Pansamantalang Gabay para sa Mga Programa para sa Panahong Wala sa Paaralan

Setyembre 14, 2020

Ang gabay na ito ay binuo ng Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) para sa lokal na paggamit. Ipo-post ito sa http://www.sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare. Maaaring mabago ang gabay na ito kasabay ng matutuklasang bagong kaalaman at ng mga pagbabago sa lokal na hawahan sa komunidad.

AUDIENCE: Mga edukasyonal at panlibangang programa na nagbibigay ng pangangalaga at pangangasiwa para sa mga bata kapag hindi sila personal na pumapasok o pumupunta sa pangangalaga sa bata. Kasama sa mga programa para sa panahong wala sa paaralan (Out of school time, OST). Kabilang sa mga programa para sa OST ang mga programa pagkalabas sa paaralan, programa sa sports para sa teenager, personal na programang nagsusuporta sa distance learning gaya ng mga hub para sa pagkatuto, at iba pang panggrupong pangangalaga para sa mga bata at teenager na hindi pinapatakbo ng mga paaralan o mga programa sa pangangalaga sa bata.

Buod ng Mga Pagbabago ng 9 /1/2020 na Bersyon

- Maaari nang magkaroon ng hanggang 16 na tao ang mga cohort, kasama sa bilang ang mga tauhan at bata. Alinsunod sa mga gabay ng (California Department of Public Health, CDPH) sa maliliit na cohort/grupo ng mga bata at teenager na inilatha noong 9/4/2020.
- Maaaring magkaroon ng hanggang 4 na tauhan ang bawat cohort, kabilang ang mga sinanay na volunteer at intern.
- Ang tauhang nagtatrabaho lang kasama ng mga batang 0-5 taong gulang ay maaaring magtrabaho sa dalawang cohort ng mga bata. Gayunpaman, dapat silang magtrabaho sa mga eksklusibong “grupo ng tauhan” na hanggang 4 na tauhan, kung saan katrabaho lang ng isa’t isa ang mga tao sa isang grupo ng tauhan, at ang lahat ng tauhan sa isang grupo ay nagtatrabaho sa dalawang cohort ng mga bata.
- Karagdagang link sa bagong gabay sa bentilasyon mula sa SFDPH sa https://sfcdcp.org/covid19

LAYUNIN: Upang makatulong sa mga programa para sa OST na maunawaan ang mga kagawian sa kalusugan at kaligtasan na kailangan upang maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 sa kanilang mga programa.

BACKGROUND: Pinayagan ng Mga Kautusan sa Kalusugan ng San Francisco na magbukas ang mga programa para sa OST sa San Francisco. Sinusuportahan ng karamihan sa mga programa para sa OST ang malayuang pag-aaral para sa mga mag-aaral, at nagbibigay ng karagdagang personal na suporta.

Mabisang nakakatulong ang ilang partikular na pag-iingat, gaya ng pagsusuot ng mga telang face mask, na paliitin ang posibilidad na mahawa ng COVID-19. Ang koordinasyon at pagkakaroon ng iba't ibang mabisang intervention ay lubos na makakapagpababa sa panganib na mahawa ng COVID-19 ang mga bata at staff na nasa hustong gulang, na mas mataas ang kabuuang panganib na mahawa ng COVID-19 kaysa sa mga bata at teenager, at kanilang mga pamilya.

Ang mga alituntunin sa ibaba ay batay sa pinakamahusay na pag-aaral na mayroon na sa panahong ito 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 transmisyon sa komunidad.

Mga Nilalaman

Mga pangunahing mensahe para sa Mga Programa para sa Mga Bata at Teenager 4
Pagbubukas 4
Mga istratehiya upang Mapigilan ang Pagkalat ng COVID-19 6
Ilagay ang staff, mga bata at teenager sa maliit at nakapirming grupo (“mga cohort”)....8
Paglalagay ng pisikal na distansya (physical distancing) 11
Mga face mask at telang pantakip ng mukha....12
Hygiene ng kamay....13
Bentilasyon at mga espasyo sa labas 14
Limitahan ang paghihiraman 14
Paglilinis at pag-disinfect....14
Mga Partikular na Sitwasyon 15
Transportasyon 15
Paghatid at pagsundo....16
Oras ng pagkain at meryenda....16
Mga espasyo para sa staff: mga opisina, pahingahan at pinagtatrabahuhang kwarto 17
Sports at mga aktibidad....17
Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo 18
Iba pang aktibidad....18
Ang dapat gawin kapag may isang tao na may pinaghihinalaan o kumpirmadong kaso ng COVID-19 18
Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang bata at teenager o miyembro ng staff 18
Kapag nagpositibo sa COVID-19 ang isang bata at teenager o miyembro ng staff 19
Mga Resource 20

Mga pangunahing mensahe para sa Mga Programa para sa Mga Bata at Teenager

- **Tugunan ang hawahan sa pagitan ng mga nasa hustong gulang,** at **ang mga nasa hustong gulang bilang mga pinanggagalingan ng impeksyon**. Karamihan sa mga kaso ng COVID-19 sa mga lugar ng childcare at day camp ay nangyayari sa pagitan ng mga tauhan, hindi ng mga bata.
- **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 na droplet sa hangin.
    - **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 ng pag-deep clean.
- **Ang paggamit ng personal na pamproteksyong kagamitan (personal protective equipment, PPE) ay hindi nangangahulugang hindi na kailangan ang pagdistansya sa isa't isa, mga portable na barrier/partisyon, at universal na takip sa mukha.** Mali na ipinagpapalagay ng mga tao na secure na sila kapag gumagamit sila ng PPE. Mas mahalaga ang pagdistansya sa isa't isa, mga barrier, at takip sa mukha sa pagpigil sa pagkalat ng COVID-19 sa programa para sa OST.
- **Ang panganib ng pagkakalantad ay nakasalalay sa pagpapatuloy nito**. Bilang pamantayan, dapat tumagal ang isang tao nang kahit 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 mababa ang panganib ng mas kaunting pakikisalamuha kaysa sa mas madalas na pakikisalamuha; mas makababuti ang pagkakalayo kaysa sa pagiging malapit sa isa’t isa.
    - Mas makababuti ang mas maliliit na grupo kaysa sa mas malalaki, mas mainam ang pananatili sa loob kaysa sa labas.
    - Mas mainam ang mas maraming taong gumagamit ng mga pantakip sa mukha kaysa sa mas kaunting taong gumagamit ng mga pantakip sa mukha.
    - Mas mababa ang panganib ng mga aktibidad na nakakapagdulot ng mas kaunting respiratory droplet kaysa sa mga nakakapagdulot ng maraming droplet (tahimik < mahinang pag-uusap < malakas na pag-uusap < pagkanta).
- **Ang staff na nasa hustong gulang ay nasa mas mataas na panganib sa malubhang COVID-19 kumpara sa mga bata.** Sa pagbibigay ng mga rekomendasyon para sa pagdistansya at pagtakip sa mukha, dapat bigyang-priyoridad ang kaligtasan ng staff at ang pinakamaigting na proteksyon para sa staff.

Pagbubukas

- Magtalaga ng staff na tagapag-ugnay para sa COVID-19 na siyang magiging natatanging taong makakaugnayan sa bawat site para sa mga tanong o alalahanin tungkol sa mga kagawian, protocol, o potensyal na pagkakalantad. Magsisilbi ring tagapag-ugnay sa SFDPH ang taong ito.
- Magtaguyod ng mga protocol para sa kalusugan at kaligtasan upang pigilan ang paglaganap ng COVID-19.
    - Isailalim sa pagsasanay ang staff at turuan ang mga bata at teenager tungkol sa mga kagawian para sa kalusugan at kaligtasan. Iwasang magkaroon ng personal na development ng mga staff, pulong, o team-building sa loob ng dalawang linggo bago

magbukas ang mga programa para sa OST o habang isinasagawa ang programa kung posible.

- Gumawa ng pangkalusugan at pangkaligtasang plano na naglalarawan sa gagawin ng programa upang maipatupad ang mga kailangan sa gabay na ito at ang anumang nauugnay na Direktiba o kautusan ng Health Officer. Ibahagi ang planong ito sa staff, pamilya, at iba pang miyembro ng komunidad ng iyong programa.

- Makipagtulungan sa SFDPH upang makabuo ng estratehiya para regular na masuri ang lahat ng tauhan ng OST para sa COVID-19, kahit wala silang mga sintomas ng o hindi sila nalantad sa COVID-19 ("surveillance testing"). Halimbawa, maaaring ipasuri ng isang programa ang lahat ng tauhan sa loob ng mahigit 2 buwan sa pamamagitan ng pagpapasuri sa 25% ng tauhan kada 2 linggo, o 50% kada buwan. Maaaring hindi makapagsagawa ang mga programa ng surveillance testing sa mga panahon kung saan ang mga lab ay walang sapat na pagsusuri, at dapat magbigay-priyoridad sa mga taong mayroong mga sintomas ng o nalantad sila sa COVID-19.
- Magtaguyod ng mga protocol para sa staff, mga bata at teenager na may mga sintomas ng COVID-19 at para sa pakikipag-ugnayan sa staff, bata at teenager, at pamilya matapos malantad sa COVID-19 o kapag may nakumpirmang kaso ng COVID-19 sa pasilidad.

Mga Pagsasaalang-alang sa Staff

Protektahan ang staff, lalo na ang mga 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.

- Ang staff na mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19 ay hindi dapat italaga sa pag-screen sa mga bata at teenager kung sila ay may mga sintomas o magbantay/mag-alaga sa mga batang may sakit na naghihintay ng sundo.
- Subukang gumamit ng portable na plexiglass na barrier o ibang barrier, o gumamit ng clear na bintana para sa staff kapag nagsasagawa ng screening para sa mga sintomas ng COVID-19 (mga taong pumapasok sa gusali, mga batang may hindi magandang pakiramdam).
- Subukang gumamit ng mga face shield, na gagamitin kasabay ng mga takip sa mukha para sa staff. Kung limitado ang mga supply ng face shield, ibigay muna ang mga ito sa staff na nabibilang sa mga grupong mas nanganganib na magkaroon ng malubhang kaso ng COVID-19.
- Magplano nang maaga para sa mga pagliban ng staff sakaling dumadami ang nahahawa ng COVID-19 sa komunidad. Kumuha ng mga taong sanay sa pag-aalaga ng mga bata at teenager, upang matiyak na mayroon kang listahan ng mga kahaliling caregiver na maaring pansamantalang pumalit. Para sa higit pang impormasyon, tingnan ang mga alituntunin sa pagbalik sa trabaho ng SFDPH sa https://www.sfcdcp.org/rtw.

Mga Isasaalang-alang sa Pag-enroll ng Mga Bata at Teenager

- Gawing priyoridad ang pag-enroll para sa mga sumusunod na grupo:
  - Mga nanganganib na bata at teenager, kasama na ang:
    - Mga bata at teenager na kliyente ng Mga Serbisyo para sa Pamilya at Mga Bata (Family and Children's Services, FCS) o nasa panganib ng pag-abuso, pagpapabaya, o pananamantala

- Mga batang kwalipikado sa pamamagitan ng Pantulong na Programa para sa Emergency na Pag-aalaga sa Bata para sa Mga Foster na Bata (Emergency Childcare Bridge Program for Foster Children)
- Mga bata at teenager na nakakaranas ng kawalan ng tirahan
- Mga foster na bata
- Mga batang nakaligtas sa karahasan sa bahay
- Mga bata at teenager na may kapansanan o espesyal na pangangailangan sa pangangalagang pangkalusugan na may mga indibidwal na programa sa edukasyon (individualized education program, IEP) at/o plano sa indibidwal na suporta sa pamilya (individual family support plan, IFSP) na may kasamang mga serbisyo ng ELC
- Mga bata at teenager mula sa mga pamilyang mababa ang kita, kasama na ang mga nakakatanggap ng o kwalipikado sa libre o mas murang tanghalian sa paaralan, Medi-Cal, Programang Tulong para sa Suplemental na Nutrisyon (Supplemental Nutrition Assistance Program, SNAP) (food stamp), Espesyal na Suplemental na Nutrisyon para sa Kababaihan, Mga Sanggol, at Bata, (Special Supplemental Nutrition for Women, Infants, and Children, WIC), Head Start, CalWorks, at iba pang programang pantulong sa publiko.

  - Mga bata at teenager ng mga taong nagtatrabaho sa mahahalagang negosyo o mahahalagang tungkulin ng pamahalaan, na sinundan ng mga taong nagtatrabaho sa iba pang negosyo at organisasyong pinapayagang magbukas alinsunod sa Mga Kautusan sa Kalusugan ng San Francisco.

- Huwag ibukod ang mga bata at teenager 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 personal.

Mga istratehiya upang Mapigilan ang Pagkalat ng COVID-19

I-screen ang lahat ng papasok sa gusali kung mayroon silang COVID-19.

- Tanungin ang lahat ng taong papasok sa child care tungkol sa mga sintomas ng at pagkakalantad sa COVID-19—kasama na ang staff, mga bata, mga magulang/tagapangalaga, kontratista, at bisita. Hindi kasama rito ang mga tauhang pang-emergency na tumutugon sa 9-1-1 na tawag.
- Huwag payagang pumasok ang mga taong sumagot ng “oo” sa anumang tanong sa screening.
- Posibleng piliin ng mga programa na iatas ang mga pagkuha ng temperatura ng mga taong papasok sa gusali, na gagawin sa site o sa bahay sa tulong ng mga magulang. Hindi iniaatas ng SFDPH ang mga pagkuha ng temperatura.
  - Para sa partikular na gabay tungkol sa pagsasagawa ng screening kung may sintomas at sa pagkuha ng temperatura, tingnan ang COVID-19 Health Checks for Children and Youth Mga Pagsusuri ng Kalusugan para sa COVID-19 para sa Mga Bata at Teenager (COVID-19 Health Checks for Children and Youth) (mga bata) at

Pagbibigay ng Mga Tanong para sa Screening ng COVID-19 sa Anumang Negosyo, Organisasyon o Pasilidad (Asking COVID-19 Screening Questions at Any Business, Organization or Facility (mga nasa hustong gulang)

Dapat manatili sa bahay ang staff, mga bata at teenager na may sakit.

- Ipaalala sa mga magulang na panatilihin sa bahay ang kanilang mga anak kapag may sakit. Mayroong kopya ng handout para sa magulang/tagapag-alaga, na *"COVID-19 Health Checks/If Your Child has Symptoms" [Mga Pagsusuri sa Kalusugan para sa COVID-19/Kung May Mga Sintomas ang Inyong Anak]* sa https://sfcdcp.org/covidschoolschildcare.
- Magpatupad ng mga patakaran sa pagliban dahil sa sakit na sumusuporta sa staff para manatili sila sa bahay kapag may sakit.
- Hikayatin ang mga miyembro ng pamilya ng mga bata at teenager at staff na magpasuri kaagad kung mayroon sila ng mga sintomas ng COVID-19, upang mapababa ang panganib ng pagkahawa sa mga bata o staff.
- Hikayatin ang mga bata at staff na manatili sa bahay nang 14 na araw matapos nilang lumabas sa San Francisco Bay Area kung iniligay sila sa panganib ng pagkakahawa sa COVID-19 ng kanilang mga aktibidad sa kanilang pagbiyahe. Hindi ito naaangkop sa mga staff at bata na regular na nagko-commute sa childcare mula sa mga lugar sa labas ng San Francisco. Kabilang sa mga aktibidad na mataas ang panganib ang:
    - Pakikisalamuha sa mga tao sa loob ng 6 na talampakan sa labas ng kanilang sambahayan nang hindi nakasuot ng mga face mask, lalo kung indoors.
    - Pagbibiyahe sa pamamagitan ng eroplano, mga bus, tren, o iba pang sasakyan kung saan may mga makakasamang taong hindi galing sa kanilang sambahayan kapag hindi nakasuot ng mga pantakip sa mukha ang mga pasahero sa lahat ng oras.

Ipagbawal ang mga hindi kinakailangang pagbisita.

- Pahintulutan lang ang mga boluntaryong kailangan para sa pagpapatakbo sa programa. Dapat mag-commit ang mga boluntaryo sa regular at nakaiskedyul na pakikilahok sa loob ng hindi bababa sa 3 linggo.
- Ang mga therapist na hindi mga empleyado sa mga programa para sa OST ngunit nag-aasikaso ng mga bata at teenager sa site, gaya ng mga therapist sa nagagamit na pagsusuri sa ugali (Applied Behavior Analysis, ABA) therapist, occupational therapist at physical therapist, ay itinuturing na mahalagang staff at dapat silang pahintulutang magbigay ng mga serbisyo. Tingnan ang seksyong may pamagat na "*Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo"*.
- Pigilan ang mga magulang at iba pang miyembro ng pamilya na pumasok sa gusali.
- Ikansela ang mga espesyal na kaganapan kung saan kailangan ang mga magulang at pamilya, gaya ng mga pista, kaganapan sa pista-opisyal, at performance.

Ilagay ang staff, mga bata at teenager sa maliit at nakapirming grupo ("mga cohort").

Ang cohort ay isang nakapirming grupo ng mga staff, bata at teenager na magkakasama sa bawat araw sa lahat ng aktibidad (hal., sa meryenda, sa recess, atbp.), at iiwas sa pakikisalamuha sa ibang taong hindi kasali sa nasabing grupo. Kapag pinanatili ang staff, mga bata at teenager sa isang maliit na cohort araw-araw, mababawasan ang panganib na malantad sila dahil malilimitahan ang bilang ng tao kung kanino sila nakikisalamuha.

Limitahan ang bilang ng kasali sa isang cohort

- Limitahan ang cohort sa wala pang 14 na bata at teenagerat hindi hihigit sa dalawang mangangasiwang nasa hustong gulang, o hindi hihigit sa 16 na indibidwal sa kabuuan (mga bata, teenager, at nasa hustong gulang).
- Iniaatas ng San Francisco na magkaroon ang bawat cohort ng hindi hihigit sa 4 na staff, kabilang ang mga sinanay na volunteer at intern.
- Ang maximum na bilang na kasali sa isang cohort ay naaangkop sa lahat ng bata at teenager sa cohort, kahit na hindi nakakadalo ang lahat ng bata sa programa nang sabay-sabay. Halimbawa,
    - Hindi maaaring magkakasama sa isang cohort ang 2 staff, 6 na batang dumadalo nang full-time, 6 na bata tuwing Lun/Miy/Biy, at 6 na bata tuwing Mar/Huw (20 sa kabuuan).
    - Hindi maaaring magkakasama sa isang cohort ang 8 batang dumadalo sa kabuuan ng araw, 4 na dumadalo lang tuwing umaga, at 4 na dumadalo lang tuwing hapon (18 sa kabuuan).
    - Hindi maaaring magkasama sa isang cohort ang 14 na bata, isang guro, isang volunteer na magulang tuwing LMB, at pangalawang volunteer na magulang tuwing Mar/Huw (17 sa kabuuan).

Magpanatili ng hindi nagbabagong cohort na mayroong parehong staff at mga bata, at teenager. Iwasan ang mga pagbabago sa mga cohort.

- Maaaring sumali ang mga kaka-enroll pa lang na bata at teenager sa isang cohort kahit kailan, ngunit kailangan muna nilang mag-enroll sa loob ng kahit 3 linggo. Huwag pahihintulutan ang mga bata na dumalo sa mas maikling panahon.
- Ang mga bata at teenager ay dapat lang sumali sa isang programa para sa OST sa isang pagkakataon, kahit na nagaganap ang mga programa sa magkaibang araw sa isang linggo. Halimbawa, hindi maaaring sumali ang isang bata sa isang hub ng pagkatuto nang M-F at sa isang programa sa sports para sa teenager tuwing Sabado.
- Dapat italaga ang staff na nagtatrabaho kasama ang mga batang mahigit 5 taong gulang sa isang cohort lang at magtrabaho lang sa cohort na iyon. Hindi maaaring magtrabaho ang staff sa higit sa isang cohort ng mga bata at teenager. Halimbawa,
    - Hindi maaaring magtrabaho ang staff kasama ng mga batang mahigit 5 taong gulang sa isang cohort tuwing Lun/Miy /Biy at ibang cohort tuwing Mar/Huw.
    - Hindi maaaring magtrabaho ang staff kasama ng mga batang mahigit 5 taong gulang sa 1 cohort tuwing umaga, at ibang cohort tuwing hapon.
- Ang staff na nagtatrabaho lang kasama ng mga batang 0-5 taong gulang ang maaaring italaga sa dalawang cohort. Kapag nagtatrabaho ang staff sa dalawang cohort sa mga programa, dapat ilagay ng mga programa ang staff sa mga grupo ng hanggang 4 na miyembro ng staf. Dapat magtrabaho ang lahat ng nasa isang grupo ng staff sa parehong dalawang cohort. Dapat lang magtrabaho ang staff kasama ng iba pang staff sa kanilang grupo ng staff, at nasa 1 grupo ng staff lamang. Halimbawa:
    - Pinapayagan: (3 miyembro ng staff sa isang grupong nagtatrabaho sa 2 cohort)
      Nagtatrabaho si Staff A at B sa isang cohort ng mga bata tuwing Lun/Miy /Biy.
      Nagtatrabaho si Staff B at C sa ibang cohort ng mga bata tuwing Mar/Huw.
    - Hindi pinapayagan (5 miyembro ng staff na nagtatrabaho sa 2 cohort) :
      Nagtatrabaho si Staff A, B at C sa isang cohort ng mga bata tuwing Lun/Miy/Biy.
      Nagtatrabaho si Staff C, D at E sa ibang cohort ng mga bata tuwing Mar/Huw.
    - Hindi pinapayagan: (4 na miyembro ng staff na nagtatrabaho sa 3 cohort)
      Staff A and B work with cohort 1 on Mon/Wed/Fri.
      Staff A and C work with cohort 2 on Tu/Th mornings.
      Staff B and D work with cohort 3 on Tu/Th afternoons.
- Pinapayagan ang mga kahaliling tagapag-alagang sumasalo para sa staff na panandaliang lumiliban sa trabaho, ngunit dapat lang silang magtrabaho sa isang cohort lang ng mga bata sa bawat araw.
- Ang “mga floater,” na sumasalo para sa mga tagapag-alaga sa loob ng maikling panahon sa kabuuan ng araw, ay dapat magtrabaho sa isang cohort lang ng mga bata sa bawat araw.
- Sa pagtukoy sa bilang ng staff sa isang cohort, huwag ibilang ang mga taong nagbibigay ng mga personal na serbisyo sa bawat bata ngunit hindi nakikisalamuha sa buong cohort. Kabilang dito, ngunit hindi limitado sa, ang mga occupational therapist, physical therapist, speech and language therapist, at ABA provider. Tingnan ang Direktibang Pangkalusugan sa Mga Serbisyo sa Espesyal na Suporta ng San Francisco (San Francisco Health Directive on Specialized Support

Services) para sa higit pang impormasyon sa https://www.sfdph.org/dph/alerts/files/Directive-2020-26-Specialized-Support.pdf

- Hangga't maaari, iwasan ang pagbabago ng mga pagtatalaga sa staff.

Iwasang magkahalo-halo ang mga cohort.

- Kailangang nasa isang hiwalay na kwarto o espasyo ang bawat cohort.
- Bawasan ang pakikipag-ugnayan sa pagitan ng mga cohort, kasama na ang mga pakikipag-ugnayan sa pagitan ng staff na nakatalaga sa iba't ibang cohort.
    - Italaga sa iisang cohort ang mga batang magkakasama sa bahay o sa sasakyan sa pagbiyahe, hangga't maaari at kung naaayon sa edad at mga paksa sa pag-aaral.
    - Para sa mga espesyal na aktibidad gaya ng singing at musika, maaaring dumaan ang staff sa pagitan ng mga cohort upang matugunan ang mga edukasyonal at pagpapayamang pangangailangan ng mga bata. Limitahan ang pagkilos ng staff sa pagitan ng mga cohort hangga't maaari. Dapat idokumento ng staff ang mga pagbisitang hindi bahagi ng kanilang cohort. Pag-isipan ang paggamit ng signing sheet/log upang masubaybayan ang mga pagkakataong magtatrabaho ang isang staff sa ibang cohort, upang makatulong sa iyong pagtukoy kung aling mag-aaral at staff ang nalantad sa COVID-19 pagkatapos magkaroon ng kaso ng COVID-19 sa programa.
    - Pag-iba-ibahin ang oras ng paglalaro sa palaruan at iba pang aktbidad upang walang dalawang cohort ang nasa iisang lugar nang magkasabay.
- Iwasang ilipat-lipat ang mga bata at teenager sa mga cohort, maliban na lang kung kailangan para sa kabuuang kaligtasan at kapakanan ng bata o teenager.

Lagyan ng harang ang malalaking espasyo sa loob upang pigilan ang pagdaloy ng direktang hangin sa pagitan ng mga cohort.

- Maaaring gumamit ng divider o pangharang sa isang kwarto upang bigyang-daan ang mahigit sa isang cohort na gumamit sa isang malaking espasyo sa loob kung matutugunan ang mga sumusunod na kinakailangan:
    - Ang lahat ng cohort ay mula sa iisang programa.
    - Hindi kailangan ng staff, mga bata at teenager na pumasok sa espasyo ng ibang cohort upang i-access ang mga banyo, kusina, iba pang pinagsasaluhang lugar o labasan. Kung kailangang dumaan ng isang cohort sa espasyo ng isa pang cohort upang ma-access ang mga banyo, kusina, labasan o iba pang pinagsasaluhang lugar, gumamit ng mga pangharang upang paghiwalayin ang espasyong daraanan mula sa dalawang cohort.
    - Kailangang mapigilang ng divider ng kwarto ang direktang pagdaloy ng hangin sa pagitan ng mga cohort.
        - Pinakamahusay na Kagawian: Mga solid, hindi butas-butas, madaling linisin na pangharang na umaabot hanggang sa kisame hangga't praktikal upang mabawasan ang direkta at hindi direktang pagdaloy ng hangin sa pagitan ng mga cohort.
        - Minimum na Kinakailangan: Mga solid, hindi butas-butas, madaling linisin na pangharang na nakakabit mula sa sahig at hindi iikli sa 8 talampakan.

- Ang divider ng kwarto ay kailangang hindi:
  - Makakasagabal sa bentilasyon ng bawat espasyo. Kung gagamit ng mekanikal na bentilasyon, dapat ay mayroong mga diffuser na nagsu-supply at nagbabalik ng hangin sa magkabilang gilid ng mga pangharang
  - Haharang sa mga sistema ng sprinkler, access sa mga labasang pang-emergency at iba pang code tungkol sa sunog at panggusali.
- Kung kailangan ng mga pang-detect ng usok at/o kung may ginagamit na ganito sa gusali, maaaring kailanganin ng magkakahiwalay na pang-detect ng usok sa magkabilang gilid ng divider ng kwarto. Humingi ng payo kung kailangan para sa bawat pasilidad.

Paglalagay ng pisikal na distansya (physical distancing)

Binabawasan ng physical distancing ang panganib ng COVID-19 mula sa mga respiratory droplet.

- Sa mga indibidwal na aktibidad, gaya kapag gagamit ng mga computer, magpanatili ng espasyo sa pagitan ng mga bata nang hindi bababa sa 6 na talampakan.
- Paupuin ang mga bata sa parehong upuan kung saan sila umuupo kapag posible.
- Baguhin ang ayos ng mga kasangkapan at espasyo ng trabaho/palaruan upang mapigilan ang pagkumpol-kumpol at maisulong ang physical distancing sa pagitan ng mga batang hindi naglalaro nang sama-sama.
- Ayusin ang mga mesa, workstation, o computers nang nakaharap sa iisang direksyon, upang hindi nakaupo nang magkaharap ang mga bata.
- Maglaan ng mas maraming oportunidad para sa mga indibidwal na aktibidad, gaya ng pagbabasa, mga workbook, pagpipinta o mga likhang-kamay. Pumili ng mga panggrupong aktibidad na hindi nangangailangan ng malapitang pakikisalamuha sa pagitan ng mga bata.
- Huwag magsagawa ng mga pagtitipon tulad ng mga sing-along, at iba pang aktibidad kung saan magkakasama-sama ang mga cohort, kahit pa sa labas ito gagawin na may suot na mga pantakip sa mukha.
- Sa mga panggrupong aktibidad, gaya ng oras ng paglalaro, maaaring luwagan ang physical distancing, lalo na para sa mas maliliit na bata na maaaring mahirapang magpanatili ng 6 na talampakang layo mula sa isa't isa, lalo na kung nakasuot naman ang mga bata ng pantakip sa mukha o kung nasa labas naman.
- Dapat magpanatili ang mga nasa hustong gulang nang hindi bababa sa 6 na talampakang distansya mula sa iba pang nasa hustong gulang, kasama na ang staff na nasa iisang cohort, tuwing posible.
  - I-set up ang mga opisina at kwarto ng staff sa paraang hindi sila magtatrabaho o uupo nang may nasa hanggang 6 na talampakan lang ang layo sa isa't isa.
  - Hikayatin ang mga virtual na pagpupulong gamit ang mga video conferencing app para sa mga pulong ng mga magulang at guro at pulong ng staff, kahit naroon ang lahat ng staff.
- Dapat magpanatili ang mga nasa hustong gulang ng 6 na talampakang distansya mula sa mga bata at teenager hangga't maaari habang tinutugunan ang kanilang mga pangangailangan sa pag-unlad at pagkatuto.

- Kung hindi posibleng manatiling magkalayo ng 6 na talampakan, panatilihing maikli ang pakikipag-ugnayan hangga't maaari, tiyaking magsuot ng mga pantakip sa mukha, at isaalang-alang na magsuot ng face shield bukod pa sa pantakip sa mukha, upang makapagbigay ng karagdagang proteksyon sa mata.

Mga face mask at telang pantakip ng mukha

Nakakatulong ang mga face mask at telang pantakip sa mukha na mapigilang makahawa ng iba ang mga tao sa pamamagitan ng pagpigil sa mga respiratory droplet bago liparin ang mga ito. Isa ito sa mahahalagang hakbang upang maprotektahan ang staff at mga bata mula sa COVID-19.

- Ang lahat ng nasa hustong gulang at batang 10 taong gulang pataas ay kailangang magsuot palagi ng mga face mask o telang pantakip sa mukha sa ibabaw ng kanilang ilong at bibig.
    - Hindi maaaring pumasok sa gusali ang staff, miyembro ng pamilya 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 (sa ganoong kaso, dapat silang magsuot ng alternatibong pantakip sa mukha, gaya ng face shield na may tela sa ilalim, maliban kung nagbigay ang isang medikal na propesyonal ng nakasulat na pagbubukod sa alternatibong ito ng kinakailangang pantakip sa mukha). Magkaroon ng supply ng mga pantakip sa mukha para sa mga indibidwal na nakalimutang magdala nito.
    - Dapat magsuot ng mga pantakip sa mukha ang mga miyembro ng pamilya kapag maghahatid at magsusundo ng bata at teenager.
- Dapat gumamit ng mga pantakip sa mukha ang mga batang 2-9 na taong gulang hangga't maaari, lalo na 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 makasalamuha ng mga bata ang staff at mga bata mula sa iba pang cohort, halimbawa, sa paghatid at pagsundo, at sa mga daanan, banyo at palaruan sa labas.
    - Kung magkasakit ang isang bata pagkarating niya at naghihintay ng sundo.
- Inirerekomenda ang mga muling nagagamit na telang face mask kaysa sa mga surgical mask, na dapat na nakalaan sa mga medikal na tauhan, at maaaring ipadala sa mga pamilya upang malabhan.
- Iwasang alisin ang mga bata sa mga programa o pagdidisiplina sa kanila kung hindi sila nakasuot ng pantakip sa mukha. Patuloy silang hikayatin at paalalahanang isuot ang kanilang pantakip sa mukha. Ang isang batang hindi nagsusuot ng pantakip sa mukha sa bahay ay maaaring mahikayat na magsuot ng pantakip sa mukha sa isang lugar kung saan may suot ang lahat ng staff at bata.

Ang malawakang paggamit ng pantakip sa mukha ay maaaring makabawas nang malaki sa pagkalat ng impeksyon, kahit na may iilang bata na hindi makapagsuot ng pantakip sa mukha. Ang tuloy-tuloy na paggamit ng pantakip sa mukha ng mga nasa hustong gulang ay napakahalaga sa pagpigil sa pagkalat ng COVID-19, dahil ang maraming kaso ng COVID-19 sa mga setting na may teenager ay sa staff na nasa hustong gulang na nahawa sa komunidad.

Mga hindi kasali sa mga telang pantakip sa mukha; paggamit ng mga face shield

- Ang mga batang 0-1 taong gulang ay hindi dapat magsuot ng pantakip sa mukha dahil baka makahadlang ito sa kanilang paghinga.
- Kapag ang isang tao ay walang malay, tulog, o hindi maalis ang pantakip sa mukha nang mag-isa.
- Hindi kasama rito ang mga bata at teenager na may mga dokumentadong medikal o sikolohikal na kontraindikasyon sa mga pantakip sa mukha. Kasama na rito ang mga bata at teenager na hindi kayang tiisin ang mga pantakip sa mukha dahil sa autism o pagiging sensitibo ng pandama, o mga bata at teenager na hindi kayang alisin nang mag-isa ang pantakip sa mukha dahil sa developmental delay o kapansanan.
- Ang staff na may medikal na kontraindikasyon na nadokumento ng isang provider ng serbisyong medikal sa isang pantakip sa mukha ay maaaring payagang magsuot ng face shield na may nakataling tela sa ilalim na nakaipit sa itaas ng kanilang kamiseta. Gayunpaman, hindi ito itinuturing na kasing bisa ng pantakip sa mukha sa pagpigil sa pagkalat ng impeksyon. https://covid19.ca.gov/masks-and-ppe/
- Ang staff na nagtatrabaho kasama ng mga bata at teenager na may problema sa pandinig ay maaaring gumamit ng clear mask (isang disposable o tela na pantakip sa mukha na may clear na harap). Kung hindi ito posible, maaari ding gumamit ng face shield na may nakabalot na tela na nakaipit sa kamiseta. Dapat magsuot ng pantakip sa mukha ang staff sa ibang pagkakataon, halimbawa, sa mga lugar na para lang sa staff.
- Huwag gumamit ng mga face shield kapalit ng mga pantakip sa mukha maliban kung talagang kinakailangan, kagaya kapag nagtatrabaho kasama ng mga bata at teenager na may problema sa pandinig. Walang patunay na nakakatulong ang mga face shield na hindi makahawa ng iba ang may suot nito.
- Pag-isipang gumamit ng face shield bilang karagdagan sa face mask o telang pantakip sa mukha. Nagbibigay ng karagdagang proteksyon sa mata ang mga face shield para sa nagsusuot nito. Kapag ginamit kasama ng mask o pantakip sa mukha, hindi na kailangan ng nakabalot na tela.

Hygiene ng kamay

Naaalis ng madalas na paghuhugas ng kamay sa loob ng hindi bababa sa 20 segundo 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 staff, mga bata at teenager 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 isang espasyo, bago at pagkatapos gumamit ng kagamitang ginagamit din ng ibang tao tulad ng mga keyboard ng computer.
- Kailangang may hand sanitizer o lugar para makapaghugas ng kamay kapag papasok ang bawat espasyo at common area (mga work room ng staff, 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 espasyo sa labas

Kapag mas maganda ang sirkulasyon ng sariwang hangin, mapapababa ang panganib na mahawa sa pamamagitan ng "pag-dilute" sa anumang nakakahawang respiratory droplet gamit ang 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 pisikal na aktibidad.
- 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. Kapag pinahintulutang ng kalusugan at kaligtasan, pag-isipan ding iwanan ang mga pinto ng silid nang bahagyang nakabukas upang bigyang-daan ang pagdaloy ng sariwang hangin papasok sa espasyo sa loob.
- 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-priyoridad na paramihin ang nakukuhang sariwang hangin at bawasan ang hanging paikot-ikot lang, kaysa gawing mas mabisa ang filter sa panahon ng pandemya ng COVID-19.

Para sa detalyadong gabay sa bentilasyon mula sa SFDPH, tingnan ang *"Interim Guidance: Ventilation for Non-Healthcare Organizations During the COVID-19 Pandemic"* sa https://sfcdcp.org/covid19 .

Limitahan ang paghihiraman

- Hangga't maaari, limitahan ang paghihiraman ng mga art supply, supply sa paaralan, manipulative, at iba pang materyal na madalas na hinahawakan. Kung posible, bigyan ng sariling set ng mga supply ang bawat bata at teenager.
- 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 gagamitin ang mga palaruan sa labas/palaruang bahagi ng kalikasan, kailangan lang ng mga ito ng regular na pagmementina. Tiyaking maghuhugas o magsa-sanitize ang mga bata ng kanilang mga kamay bago at pagkatapos gamitin ang mga espasyong ito. Kapag pinag-uusapan ang tungkol sa hygiene ng kamay, hindi kailangang linisin at i-disinfect ang mga palaruan sa labas sa pagitan ng paggamit ng mga cohort.

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 Ahensya sa Pagprotekta sa Kapaligiran (Environmental Protection Agency, 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 para sa COVID-19 sa mga surface na madalas hawakan tulad ng mga hawakan ng pinto, mesa, countertop, telepono, keyboard, switch ng ilaw, hawakan, kubeta, at gripo.
- Sa regular na paglilinis, ang paglilinis pagkatapos ng paggamit ng taong pinaghihinalaang may COVID-19 o may kumpirmadong kaso ng sakit na ito ay ***gumagamit ng mga parehong panlinis at disinfectant,*** ngunit 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.
- Para sa mga detalye, sumangguni sa mga alituntunin ng Mga Center para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (Center for Disease Control and Prevention, CDC) tungkol sa "Paglilinis at Pag-disinfect ng Iyong Pasilidad (Cleaning and Disinfecting Your Facility)" sa https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html at sa mga alituntunin ng CDC para sa paglilinis ng mga paaralan at pasilidad ng komunidad sa https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/cleaning-disinfection.html#Cleaning
- Tandaang maaaring makalito ang salitang "deep cleaning," at hindi ginagamit ng CDC ang terminong ito.

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.

- Pampublikong transportasyon: Magsuot ng mga pantakip sa mukha, magpanatili ng hindi bababa sa 6 na talampakang physical distancing hangga't maaari, at maglinis ng kamay pagkadating.
- Mga carpool at magkakasamang pagsakay: Abisuhan ang staff at pamilya na makipag-carpool sa parehong stable 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 sasakyang ginagamit para sa mga layuning ito.

[1] CDPH Outpatient Healthcare Facility Infection Control Recommendations for Suspect COVID-19 Patients (Mga Kalusugan sa Kalusugan ng 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

Paghatid at pagsundo

Hindi dapat magtitipon-tipon at makikipagsalamuha ang mga bata, teenager at magulang/tagapangalaga mula sa iba't ibang bahay sa oras ng pagdating at pag-uwi, dahil nagkakaroon ng oportunidad na kumalat ang COVID-19 sa komunidad.

Limitahan ang pakikisalamuha ng staff sa mga pamilya sa paghatid at pagsundo

- Huwag pagsabay-sabayin ang oras ng pasok at uwian para mabawasan ang pakikisalamuha, at gumamit ng iba't ibang pasukan/labasan para sa bawat cohort kapag posible.
- Maglagay ng marka sa mga espasyo nang may 6 na talampakang distansya para sa mga bata at teenager na naghihintay na makapasok sa gusali at para sa mga nasa hustong gulang na naghihintay na makapagsundo ng mga bata. 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.
- Iatas ang mga pantakip sa mukha para sa mga miyembro ng pamilyang naghahatid o nagsusundo ng mga bata at teenager.

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 pantakip sa mukha upang makakain at makainom. Kadalasang kumakain ang mga bata at teenager gamit ang kanilang kamay, at kadalasang hinahawakan ng mga bata at nasa hustong gulang ang kanilang mga bibig gamit ang kanilang kamay habang 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 ng mga bata at teenager upang sila ay marinig.

- Mas ligtas na kumain sa labas ng gusali kaysa sa loob. 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. Magtalaga ng kainan para sa bawat grupo, 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, posibleng umupo ang mga bata nang mas malapit sa isa't isa.
- Ilagay ang mga pagkain o meryenda sa magkakahiwalay na plato o bag, sa halip na mga pagkaing pinagsasaluhan na parang pampamilya.
- Paglayu-layuin ang mga bata at teenager hangga't maaari kapag kumakain, at subukang ayusin ang mga upuan nila sa paraang hindi sila magkakaharap. Lalong mahalaga ang physical distancing kapag kumakain, dahil hindi makakapagsuot ng mga pantakip sa mukha.
- Tiyaking maghuhugas kaagad ng kamay ang mga bata at teenager at staff o gagamit kaagad sila ng hand sanitizer bago at pagkatapos kumain. Partikular na bigyang-pansin ang mga batang mahilig magsubo ng kamay/dinidilaan ang pagkain sa kanilang kamay.
- Dapat subukan ng staff hangga't maaari na magpanatili ng hindi bababa sa 6 na talampakang distansya mula sa mga batang walang suot na mga pantakip sa mukha, lalo na kung kumakain sila sa loob ng gusali. Dapat tandaan ng staff na magsuot ng mga pantakip sa mukha kung kumakain ang mga bata.

- Linisin at i-disinfect ang mga mesa at upuan sa pagitan ng paggamit ng iba't ibang cohort. Kung kumakain sa labas ng gusali, hindi kailangang i-disinfect ang mga bangketa at aspalto.

Mga espasyo para sa staff: mga opisina, pahingahan at pinagtatrabahuhang kwarto

Kadalasang hindi itinuturing ng staff 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.

- Dapat subukan ng staff na huwag kumain kasabay ng ibang staff, lalo na sa loob ng gusali. Isa itong karaniwang paraan kung paano nalalantad ang staff sa COVID-19 sa trabaho.
- Magpaskil ng paunawang nagpapaalala sa staff na magpanatili ng distansyang 6 na talampakan mula sa isa't isa, panatilihing nakasuot ang kanilang mga pantakip sa mukha maliban na lang kung kakain, maghugas ng kamay bago at pagkatapos kumain, at i-disinfect ang kanilang lugar pagkatapos itong gamitin.
- Subukang gumawa ng pribadong lugar sa labas kung saan maaaring kumain at magpahinga ang staff.
- Buksan ang mga bintana at pinto upang dagdagan ang bentilasyon sa mga espasyo para sa staff.

Sports at mga aktibidad

Mas malaki ang posibilidad ng transmisyon kapag nag-eehersisyo dahil sa potensyal ng malapitang pakikisalamuha at mas madalas na paghinga. Kailangan ng sports para sa teenager ng espesyal na pagsasaalang-alang at mga espesyal na pag-iingat. Dapat sumunod sa mga alituntuning ito ang anumang programang kinasasangkutan ng sports o physical education, gayundin ang lahat o ilang parte ng programming nito.

- Dapat ganapin sa labas ang lahat ng sports, pisikal na pagkukundisyon, at pagsasanay.
- Dapat magpanatili ang mga kalahok ng hindi bababa sa 6 na talampakang distansya. Hindi pinapahintulutan ang sports na nag-aatas ng mas malapit na pakikisalamuha. Ang pagkundisyon sa katawan at indibidwal na pagsasanay upang suportahan ang nasabing sports (ibig sabihin, pagtakbo sa mga drill, pag-ensayo ng mga kasanayan, at pagsasagawa ng calisthenics) ay pinapahintulutan hangga't makakapagpanatili ng 6 na talampakang distansya ang mga kalahok sa lahat ng oras.
- Dapat suotin ng lahat ng kalahok ang mga pantakip sa mukha sa lahat ng oras (dapat iwasan ng mga kalahok na mapagod nang sobra dahil maaari nitong gawing mas mahirap ang pagsusuot ng mga pantakip sa mukha).
- Limitahan ang pagpapahiram ng kagamitan ng mga teenager sa isang cohort. Madalas na linisin ang anumang kagamitang ginagamit ng iba’t ibang tao. Huwag ipagamit sa iba’t ibang cohort ang isang kagamitan maliban kung nalinis at na-disinfect na ito.
- Hindi maaaring makipaglaro ang mga teenager sa ibang teenager na mula sa ibang cohort.
- Hindi pinapahintulutan ang mga tournament, event, at kumpetisyon.
- Pakitingnan ang gabay ng estado kaugnay ng Sports para sa Teenager sa https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Youth-Sports-FAQ.aspx.

Mga mag-aaral na nakakatanggap ng mga espesyal na serbisyo

- Ang mga therapist at iba pang nagsusuportang staff ay itinuturing na mahalagang staff at dapat silang pahintulutan sa site na magbigay ng mga 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 clear na screen o barrier para sa privacy.

Iba pang aktibidad

- 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.
- Hindi pinapayagan ang mga field trip sa kasalukuyan dahil sa potensyal na mas maraming mahawaan. Manatiling updated sa gabay ng estado at lokal.

Ang dapat gawin kapag may isang tao na may pinaghihinalaan o kumpirmadong kaso ng COVID-19

Sumangguni sa *"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 para sa impormasyon tungkol sa:

- Mga hakbang na isasagawa kapag may staff o bata at teenager na may mga sintomas ng COVID-19, nalantad (halimbawa, may nagpositibong magulang o kapatid), o kumpirmadong may COVID-19.
- Pagbalik sa mga programa matapos magkaroon ng mga sintomas ng COVID-19, malapitang pakikisalamuha, o kumpirmadong COVID-19.

Kapag may mga sintomas ng COVID-19 ang isang bata at teenager o miyembro ng staff

- Ang staff na nagkaroon ng mga sintomas sa trabaho ay dapat mag-abiso sa kanyang supervisor at umalis sa trabaho sa lalong madaling panahon. Para sa gabay ng SFDPH tungkol sa kung kailan maaaring bumalik sa trabaho ang mga empleyadong may mga sintomas ng COVID-19, tingnan ang https://sfcdcp.org/rtw.
- Ilagay ang mga bata at teenager na may sakit sa nakahiwalay na lugar, malayo sa iba pang bata at teenager, hanggang sa masundo na sila. Tiyaking palaging isusuot ng mga bata at teenager ang kanilang mga pantakip sa mukha.

- Kapag may dumating nang magulang o tagapag-alaga, isaalang-alang na samahan ang batang maglakad palabas upang salubungin siya sa halip na payagan ang magulang o tagapag-alaga na pumasok sa gusali. Dahil karaniwan na ang mga batang may COVID-19 ay nahawahan ng magulang o iba pang nakakatanda sa kanilang bahay, maaaring may COVID-19 din ang magulang.
- Hikayatin ang mga kapamilya ng mga mag-aaral at staff na may mga sintomas ng COVID-19 na magpa-test kaagad bago sila makahawa sa mga mag-aaral at staff.
- 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.
- Maaaring bumalik sa mga programa ang mga bata at teenager kapag natugunan nila ang mga pamantayan sa "Kapag pinaghihinalaan o kumpirmadong may COVID-19 ang isang tao: Mabilisang Gabay para sa Mga Paaralan, Pag-aalaga ng Bata, at Mga Programa para sa Mga Bata at Teenager." May available din na handout para sa magulang na, "Para sa Mga Magulang at Tagapag-alaga: Mga Pagsusuri sa Kalusugan para sa COVID-19 para sa Mga Bata at Teenager/Kung May Mga Sintomas ang Iyong Anak." Nasa http://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare ang parehong dokumento.

Kapag nagpositibo sa COVID-19 ang isang bata at teenager o miyembro ng staff

- Makipag-ugnayan sa Hub para sa Mga Paaralan at Pag-aalaga ng Bata ng SFDPH para sa paghingi ng payo at gabay sa
  (415) 554-2830, Pindutin ang 1 para sa COVID-19, pagkatapos ay pindutin ang 6 para sa Mga Paaralan Schools-childcaresites@sfdph.org
- **Makipagtulungan sa SFDPH upang matukoy ang staff, mga bata at teenager at iba pang tao sa programa a malapitang nakasalamuha** ng taong may COVID-19. Ang mga indibidwal na malapitang nakasalamuha ay dapat abisuhan, may alam kung paano magpasuri, at nakakaunawa kung kailan sila o ang kanilang anak makakabalik sa programa, na kadalasang 14 na araw mula nang huli silang malantad. Sumangguni sa "*Frequently Asked Questions (FAQ): COVID 19 Contact Tracing At Schools, Childcares, and Programs for Children and Youth (Mga Madalas Itanong (FAQ): Contact Tracing para sa COVID-19 sa Mga Paaralan, Childcare, Programa para sa Mga Bata at Teenager)"* sa http://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare.
- **Isara ang mga lugar na ginamit ng taong may COVID-19 hanggang sa maaari nang linisan at i-disinfect ang mga ito.**
- **Makipag-ugnayan sa staff at mga pamilya.**
  Panatilihin ang pagiging kumpidensyal ng bata, pamilya ng teenager, o miyembro ng staff na may COVID-19 ayon sa ipinag-aatas ng Batas sa Mga American na may Kapansanan (Americans with Disabilities Act), Batas sa Mga Karapatan at Pagkapribado sa Edukasyon ng Pamilya (Family Education Rights and Privacy Act), at posible na sa Batas sa Portability at Accountability ng Insurance sa Kalusugan (Health Insurance Portability and Accountability Act, HIPAA).

Mga Resource

Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng San Francisco (SFDPH)

- **Mga Paaralan at Hub ng Pangangalaga sa Bata ng SFDPH** para sa mga paghingi ng payo 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

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 https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19

- "*Ano Ang Dapat Gawin Kung Pinaghihinalaan o Kumpirmadong May COVID-19 ang Isang Tao: Mabilis na Gabay para sa Mga Paaralan, Childcare, at Programa para sa Mga Bata at Teenager*" sa https://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare
- *"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 (Frequently Asked Questions, FAQ): Contact Tracing para sa COVID-19 sa Mga Paaralan, Childcare, at Programa para sa Mga Bata at Teenager,"* sa https://sfcdcp.org/CovidSchoolsChildcare
- *"Ang Dapat Gawin kung may Isang Taong Nagpositibo sa COVID-19 sa Lugar ng Trabaho"* https://www.sfcdcp.org/covid19 sa ilalim ng Mga Negosyo at Employer.
- *"Pagtatapos sa Pag-isolate o Pagbabalik saTrabaho para sa Mga May Kumpirmado o Pinaghihinalaang COVID-19"* https://www.sfcdcp.org/rtw
- *"Interim Guidance: Ventilation for Non-Healthcare Organizations During the COVID-19 Pandemic"* https://sfcdcp.org/covid19

California Department of Public Health (CDPH)

- *"Guidance for Small Cohorts/Groups of Children and Youth*" (Gabay para sa Maliliit na Cohort/Grupo ng Mga Bata at Teenager)
  https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/small-groups-child-youth.aspx
- *"Youth Sports Questions and Answers"* (Mga Tanong at Sagot Tungkol sa Sports para sa Kabataan)
  https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Youth-Sports-FAQ.aspx

Mga Center para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (CDC)

- Guidance for Schools and Childcare (Gabay para sa Mga Paaralan at Pag-aalaga ng Bata)
  https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/index.html
- Guidance for Child Care Programs that Remain Open (Gabay para sa Mga Programa sa Pag-aalaga ng Bata na Nananatiling Bukas)

https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-childcare.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/clean-disinfect/index.html