



**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:
Gabay para sa Akademikong Taong 2020-2021**

Na-update noong Oktubre 27, 2020

Ang sumusunod na gabay ay binuo ng Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) para sa lokal na paggamit, at ipo-post sa <https://www.sfdcp.org/covid19>.

AUDIENCE: 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. Para 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 kasama ang mga unibersidad at kolehiyo, 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 pang-adult na klase sa Ingles Bilang Pangalawang Wika (English as a Second Language, ESL). Hindi nalalapat ang gabay na ito sa mga TK-12 na paaralan o iba pang programa para sa mga bata.

Buod ng Mga Pagbabago mula sa Bersyon noong 9/30/2020

- Na-update na numero ng telepono ng Mga Paaralan at Hub ng Childcare ng SFDPH: (628) 217-7499
- Ang mga grupo ng pagtuturo sa labas ay maaaring magkaroon ng hanggang 25 tao.
- Kailangan ang mga karatula sa mga panganib sa pagtuturo sa indoor at nang personal.
- Maaaring humiling ang mga programa ng mga pagbubukod mula sa dalawang oras na limitasyon sa pagtuturo sa indoor.

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 Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.

BACKGROUND: Pinayagang magbukas ulit ang mga Programa ng Mataas na Edukasyon para sa pagtuturo nang personal sa outdoor sa maliliit na grupo, at sa mga limitadong pagkakataon, pagtuturo nang personal sa indoor noong Septiyembre 30, 2020.

Bagama't maliit ang tsansa ng mga young adult na magkaroon ng malalang COVID-19 kumpara sa matatandang adult, ang mga young adult na ngayon ang pinakaposibleng grupo na magkakaroon ng COVID-19, at kinakatawan ngayon ang 20% ng lahat ng kaso sa US. Ang mga kolehiyo at unibersidad kung saan may mga nakatirang mag-aaral sa campus ay nasa mataas na panganib, na may mga outbreak sa iba't ibang bahagi ng bansa. Bukod pa ryan, ang COVID-19 sa mga young adult ay malamang na makaambag sa paghawa sa komunidad, na magresulta sa pagkalat ng impeksyon sa matatandang adult at iba pang grupong maging madaling magkakasakit.

Ang pagpigil sa pagkalat ng COVID-19 sa mga programa ng mas mataas na edukasyon at ang pagtataguyod ng mga ligtas na personal na kagawian ng lahat ng mag-aaral at tauhan sa loob at labas ng campus ay mahalaga para maprotektahan ang mga mag-aaral, staff, at iba pang miyembro ng komunidad na may mas mataas na panganib sa malalang sakit na dulot ng COVID-19.



Ang gabay na ito ay batay sa pinakamahusay na pag-aaral na available sa ngayon, at sa kasalukuyang transmisyong COVID-19 sa San Francisco. Puwede itong magbago kapag may bagong napag-alaman at may nagbago sa transmisyong sa komunidad. *Manatiling updated sa mga pagbabago sa Utos sa Kalusugan na Manatiling Mas Ligtas sa Bahay at ang mga direktiba sa www.sfdph.org/healthorders at www.sfdph.org/directives.*



Mga Nilalaman

Mahahalagang Mensahe para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon4

Aling mga programa ang puwedeng mag-alok ng personal na pagtuturo?5

Mga kinakailangan bago ang pagbubukas ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon6

I-quarantine ang mga bagong residente para mapigilan ang transmisyon ng COVID-198

Mga estratehiya upang mapigilan ang pagkalat ng COVID-19 sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon8

 I-screen ang lahat ng pumapasok sa campus 8

 Mga Pagsasaalang-alang sa Tauhan 9

 Ipagbawal ang mga non-essential na bisita..... 9

 Panatilihin ang mga guro at mag-aaral sa maliliit at stable na cohort10

 Limitahan ang tagal ng klase.....10

 Iatas ang pagsusuot ng takip sa mukha.....11

Mga Pisikal na Espasyo..... 12

 Mga Espasyo para sa Pagtuturo12

 Pabahay sa ilalim ng awtoridad ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon13

 Iba pang nakabahaging espasyo14

 Bentilasyon14

 Pagsasagawa ng mga kinakailangang pag-aayos sa bentilasyon, hangga't maaari.15

Hygiene at Paglilinis 15

 Paghuhugas ng Mga Kamay15

 Limitahan ang paghihiraman16

 Paglilinis at Pag-disinfect16

Mga partikular na sitwasyon17

 Transportasyon17

 Mga Silid-aklatan.....18

 Serbisyo sa Pagkain at Mga Dining Hall18

 Mga Pasilidad para sa Kalusugan ng Mag-aaral.....19

 Mga Tanggapan/Break Room ng Mga Tauhan19

 Pagkanta bilang Grupo/Chorus, Mga Instrumentong Pangmusika.....19

 Sports sa Kolehiyo at Mga Aktibidad para sa Fitness20

 Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo20

Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral..... 20

Kapag nagpositibo sa COVID-19 ang isang tauhan o mag-aaral.....21

Mga Resource 22



Mahalagang Mensahe para sa Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon

- **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.** Ayon sa aming kasalukuyang nauunawaan, kadalasang naikakalat ang COVID-19 mula sa isang tao patungo sa isa pa sa hangin sa pamamagitan ng mga droplet na may virus ng isang taong may COVID-19. Humahalo ang mga respiratory droplet na ito sa hangin kapag nag-exhale (bumuga ng hangin) ang isang tao, kabilang kapag nagsasalita, kumakanta, umuubo, o bumabahing siya. Posibleng walang anumang sintomas ang mga taong may COVID-19 at nakakapagbuga pa rin sila ng mga droplet na may virus.
 - Kung minsan, tinatawag na “ballistic droplet” ang mas malalaking droplet dahil ang mga ito ay kumakalat sa mga tuwid na linya at hinihila pababa ng gravity. Mahahawahan ang mga taong nasa malapit, na karaniwang sa loob ng 6 na talampakan, kapag nalanghap nila ang mga droplet na ito o kapag napunta ang mga droplet sa kanilang mata, ilong, o bibig.
 - Maaaring lumutang sa hangin ang mas maliliit na droplet o particle na may nakakahawang virus sa loob ng isang partikular na panahon at/o maaari itong kumalat nang lampas sa 6 na talampakan sa mga indoor na daloy ng hangin, lalo na sa mga kulob na lugar na may hindi magandang bentilasyon. Nahahawahan ang mga taong nasa iisang lugar kapag nalanghap nila ang mas maliliit na droplet at particle na ito o kapag napunta ang mga droplet o particle sa kanilang mata, ilong, o bibig – kahit na mahigit 6 na talampakan ang layo nila sa isa't isa. Kung minsan, tinatawag na “aerosol” o “bioaerosol” ang mga droplet na ito.

Maaari ding kumalat ang COVID-19 kung hahawakan ng isang tao ang kanyang mata, ilong, o bibig pagkatapos humawak sa kontaminadong surface (na kilala din bilang fomite), gayunpaman, hindi ito gaanong pangkaraniwan.

- Pinakamahalaga ang mga takip sa mukha, pagdistansya sa isa't isa, at bentilasyon sa pagpigil sa pagkalat ng COVID-19 sa mga grupo.
- **Ang panganib ng pagkakalantad ay nakasalalay sa pagpapatuloy nito.** Bilang pamantayan, dapat tumagal ang isang tao nang kabuuang 15 minuto nang may distansyang hindi hihigit sa 6 na talampakan mula sa isang taong may COVID-19 para magkaroon ng panganib na mahawa.
 - Mas ligtas kung hindi gaanong magsasama-sama; mas ligtas din ang magpanatili ng distansya sa isa't isa.
 - Mas ligtas ang maliliit na grupo kaysa sa malalaki, mas ligtas sa labas kaysa sa loob.
 - Mas ligtas kung mas maraming tao ang nagsusuot ng pantakip sa mukha kaysa sa kung mas kaunti ang mga taong nagsusuot ng pantakip sa mukha.
 - Ang mga aktibidad na nagdudulot ng mas kaunting respiratory droplet ay mas ligtas kaysa sa mga aktibidad na nagdudulot ng mas maraming droplet (katahimikan < tahimik na pakikipag-usap < malakas na pakikipag-usap < kantahan).



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 at ipagpatuloy ang mga malayuan o virtual na operasyon hangga't maaari. Pakibasa nang mabuti ang Utos sa Kalusugan para masukat kung itinaturing na mahalagang operasyon ng negosyo ang isang partikular na "pansuportang serbisyo."

Simula Oktubre 2020, pinapayagan na ng Utos sa Kalusugan na Mas Ligtas 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 mahahalagang 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 makatira sa pabahay na kinokontrol ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon.
- Dapat pahintulutan ang mga mag-aaral at tauhang tanggihan ang personal na pagtuturo, at dapat silang alukin ng malayuang pagkatuto o iba pang opsyon kung posible.
- Posibleng payagan ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang mga mag-aaral na pribadong gumamit ng mga indoor na pasilidad na kinokontrol ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon kung:
 - Kailangan ng mag-aaral ng access sa pasilidad para ma-access ang espesyal na equipment o espasyo na hindi available sa labas ng o sa kanyang mismong tirahan (gaya ng kwarto para sa pagsasanay ng musika o studio para sa fine arts);
 - lisang tao lang (kasama ang mga mag-aaral, guro, at iba pang tauhan) ang papahintulutang mag-access sa pasilidad sa bawat pagkakataon;
 - Lilinisin at idi-disinfect ang pasilidad pagkatapos ng bawat paggamit;
 - Dapat pahanginan ang pasilidad pagkatapos ng bawat paggamit, sa pamamagitan ng pagbubukas ng mga bintana o pintuan;
 - Gagamitin lang ang pasilidad kung may appointment, at may hindi bababa sa isang oras na pagitan ang bawat paggamit nito;
 - Kinakailangang magsuot ng takip sa mukha sa lahat ng pagkakataon maliban kung nagsasagawa ng partikular na gawain, gaya ng pagkain, pag-inom, o pagtugtog ng wind instrument.

Kapag hindi posible ang malayuang pagkatuto, pinapahintulutan ng Utos sa Kalusugan ang indoor na personal na pagtuturo kung makakakumpleto ng Plano sa Pag-iwas sa Sakit, at/o ang outdoor na pagtuturo para sa mga grupong may hanggang 25 miyembro, basta't magsusuot ang lahat ng takip sa mukha, at didistansya sila sa isa't isa.



- Puwedeng mag-alok, kung makakakumpleto at magpapaskil ng Plano sa Pag-iwas sa Sakit, ng indoor na personal na pagtuturo kung saan may dalawa o higit pang mag-aaral, guro o iba pang tauhan, at gumagamit ng mga espesyal na espasyo o equipment gaya ng mga indoor na laboratoryo.
 - Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na makakakumpleto sa Plano sa Pag-iwas sa Sakit at mga kinakailangan sa pagpapaskil na nakapaloob sa Direktiba ay puwedeng magpatakbo nang walang paunang pag-apruba ng SFDPH. Mapapailalim pa rin ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na nag-aalok ng mga indoor na klase o programa sa pana-panahong pag-audit ng SFDPH, pati sa pag-iinspeksyon sa lugar at pagsusuri ng mga plano sa kalusugan at kaligtasan. Dapat payagan ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang mga inspektor ng SFDPH na i-access ang kanilang mga pasilidad kung sakaling humiling ng pag-iinspeksyon sa lugar. Pakibasa ang [Direktiba](#) para sa karagdagang impormasyon sa pagkumpleto sa Plano sa Pag-iwas sa Sakit.
 - Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na dati nang nakatanggap ng opisyal na nakasulat na pag-apruba para sa indoor na pagtuturo para sa “pangunahing mahahalagang serbisyo” ay puwedeng patuloy na magpatakbo, pero dapat sumunod sa Plano sa Pag-iwas sa Sakit at mga kinakailangan sa pagpapaskil na nasa Direktiba.
- Mga Ipinag-aatas sa Mandatoryong Karatula
 - Idagdag ang lahat ng karatulang nauugnay sa COVID-19 tulad ng iniaatas ng Seksyon 4..g at 4.h ng [Kautusang Manatiling Mas Ligtas sa Bahay](#).
 - Gumawa ang Lungsod ng online na Outreach Toolkit para sa Corona Virus (COVID-19) na may mga napi-print na resource kasama ang marami sa mga karatula na iniaatas sa dokumentong ito. Kasama rito ang karatula tungkol sa wastong hygiene, social distancing, Mga Pantakip sa Mukha, pag-screen sa kalusugan, ang mga panganib ng indoor na transmission, pagpapasuri at pagpapabakuna para sa trangkaso. <https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19>.
- 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 magsisilbing point of contact para sa mga tanong o alalahanin kaugnay ng mga kagawian, protocol, o potensyal na pagkakalantad. 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 Plano sa Kalusugan at Kaligtasan na naglalarawan sa gagawin ng Programa ng Mas Mataas na Edukasyon para maipatupad ang mga kinakailangan 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. Dapat isaalang-alang ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang papel ng pagsusuri para sa COVID-19 sa paglimita ng transmisyon ng COVID-19. Dapat magpasuri ang mga mag-aaral at tauhang may mga sintomas o naging mga close contact sa lalong madaling panahon. Dahil sa mga alalahanin kaugnay ng pagkalat ng COVID-19 na walang sintomas, dapat ding isaalang-alang ng mga programa ang nakaiskedyul na pana-panahong pagsubaybay o pagsusuri ng mga mag-aaral at tauhang walang sintomas, sa partikular, ng mga mag-aaral na nakatira sa pabahay na pag-aari ng paaralan. Hinihikayat ang mga programa, kung posible, na sagutin ang mga gastos sa pagsusuri, sa pamamagitan ng pakikipagkontrata sa isang laboratoryo para sa pagsusuri at/o paggamit ng mga pangunahing provider sa pangangalagang pangkalusugan para mabawasan ang epekto sa mga limitadong mapagkukunan ng Lungsod para sa pagsusuri.
- 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 tulongan 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.
- Bumuo ng mga proseso para itala ang mga araw-araw na iskedyul at pagpasok ng lahat ng tauhan at mag-aaral nang personal sa iyong Programa ng Mas Mataas na Edukasyon. Panatilihin ang mga talang ito nang tatlong linggo, para sa mga layunin ng contact tracing sakaling magkaroon ng outbreak. Kung ang iyong Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ay hindi nangongolekta ng impormasyon sa pakikipag-ugnayan para sa mga mag-aaral, inirerekomendang hilingin sa mga mag-aaral na kusang ibigay ang kanilang impormasyon sa pakikipag-ugnayan. Matuto pa sa <https://covid19.ca.gov/contact-tracing>
- 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.
- Pagtataguyod ng bakuna laban sa trangkaso Magpaskil ng karatula para hikayatin ang mga mag-aaral at bisita na magpabakuna laban sa trangkaso. Lubos na hikayatin ang lahat ng tauhang magpabakuna laban sa trangkaso. Kung naaangkop, sumangguni sa mga partikular na rekomendasyon ng iyong institusyon.

Mahalagang pigilan ang influenza sa panahon ng epidemya ng COVID-19, dahil ang mga taong sabay na may trangkaso at COVID-19 ay may mas malaking posibilidad na mamatay. Bukod pa riyon, dahil ang mga sintomas ng trangkaso ay katulad ng mga sintomas ng COVID-19,



makakatulong ang pagpapabakuna laban sa trangkaso na mabawasan ang mga hindi kinakailangang pagliban sa klase ng mga mag-aaral at tauhan dahil sa mga posibleng sintomas ng COVID-19 sa panahon ng trangkaso.

- Alisin ang naipong tubig sa mga plumbing line sa pamamagitan ng pagpapadaan ng tubig sa mga fixture para maiwasan ang mga impeksyon mula sa dumi sa tubig gaya ng Legionnaires' disease. Makikita ang 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, fraternity at sorority. 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 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 sa lugar na iyon.

- Kasama sa mga aktibidad na may dalang mas malaking panganib ang pakikisalamuha ng mga tao nang may layong wala pang 6 na talampakan sa mga indibidwal na hindi nila kasama sa bahay kung sila o ang mga nasa paligid nila ay hindi palaging nakasuot ng takip sa mukha, lalo na kung nasa loob sila ng gusali; kasama rito ang pagbiyahe ng mga tao sakay ng mga eroplano, bus, o tren nang hindi palaging nakasuot ng takip sa mukha sa mga saradong espasyo na ito.
- Hindi nalalapat ang kinakailangang ito sa pag-quarantine ng mga mag-aaral at tauhang 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.sfcddcp.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 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.
 - Para sa mga detalye tungkol sa screening, sumangguni sa [Mga Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19 para sa Mga Bata at Teenager \(COVID-19 Health Checks for Children and Youth\)](#) (screening ng mag-aaral) at [Pagtatanong Kaugnay ng Screening para sa 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.sfchcp.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 Tauhan

- 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 [sfchcp.org/covid19hcp](https://www.sfchcp.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.



Panatilihin ang mga guro at mag-aaral sa maliit at stable na cohort

Ang cohort ay isang stable na grupo na may parehong mga tao sa kada araw, magkakasama sa mga klase, at hindi naihalo sa ibang mag-aaral o tauhan sa labas ng grupo. 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 maliit ang klase, mas maliit 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 25 kalahok, kasama ang mga mag-aaral at guro. Limitado ang mga indoor na klase batay sa espasyong kinakailangan para makapagpanatili ng 6 na talampakang distansya sa isa't isa.
- Hindi dapat makipag-ugnayan ang mga outdoor na klase sa iba pang outdoor na klase o grupo ng mga taong kasabay nilang nagtitipon.
- Kasalukuyang ipinagbabawal ang mga pagtitipong mas malaki sa isang cohort (hal., malalaking pagpupulong, pagtatanghal).
- Pigilan ang mga grupong nakikibahagi sa pagtuturo na makipag-ugnayan sa isa't isa, sa panahon ng session at pagkatapos nito.
 - Iisang outdoor na pagtuturo lang ang gawin sa bawat pagkakataon maliban na lang kung mapapanatiling magkakahiwalay ang mga grupong kalahok sa magkakaibang outdoor na pagtuturo, gaya ng kung gagamit ng mga aktwal 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.
 - 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.

Limitahan ang tagal ng klase

- Limitahan ang outdoor na pagtuturo at bilisan lang ito kung posible para mabawasan ang panganib na magkahawahan ang mga tao. Limitahan ang pagsasama-sama ng mga cohort, pati ang mga nakatalagang tauhan sa mga ito.



- Dapat mas matagal sa dalawang oras ang mga indoor na klase at programa. Dapat pagbawalan ng Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ang mga mag-aaral at Tauhan na makisalamuha sa isa't isa bago at matapos ang mga nakaiskedyul na klase at programa.
- Humiling ng mga pagbubukod sa dalawang oras na limitasyon sa indoor na pagtuturo: Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na mag-aalok ng mga indoor na kurso na tatagal nang higit sa 2 oras ay maaring magsumite ng nakasulat na kahilingan sa schools-childcaresites@sfdph.org. Kasama dapat sa kahilingan ang sumusunod na impormasyon:
 1. Ang (mga) uri ng klase
 2. Ang bilang ng mga mag-aaral na ipinapanukala para sa bawat klase;
 3. Isang paliwanag kung bakit hindi malilimitahan sa dalawang oras ang klase, gaya ng mga kinakailangan sa kurso na mandato ng Estado; at
 4. Mga pahayag na ang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ay:
 - a. Pagpapatupad ng social distancing at pag-aatas ng pagsusuot ng takip sa mukha
 - b. Pagtupad sa mga iniaatas sa bentilasyon ng SFDPH, at
 - c. Hindi pagpapayag ng pagkain at pag-inom sa klase.

Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ay maaari lang lumampas sa dalawang oras na limitasyon pagkatanggap ng nakasulat na pag-apruba mula sa SFDPH at matapos matugunan ang anumang kondisyon ng pag-apruba.

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
 - 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 kung magsusuot sila ng ibang katanggap-tanggap na uri ng takip, gaya ng face shield na may drape sa ibabang bahagi.
 - Ang mga tauhan o mag-aaral na may naidokumento nang medikal na kontraindikasyon sa takip sa mukha ay posibleng payagang magsuot ng face shield nang may telang nakaipit sa itaas ng kanilang damit. <https://covid19.ca.gov/masks-and-ppe/>
- Ang mga speech and language therapist at mga tauhanang 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. Ang indoor na pagtuturong may dalawa o higit pang tao ay pinapahintulutan lang kung hindi posible ang malayuan o outdoor na pagtuturo dahil sa pangangailangan ng espesyal na espasyo o equipment AT kung nakatanggap na ang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ng opisyal na paunang nakasulat na pag-apruba para sa pagbubukod O kung may nakumpleto nang Plano sa Pag-iwas sa Sakit; kasama rito ang mga laboratoryo, at espesyal na indoor na espasyo gaya ng mga studio at workshop. Patuloy na ipagbabawal ang mga indoor na lecture sa panahong ito.

- Isagawa ang maliliit na klase sa mas malalaking espasyo Limitahan ang kapasidad para makapagpanatili ng 6 na talampakang layo sa pagitan ng mga tao.
- Sa outdoor na pagtuturo, puwedeng gumamit ang Programa ng Mas Mataas na Edukasyon ng mga tent o iba pang katulad na outdoor na matutuluyang idinisenyo para makapagbigay ng masisilungan o mabawasan ang pagkakalantad sa ulan o hangin. Kinakailangan ng anumang tent o outdoor na matutuluyan ng naaangkop na pag-apruba at pahintulot mula sa Lungsod. Ang mga nasabing matutuluyan ay:
 - puwedeng may bubong o awning;
 - hindi puwedeng sarado – iisang bahagi lang ang puwedeng lagyan ng patayong takip;
 - hindi dapat idinisenyo ang espasyo sa anumang paraang makakalimita sa normal na sirkulasyon 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 magpositibo sa COVID-19.
- Ayusin ang mga upuan nang nakaharap sa iisang direksyon, nang sa gayon ay hindi nakaupo ang mga mag-aaral nang nakaharap sa isa't isa; para sa outdoor na pagtuturo, pag-isipang baguhin ang pagkakaayos ng indoor na kasangkapan, maglagay ng mga partition sa pagitan ng mga desk, at markahan ang sahig sa mga silid-aralan para mapanatili ang pagdistansya indoors.



- Kapag kailangang umupo ng mga mag-aaral nang may pagitang 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. Kung kailangan ng mga kalahok na mag-alis ng takip sa mukha para tumikim ng pagkain o inumin, na posibleng iatas sa isang klase sa pagluluto, mabilisan lang dapat ang pag-aalis 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.

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.

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 karagdangang 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, kuwarta 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

Sa pamamagitan ng magandang bentilasyon, nakontrol ang mga droplet at particle na may nakakahawang sakit upang maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 sa pamamagitan ng:

- *Pag-alis sa kuwarta ng mga droplet at particle sa hangin,*
- *Pagpapalabnaw sa konsentrasyon ng mga droplet at particle sa pamamagitan ng pagdaragdag ng sariwa at hindi kontaminadong hangin, at*
- *Pag-filter sa hangin sa kuwarta na nag-aalis ng mga droplet at particle sa hangin.*



Pagsasagawa ng mga kinakailangang pag-aayos sa bentilasyon, hangga't maaari.

Ang Mga Programa ng Mas Mataas na Edukasyon na nagpapatakbo sa mga indoor ay dapat suriin ang gabay sa bentilasyon ng SFDPH sa <https://www.sfcddcp.org/COVID-Ventilation> at magsagawa ng maraming pag-aayos hangga't maaari, kasama ang:

- Mga sistema ng Pagpapainit, Bentilasyon, at Air Conditioning (Heating, Ventilation, and Air Conditiong, HVAC) (kung mayroon)
 - Tiyaking sinusuri at gumagana nang maayos ang mga HVAC system.
 - Suriin ang mga posibilidad ng pag-upgrade sa mga pinakamabisang filter sa hangin.
 - Pataasin ang porsiyento ng hanging nagmumula sa labas sa pamamagitan ng HVAC system, pagsasaayos, o pag-override sa mga damper para sa muling pagpapaikot ng hangin ("economizer").
 - I-disable ang "mga kontrol ng demand" sa mga sistema ng bentilasyon para tuluy-tuloy na gumana ang mga bentilador, anuman ang mga pangangailangan sa heating o cooling.
 - Pag-isipang patakbuin ang sistema ng bentilasyon ng gusali kahit walang tao upang masulit ang bentilasyon. Bilang minimum, i-reset ang sistema ng bentilasyon na pinapatakbo ng timer para magsimulang tumakbo ang mga iyon 1-2 oras bago buksan ang gusali at 2-3 oras pagkatapos isara ang gusali.
- Dagdagan ang natural na bentilasyon sa pamamagitan ng pagbubukas ng mga bintana at pintuan kapag posible batay sa mga kondisyon sa kapaligiran at kinakailangan ng gusali.
- Isaalang-alang ang pag-install ng mga portable na air cleaner (mga "HEPA filter").
- Kung gumagamit ang establisamiyento ng mga nakatayong bentilador o bentilador na nakakabit sa pader, isaayos ang direksyon ng mga bentilador upang mabawasan ang pag-hip ng hangin mula sa espasyo ng isang indibidwal papunta sa espasyo ng ibang tao.

Hygiene at Paglilinis

Paghuugas ng Mga Kamay

Naaalis ng madalas na paghuugas 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 paghuugas 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.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.

¹ 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>



- Para sa mga detalye, sumanguni sa mga alituntunin ng CDC sa “[Paglilinis at Pag-disinfect sa Iyong Pasilidad](#)” at [mga alituntunin ng CDC sa paglilinis ng mga paaralan at pasilidad sa komunidad](#)

Mga partikular na sitwasyon

Pag-isipang regular na bumisita sa <https://www.sfchcp.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 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, panatilihin 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 social 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 nasa sasakyan.

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 congregare 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 congregare 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.sfcdcp.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 6 na talampakang pagitan.
- 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 [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 at www.sfdph.org/directives
- Suriin nang mabuti at sundin ang [Direktiba 2020-20 \(Ambulatoryong Pangangalaga, Pagpapayo, at Healing Arts\) ng Opisyal sa Kalusugan](#) para matukoy kung paano naaapektuhan ang iyong propesyon, at malaman ang mga kinakailangang pinakamahuhusay na kagawian para sa pagbibigay ng personal na pangangalaga.
- Basahin ang [“Paunawa sa Kalusugan: Mga Kinakailangang Pinakamahuhusay na Kagawian para sa Muling Pagbubukas ng Ambulatoryong Pangangalaga, Kasama ang Pagpapayo at Iba Pang Healing Arts.”](#)

Mayroon ding gabay ang SFDPH na partikular para sa [mga provider ng pangangalagang pangkalusugan na nauugnay sa COVID-19 sa 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. Sa indoor na pagtuturo (na may dalawa o higit pang indibidwal), wala dapat anumang pagkanta, pag-chant, o anumang uri ng wind instrument.
- Puwedeng pahintulutan ang indibidwal (kung saan wala nang iba pang mag-aaral o guro) na kumanta at gumamit ng mga instrumento sa pagtugtog sa mga espesyal na indoor na setting kung available ito. 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 at grupo para sa fitness. Bumisita sa <https://www.sfcddp.org/covid19> sa ilalim ng Mga Negosyo at Employer para sa gabay na “Mga Gym at 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 karagdagang impormasyon tungkol sa proseso ng pagpapahintulot, pakibasa ang www.sfdph.org/directives.

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 **(628) 217-7499** o mag-email sa 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. Kung may ilang kaso sa maraming cohort o kung malaking porsyento ng mga mag-aaral at guro ang apektado, puwedeng kailanganing isara ang buong institusyon.
- 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.sfcddp.org/l&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: [Pansamantalang Gabay: Pagtatapos sa Pag-isolate o Pagbalik sa Trabaho para sa Mga May Kumpirmado o Pinaghihinalaang 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 Pamublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH)

- Mga Paaralan at Hub ng Childcare para sa COVID-19 ng **SFDPH** para sa mga paghingi ng payo at gabay tungkol sa COVID-19
(628) 217-7499.
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 [Utos](#) at [Direktibang](#) Inilabas ng Opisyal sa Kalusugan ng San Francisco Kaugnay ng COVID-19
- [Outreach Toolkit para sa Coronavirus](#). May mga poster at flyer tungkol sa social distancing, hygiene ng kamay, mga face mask, mga screening para sa kalusugan, pagpapasuri, at iba pang paksa tungkol sa COVID-19

Departamento ng Pamublikong Kalusugan ng California (CDPH)

- [“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](#)