



**Muling Pagbubukas ng Mga TK-12 na Paaralan para sa
Personal at On-Site na Pagtuturo
Paunang Gabay para sa Taong Pampaaralan 2020-2021**

Agosto 10, 2020

Ang sumusunod na gabay ay binuo ng Departamento ng Pamublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) para magamit ng mga lokal na paaralan, at ipo-post sa <http://www.sfdcp.org/covidschoolschildcare>.

AUDIENCE: Nalalapat ang gabay na ito sa mga pampubliko, pribado, at sektaryang TK-12 na paaralan sa San Francisco. Dapat suriin ng Mga Transitional Kindergarten (TK) na bahagi ng mga programa sa preschool o na hiwalay sa mga programa sa elementarya ang alituntunin ng SFDPH para sa mga programa ng childcare.

Buod ng Mga Pagbabago sa Gabay mula sa 7/8/2020 na Bersyon

Ipinapakita ng gabay ang mga panibagong kaalaman mula sa Departamento ng Pamublikong Kalusugan ng California

- Mas binigyang-diin ang nadagdagang mga istratahiya sa pagsusuri
- Panibagong kaalaman sa mga takip sa mukha
- Panibagong kaalaman sa bentilasyon at mga outdoor na kainan
- Nagdagdag na mga link sa mga karagdagang dokumento ng gabay ng SFDPH

LAYUNIN: Magbigay ng gabay sa mga kasanayan sa kalusugan at kaligtasan na kinakailangan para ligtas na maibalik ang personal na on-site na pagtuturo sa mga TK-12 na paaralan, kapag pinayagan na ng Opisyal sa Kalusugan ng San Francisco ang mga paaralan na muling magbukas.

BACKGROUND: Isinara ang mga TK-12 na paaralan sa San Francisco at inihinto ang personal na pagtuturo noong Marso 2020 dahil sa pangambang magkaroon ng hawahan ng COVID-19 sa mga paaralan. Magmula noon, mabilis na lumawak ang kaalaman natin tungkol sa COVID-19. Batay sa available na ebidensya, mukhang hindi mas malaki ang posibilidad ng mga bata na magkaroon ng COVID-19 kaysa sa mga nasa hustong gulang. Bagama't may ilang bata at sanggol nang nagkaroon ng COVID-19, mga nasa hustong gulang ang karamihan sa mga natukoy nang kaso sa kasalukuyan.

Mas naunawaan din natin kung paano kumakalat ang COVID-19 at kung paano mapipigilan ang transmision nito. May ebidensya na tayo ngayon na mabisang nakakatulong ang ilang partikular na pag-iingat na paliitin ang posibilidad na mahawa ng COVID-19. Sa tulong ng koordinasyon at iba't ibang epektibong pamamagitan, mababawasan natin ang posibilidad na magkaroon ng COVID-19 ang mga mag-aaral, kanilang mga pamilya, pati ang mga tauhang nasa hustong gulang na may mas malaking posibilidad, sa pangkalahatan, na makaranas ng mga hindi kanais-nais na epekto ng COVID-19 kaysa sa karamihan ng mga mag-aaral.

Ang mga rekomendasyon sa ibaba ay batay sa pinakamahasag na agham na available sa ngayon, at sa kasalukuyang dami ng nahawa ng COVID-19 sa San Francisco. Puwedeng magbago ang mga ito kapag may bagong napag-alaman at may nagbago sa lokal na transmision sa komunidad.



Mga Nilalaman

Mahahalagang Mensahe Para sa Mga Paaralan	2
Maghanda para sa muling pagbubukas	3
Mga pagsasaalang-alang sa tauhan	4
Mga pagsasaalang-alang sa mag-aaral	5
Mga istrategiya para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 sa mga paaralan.....	5
Pigilang makapasok ang COVID-19 sa paaralan	5
I-screen ang lahat ng pumapasok sa campus.....	5
Ipagbawal ang mga hindi kinakailangang bisita	6
Mga Hindi Pabago-bagong Cohort ng Mga Tauhan at Mag-aaral	6
Limitahan ang pagsasama-sama ng mga cohort, pati ang mga nakatalagang tauhan sa mga ito	7
Physical distancing.....	8
Sa silid-aralan	8
Sa labas ng silid-aralan.....	9
Mga takip sa mukha.....	9
Hygiene ng Kamay	11
Bentilasyon at Mga Outdoor na Espasyo	11
Limitahan ang paghihiraman.....	12
Paglilinis at Pag-disinfect	13
Mga partikular na sitwasyon.....	13
Transportasyon.....	13
Oras ng Pagdating at Uwian.....	14
Oras ng pagkain at meryenda	15
Mga Break Room ng Tauhan/Work Room ng Guro	15
Grupong Kantahan/Chorus, Banda, Sports, at Mga Field Trip	16
Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo.....	16
Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral	17
Kapag nagpositibo sa COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral	17
Mga Resource	18

Mahahalagang Mensahe Para sa Mga Paaralan

- **Tugunan ang transmisyon sa pagitan ng mga taong nasa hustong gulang, at kung bakit mga nasa hustong gulang ang pinagmumulan ng impeksyon.** Napag-alaman natin batay sa mga lugar ng childcare at summer camp na puwede ring mga tauhan ang dahilan para malantad sa COVID-19 sa isang pasilidad. Bagama't puwedeng magkaroon ng COVID-19 ang mga bata at posibleng makahawa sila ng mga nasa hustong gulang, mahalagang maunawaan na karaniwan lang na maipasa ang impeksyon sa pagitan ng mga nasa hustong gulang.



- **Mas mahalagang maiwasan ang transmisyon 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.
- **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 unibersal na takip sa mukha.** Mali na ipinagpapalagay ng mga tao na ligtas na sila kapag gumagamit sila ng PPE. Mas mahalaga ang pagdistansya sa isa't isa, mga barrier, at takip sa mukha sa pagpigil sa pagkalat ng COVID-19 sa mga paaralan.
- **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 pakikipag-ugnayan ng isang tao sa isang indibidwal na may COVID-19. Mas maliit ang panganib kung mas maikli at mas malayo ang mga pakikipag-ugnayan. Nakakatulong ang mga unibersal na takip sa mukha na bawasan ang panganib, at mas mababa ang panganib kapag nasa labas kaysa kapag nasa loob. Kasama sa iba pang salik 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).

Maghanda para sa muling pagbubukas

- Hindi pinapahintulutan ang mga K-12 na paaralan na magbukas sa kasalukuyan. Habang mas nauunawaan natin ang COVID-19, at walang kasiguraduhan sa lokal na transmisyon sa komunidad, patuloy na bubuo ang SFDPH at ang Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng California (California Department of Health, CDPH) ng mga landas tungo sa muling pagbubukas.
- Magtalaga ng tauhang liaison na nakatuon sa COVID-19 na maging nag-iisang taong makakaugnayan sa bawat paaralan para sa mga tanong o alalahanin tungkol sa mga kagawian, protocol, o potensyal na pagkakalantad. Magsisilbi ring liaison 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. Huwag pagsama-samahin ang mga tauhan na nasa magkakaibang grupo. Iwasang magkaroon ng harap-harapang kaunlaran ng mga tauhan, pulong, o team-building sa loob ng dalawang linggo bago magbukas ang paaralan.
 - Gumawa ng pangkalusugan at pangkaligtasang plano na naglalarawan sa gagawin ng paaralan para maipatupad ang mga kailangan sa gabay na ito at ang anumang nauugnay na direktiba o kautusan ng Opisyal ng Kalusugan. Ibahagi ang planong ito sa mga tauhan, pamilya, mag-aaral, at iba pang miyembro ng komunidad ng paaralan.



- Makipagtulungan sa SFPDH para makagawa ngistratehiya para sa pagsusuri sa pagsubaybay ng mga tauhan sa paaralan. Kasabay ng pagdami ng transmisyong sa komunidad, dapat bigyang-diin ng mga istrategiya sa pagsusuri ang pinaigting na pagsusuri ng mga tauhan sa paaralan 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 sa loob ng 2 buwan, kung saan sinusuri ang 25% ng mga tauhan kada 2 linggo, o sinusuri ang 50% kada buwan nang salitan.
- 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 paaralan.

Mga pagsasaalang-alang sa tauhan

- Protektahan ang mga tauhan lalo na ang mga tauhang mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19. Tingnan ang sfcdcp.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 pakikipag-ugnayan sa mga mag-aaral at tauhan).
 - Hindi dapat italaga ang mga hindi medikal na tauhang mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19 para tumukoy ng mga mag-aaral na hindi maganda ang pakiramdam o mag-monitor/mag-alaga ng mga mag-aaral na may sakit na naghihintay na masundo.
 - Unahing bigyan ng mga portable na plexiglass barrier o iba pang partisyon ang mga guro at iba pang tauhang nabibilang sa mga grupong mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19 o para sa mga taong kailangang direktang makipag-ugnayan sa maraming mag-aaral o mga taong nasa hustong gulang, tulad ng mga guro sa middle school at/o mataas na paaralan.
 - Isaalang-alang ang paggamit ng portable na plexiglass na barrier o ibang barrier, o gumamit ng malinaw na bintana para sa mga tauhan kapag nagsasagawa ng screening para sa mga sintomas ng COVID-19 (mga taong pumapasok sa paaralan, mag-aaral na hindi maganda ang pakiramdam).
 - 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, tulad ng mga guro ng mga mas batang mag-aaral sa elementarya. Kung limitado ang mga supply ng face shield, ibigay muna ang mga ito sa tauhan na nabibilang sa mga grupong mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19.
 - Tingnan ang iba pang seksyon sa ibaba kasama ang Bentilasyon at Mga Outdoor na Espasyo para sa mga karagdagang estruktural na pamamaraan para mabawasan ang mga panganib.



- 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 kapag dumami na ang mga nahahawa sa komunidad. Magbigay ng cross-training sa mga tauhan at magkaroon ng talaan ng mga kahaliling tauhang may training. Iwasang pagsama-samahin ang mga klase o grupo, na nagpapalaki sa panganib at sa posibilidad na magkaroon ng mga mas malawakang impeksyon. Maging handa sa pagbibigay ng malayuang pagkatuto sa mga mag-aaral na may mga gurong dapat manatili sa bahay dahil sa pagkakahawa ng o pagkakalantad sa COVID-19, at walang iba pang guro na makakapagturo.

Mga pagsasaalang-alang sa mag-aaral

- Isaprioridad ang mga mag-aaral na malamang na makakaranas ng pinakamalaking negatibong epekto mula sa kawalan ng kakayahang aktwal na makapasok, nang isinasalang-alang ang pagkamakatarungan (equity).
- Tiyaking may access sa pagtuturo ang mga mag-aaral pati ang mga mag-aaral na may mga kapansanan kapag wala sila sa klase, alinsunod sa iniaatas ng batas ng pederal at estado.
- Dapat mag-alok ang mga paaralan ng malayuang pagkatuto batay sa mga natatanging sitwasyon ng bawat mag-aaral na mailalagay sa panganib kung gagawing harap-harapan ang modelo ng pagtuturo. Halimbawa, ang mga mag-aaral na may kundisyon sa kalusugan, may mga kapamilyang may kundisyon sa kalusugan, at may kasama sa bahay o regular na nakikipag-ugnayan sa mga indibidwal na madaling mahawaan, o na tinatawag na “nasa panganib” ng mga magulang o tagapangalaga, ay mga mag-aaral na nasa mga sitwasyong nangangailangan ng malayuang pagkatuto.
- Huwag ibubukod ang mga mag-aaral mula sa aktwal na pagpasok dahil lang sa mga medikal na kundisyon gaya ng diabetes, hika, leukemia, at iba pang medikal na kundisyong maaaring lumubha, at mga autoimmune na sakit na maaaring maglagay sa kanila sa mas mataas na panganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19. Payagan ang medical team at pamilya ng bata na tukuyin kung ligtas na pumasok nang aktwal.

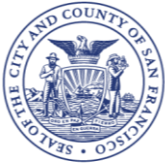
Mgaistratehiya para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 sa mga paaralan

Pigilang makapasok ang COVID-19 sa paaralan

I-screen ang lahat ng pumapasok sa campus

- Tanungin ang lahat ng taong pumapasok sa gusali o campus tungkol sa mga sintomas at pagkakalantad sa COVID-19, kabilang ang mga tauhan, mag-aaral, magulang/tagapangalaga, contractor, bisita, at opisyal ng gobyerno. Hindi kasama rito ang mga tauhang pang-emergency na tumutugon sa 9-1-1 na tawag.

Hindi dapat payagan sa campus ang mga nasa hustong gulang na may mga sintomas ng o nailantad sa COVID-19. Dapat pauwiin ang mga mag-aaral na may mga sintomas. Panatiliing nasa nakatalagang isolation room ang mga mag-aaral na naghihintay na masundo. (Tingnan ang “Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral”)



- Para sa mga detalye tungkol sa screening, sumangguni sa [COVID-19 Health Checks for Children and Youth](#) (Mga Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19 para sa Mga Bata at Teenager) (screening ng mag-aaral) at [Asking COVID-19 Screening Questions at Any Business, Organization or Facility](#) (Pagbibigay ng Mga Tanong Para sa Screening ng COVID-19 sa Anumang Negosyo, Organisasyon, o Pasilidad) (mga nasa hustong gulang)
- Maaari ding piliin ng mga paaralan na kailanganin ang pagkuha ng temperatura na gagawin sa paaralan o kaya sa bahay na gagawin ng mga magulang.
- Dapat manatili sa bahay ang mga tauhan at mag-aaral na may sakit.
- Dapat sumunod ang mga tauhan at mag-aaral sa Mga Utos sa Kalusugan ng San Francisco kaugnay ng pag-quarantine matapos lumabas ng San Francisco Bay Area. Pag-isipang hilingin sa mga tauhan at mag-aaral na manatili sa bahay nang 14 na araw bago sila bumalik sa paaralan pagkatapos nilang bumiyaha sa mga lugar na maraming may COVID-19, kahit hindi ito iniaatas ng mga utos sa kalusugan ng lokal o estado. Hindi ito naaangkop sa tauhan at mga bata na regular na nagko-commute sa paaralan mula sa mga lugar sa labas ng San Francisco.
- Hikayatin ang mga kapamilya ng mga mag-aaral at tauhan na may mga sintomas ng COVID-19 na magpasuri kaagad bago sila makahawa sa mga mag-aaral at tauhan.

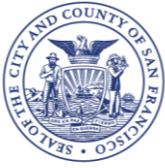
Ipagbawal ang mga hindi kinakailangang bisita

- Limitahan ang mga hindi kinakailangang bisita kabilang ang mga boluntaryo.
- Huwag magpapasok ng mga magulang at iba pang kapamilya sa paaralan. Huwag payagan ang mga kapamilya na pumasok sa mga silid-aralan at iba pang lugar para sa mga mag-aaral.
- Baguhin ang disenyo para sa mga paglilibot sa paaralan at open house para matugunan ang mga alituntunin para sa laki ng grupo, screening, physical distancing, mga pantakip sa mukha, hygiene ng kamay, at paglilinis at pag-disinfect. Huwag payagan ang mga paglilibot kapag may mga mag-aaral. Magkaroon ng talaan ng lahat ng taong nasa paaralan.

Mga Hindi Pabago-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 nakaka-ugnayan nila sa bawat araw. Kung posible, dapat pag-isipang liitan ang size ng mga klasempara mas mapababa ang posibilidad na malantad, pero dapat itong isaalang-alang batay sa magiging gastusin/benepisyong nito, at gawin sa patas na paraan.

- Para sa mga paaralang elementarya, panatilihin nasa hindi pabago-bagong cohort ng silid-aralan ang mga mag-aaral (hindi mas malaki sa karaniwang laki ng klase para sa bawat kaukulang baitang) na pareho lang ang (mga) guro para sa buong araw.
- Para sa mga middle school at mataas na paaralan, pinapayagan ang mas malalaking cohort na binubuo ng mga mag-aaral mula sa higit sa isang silid-aralan. Hangga't maaari, panatilihin ang maliit ang mga cohort, habang tinitiyak na hindi nakabukod-bukod ang mga cohort ayon sa lahi/etnisidad o socioeconomic na antas. 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.



- Pag-isipan ang mga block na iskedyul o iba pang iskedyul na may mas mahahabang klase at mas kaunting mga subject kada araw para mabawasan ang bilang ng mga mag-aaral na nakaka-ugnayan ng guro sa bawat araw. Makakatulong din ito na mabawasan ang mga pagkakataon na magkahalo-halo ang mga mag-aaral sa mga pasilyo kapag lumilipat ng klase. Kung nakapili na ng block na iskedyul, hindi dapat magbago ang mga cohort nang mahigit sa isang beses sa loob ng 3-4 na linggo.
- Dapat idokumento ng mga tauhan ng paaralan ang mga pagbisita sa mga silid-aralan na hindi bahagi ng kanilang cohort. Pag-isipang maglagay ng sign-in sheet/talaan sa pinto ng silid-aralan.

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

- I-stagger ang mga iskedyul para sa pagdating/pag-uwi, recess, at tanghalian para maiwasan ang paghahalo-halo ng mga cohort.
- Magtalaga ng mga partikular na ruta para sa pagpasok at paglabas sa campus para sa bawat cohort gamit ang maraming entrada/labasan hangga't maaari.
- Bawasan ang paggalaw ng mga mag-aaral sa mga pasilyo
Mga halimbawa ng mgaistratehiya para mapanatiling walang tao sa mga pasilyo:
 - Kung posible, magtakda ng maliit na hindi pabagu-bagong hanay ng mga guro na magpalipat-lipat ng silid-aralan para sa iba't ibang asignatura habang nananatili sa silid-aralan ang mga mag-aaral.
 - 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.
 - Magtalaga ng magkakatabing silid-aralan sa mga gurong nasa iisang cohort para mabawasan ang distansyang nilalakad ng mga mag-aaral sa pagitan ng mga klase.
 - Kasalukuyang ipinagbabawal ang mga pagtitipong mas malaki sa isang cohort (ibig sabihin, mga asamblea sa paaralan, mga pagtatanghal, pagpupulong sa umaga).



Physical distancing

- Hangga't maaari ang mga tauhan sa mga paaralan ay dapat magpanatili ng 6 na talampakang distansya mula sa iba pang taong nasa hustong gulang.
 - 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.
 - Isaalang-alangang mga virtual na pagpupulong gamit ang mga app para sa video conferencing para sa mga pagpupulong ng magulang at guro at pagpupulong ng mga tauhan, kahit na nasa campus ang lahat ng tauhan.
- Kapag posible, dapat magpanatili ang mga tauhan ng distansyang 6 na talampakan mula sa mga mag-aaral.
- Isaalang-alang ang mga paraan para mapaghiwa-hiwalay ang mga mag-aaral sa pamamagitan ng iba pang paraan kung posible, gaya ng: anim na talampakang pagitan sa mga desk kung puwede, partiyon sa pagitan ng mga desk, pagmamarka sa sahig ng mga silid-aralan para ipaalalang dapat dumistansya sa isa't isa, o ayusin ang mga desk sa paraang mababawasan ang harapang pakikipag-ugnayan.
 - Isaalang-alang na baguhin ang pagkakaayos ng mga kagamitan at espasyo para sa paglalaro para mapanatili ang pagdistansya.
 - Isaalang-alang na gumamit ng iba pang lugar sa campus tulad ng mga cafeteria at bulwagan para sa pagtuturo para magkaroon ng mas malawak na espasyo.
 - Kahit na may mga limitasyon sa espasyo, dapat ay 6 na talampakan ang distansya ng mga mesa ng mga tauhan mula sa mga mesa ng mag-aaral.
- Paaralang elementarya: Sa panahon ng mga panggrupong aktibidad, paglalaro, at recess, maaaring luwagan ang physical distancing para sa mga mag-aaral sa mga stable na cohort sa silid-aralan na may suot na mga pantakip sa mukha. Kapag nasa labas o nasa mga pampublikong espasyo, dapat isaprioridad ang pag-iwas sa mga pakikipag-ugnayan sa **pagitan** ng mga cohort kaysa sa paglayo ng mga mag-aaral sa isang cohort.
- Middle school at mataas na paaralan: Mas mahalaga ang physical distancing ng mga mag-aaral kapag ang mga cohort ng mag-aaral ay mas malaki kaysa sa isang klase, o kung may mga pagpapalipat-lipat na nangyayari sa pagitan ng mga cohort.

Sa silid-aralan

- Iharap ang mga mesa sa iisang direksyon para hindi nakaupo ang mga mag-aaral nang nakaharap sa isa't isa.
- Kapag kailangan ng mga mag-aaral na umupo nang may distansyang mas maikli sa 6 na talampakan mula sa isa't isa,
 - Pag-isipang gumamit ng mga privacy board o malinaw na screen



- Paupuin ang mga mag-aaral sa parehong upuan kung saan sila umuupo kapag posible. Iwasang baguhin ang mga dati na nilang puwesto nang mahigit sa isang beses kada 3-4 na linggo, maliban na lang kung kailangan para sa kaligtasan o kapakanan ng mag-aaral. Kung lilipat ng silid-aralan ang mga cohort para sa iba't ibang asignatura, subukang panatilihin ang dati nilang puwesto sa lahat ng klase.
- Magpatupad ng mga pamamaraan para sa pagpapasa ng mga takdang-aralin para mabawasan ang pakikipag-ugnayan.

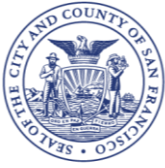
Sa labas ng silid-aralan

- Limitahan ang bilang ng mga taong gumagamit 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.
- 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.
- Isaalang-alang na ihinto ang paggamit ng mga locker sa mga pasilyo at iba pang pampublikong espasyo. Kung gagamitin ang mga ito, tiyaking may 6 na talampakang distansya sa pagitan ng mga mag-aaral na nag-a-access ng mga locker.
Halimbawa: Magtalaga ng mga locker para mabigyan ng mga locker na may distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa ang mga mag-aaral sa parehong cohort, at i-stagger ang mga oras ng pag-access sa locker sa pagitan ng mga cohort.
- Kapag pinapayagan ang sports o physical education sa mga direktiba ng Opisyal sa Kalusugan, isaalang-alang na suspindihin ang pangangailangang magsuot ng uniporme para sa Physical Education (PE) para hindi na kailanganin ng mga mag-aaral na gamitin ang locker room para magpalit. Para sa higit pang impormasyon tungkol sa pag-eehersisyo, tingnan ang Bentilasyon at Mga Outdoor na Espasyo sa ibaba. Tingnan din ang seksyong Pagkanta ng Grupo/Chorus, Banda, at Sports sa ibaba para sa karagdagang mahalalagang pag-iingat.

Mga 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.

- Ang lahat ng nasa hustong gulang at batang nasa ikatlong baitang 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. Kasama na rito ang mga miyembro ng pamilya at tagapangalaga na naghahatid o nagsusundo ng mga bata.
- Dapat magsuot ng mga pantakip sa mukha ang mga batang 2-9 na taong gulang hangga't maaari kapag nasa pampublikong lugar, alinsunod sa Utos sa Kalusugan ng San Francisco (SF), halimbawa, kapag naglalakad sa isang kalapit na parke o kapag nasa labas ng pasilidad sa lugar-hatiran o sunduan (drop-off o pick-up). Lalong mahalaga ang mga pantakip sa mukha sa drop-off upang protektahan ang tauhan na gumagawa ng screening sa mga bata para sa mga sintomas ng COVID-19 o nagsusuri ng temperatura.
- Dapat gumamit ng mga pantakip sa mukha ang mga batang 2-9 na taong gulang hangga't maaari sa mga sumusunod na sitwasyon:



- Sa mga panggrupong aktibidad o oras ng paglalaro kapag hindi nagsasagawa ng physical distancing ang mga bata, lalo na kapag nasa loob ng gusali.
- Sa mga sitwasyon kung saan maaaring maka-ugnayan ng mga bata ang tauhan at mga bata mula sa iba pang cohort, halimbawa, sa drop-off at pick-up, at sa mga daanan, banyo at palaruan sa labas.
- Dapat magsuot ng takip sa mukha kung magkakasakit ang bata pagkarating niya at naghihintay siya ng sundo (at hindi tulog). Hindi kasama rito ang mga mag-aaral na may mga dokumentadong medikal o sikolohikal na kontraindikasyon sa mga pantakip sa mukha. Dapat ipuwesto ang kanilang upuan nang may distansyang 6 na talampakan mula sa iba pang mag-aaral, kapag posible itong gawin nang hindi ipinapahiya o nagdudulot ng stigma sa mag-aaral.
- Pinapayagan ang mga tauhang may dokumentadong medikal na kontraindikasyon sa pantakip sa mukha na magsuot ng face shield na may tela sa ibaba na nakasukok sa damit.
https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/Guidance-for-Face-Coverings_06-18-2020.pdf
- 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.
- Hindi dapat ibukod sa klase ang mga mag-aaral na exempted mula sa pagsusuot ng takip sa mukha na nasa ikalawang baitang pababa, o na may mga developmental delay, kung hindi sila palaging makakapagsuot ng takip sa mukha. Patuloy silang hikayatin at paalalahanang isuot ang kanilang pantakip sa mukha.
- Dapat ibukod ng mga paaralan sa campus ang mga mag-aaral na nasa ikatlong baitang pataas kung hindi sila exempted mula sa pagsusuot ng takip sa mukha at ayaw nilang isuot ang ibinibigay ng paaralan. Dapat maging makatuwiran at patas ang mga paaralan sa pagpapasya kung magbukod sila ng mga mag-aaral. Dapat lang pag-isipang magbukod ng mga mag-aaral kapag naisaalang-alang na nang mabuti ang mga natatanging sitwasyon ng bawat indibidwal na mag-aaral at nagawa na ang lahat para maisulong ang pagsusuot ng takip sa mukha. Dapat bigyan ng takip sa mukha ng mga paaralan ang mga mag-aaral na makakalimot magdala nito sa paaralan. Dapat mag-alok ang mga paaralan ng mga alternatibong oportunidad sa pagkatuto para sa mga mag-aaral na nakabukod sa campus.
- Isaprioridad ang pagsusuot palagi ng mga pantakip sa mukha kapag nasa mga pasilyo, banyo, at iba pang lugar kung saan maaari silang makasalubong ng mga tauhan at mag-aaral mula sa iba pang silid-aralan. Isaprioridad din ang pagpapasuot ng mga pantakip sa mukha para sa mga mas batang mag-aaral sa panahong maluwag ang physical distancing.
- Tingnan ang seksyong Pagkanta ng Grupo/Chorus, Banda, at Sports sa ibaba para sa karagdagang mahalalagang pag-iingat.
- 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 nakasukok sa damit, kung nakakaabala ang pantakip sa mukha sa kanilang kakayahang mag-asikaso ng mga mag-aaral. Maaari ding gumamit ng malinaw na mask o malinaw na portable na barrier tulad ng plexiglass barrier. Sa pangkalahatan, ang barrier ang pinakamahusay na 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. Walang patunay na nakakatuong ang mga face shield na hindi makahawa ng iba ang may suot nito.



- Isaalang-alang na 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.

Hygiene ng 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 iskedyl para sa mga tauhan at mag-aaral sa lahat ng baitang 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 <http://eziz.org/assets/docs/IMM-825.pdf>

Bentilasyon at Mga Outdoor na Espasyo

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

- Gawin sa labas ang maraming aktibidad kung posible, lalo na ang pagmemeryenda/pagkain at mga aktibidad na nagdudulot ng mas maraming respiratory droplet gaya ng aktibong pag-eehersisyo. Iwasang kumanta (tingnan ang nasa ibaba).
 - Pag-iba-ibahin ang oras ng paggamit sa mga espasyo sa labas upang maiwasang magkahalo-halo ang mga cohort. Kung sapat na malaki ang espasyo sa labas, subukang magtalaga ng hiwa-hiwalay na lugar para sa bawat cohort.
- 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, isaalang-alang ding iwanan ang mga pinto nang bahagyang 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 palakihin 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 kwarto. 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 pagpapalaki nang labis ng sariwang hangin para sa COVID-19. Upang gawing mas mabisa ang filter, maaaring kailanganin ng mga malakihang pagpapabuti 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.

- Limitahan ang paggamit ng kagamitan sa palaruan na ginagamit din ng iba at pumili ng mga aktibidad na hindi kailangang gaanong humawak sa mga surface na hinahawakan din ng iba.
 - Kung ginamit ito, kailangan lang ng regular na pagmementina ng mga outdoor na palaruan/natural na lugar para sa paglalaro. Tiyaking maghuhugas o magsa-sanitize ang mga bata ng kanilang mga kamay bago at pagkatapos gamitin ang mga espasyong ito. Kapag isinasapriyordad ang hygiene ng kamay, hindi kailangan ng paglilinis at pag-disinfect sa pagitan ng mga cohort.

Limitahan ang paghihiraman

- Isaalang-alang na suspindihin o baguhin ang paggamit ng mga resource sa lugar kung saan kailangang maghiraman o humawak ng mga item. Halimbawa, isaalang-alang na suspindihin ang paggamit ng mga drinking fountain, at sa halip ay isulong ang paggamit ng mga reusable na bote ng tubig.
- Tingnan ang Seksyong Mga Meal at Meryenda sa ibaba para sa karagdagang mahahalagang pag-iingat.
- Hangga't maaari, limitahan ang paghihiraman ng mga art supply, manipulative, at iba pang materyal na madalas na hinahawakan. Kung posible, bigyan ng sariling set ng mga supply ang bawat mag-aaral. Ilagay sa magkakahiwalay at may personal na label na kahon o cubby ang mga supply at pagmamay-ari ng 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 Ahensya para sa Proteksyon ng Kapaliqiran \(Environmental Protection Agency, EPA\)](#) 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.
- May pagkakaiba ba ang regular na paglilinis at “deep cleaning” para sa COVID-19? Posibleng makalito ang salitang “deep cleaning,” at hindi ginagamit ng Mga Center para Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) ang terminong ito.
 - 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.
 - **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 lang.¹
 - 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 “Cleaning and Disinfecting Your Facility” (Paglilinis at Pag-disinfect ng Iyong Pasilidad) 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>

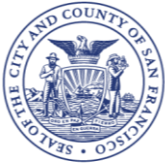
Mga partikular na sitwasyon

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.

- Mga School Bus

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



- Isalang-alang na mag-screen ng mga mag-aaral para sa mga sintomas ng at pagkakatamad sa COVID-19 bago sila payagang sumakay.
- 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 mag-aaral ang kanyang pantakip sa mukha.
- Dapat umupo ang mga mag-aaral sa puwestong may distansyang 6 na talampakan mula sa driver.
- Sagarin ang espasyong mailalaan sa pagitan ng mga mag-aaral. Maaaring umupo nang magkatabi ang mga mag-aaral na nakatira sa iisang bahay. Paupuin ang mga mag-aaral sa parehong upuan kung saan sila umuupo kapag posible.
- Depende sa panahon at kung ligtas na gawin, panatilihing 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.
- Pampublikong transportasyon: Sa pamamagitan ng naka-stagger na oras ng pasukan, magagawa ng mga mag-aaral at tauhan na gumamit ng pampublikong transportasyon sa oras na mas kaunti ang tao. Makakabawas ito sa panganib na mailantad sa sakit. Makakatulong din itong matugunan ang mga isyu tungkol sa equity na nauugnay sa mga balakid sa pagpunta sa paaralan.
- Mga carpool at magkakasamang pagsakay: Abisuhan ang mga tauhan at pamilya na makipag-carpool sa parehong matatag na grupo ng mga tao. Buksan ang mga bintana at i-maximize ang sirkulasyon ng sariwang hangin kapag posible. Dapat magsuot ng takip sa mukha ang lahat ng nasa sasakyan.

Oras ng Pagdating at Uwian

Kung magtitipon-tipon at makikipag-ugnanay ang mga mag-aaral at magulang/tagapangalaga mula sa iba't ibang bahay sa oras ng pagdating at pag-uwi, nagkakaroon ng oportunidad na kumalat ang COVID-19 sa komunidad ng paaralan.

- Huwag pagsabay-sabayin ang oras ng pagdating at uwian para mabawasan ang pakikipag-ugnayan, at gumamit ng iba't ibang entrada/labasan para sa bawat cohort.
- Markahan ang mga espasyo nang may distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa para sa mga mag-aaral na naghihintay na makapasok sa gusali at para sa mga nasa husting gulang na naghihintay na makapagsundo ng mga mag-aaral. Magpaskil ng mga paunawa para mapaalalahanan ang mga miyembro ng pamilya na magpanatili ng distansyang 6 na talampakan mula sa mga taong mula sa iba pang bahay kapag inihahatid o sinusundo ang kanilang estudyante.
- Kailangan ang mga pantakip sa mukha para sa mga adult na personal na naghahatid o nagsusundo ng mga bata. Bigyan ng takip sa mukha ang mga kapamilyang nakalimot na magdala.



Oras ng pagkain at meryenda

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.

- Kumain sa mga silid-aralan ng cohort o 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 ang sapat na pagdaloy ng hangin. Magtalaga ng kainan para sa bawat klase, at markahan ang mga lugar kung saan uupo ang mga mag-aaral nang may distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa. Kapag walang minarkahang espasyo, uupo ang karamihan ng mga mag-aaral nang mas malapit sa isa't isa.
- I-stagger ang oras ng tanghalian para ma-maximize ang paggamit ng espasyo sa labas at mapigilan ang paghahalo ng mga cohort.
- Isaalang-alang na ipadala ang mga pagkain sa silid-aralan o sa kainan sa labas sa halip na papuntahin sa cafeteria ang mga mag-aaral para sa mga pagkain.
- Tiyaking maghuhugas kaagad ng kamay ang mga mag-aaral at tauhan o gagamit kaagad sila ng hand sanitizer bago at pagkatapos kumain. Partikular na pagtuunan ng pansin ang mga batang mag-aaral na malamang na kakain gamit ang kanilang mga kamay o na susubo o didila ng kanilang mga kamay.
- Isaalang-alang na simulan ang tanghalian sa oras para sa tahimik na pagkain, na susundan ng oras para sa pakikipag-usap, para mapigilan ang pagsasalita habang hindi nakasuot ang mga mask.
- Partikular na maging alisto sa pagpapanatili ng distansyang 6 na talampakan mula sa mga mag-aaral at sa pagtiyak na nananatiling may distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa ang mga mag-aaral kapag hindi nakasuot ang mga mask ng mga mag-aaral para makakain. Kung kumakain sa silid-aralan, tiyaking hangga't maaari ay malayo ang distansya ng mga mag-aaral mula sa isa't isa.
- Linisin at i-disinfect ang kainan sa pagitan ng magkaibang klase. Hindi kailangang i-disinfect ang mga bangketa at aspalto.

Mga Break Room ng Tauhan/Work Room ng Guro

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 pakikipag-ugnayan tulad ng mga break o tanghalian, kapag nasa copy room, kapag tumitingin ng mga mailbox, atbp.

- Ipaskil ang maximum na bilang ng mga tao sa loob ng mga kuwarto ng mga tauhan batay sa distansyang 6 na talampakan. Markahan ang mga lugar kung saan uupo o tatayo ang mga tauhan nang may distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa.



- 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.

Grupong Kantahan/Chorus, Banda, Sports, at Mga Field Trip

- 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.
- Mas malaki ang posibilidad ng transmisyong kapag nag-eehersisyo dahil sa potensyal ng malapitang pakikipag-ugnayan at mas madalas na paghinga. Kakailanganin ng sports para sa kabataan ng espesyal na pagsasaalang-alang. Pakitingnan ang gabay ng estado kaugnay ng Sports para sa Kabataan sa <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Youth-Sports-FAQ.aspx>.
- Hindi pinapayagan ang mga field trip sa kasalukuyan dahil sa potensyal na mas maraming mahawaan. Manatiling updated sa gabay ng estado at lokal

Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo

- Dapat matugunan ang mga tulong at kaugnay na serbisyo para sa special education, mga kapansanan sa pagkatuto, at mga medikal na kundisyon kahit na magkakaroon ng mga pagpapalipat-lipat sa pagitan ng mga cohort dahil dito. Subaybayan ang mga batang nangangailangan ng karagdagang suporta sa pagpapanatili ng physical distancing, pagsusuot ng pantakip sa mukha, o paghuhugas ng kamay.
- 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 malinaw na screen o barrier para sa pagiging .
- Ang mga nurse at therapist na hindi mga empleyado ng paaralan ngunit nag-aasikaso ng mga mag-aaral sa mga paaralan, tulad ng mga occupational therapist at physical therapist, ay itinuturing na mga essential na tauhan at dapat silang payagan sa campus para makapagbigay ng mga serbisyo.
 - Kapag pansamantalang hindi makakapasok sa paaralan ang mga mag-aaral dahil sa pagkakahawa ng o pagkakalantad sa COVID-19, isaalang-alang na mag-set up ng mga telehealth na video session para sa therapy.



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

- Magtalaga ng mga isolation room para sa mga mag-aaral na may mga sintomas ng COVID-19, at sumangguni sa mga pamamaraan ng kanilang paaralan para sa pag-aasikaso ng mga mag-aaral na may COVID-19.
- Dapat magsabi sa kanilang supervisor ang mga tauhang magkakasakit habang nasa paaralan, at dapat silang umalis sa trabaho sa lalong madaling panahon. Dapat hikayatin ang mga tauhang magpasuri sa lalong madaling panahon. Ang gabay ng SFDPH tungkol sa kung kailan maaaring bumalik sa trabaho ang mga empleyadong may COVID-19 ay makikita sa <https://sfdcp.org/rtw>.
- Dapat pauwiin ang mga mag-aaral na may mga sintomas. Dapat hikayatin ang mga mag-aaral na magpasuri sa lalong madaling panahon. Hindi puwedeng bumalik ang mga mag-aaral sa paaralan hangga't hindi nila natutugunan ang mga pamantayan sa "Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19 para sa Mga Bata at Teenager." May available na handout para sa magulang na tinatawag na "*For Parents and Guardians: COVID-19 Health Checks for Children and Youth/ If Your Child Has Symptoms*" (*Para sa Mga Magulang at Tagapangalaga: Mga Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19 para sa Mga Bata at Teenager / Kung May Mga Sintomas ang Iyong Anak*) Ang parehong dokumento ay nasa <http://sfdcp.org/covidschoolschildcare>.
 - Panatilihin ang mga mag-aaral na naghihintay na masundo sa isang nakatalagang isolation room, mas mainam kung sa lugar na hindi pinapasukan o dinaraan ng ibang tao. Tiyaking papanatilihin ng mga mag-aaral ang kanilang mga takip sa mukha.
 - Kapag may dumating na magulang o tagapag-alaga para sunduin ang isang mag-aaral, palakarin ang mag-aaral palabas para kitain siya kung posible sa halip na payagan ang magulang o tagapag-alaga na pumasok sa gusali. Dahil posibleng nahawa sa magulang o iba pang nasa hustong gulang sa bahay ang mga batang may COVID-19, posibleng may COVID-19 din ang magulang.
- Hikayatin ang mga kapamilya ng mga mag-aaral at tauhan na may mga sintomas ng COVID-19 na magpa-test kaagad bago sila makahawa sa mga mag-aaral at tauhan.
- Maghanap ng mga alternatibong lokasyon para sa mga klase na may mga regular na silid-aralan na nililinis o dini-disinfect.
- Magbukas ng mga bintana sa mga lugar na ginamit ng may sakit na tao para ma-maximize 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.

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

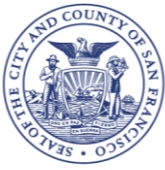
Tutulungan ng SFDPH ang paaralan na tukuyin kung kailangang isara ang silid-aralan, cohort, o paaralan. Mas maliit ang posibilidad na kailangang isara ang buong paaralan para sa mga paaralang may mga cohort na mas maliit at mas stable. Mas malaki ang posibilidad na kailanganing isara ang buong paaralan sa mga sitwasyon kung saan maraming kaso sa maraming cohort, o kung saan malaking bilang ng mga mag-aaral at tauhan ang apektado. Posibleng kailanganin ding isara ang buong paaralan kung hindi bababa sa 5 porsyento ng kabuuang bilang ng mga mag-aaral, guro, at tauhan ang maging kaso sa loob ng 14 na araw, depende sa laki at aktwal na layout ng paaralan.



- 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.
- Suriin ang dokumento ng gabay ng SFDPH na “What to do when someone has suspected or confirmed COVID 19: Quick Guide for Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth” (Ang dapat gawin kung pinaghihinalaan o kumpirmadong may COVID-19 ang isang tao: Mabilisang Gabay para sa Mga Paaralan, Childcare, at Programa para sa Mga Bata at Teenager) sa <https://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>
- Magbibigay ang SFDPH ng konsultasyon at gabay para matulungan ang mga paaralan sa mga unang hakbang na matukoy ang mga indibidwal na naging malapit na kaugnayan ng taong may COVID-19. Ang mga nailantad na indibidwal o ang kanilang mga pamilya ay dapat na abisuhan, alam kung paano magpasuri, at nauunawaan kung kailan sila makakabalik o kung kailan makakabalik ang kanilang anak sa paaralan na karaniwan ay pagkalipas ng 14 na araw mula nang mailantad. Sumangguni sa “*Mga Madalas Itanong (FAQ): Contact Tracing para sa COVID-19 sa Mga Paaralan, Childcare, at Programa para sa Mga Bata at Teenager*” sa <http://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>.
- Abisuhan ang lahat ng tauhan ng paaralan, pamilya, at mag-aaral na may indibidwal sa paaralan na nakumpirmang may COVID-19. Huwag ihayag ang pagkakakilanlan ng indibidwal, gaya ng iniaatas ng Batas para sa Mga Amerikanong May Mga Kapansanan (Americans with Disabilities Act), Mga Karapatan sa Edukasyon ng Pamilya (Family Education Rights), at Batas sa Privacy (Privacy Act).

Mga Resource

- Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (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
 - Gabay tungkol sa COVID-19 para sa publiko, kasama na ang mga paaralan at employer <https://www.sfcdcp.org/covid19>
 - *Ang dapat gawin kung pinaghihinalaan o kumpirmadong may COVID-19 ang isang tao: Mabilisang Gabay para sa Mga Paaralan, Childcare, at Programa para sa Mga Bata at Teenager*, sa <https://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>
 - *Parent and Caregiver Handout: COVID-19 Health Checks/If Your Child has Symptoms* (Handout Para sa Magulang at Tagapag-alaga: Mga Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19/Kung May Mga Sintomas ang Iyong Anak). Makakakita ng mga tagubilin para sa mga magulang tungkol sa mga screening para sa kalusugan at mga alituntunin sa pagbalik sa paaralan kung may mga sintomas ng COVID-19 ang kanilang anak sa <http://sfcdcp.org/covidschoolschildcare>
 - *Mga Madalas Itanong (FAQ): Contact Tracing para sa COVID-19 sa Mga Paaralan, Childcare, at Programa para sa Mga Bata at Teenager*, sa <https://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare>



- *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 sa <https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-COVID-19>
- Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng California (CDPH)
 - “COVID-19 Industry Guidance: Schools and School Based Programs” (Gabay sa Industriya Para sa COVID-19: Mga Paaralan at Mga Programa sa Paaralan)
<https://covid19.ca.gov/pdf/guidance-schools.pdf>
 - “COVID-19 and Reopening In-Person Learning Framework for K-12 Schools in California, 2020-2021 School Year” (Framework ng COVID-19 at Muling Pagbubukas ng Personal na Pagkatuto para sa Mga K-12 na Paaralan sa California, Taong Pampaaralan 2020-2021)
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/COVID-19/Schools%20Reopening%20Recommendations.pdf>
- Kagawaran ng Edukasyon ng California (California Department of Education, CDE)
 - “Stronger Together A Guidebook for the Safe Reopening of California’s Public Schools” (Mas Malakas Kapag Magkakasama Isang Guidebook Para sa Ligtas na Muling Pagbubukas ng Mga Pampublikong Paaralan sa California)
<https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/documents/strongertogether.pdf>
- Mga Sentro para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (CDC)
 - Guidance for Schools and Childcare (Gabay para sa Mga Paaralan at Pag-aalaga sa Bata)
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/index.html>
 - Cleaning and Disinfection for Community Facilities (Paglilinis at Pag-disinfect Para sa Mga Pasilidad ng Komunidad)
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html>
- American Academy of Pediatrics
 - “COVID-19 Planning Considerations: Guidance for School Re-entry” (Mga Pagsasaalang-alang sa Pagpapalano Para sa COVID-19: Gabay Para sa Muling Pagpasok sa Paaralan)
<https://services.aap.org/en/pages/2019-novel-coronavirus-COVID-19-infections/clinical-guidance/COVID-19-planning-considerations-return-to-in-person-education-in-schools/>
- Harvard TH Chan School of Public Health
 - “Schools for Health: Risk Reduction Strategies for Reopening Schools” (Mga Paaralan Para sa Kalusugan: Mga Istratehiya sa Pagpapaliit sa Panganib Para sa Muling Pagbubukas ng Mga Paaralan)
<https://schools.forhealth.org/wp-content/uploads/sites/19/2020/06/Harvard-Healthy-Buildings-Program-Schools-For-Health-Reopening-Covid19-June2020.pdf>