transmission.
  - **Mas madaling puksain ang coronavirus sa mga surface kaysa sa norovirus.** Epektibo ang karamihan ng mga produktong panlinis ng bahay. Sa pangkalahatan, hindi kailangan ng mga propesyonal na serbisyo sa deep cleaning.
- Mas mahalaga ang pagdistansya sa isa't isa, mga barrier, at takip sa mukha sa pagpigil sa pagkakatamtamang COVID-19 sa mga grupo.
- Ang paggamit ng personal na pamproteksyong kagamitan (personal protective equipment, PPE) ay hindi nangangahulugang hindi na kailangan ang pagdistansya sa isa't isa, mga portable na barrier/partisyon, at universal na takip sa mukha. Mali na ipinagpapalagay ng mga tao na secure na sila kapag gumagamit sila ng PPE.
- **Nasusukat ang pagkakalantad sa panganib sa pagtaas at pagbaba nito, at hindi sa kung mayroon nito o wala.** Bilang pamantayan, para magkaroon ng posibilidad na mahawa, dapat ay hindi bababa sa 10-15 minuto, nang may layong wala pang 6 na talampakan, ang maging pakikisalamuha ng isang tao sa isang indibidwal na may COVID-19. Mas maliit ang panganib kung mas maikli at mas malayo ang mga pakikisalamuha. Nakakatulong ang mga universal na takip sa mukha na bawasan ang panganib, at mas mababa ang panganib kapag nasa labas kaysa kapag nasa loob. Kasama ang kung umubo o bumahing ba ang taong may sakit, o kung gumagawa siya ng aktibidad na nagdudulot ng mas maraming respiratory droplet (napag-alamang lubos na naikakalat ang COVID-19 sa pamamagitan ng pagkanta o pagsigaw sa mga saradong lugar).

## Aling mga programa ang puwedeng mag-alok ng personal na pagtuturo?

*Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ay dapat patuloy na mag-alok ng malayuang pagkatuto kung posible. Sa pangkalahatan, bawasan ang mga personal na pakikipag-ugnayan hangga't puwede at, kung posible, ipagpatuloy ang mga malayuan o virtual na operasyon. Pakibasa nang mabuti ang Utos sa Kalusugan para malaman kung itinatuturing na mahalagang operasyon ng negosyo ang isang partikular na "pansuportang serbisyo."*

*Simula Agosto 2020, pinapayagan na ng Utos sa Kalusugan na Manatili sa Bahay ng San Francisco ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na magpatakbo ng mga minimum na mahalagang function ng negosyo para "mapadali ang malayuang pagkatuto o maisagawa ang mahalagang function."*



- Mag-alok ng mga opsyon sa malayuang pagkatuto hangga't makatuwiran.
- Atasan ang mga mag-aaral na makakakumpleto ng kanilang kurso nang malayuan na gawin ito mula sa kanilang tirahan. Para sa mga mag-aaral na nakatira sa labas ng lokal na heograpikong lugar at na makakakumpleto ng kanilang kurso sa pamamagitan ng malayuang pagkatuto, hindi dapat atasan ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang mga nasabing mag-aaral na pumunta sa San Francisco Bay Area para lang manirahan sa pabahay sa ilalim ng kontrol ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.
- Pinapayagang personal na magpatakbo ang mga operasyong “nagpapakatbo, nagpapanatili, o nagkukumpuni ng Mahalagang Imprastruktura.”
- Dapat pahintulutan ang mga mag-aaral at tauhang tanggihan ang opsyong sumali sa outdoor na pagtuturo, at dapat silang alukin ng malayuang pagkatuto o iba pang opsyon kung posible.
- Maaaring pahintulutan ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang mga mag-aaral na indibidwal na gumamit ng mga indoor na pasilidad na nasa ilalim ng control ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon kung:
  - Kailangan ng mag-aaral ng access sa pasilidad dahil sa pangangailangan sa access sa nakatuong equipment o espasyo na hindi available sa labas o sa kanilang tahanan (gaya ng music practice room o fine arts studio);
  - Isang tao lang (kabilang ang mga mag-aaral, guro, o iba pang Tauhan) ang pinahihintulutang magkaroon ng access sa pasilidad nang sabay-sabay;
  - Nalilinis at nadi-disinfect ang pasilidad pagkatapos ng bawat paggamit;
  - Kung saan posible, pahahanginan ang pasilidad pagkatapos ng bawat paggamit, sa pamamagitan ng pagbubukas ng mga bintana o pintuan;
  - Ang paggamit sa pasilidad ay dapat na batay sa appointment at magkakahiwalay upang magkaroon ng hindi bababa sa isang oras na pagitan sa bawat paggamit;
  - Nagsusuot ng mga pantakip sa mukha sa lahat ng oras maliban na lang kung nagsasagawa ng particular na gawain, gaya ng pagkain, pag-inom, o pagpapatugtog ng isang wind instrument.
- Ang indoor na personal na pagtuturo, na mayroong dalawa o higit pang mag-aaral o guro, gaya ng mga indoor na lecture, klase, laboratoryo, o kurso, ay puwede lang ialok para sa “pangunahing mahahalagang serbisyo” na kritikal para sa pampublikong kalusugan at kaligtasan o Mahahalagang Function ng Pamahalaan, na hindi rin puwedeng gawin nang malayuan.
  - Inaatasan ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na humingi muna ng nakasulat na pag-apruba sa Opisyal sa Kalusugan ng San Francisco para makapagsagawa sila ng anumang indoor na personal na pagtuturo. Pakibasa ang [Health Order](#) (Utos sa Kalusugan) para sa karagdagang impormasyon tungkol sa proseso ng aplikasyon para makahingi ng pag-apruba sa pagsasagawa ng indoor na personal na pagtuturo.

*Kapag hindi posible ang malayuang pagkatuto, pinapayagan ang outdoor na personal na pagtuturo para sa mga grupong may hanggang 14 miyembro, basta't magsusuot ang lahat ng takip sa mukha, at didistansya sila sa isa't isa*



- Ang mga mag-aaral ng mga vocational na paaralan, pati ang mga mag-aaral na nagsasanay sa “pagpapayo at healing arts” ay pinapahintulatang magbigay ng personal na mahahalagang serbisyo, gaya ng direktang pangangalaga sa pasyente. Halimbawa, puwedeng magbigay ang isang mag-aaral ng nursing ng direktang pangangalaga sa pasyente nang personal, sa isang ospital, nang may naaangkop na gabay.

## Mga kinakailangan bago ang pagbubukas ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon

Bago tumakbo, dapat gawin ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang sumusunod:

- Magtalaga ng hindi bababa sa isang tauhang liaison na nakatuon sa COVID-19 na magsilbing point of contact para sa mga tanong o alalahanin kaugnay ng mga kagawian, protocol, o potensyal na pagkakarantad. Magsisilbi ring tagapag-ugnay sa SFDPH ang taong ito.
- Magpatupad ng mga pangkalusugan at pangkaligtasang protocol para mapigilan ang pagkakahawa sa COVID-19, gaya ng iniaatas ng anumang Pangkalusugang Kautusan ng SFDPH na pinapayagan ang mga paaralan na muling magbukas.
  - Isailalim ang mga tauhan at mag-aaral sa pagsasanay tungkol sa mga pangkalusugan at pangkaligtasang kagawian. Iwasang magkaroon ng personal na development ng mga tauhan, pulong, o team-building sa loob ng dalawang linggo bago magsimula ang personal na pagtuturo.
  - Gumawa ng pangkalusugan at pangkaligtasang plano na naglalarawan sa gagawin ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon para maipatupad ang mga kailangan sa gabay na ito at ang anumang nauugnay na direktiba o kautusan ng Opisyal sa Kalusugan. Ibahagi ang planong ito sa mga tauhan, pamilya, mag-aaral, at iba pang miyembro ng komunidad ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.
- Makipagtulungan sa SFDPH para makagawa ng diskarte para sa pagsusuri sa pagsubaybay ng mga tauhan at mag-aaral na nasa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon. Kasabay ng pagdami ng transmisyon sa komunidad, dapat tutukan ng mga diskarte sa pagsusuri ang pinaigting na pagsusuri ng tauhan at mag-aaral para matukoy ang mga potensyal na kaso kung kaya ng kapasidad ng pagsusuri sa laboratoryo. Kasama sa pinaigting na pagsusuri ang pagsusuri sa lahat ng tauhan at mag-aaral sa loob ng 2 buwan, kung saan sinusuri ang 25% ng mga tauhan at mag-aaral kada 2 linggo, o sinusuri ang 50% kada buwan nang salitan.
- Gumawa ng plano sa pagkontrol ng outbreak o Plano sa Pagkontrol ng Nakakahawang Sakit na may mga protocol na abisuhan ang SFDPH tungkol sa anumang kumpirmadong kaso ng COVID-19 sa mga mag-aaral, guro, o tauhan, at tulungan ang SFDPH sa contact tracing, kung kinakailangan. Ang nasabing plano ay dapat may protocol na i-isolate o i-quarantine ang sinumang may sakit o nalantad sa sakit. Magbibigay ang Hub ng Edukasyon ng SFDPH ng konsultasyon at gabay sa kaso kung sakaling may mga indibidwal na magpositibo sa COVID-19.
- Magpatupad ng mga protocol para sa mga tauhan at mag-aaral na may mga sintomas ng COVID-19 at para sa pakikipag-ugnayan sa mga tauhan, mag-aaral, at pamilya kapag nailantad sa COVID-19 o kapag may nakumpirmang kaso ng COVID-19 sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.
- Lubos na irekomenda sa lahat ng mag-aaral at tauhan na magpabakuna para sa trangkaso tuwing taglagas, maliban kung may kontraindikasyon sa mga personal na medikal na kundisyon.



- Tiyaking ligtas ang mga water system, lalo na para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na matagal nagsara. Alisin ang naipong tubig sa mga plumbing line sa pamamagitan ng pagpapadaan ng tubig sa mga fixture. Makakakita ng detalyadong gabay sa: <https://www.sfwater.org/flushingguidance>.
- Tiyaking nakakasunod rin sa mga alituntuning ito ang anumang organisasyong nauugnay sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, gaya ng mga club sa labas ng campus, Greek na organisasyon, atbp. Gumawa ng mga sistemang magpapatupad at magpapapanagot sa mga nauugnay na organisasyon kaugnay ng pagsunod sa gabay na ito.

## I-quarantine ang mga bagong residente para mapigilan ang transmisyong ng COVID-19

*May plano dapat ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon para matiyak na magka-quarantine ang mga mag-aaral at tauhan nang 14 na araw kung galing sila sa ibang lugar at lumipat sila sa San Francisco Bay Area, at nakibahagi sila sa mga aktibidad na maglalagay sa kanila sa mas malaking panganib na makuha ang virus na nagdudulot ng COVID-19.*

- Kasama sa mga aktibidad na may dalang mas malaking panganib ang pakikisalamuha ng mga tao nang may layong 6 na talampakan sa mga indibidwal na bukod pa sa mga kasama nila sa bahay kung sila o ang mga nasa paligid nila ay hindi palaging nakasuot ng pantakip sa mukha, lalo na kung nasa loob sila ng gusali; pagbiyahe ng mga tao sakay ng mga eroplano, bus, o tren nang hindi nakasuot ng takip sa mukha sa lahat ng pagkakataon, sa mga saradong espasyo na ito.
- Hindi ito naaangkop sa mga mag-aaral at tauhanang regular na nagko-commute papunta sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon mula sa mga lugar sa labas ng San Francisco.
- Suriin ang karagdagang gabay sa pag-quarantine sa <https://www.sfc-dcp.org/I&Q>.
- Suriin ang mga espesyal na pagsasaalang-alang para sa pag-quarantine ng mga mag-aaral na nasa seksyon sa ibaba, na nasa Pabahay sa Ilalim ng Awtoridad ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.

## Mga estratehiya upang mapigilan ang pagkalat ng COVID-19 sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon

### I-screen ang lahat ng pumapasok sa campus

- Tanungin ang lahat ng taong pumapasok sa gusali o campus tungkol sa mga sintomas at pagkakarantad sa COVID-19, kabilang ang mga tauhan, mag-aaral, magulang/tagapangalaga, contractor, bisita, at opisyal ng gobyerno. Hindi kasama rito ang mga tauhanang pang-emergency na tumutugon sa 9-1-1 na tawag.
  - Para sa mga detalye tungkol sa screening, sumangguni sa [Mga Pagsusuri sa Kalusugan para sa COVID-19 sa Mga Programa para sa Mga Bata at Teenager \(COVID-19 Health Checks at Programs for Children and Youth\)](#) (screening ng mag-aaral na wala pang 18) at [Pagbibigay ng Mga Tanong para sa Screening ng COVID-19 sa Anumang Negosyo, Organisasyon, o Pasilidad \(Asking COVID-19 Screening Questions at Any Business, Organization or Facility\)](#) (mga nasa hustong gulang).



- Sa ngayon, walang rekomendasyong kunin ang temperatura ng mga mag-aaral at tauhan ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon. Bumisita sa <https://www.sfcddcp.org/covid19> sa ilalim ng Mga Negosyo at Employer sa seksyong “Screening ng Kalusugan” para sa higit pang gabay tungkol sa pagkuha ng temperatura.
- Hindi dapat payagan sa campus ang mga indibidwal na may mga sintomas ng COVID-19 o nalantad rito. Dapat pauwiin ang mga indibidwal na may mga sintomas. (Tingnan ang “Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral”).

### Mga Pagsasaalang-alang sa Staff

- I-maximize ang bilang ng Mga Tauhang nagtatrabaho nang malayuan, mula sa kanilang tirahan.
- Protektahan ang staff, lalo na ang mga mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19. Tingnan ang [sfcddcp.org/covid19hcp](https://www.sfcddcp.org/covid19hcp) para sa listahan ng mga grupong mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19.
  - Mag-alok ng mga opsyong naglilimita sa pagkakalantad sa panganib sa mga tauhang kabilang sa mga grupong mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19 (hal., telework, pagtatalaga sa ibang gawain, mga binagong tungkulin sa trabaho para maging mas kaunti ang pagkakataon ng direktang pakikisalamuha sa mga mag-aaral at tauhan).
  - Unahing bigyan ng mga portable na plexiglass barrier o iba pang partisyon ang mga tauhang nabibilang sa mga grupong mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19 o para sa mga taong kailangang direktang makisalamuha sa maraming tao.
  - Pag-isipang magbigay ng mga face shield na dapat gamitin **kasama ng** mga takip sa mukha para sa mga tauhang may mga tungkulin kung saan mahirap magpanatili ng distansyang 6 na talampakan, gaya ng mga clerical staff.
- Subaybayan ang pagliban sa trabaho ng mga tauhan. Magplano para sa mga 10-14 na araw na pagliban ng mga tauhan dahil sa pagkakahawa ng o pagkakalantad sa COVID-19 kung sakaling dumami ang mga nahahawa sa komunidad. Maging handa sa pagbibigay ng distance learning sa mga mag-aaral na may mga gurong dapat manatili sa bahay dahil sa pagkakahawa ng o pagkakalantad sa COVID-19, at wala nang iba pang guro na makakapagturo.

### Ipagbawal ang mga non-essential na bisita

- Limitahan, hanggang sa sukdulang pinapahintulutan ng batas, ang mga external na miyembro ng komunidad, lalo na ang mga indibidwal na hindi mula sa lokal na heograpikong lugar, na pumasok sa lugar at gumamit ng mga resource sa campus, dahil lalaki ang posibilidad na magkahawahan ng virus kung madaragdagan ang mga tao sa lugar at/o makikisalamuha sila sa mga mag-aaral, guro, at tauhan.
- Ipagbawal ang mga personal na tour sa kolehiyo o open house sa ngayon.
- Dapat idokumento ng mga tauhan ang lahat ng bisita sa mga klase na hindi mga regular na kalahok. Makakatulong ang mga nasabing talaan sa contact tracing kung sakaling may magpositibo sa COVID-19.





## Maliliit at Hindi Pabagu-bagong Cohort ng Mga Tauhan at Mag-aaral

*Ang pagpapanatili ng mga guro at mag-aaral sa iisang grupo ay nakakatulong na mapababa ang kanilang panganib na mailantad sa pamamagitan ng pagbawas sa bilang ng mga taong nakakasalamuha nila sa bawat araw. Kung mas maliliit ang klase, mas liliit ang posibilidad na malantad.*

- Hangga't maaari, limitahan ang pagpapalipat-lipat ng mga mag-aaral at guro. Pinapahintulutan ang pagpapalipat-lipat ng mga mag-aaral sa pagitan ng mga cohort para matugunan ang mga pang-edukasyong pangangailangan ng mga mag-aaral.
- Limitado ang mga outdoor na klase sa 14 na kalahok, kabilang ang mga mag-aaral at guro.
- Hindi dapat nakikipag-ugnayan ang mga outdoor na klase sa iba pang outdoor na klase o grupo ng mga tao na nagtitipon-tipon nang sabay-sabay.
- Limitahan ang outdoor na pagtuturo at bilisan lang ito kung posible para mabawasan ang panganib na magkahawahan ang mga tao. Ang isang klase o iba pang programa ay hindi dapat lumampas sa dalawang oras ang tagal, at hindi dapat iskedyul ang outdoor na pagtuturo kung san dadalo ang isang mag-aaral o cohort ng mga mag-aaral sa dalawang magkasunod na pagtuturo sa iisang araw (hal., hindi maaaring mag-iskedyul ang isang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ng dalawang 2 oras na klase na dadaluhan ng parehong grupo ng mga mag-aaral upang maiwasan ang 2 oras na limitasyon sa oras).

## Limitahan ang pagsasama-sama ng mga cohort, pati ang mga nakatalagang tauhan sa mga ito

- Kasalukuyang ipinagbabawal ang mga pagtitipong mas malaki sa isang cohort (hal., malalaking asamblea, pagtatanghal).
- Pigilan ang mga grupong nakikibahagi sa outdoor na pagtuturo na makipag-ugnayan sa isa't isa, sa panahon ng session at pagkatapos nito.
  - Magsagawa lang ng isang outdoor na pagtuturo nang magkasabay maliban na lang kung mananatiling magkahiwalay ang mga grupong dadalo sa magkaibang outdoor na pagtuturo, halimbawa sa pamamagitan ng paggamit ng mga pisikal na harang sa pagitan ng mga grupo.
  - I-stagger ang mga iskedyul para sa pagdating/pag-uwi para maiwasan ang paghahalo-halo ng mga cohort.
  - Lubos na hinihikayat ang mga mag-aaral na nakikibahagi sa outdoor na pagtuturo na limitahan ang pakikibahagi nila rito sa hindi hihigit sa dalawang beses sa isang linggo (máximum na 4 na oras kada linggo).
  - Magtalaga ng mga partikular na ruta para sa pagpasok at paglabas sa campus para sa bawat cohort gamit ang maraming entrance/exit hangga't maaari.
- Bawasan ang movement ng mga mag-aaral sa mga indoor na hallway.
  - Huwag pagsabay-sabayin ang mga oras ng pagpapalit ng klase para isang cohort lang ang nasa pasilyo sa anumang partikular na oras.



- Pag-isipang gumawa ng mga one-way na pasilyo para mabawasan ang pagkukumpulan.
- Maglagay ng mga pisikal na gabay, tulad ng tape, sa mga sahig at bangketa para markahan ang mga one-way na ruta.

### Iatas ang pagsusuot ng takip sa mukha

Nakakatulong ang mga pantakip sa mukha na mapigilang makahawa ng iba ang mga tao sa pamamagitan ng pagpigil sa mga respiratory droplet bago liparin ang mga ito.

- Iatas ang pagsusuot ng takip sa mukha para sa LAHAT ng kalahok sa outdoor na pagtuturo
  - Ang lahat ng indibidwal na may edad 10 taong gulang pataas ay dapat magsuot ng face mask o takip sa mukha na gawa sa tela sa ibabaw ng kanilang ilong at bibig sa lahat ng pagkakataon.
  - Hindi maaaring pumasok sa gusali o campus ang mga tauhan, mag-aaral, at bisita maliban na lang kung may suot silang pantakip sa mukha o may dokumentasyon sila ng medikal na kontraindikasyon sa mga pantakip sa mukha. Magkaroon ng supply ng mga pantakip sa mukha para sa mga indibidwal na nakalimutang magdala nito.
- Ang mga kalahok na exempted sa pagsusuot ng Takip sa Mukha sa ilalim ng Utos na Magsuot ng Takip sa Mukha ay puwede lang makibahagi sa outdoor na personal na pagtuturo kung magsusuot sila ng ibang katanggap-tanggap na uri ng takip, gaya ng face shield na may drape sa ibabang bahagi.
  - Pinapayagan ang mga tauhan at mag-aaral na may dokumentadong medikal na kontraindikasyon sa pantakip sa mukha na magsuot ng face shield na may tela sa ibaba na nakasuksok sa damit. <https://covid19.ca.gov/masks-and-ppe/>
- Ang mga speech and language therapist at mga tauhang nag-aasikaso ng mga mag-aaral na may problema sa pandinig ay maaari ding gumamit ng face shield na may telang nakasuksok sa damit, kung nakakaabala ang pantakip sa mukha sa kanilang kakayahang mag-asikaso ng mga mag-aaral. Maaari ding gumamit ng clear na mask o clear na portable na barrier tulad ng plexiglass barrier. Sa pangkalahatan, ang barrier ang pinakamahusay proteksyon para sa mag-aaral at tauhan. Dapat ay magsuot palagi ng pantakip sa mukha ang tauhan.
- Huwag gumamit ng mga face shield kapalit ng mga pantakip sa mukha sa ibang sitwasyon. Sa outdoor na pagtuturo, puwedeng gumamit ng mga face shield na may drape na gawa sa tela na naka-tuck in sa damit.
- Pag-isipang gumamit ng face shield bukod pa sa face mask o takip sa mukha na gawa sa tela. Nagbibigay ng karagdagang proteksyon sa mata ang mga face shield para sa nagsusuot nito. Kapag ginamit ang face shield kasama ng mask o takip sa mukha, hindi na kailangan ng nakabalot na tela.



## Mga Pisikal na Espasyo

### Mga Espasyo para sa Pagtuturo

***Sa pangkalahatan, mas ligtas ang outdoor na pagtuturo kaysa sa indoor na pagtuturo dahil sa dagdag na bentilasyon, dagdag na oportunidad para sa pagdistansya sa isa't isa, at dagdag na pagkaka-disperse ng nakakahawang virus. Sa kasalukuyan, ipinagbabawal ang indoor na pagtuturo kung san mayroong dalawa o higit pang tao maliban kung makakatanggap ang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ng opisyal na paunang nakasulat na pag-apruba para sa isang pagbubukod; kasama rito ang mga indoor na silid-aralan, lecture hall, laboratoryo, at espesyal na indoor na espasyo gaya ng mga studio at workshop.***

*Ang mga mag-aaral at tauhan ay dapat magsuot ng takip sa mukha, patuloy na dumistansya sa isa't isa, at magpanatili ng 6 na talampakang layo sa isa't isa kung posible.*

- isagawa ang maliliit na klase sa mas malalaking espasyo.
- Sa outdoor na pagtuturo, maaaring gumamit ang Programa ng Mas Mataas na Paaralan ng mga tent o iba pang kaparehong outdoor na shelter na ginawa upang makapagbigay ng silong o upang hindi masyadong maulanang o mahanginan. Ang anumang tent o outdoor na shelter ay nangangailangan ng angkop na pag-apruba at pahintulot mula sa Lungsod. Ang mga naturang shelter ay:
  - maaaring may bubong o masisilungan;
  - maaaring hindi sarado – maaaring isang bahagi lang ang mayroong patayong pantakip;
  - ang espasyo ay hindi dapat idinisensyo sa anumang paraang nakakalimita sa normal na daloy ng hangin.
- Paupuin ang mga mag-aaral sa parehong upuan kung saan sila umuupo kapag posible. Makakatulong ito na mapadali ang contact tracing kung sakaling may mga magpositibo sa COVID-19.
- Iharap ang mga upuan sa iisang direksyon para hindi nakaupo ang mga mag-aaral nang nakaharap sa isa't isa; kung nakakuha ng pahintulot para sa indoor na pagtuturo, pag-isipang baguhin ang pagkakaayos ng indoor na kagamitan, maglagay ng mga partition sa pagitan ng mga desk, at markahan ang mga sahig sa silid-aralan para mapanatili ang pagdistansya indoors.
- Kapag kailangang umupo ng mga mag-aaral nang may layong hindi hihigit sa 6 na talampakan, pag-isipang gumamit ng mga privacy board o malinaw na screen.
- Hindi puwedeng magmeryenda/kumain habang may pagtuturo dahil kakailanganing mag-alis ng takip sa mukha.
- Magpatupad ng mga pamamaraan para sa pagpapasa ng mga takdang-aralin para mabawasan ang pakikisalamuha, gaya ng electronic na pagpapasa ng mga takdang-aralin.

### Pabahay sa ilalim ng awtoridad ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon

- Dapat bigyang-prioridad ng pabahay sa campus ang mga taong may limitadong opsyon sa pabahay, pati ang mga taong nahihirapang mag-access ng virtual na pagkatuto.
- Iniaatas ng SFDPH na limitahan ang mga matutuluyan, maliban sa pampamilyang pabahay, sa isang residente bawat kwarto, nang may maximum na dalawang residente bawat kwarto kung magbibigay ang parehong residente ng may-kabatirang pahintulot na magsama sa iisang kwarto.



- Sa isahang occupancy dapat manatili ang mga indibidwal na may mga medikal na kundisyong naglalagay sa kanila sa malaking panganib.
- Binubuo ng unit sa dormitoryo, o kwarto, ang isang unit ng sambahayan.
- Iniaatas na magsuot ng takip sa mukha ang LAHAT kapag nasa mga common area.
- Kapag may dalawang residente sa isang kwarto, tiyaking may hindi bababa sa anim na talampakang pagitan ang mga kama, at atasan ang mga residenteng matulog nang nasa magkabaliktad na direksyon (ulo sa paa).
- Hindi puwedeng mandiskrimina ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ng mga mag-aaral na pipiling huwag magkaroon ng kasama sa kwarto, at hindi sila puwedeng pagmultahin.
- Ang paglilipat at mga serbisyo sa paglilipat ay itinuturing na mahahalagang aktibidad at pinapahintulutan nang may karaniwang pagdistansya sa isa't isa, takip sa mukha, at pag-iingat kaugnay ng hygiene. Huwag pagsabay-sabayin ang paglilipat para makatulong na bawasan ang pagkukumpul-kumpol ng maraming tao sa panahon ng paglilipat.
- Ipagbawal ang pagtitipon ng maraming tao hangga't posible. Hindi pinapayagan ng SFDPH ang indoor na pagtitipon ng mga indibidwal na mula sa magkakaibang sambahayan.
- Ang mga mag-aaral na nagka-quarantine o nag-a-isolate ay dapat manatili sa kanilang tirahan maliban kung para sa medikal na pangangalaga. Dapat silang gumamit ng hiwalay na banyo, at hindi dapat sila pumunta sa anumang pampublikong lugar, gumamit ng pampublikong transportasyon, o mag-rideshare. Dapat pagplanuhan ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na maghatid ng pagkain sa mga mag-aaral na ito.
- Dapat magpareserba ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ng supply ng mga available na kwarto para matugunan ang anumang pangangailangan para sa pag-quarantine at pag-isolate. Dapat bumuo ng plano para sa emergency, gaya ng karagdagang pabahay sa labas ng campus o kwarto sa hotel kung sakaling magamit ang lahat ng nasabing kwarto.
- Bawasan ang bilang ng mga residente sa bawat banyo. Kapag gumagamit ng mga nakabahaging banyo, dalasan ang paglilinis.
- Hikayatin ang mga residenteng iisa lang ang gamiting banyo at pasilidad para sa paliligo para mapanatili ang anumang posibilidad ng transmisyon sa cohort na iyon.
- Magdagdag ng mga aktwal na harang, gaya ng mga plastic na flexible na screen sa pagitan ng mga lababo sa banyo, lalo na kung hindi puwedeng magkaroon ang mga ito ng hindi bababa sa anim na talampakang pagitan. Kapag wala pang anim na talampakan ang pagitan ng mga lababo, huwag ipagamit ang bawat pagitang lababo para magkaroon ng higit pang distansya.
- Naglabas ang SFDPH ng [gabay para sa mga lugar ng congregate na pabahay](#) kung saan may sari-sariling kwarto o living quarters ang mga indibidwal pero iisa lang ang kanilang banyo at lutuan, kung saan may mga kasama sila na hindi bahagi ng kanilang sambahayan. Itinuturing na uri ng congregate na pabahay ang pabahay para sa mga mag-aaral gaya ng mga dormitoryo. Bumisita sa <https://www.sfdcp.org/covid19> sa ilalim ng Mga Lugar ng Congregate na Pamumuhay.
- Naglabas ang SFDPH ng gabay sa mga nakabahaging pasilidad para sa paglalaba. Bumisita sa <https://www.sfdcp.org/covid19> sa ilalim ng Mga Rekomendasyon sa Paglilinis.



### Iba pang nakabahaging espasyo

- Isara ang hindi mahahalagang nakabahaging espasyo, gaya ng mga game room at lounge.
- Ipagbawal ang mga indoor na espasyo para sa pag-aaral ng grupo. Hindi pinapayagan ng Mga Utos sa Kalusugan ng San Francisco ang mga indoor na pagtitipon na may mga tao mula sa ibang sambahayan, gaya ng pag-aaral kasama ng iba sa indoor na lugar, gaya ng study hall o silid-aklatan. Isaalang-alang ang mga outdoor na espasyo para sa pag-aaral, o indibidwal na pag-aaral sa tirahan ng isang tao.
- Limitahan ang bilang ng mga taong gumagamit ng mahahalagang nakabahaging espasyo, gaya ng mga banyo, elevator, locker room, kuwarto ng mga tauhan, at katulad na pampublikong espasyo para maisagawa ang 6 na talampakang pagdistansya. Puwedeng gamitin ang magkakatabing stall ng banyo. Magpaskil ng mga paunawa tungkol sa mga limitasyon sa paggamit.
- Magdagdag ng mga aktwal na harang, gaya ng mga plastic na flexible na screen sa pagitan ng mga lababo sa banyo, lalo na kung hindi puwedeng magkaroon ang mga ito ng hindi bababa sa anim na talampakang pagitan. Kapag wala pang anim na talampakan ang pagitan ng mga lababo, huwag ipagamit ang bawat pagitang lababo para magkaroon ng higit pang distansya.
- Sa mga lugar kung saan nagsasama-sama o naghihintay sa pila ang mga mag-aaral, maglagay sa sahig o sa mga pader ng markang 6 na talampakang distansya mula sa isa't isa para isaad kung saan tatayo.

### Bentilasyon

*Kung mas maraming papasok na sariwang hangin, mas liliit ang posibilidad ng impeksyon dahil “maddilute” ang anumang nakakahawang respiratory virus sa sariwang hangin. Mas mababa pa ang panganib kapag nasa labas.*

- Buksan ang mga bintana upang dagdagan ang bentilasyon ng sariwang hangin kapag walang problema sa kalusugan at kaligtasan, halimbawa, kapag hindi nito mapapalala ang mga allergy o hika ng mga indibidwal. Kung puwede, pag-isipan ding iwanan ang mga pinto nang bahayang nakabukas para pumasok ang sariwang hangin sa indoor na espasyo.
- Isaayos ang mga sistema ng mekanikal na bentilasyon upang dagdagan ang bentilasyon ng sariwang hangin (na galing sa labas). Bawasan o alisin ang hanging paikot-ikot lang.
- Para sa mga sistema ng mekanikal na bentilasyon, dapat bigyang-prioridad na paramihin ang nakukuhang sariwang hangin at bawasan ang hanging paikot-ikot lang, kaysa gawing mas mabisa ang filter sa panahon ng pandemya ng COVID-19.

Sa pangkalahatan, kapag binuksan ang mga bintana at isinaayos ang mga sistema ng mekanikal na bentilasyon upang maparami ang pumapasok na sariwang hangin, tiyak na mapaparami ang sariwang hangin sa isang indoor na espasyo. Bagama't maaaring makakabuti na gawing mas mabisa ang filter dahil sa ilang bagay, gaya ng pagpapaganda sa kalidad ng hangin sa loob na malapit sa mga freeway o sakaling may mga wildfire, hindi ito kasing halaga ng pagpaparami sa sariwang hangin para sa COVID-19. Upang gawing mas mabisa ang filter, maaaring kailanganin ng mga malakihang upgrade sa sistema ng mekanikal na bentilasyon. Maaaring subukan ang mga portable na panlinis ng hangin, ngunit kailangang iakma ang sukat at posisyon nito nang maayos para sa partikular na espasyo.



## Hygiene at Paglilinis

### Paghuhugas ng Mga Kamay

*Naaalis ng madalas na paghuhugas ng kamay at paggamit ng hand sanitizer ang mga mikrobyo ng COVID-19 sa mga kamay ng mga tao bago sila maimpeksyon sa pamamagitan ng paghawak sa kanilang mga mata, ilong, o bibig.*

- Gumawa ng mga routine at iskedyul para sa lahat ng tauhan at mag-aaral para mahugasan at ma-sanitize ang kanilang mga kamay sa mga naka-stagger na interval, lalo na bago at pagkatapos kumain, kapag papasok/muling papasok sa silid-aralan, bago at pagkatapos gumamit ng kagamitang ginagamit din ng ibang tao tulad ng mga keyboard ng computer.
- Dapat ay may hand sanitizer o lugar para makapaghugas ng kamay kapag papasok ang bawat silid-aralan/lugar ng pagtuturo at common area (mga work room ng tauhan, kainan).
- Magpatupad ng mga pamamaraan para matiyak na hindi mauubusan ng sabon o mga paper towel ang mga lababo at istasyon para sa paghuhugas ng kamay, at para masigurong hindi mauubusan ng hand sanitizer.
- Magpaskil ng mga paunawa na naghihikayat sa hygiene ng kamay. Makakapag-download ng karatula sa hygiene ng kamay na nasa maraming wika sa <https://eziz.org/assets/docs/IMM-825.pdf>.

### Limitahan ang paghihiraman

- Pag-isipang suspindihin o baguhin ang paggamit ng mga resource sa lugar kung saan kailangang maghiraman o humawak ng mga item.
- Suspindihin ang paggamit ng mga drinking fountain, at sa halip ay isulong ang paggamit ng water refilling station at reusable na bote ng tubig.
- Hangga't maaari, limitahan ang paghihiraman ng mga art supply, supply sa laboratoryo, at iba pang materyal na madalas na hinahawakan. Kung posible, bigyan ng sariling set ng mga supply ang bawat mag-aaral.
- Iwasan ang paghihiraman ng mga electronic na device, kagamitang pang-sports, damit, aklat, laro, at iba pang learning aid kapag posible. Linisin at i-disinfect ang mga supply at kagamitang pinaghihiraman ng mga mag-aaral.

### Paglilinis at Pag-disinfect

*Maraming panlinis sa bahay ang epektibo laban sa COVID-19. Sumangguni sa [N na Listahan ng EPA](#) para sa mga disinfectant na aprubado ng EPA bilang mabisang panlaban sa COVID-19.*

- Linisin at i-disinfect nang kahit araw-araw man lang ang mga surface na madalas na hinahawakan. Nakatuon ang regular na paglilinis sa mga surface na madalas hawakan tulad ng mga hawakan ng pinto, mesa, countertop, telepono, keyboard, switch ng ilaw, hawakan, kubeta, at gripo.
- Hikayatin ang mga mag-aaral, guro, at tauhang panatilihing malinis ang kanilang mga personal na gamit (hal., mga cell phone, iba pang electronics) at personal na lugar para sa trabaho at tirahan. Hikayatin ang mga mag-aaral, guro, at tauhang gumamit ng disinfectant wipes sa pagpupunas ng mga desk, kagamitan sa laboratoryo, at iba pang gamit at surface na ginagamit din ng ibang tao bago nila gamitin ang mga ito.



- ***Pareho lang sa mga ginagamit sa regular na paglilinis ang mga ginagamit na panlinis at disinfectant*** kapag naglilinis pagkatapos ng paggamit ng taong pinaghihinalaan o kumpirmadong may COVID-19, pero kasama rito ang mga sumusunod na hakbang:
  - Buksan ang mga bintana at gumamit ng mga fan para dagdagan ang sirkulasyon ng sariwang hangin sa mga lugar na lilinisin.
  - Maghintay nang 24 na oras o hanggang sa kailangan bago maglinis at mag-disinfect. Inirerekomenda ng CDPH na maghintay nang kahit 1 oras man lang.<sup>1</sup>
  - Linisin at i-disinfect ang lahat ng surface sa mga lugar na ginamit ng may sakit na tao, kabilang ang mga electronic na kagamitan tulad ng mga tablet, touch screen, keyboard, at remote control. I-vacuum ang espasyo kung kailangan.
- Para sa mga detalye, sumangguni sa mga alituntunin ng CDC tungkol sa “Paglilinis at Pag-disinfect ng Iyong Pasilidad (Cleaning and Disinfecting Your Facility)” sa <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html> at sa mga alituntunin ng CDC para sa paglilinis ng mga paaralan at pasilidad ng komunidad sa <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html#Cleaning>

## Mga partikular na sitwasyon

Pag-isipang regular na bumisita sa <https://www.sfcdcp.org/covid19> dahil madalas magdagdag rito ng na-update na content. Ang nauugnay na content para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ay posibleng kabilangan ng gabay sa mga pasilidad para sa pagkain at manggagawa sa paghahatid ng pagkain, pagtitipon para sa pananampalataya, pakikisalamuha sa iba, sasakyan para sa transportasyon, mga taong walang matirhan, at gabay sa muling pagbubukas para sa ilang partikular na sektor ng negosyo, gaya ng mga pasilidad ng retail at opisina. Bagama't posibleng hindi pahintulutan ang mga aktibidad sa personal na pagtuturo sa isang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, puwedeng pahintulutan ang ibang personal na function sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon bilang mahalagang negosyo.

## Transportasyon

Dahil ang mga sasakyan ay maliliit na nakasaradong espasyo kung saan hindi magagawa ang physical distancing, maaaring maging lugar ang mga ito kung saan mataas ang panganib na mahawa ng COVID-19. Mas mababa ang panganib kapag nagbibisikleta o naglalakad kaysa sa pagsakay nang magkakasama sa mga sasakyan.

- Kung gumagamit ng mga sasakyan para sa transportasyon (hal., mga bus) ang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, dapat gawin ng mga driver ang lahat ng pagkilos at protocol para sa kaligtasan na iniaatas din sa ibang tauhan (hal., maghugas ng kamay, magsuot ng takip sa mukha na gawa sa tela). Para malinis at ma-disinfect ang mga bus, van, o iba pang sasakyan ng

---

<sup>1</sup> Mga Kalusugan sa Kalusugan ng Kalusugan ng Kalusugan ng Kalusugan ng Kalusugan ng Outpatient Healthcare Facility Infection para sa Suspect COVID-19 Pasyente (CDPH Outpatient Healthcare Facility Infection Control Recommendations for Suspect COVID-19 Patients <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/OutpatientHealthcareFacilityInfectionControlRecommendationsforSuspectCOVID19Patients.aspx>)



Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, tingnan ang gabay para sa mga operator ng bus. Dapat magbigay sa mga driver ng mga disinfectant na pamunas at disposable na guwantes masuportahan ang pag-disinfect ng mga surface na madalas hawakan sa buong araw.

- Mga Sasakyan ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon
  - Ang mga driver at pasahero ay dapat magsuot ng mga pantakip sa mukha na nagtatakip sa kanilang ilong at bibig, maliban na lang kung may dokumentadong medikal o sikolohikal na kontraindikasyon ang isang mag-aaral. Ang mga driver ay may supply dapat ng mga pantakip sa mukha kung sakaling makalimutan ng isang pasahero ang kanyang takip sa mukha.
  - Dapat umupo ang mga pasahero nang may layong 6 na talampakan mula sa driver.
  - Sagarin ang espasyong mailalaan sa pagitan ng mga pasahero.
  - Depende sa panahon at kung ligtas na gawin, panatiliing nakabukas ang mga bintana ng sasakyan kapag magagawa ito.
  - Dapat linisin at i-disinfect araw-araw ang mga bus. Dapat magbigay sa mga driver ng mga disinfectant na pamunas at disposable na guwantes para mapunasan nila ang mga surface na madalas na hinahawakan. Dapat linisin ang mga bus pagkatapos isakay ang sinumang indibidwal na may mga sintomas ng COVID-19.
- Pamublikong transportasyon: Magsuot ng mga pantakip sa mukha, magpanatili ng hindi bababa sa 6 na talampakang physical distancing hangga't maaari, at maglinis ng kamay pagkarating.
- Mga carpool at magkakasamang pagsakay: Abisuhan ang staff at pamilya na makipag-carpool sa parehong nagbabagong grupo ng mga tao. Buksan ang mga bintana at i-maximize ang sirkulasyon ng sariwang hangin kapag posible. Dapat ay may suot na pantakip sa mukha ang lahat ng nasasakyan.

## Mga Silid-aklatan

- Pinapahintulutan lang ng Utos sa Kalusugan ng San Francisco ang mga silid-aklatan na magbukas para sa pag-pick up sa curb/labas at pag-drop off ng mga item.
- Dapat magsuot ang mga tauhan at patron ng takip sa mukha, at dapat silang magpanatili ng hindi bababa sa 6 na talampakang pagitan sa isa't isa maliban kung para sa mga mabilisang pakikipag-ugnayan.
- Hindi puwedeng gamitin ang mga silid-aklatan para sa mga indoor na pagtitipon, pati ang mga espasyo para sa pag-aaral.

## Serbisyo sa Pagkain at Mga Dining Hall

*Partikular na mataas ang panganib na magkaroon ng hawahan ng COVID-19 kapag magkakasamang kumakain dahil kailangang alisin ng mga tao ang kanilang mga mask para makakain at makainom. Madalas na hinahawakan ng mga tao ang kanilang mga bibig kapag kumakain. Bukod pa rito, ang oras ng pagkain ay karaniwang itinuturing na oras para magkakasamang mag-usap na higit na nakakadagdag sa panganib, lalo na kung kailangang magsalita nang malakas ang mga mag-aaral para marinig.*





- Suriin at sundin ang kasalukuyang gabay ng SFDPH sa mga establisyimento para sa pagkain. Tiyaking nakakatanggap ng pagkain sa kani-kanilang unit ng pabahay ang mga indibidwal na nag-a-isolate at nagka-quarantine.
- Naglabas ang SFDPH ng [gabay para sa mga lugar ng congregate na pabahay](#) kung saan may sari-sariling kwarto o living quarters ang mga indibidwal pero iisa lang ang kanilang lutuan at kainan, kung saan may mga kasama sila na hindi bahagi ng kanilang sambahayan. Itinuturing na congregate na pabahay ang pabahay at kainan para sa mga mag-aaral, gaya ng mga dormitoryo at dining hall.
- Naglabas din ang SFDPH ng gabay para sa mga pasilidad para sa pagkain, outdoor na dining, at paghahatid ng pagkain. Bumisita sa <https://www.sfdcp.org/covid19> sa ilalim ng Mga Pasilidad para sa Pagkain at Mga Manggagawa sa Paghahatid ng Pagkain.
- Kumain sa labas sa halip na kumain sa mga cafeteria o dining room kapag posible. Ilagay ang mga pagkain sa magkakahiwalay na plato o bag. Huwag gumamit ng mga mesang may iba pang gumagamit o ng mga self-service na buffet.
  - Mas ligtas na kumain sa labas ng gusali kaysa sa looban. Maaaring may bubong ang mga kainan sa labas (hal. may tolda), hangga't hindi lalampas sa isang gilid ang sarado, at nabibigyang-daan sa sapat na pagdaloy ng hangin. Markahan ang mga lugar para sa pag-upo nang may distansyang 6 na talampakan.
- Tiyaking maghuhugas kaagad ng kamay ang mga mag-aaral at tauhan o gagamit kaagad sila ng hand sanitizer bago at pagkatapos kumain.
- Gumamit ng mga disposable na item para sa serbisyo sa pagkain (hal., mga kubyertos, pinggan). Kung hindi puwedeng gumamit ng mga disposable na item, o hindi kanais-nais na gumamit ng mga ito, tiyaking hahawakan ang lahat ng hindi disposable na item para sa serbisyo sa pagkain nang nakaguwantes, at na huhugasan ang mga ito gamit ang sabon at mainit na tubig, o sa isang dishwasher. Dapat maghugas ng kamay ang mga indibidwal bago sila magsuot at pagkatapos nilang magsuot ng guwantes, at pagkatapos na pagkatapos nilang humawak ng mga nagamit nang item para sa serbisyo sa pagkain.
- Tiyaking makakapagpanatili ka ng 6 na talampakang layo sa iba lalo na kapag kumakain ka. Kung kumakain sa loob, tiyaking hangga't maaari ay malayo ang mga indibidwal sa isa't isa.

## Mga Pasilidad para sa Kalusugan ng Mag-aaral

*Suriin at sundin ang kasalukuyang gabay ng SFDPH sa mga serbisyo para sa ambulatoryong pangangalaga. Mula Hunyo 16, 2020, sa ilalim ng [Health Directive 2020-20](#) (Direktiba sa Kalusugan 2020-20), pinapayagan na ang mga provider ng ambulatoryong pangangalaga, kasama ang Pagpapayo at Healing Arts, na magsagawa ng mga personal na regular na pagbisita, batay sa mga probisyon sa direktiba. Para sa mga provider ng mga serbisyo sa ambulatoryong pangangalaga ang pagpapayo at iba pang healing arts:*

- Regular na suriin ang mga pagbabago sa Utos sa Kalusugan na Manatiling Mas Ligtas sa Bahay at ang mga direktiba sa [www.sfdph.org/healthorders](http://www.sfdph.org/healthorders) at [www.sfdph.org/directives](http://www.sfdph.org/directives)
- Suriin nang mabuti at sundin ang [Health Officer Directive 2020-20 \(Ambulatory Care, Counseling, and Healing Arts\)](#) (Direktiba 2020-20 (Ambulatoryong Pangangalaga, Pagpapayo, at Healing Arts) ng Opisyal sa Kalusugan para matukoy kung paano naapektuhan ang iyong propesyon, at malaman ang mga kinakailangang pinakamahuhusay na kagawian para sa pagbibigay ng personal na pangangalaga.)



- Basahin ang [“Health Advisory: Required Best Practices for Reopening Ambulatory Care, Including Counseling and Other Healing Arts.”](#) (Kagawian para sa Muling Pagbubukas ng Ambulatoryong Pangangalaga, Kasama ang Pagpapayo at Iba Pang Healing Arts.)

Mayroon ding gabay ang SFPDH na partikular para sa [healthcare providers related to COVID-19 in San Francisco](#).

## Mga Tanggapan/Break Room ng Mga Tauhan

Karaniwang hindi itinuturing ng mga tauhan ang kanilang mga sarili at mga kasamahan nila bilang mga pinagmumulan ng impeksyon, at nakakalimutan nilang magsagawa ng mga pag-iingat kasama ang mga katrabaho, lalo na sa panahon ng pakikisalamuha tulad ng mga break o tanghalian, kapag nasa copy room, kapag tumitingin ng mga mailbox, atbp.

- Mag-set up ng mga workspace para sa mga tauhan para hindi sila nagtatrabaho nang may distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa.
- Pag-isipan ang mga virtual na meeting gamit ang mga app para sa mga meeting ng mga tauhan, kahit na nasa campus ang lahat ng tauhan.
- Magpaskil ng paunawang nagpapaalala sa mga tauhan na magpanatili ng distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa, panatilihing nakasuot ang kanilang mga facemask maliban na lang kung kakain, maghugas ng kamay bago at pagkatapos kumain, at na i-disinfect ang kanilang lugar pagkatapos itong gamitin.
- Pigilan ang mga tauhan na kumain nang magkakasama lalo na kapag nasa loob. Pag-isipang gumawa ng pribadong lugar sa labas kung saan maaaring kumain at magpahinga ang mga tauhan.
- Buksan ang mga bintana at pinto para ma-maximize ang bentilasyon kapag posible lalo na kung kumakain ang mga tauhan o kung malapit nang umabot sa maximum na pinapayagang bilang ng tao ang kwarto.

## Pagkanta bilang Grupo/Chorus, Mga Instrumentong Pangmusika

- Iwasan ang grupong kantahan. Suspindihin ang choir at mga wind instrument (banda). Mas mataas ang panganib na mahawa ng COVID-19 mula sa mga aktibidad na ito dahil sa mas malalaking bilang ng mga nabubuong respiratory droplet. Pinapayagan ang mga percussion at string instrument.
- Maaaring pahintulot ang isang indibidwal (walang iban mag-aaral o gurong kasama) na kumanta o gumamit ng mga instrumentong pangmusika sa mga nakatuong indoor na lugar kung mayroon. Tingnan ang seksyon sa itaas tungkol sa “Aling mga programa ang puwedeng mag-alok ng personal na pagtuturo?” para sa higit pang detalye.

## Sports sa Kolehiyo at Mga Aktibidad para sa Fitness

*Mas malaki ang posibilidad ng transmisyon kapag nag-eehersisyo dahil sa potensyal ng malapitang pakikisalamuha at mas madalas na paghinga. Kakailanganin ng sports sa kolehiyo ng espesyal na pagsasaalang-alang. Pakitingnan ang gabay ng estado kaugnay ng sports sa kolehiyo sa <https://files.covid19.ca.gov/pdf/guidance-higher-education--en.pdf>*



- Suriin at sundin ang kasalukuyang gabay ng SFDPH sa mga indoor na gym. Alinsunod sa Mga Utos sa Kalusugan ng San Francisco, mula pa noong Hunyo 30, 2020, hindi pa pinapayagan ang mga gym at fitness center na tumakbo. Maghintay ng higit pang gabay.
- Pinapayagan ang ilang partikular na outdoor na aktibidad para sa fitness. Bumisita sa <https://www.sfdcp.org/covid19> sa ilalim ng Mga Negosyo at Employer para sa gabay na “Mga Outdoor na Grupo para sa Fitness.”
- Hindi pinapahintulutan ang panlibangang contact sports kung saan mula sa magkakaibang sambahayan ang mga kasaling nasa hustong gulang.
- Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na gustong magpatuloy sa mga programa ng sports sa kolehiyo, pati sa mga organisadong pagsasanay, laro, o tournament sa San Francisco ay inaatasang humingi ng paunang nakasulat na pahintulot mula sa SFDPH. Para sa higit pang impormasyon tungkol sa proseso ng pagpapahintulot, pakibasa ang “[Health Order No. C19-07g – Appendix C-1: Additional Businesses Permitted to Operate](#)” (Utos sa Kalusugan Blg. C19-07g – Appendix C-1: Mga Karagdagang Negosyong Pinapayagang Magpatakbo.)

### Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo

Maaaring kailangan ng karagdagang tulong para sa mga mag-aaral para ligtas na makadalo sa klase. Halimbawa, ang isang mag-aaral na hindi kayang tiising magsuot ng pantakip sa mukha dahil sa medikal o developmental na kundisyon ay maaaring mangailangan ng mesang may mga clear na screen o barrier para sa privacy.

### Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral

- Magtalaga ng mga kwarto para sa pag-isolate para sa mga indibidwal na may mga sintomas ng COVID-19, at sumangguni sa mga pamamaraan ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon para sa pangangasiwa ng mga may sakit na may mga sintomas ng posibleng COVID-19.
- Dapat magsabi sa kanilang supervisor ang mga tauhang magkakasakit habang nasa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, at dapat silang umalis sa trabaho sa lalong madaling panahon. Dapat hikayatin ang mga tauhang magpasuri sa lalong madaling panahon.
- Buksan ang mga bintana sa mga lugar na ginamit ng taong may sakit upang dagdagan ang sirkulasyon ng sariwang hangin. Isara ang mga lugar na iyon sa lalong madaling panahon, hanggang sa maaari nang linisan o i-disinfect ang mga ito.
- Dapat pauwiin ang mga mag-aaral na may mga sintomas. Dapat hikayatin ang mga mag-aaral na magpasuri sa lalong madaling panahon.
- Maghanap ng mga alternatibong lokasyon para sa mga klase na may mga regular na silid-aralan na nililinis o dini-disinfect.

### Kapag nagpositibo sa COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral

*Makipag-ugnayan sa **Hub ng Mga Paaralan at Childcare ng SFDPH** sa lalong madaling panahon. Tumawag sa (415) 554-2830 Pindutin ang 1 para sa COVID-19, pagkatapos ay pindutin ang 6 para sa Mga Paaralan, o mag-email sa [Schools-childcaresites@sfdph.org](mailto:Schools-childcaresites@sfdph.org)*



- Magbibigay ang SFDPH ng konsultasyon at gabay para matulungan ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon sa mga unang hakbang na matukoy ang mga indibidwal na naging close contact ng taong may COVID-19. Ang mga nailantad na indibidwal ay dapat abisuhan, alam kung paano magpasuri, at nauunawaan kung kailan sila makakabalik sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon, na karaniwan ay pagkalipas ng 14 na araw mula nang mailantad.
- Abisuhan ang lahat ng tauhan, pamilya, at mag-aaral na may indibidwal sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na nakumpirmang may COVID-19. Huwag ihayag ang pagkakakilanlan ng indibidwal, gaya ng iniaatas ng Americans with Disabilities Act, Family Education Rights, at Privacy Act.
- Tutulungan ng SFDPH ang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na tukuyin kung dapat bang isara ang silid-aralan, cohort, o institusyon. Mas maliit ang posibilidad na kailanganing isara ang buong institusyon para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na may mga cohort na mas maliit at mas stable. Malaki ang posibilidad na kailangang isara ang buong institusyon kung mayroong maraming kaso sa maraming cohort, o kung mayroong malaking bilang ng mga mag-aaral at tauhan ang apektado.
- Basahin ang dokumento ng gabay ng SFDPH na [Ang Dapat Gawin Kung Mayroong May COVID-19 sa Lugar ng Trabaho](#).
- Basahin ang mga dokumento ng gabay ng SFDPH na “Gabay sa Pag-isolate at Pag-quarantine: Mga Alituntunin para sa Pag-isolate at Pag-quarantine sa Bahay” at “Mga Madalas Itanong Tungkol sa Mga Direktiba ng San Francisco sa Pag-isolate at Pag-quarantine Kapag May Emergency sa Pampublikong Kalusugan para sa Publiko” sa <https://www.sfdcp.org/I&Q>
- Hindi puwedeng bumalik ang mga mag-aaral at tauhan sa Programa ng Mas Mataas na Edukasyon hangga't hindi sila nakakatugon sa mga pamantayan depende sa hanay ng kanilang edad:
  - Mga mag-aaral na may edad na 18 taon pataas: [Interim Guidance: Ending Isolation or Returning to Work for Those Who Have Confirmed or Suspected COVID-19](#). (Pansamantalang Gabay: Pagtatapos sa Pag-isolate o Pagbalik sa Trabaho para sa Mga May Kumpirmado o Pinaghihinalang COVID-19.)
  - Mga mag-aaral na wala pang 18 taong gulang: [“Mga Pagsusuri sa Kalusugan para sa COVID-19 sa Mga Programa para sa Mga Bata at Teenager”](#)

## Mga Resource

Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH)

- Mga Paaralan at Hub ng Childcare ng **SFDPH** para sa mga konsultasyon at gabay tungkol sa COVID-19 (415) 554-2830. Pindutin ang 1 para sa COVID-19, pagkatapos ay pindutin ang 6 para sa Mga Paaralan  
[Schools-childcaresites@sfdph.org](mailto:Schools-childcaresites@sfdph.org)
- Gabay tungkol sa COVID-19 para sa publiko, kasama na ang mga paaralan at employer  
<https://www.sfdcp.org/covid19>
  - [Mga Mas Ligtas na Pakikisalamuha sa Panahon ng COVID-19](#)
  - [Mga Negosyo at Employer](#)



- [Kung May Tao sa Lugar ng Trabaho na Magpositibo para sa COVID-19](#)
- [Pag-isolate at Pag-quarantine](#)
- [Pagtatapos ng Pag-isolate sa Bahay at/o Pagbalik sa Trabaho](#)
- [Gabay sa Muling Pagbubukas para sa Mga Negosyo at Employer](#)
- [Mga Lugar ng Congregate na Pamumuhay](#)
- [Mga Pasilidad para sa Pagkain at Manggagawa sa Paghahatid ng Pagkain](#)
- [Pagsusuri sa San Francisco](#)
- Mga [Orders](#) (Utos) at [Directives](#) (Direktibang) Inilabas ng Opisyal sa Kalusugan ng San Francisco Kaugnay ng COVID-19
- [Outreach Toolkit for Coronavirus](#) (*Outreach Toolkit para sa Coronavirus*). May mga poster at flyer tungkol sa physical distancing, hygiene ng kamay, mga face mask, mga screening para sa kalusugan, pagpapasuri, at iba pang paksa tungkol sa COVID-19

Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng California (California Department of Public Health, CDPH)

- [“COVID-19 Industry Guidance: Institutions of Higher Education”](#) (Gabay sa Industriya Kaugnay ng COVID-19: Mga Institusyon ng Mas Mataas na Edukasyon)

Mga Center para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

- [Gabay para sa Mga Kolehiyo, Unibersidad, at Mas Mataas na Pagkatuto](#)
- [Paglilinis at Pag-disinfect para sa Mga Pasilidad sa Komunidad](#)