



**Mga Programa para sa mga Bata at Kabataan:  
Pangangalaga ng Bata, Mga Programa Pagkatapos ng Klase, at Mga Day Camp**

**Disyembre 10, 2021**

Ang gabay na ito ay binuo ng Departamento ng Pamublikong Pangkalusugan ng San Francisco (SFDPH) para sa lokal na paggamit. Ipapaskil ito sa <https://sfdcph.org/school>.

**Buod ng mga pagbabago mula noong 11/05/2021**

Ang mga pangunahing pagbabago ay naka-highlight sa buong dokumento sa **berdeng kulay**.

- Pinahihintulutan na ngayon ng mga rekomendasyon sa panloob na pagsusuot ng mask ang ganap na nabakunahang mga manlalaro ng mga palaro na magtanggap ng mga mask habang nagsasanay sa mga panloob kung ang lahat ng miyembro ng koponan, kabilang ang mga coach/tauhan na nasa hustong gulang, ay ganap na nabakunahan
- Ang rekomendasyon para sa pisikal na distansya kapag tumutugtog ng mga instrumentong hinihipan ay binawasan mula 6 na talampakan hanggang 3 talampakan
- Ang mga kinakailangan sa pagsusuri para sa eksempyon ng mask sa mga palaro/aktibidad ay nalalapat lamang sa mga hindi ganap na nabakunahan

**MADLA:** Ang mga programa para sa mga bata at kabataan, kabilang ang mga programa sa pangangalaga ng bata, mga programa paglabas ng bata sa paaralan, mga day camp, palaro sa kabataan, mga sentro ng pag-aaral ng komunidad, at iba pang mga programang panglibangan at pang-edukasyon para sa mga bata sa labas ng paaralan. Kasama sa pangangalaga ng bata ang mga sentro ng pangangalaga ng bata; pasilidad sa pagpapaunlad ng bata; mga tahanan ng pangangalaga sa bata ng pamilya; mga preschool, transitional kindergarten, pre-kindergarten at mga programa sa kindergarten na hindi bahagi ng isang elementarya. Ang mga programang transitional kindergarten (TK) na bahagi ng isang elementarya at mga programang pinapatakbo ng mga paaralang TK-12 ay dapat sumangguni sa [SFDPH guidance for TK-12 Schools](#).

**LAYUNIN:** Upang matulungan ang mga programa para sa mga bata at kabataan na maunawaan ang mga kasanayan sa kalusugan at kaligtasan na kailangan para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 sa kanilang mga programa.

Ang mga rekomendasyon sa ibaba ay batay sa pinakamahusay na agham na magagamit sa ngayon at ang kasalukuyang antas ng paghahatid ng COVID-19 sa San Francisco. Ang mga ito ay maaaring magbago habang lumalabas ang mga bagong kaalaman at mga pagbabago sa paghahatid ng lokal na komunidad. Maaari din na magbago ang mga rekomendasyon habang tumataas ang bilang ng mga taong ganap na nabakunahan para sa COVID-19.

## Mga Nilalaman

Mga pangunahing mensahe.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Mga Pamamaraan at protokol .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Magtatag ng protokol sa kalusugan at kaligtasan ng COVID-19. ....	3
Mga Kinakailangang Palatandaan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Mga diskarte upang maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 .....	4
Isulong ang pagbabakuna sa COVID-19. ....	4
Magsuot ng mask sa mga panloob. ....	4
Pagsusuri.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Pagbutihin ang bentilasyon at gumamit ng mga panlabas na espasyo. ....	7
Manatili sa bahay habang sinusuri ang mga sintomas ng may sakit/nasa bahay. ...	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Kalinisan ng kamay: Sundin ang mga protokol pre-COVID. ....	9
Paglilinis at pagdidisimpekta: Sundin ang mga protokolng pre-COVID maliban kung mayroong kaso ng COVID-19.....	10
Hindi kailangan ang pisikal na distansya.....	10
Hindi kinakailangan ang pag-gugrupo. ....	11
Palakasan, sayaw, mga instrumento ng hangin, pag-awit, at mga kaugnay na aktibidad .....	11
Pagsusuri sa mga panloob na mga aktibidad na hindi eksempsyon sa pagsusuot ng mask.....	11
Pag-uulat at pag-abiso ng mga kaso ng COVID-19. ....	12
Mga karagdagang hakbang para mabawasan ang panganib ng COVID-19 sa mga aktibidad na mas mataas ang panganib.....	12
Mga Partikular na Sitwasyon.....	14
Transportasyon.....	14
Mga pagkain at meryenda. ....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Mga madalas itanong: Ano ang mga pinapayagan .....	15
Ano ang dapat gawin kapag ang isang tao ay may mga sintomas, impeksyon, o pagkakalantad sa COVID-19.....	16
Kapag ang mga kawani, bata o kabataan ay may mga sintomas ng COVID-19 habang nasa lugar... <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
Kapag may nag-ulat ng positibong pagsusuri, sintomas, o pagkakalantad sa COVID-19. .... <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
Ang pagbabalik sa paaralan pagkatapos ng mga sintomas ng COVID-19, pagkakalantad, o isang positibong pagsusuri.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Mga Mapagkukunan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

## Mga Pangunahing mensahe

**Ang pagbabakuna sa COVID-19 ng mga kawani, karapat-dapat na bata, at miyembro** ng pamilya ay isa sa mga pinakamabisang paraan upang mabawasan ang panganib ng COVID-19 sa mga programa para sa mga bata at kabataan. Ang mga nabakunahang nasa hustong gulang at kabataan ay tumutulong din sa pagbibigay ng proteksyon sa mga mas bata na hindi pa karapat-dapat para sa pagbabakuna.

## Mga Pamamaraan at protokol

Magtatag ng mga protokol sa kalusugan at kaligtasan ng COVID-19.

- **Magtalaga ng isang pakikipag-ugnayan sa COVID-19** upang maging isang punto ng pakikipag-ugnayan sa bawat lugar para sa mga tanong, alalahanin, o pagkakalantad. Ang taong ito ay magsisilbi din na tagapag-ugnay sa SFDPH.
- **Lumikha ng plano** na naglalarawan kung ano ang gagawin ng iyong programa upang sundin ang mga kinakailangan sa patnubay na ito at sa anumang nauugnay na Direktiba o Kautusang Pangkalusugan, kabilang ang Direktiba sa Pangkalusugan Blg. 2020-14, para sa mga programa para sa mga bata at kabataan, sa <https://www.sfdph.org/dph/alerts/coronavirus-health-directives.asp>.
  - Regular na i-update ang iyong plano upang ipakita ang mga pagbabago sa gabay ng COVID-19 at lokal na paghahatid.
  - Ibahagi ang iyong plano sa mga kawani, pamilya, at iba pang miyembro ng iyong komunidad.
- **Magtatag ng mga nakasulat na protokol** para sa kung ano ang gagawin ng iyong paaralan o programa kung ang isang tao sa programa ay nalantad sa COVID-19, may mga sintomas ng COVID-19 o mga pagsusuring positibo para sa COVID-19. Tingnan sa [SFDPH's Guide to COVID-19 Infections, Symptoms and Exposures at Schools and Programs for Children](#).
- Dapat sundin ng mga empleyado ang Cal/OSHA COVID-19 Prevention Emergency Temporary Standards, sa <https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/ETS.html>.
- Dapat din na sundin ng mga lisensyadong tagapagbigay ng pangangalaga sa bata ang mga kinakailangan sa mga abiso sa impormasyon ng CDSS at CCLD na tagapagbigay.
- Huwag ibukod ang mga bata at kabataan dahil sa mga kondisyong medikal na maaaring magpapataas sa kanilang panganib ng malubhang COVID-19. Hayaang magpasya ang pangkat ng medikal at pamilya ng bata kung ligtas para sa kanila na pumasok.

Mga Kinakailangang Palatandaan.

Ang mga programa ay dapat magpaskil ng mga sumusunod na palatandaan:

- **[Best practices for COVID-19 prevention](#)**  
Magpaskil sa lahat ng pampublikong mga pasukan.
- **[Get Vaccinated, SF!](#)**  
Magpaskil sa mga silid ng pahingahan ng kawani at iba pang mga lugar ng tauhan.

Ang mga palatandaang ito ay magagamit sa iba't ibang mga laki at kulay sa [sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19](https://sf.gov/outreach-toolkit-coronavirus-covid-19). Ang toolkit ay mayroon din na iba't ibang mga palatandaan, poster at fact sheet sa COVID-19

## Mga diskarte upang maiwasan ang pagkalat ng COVID-19

### Isulong ang pagbabakuna sa COVID-19.

- Hikayatin na magpabakuna laban sa COVID-19 ang mga tauhan, boluntaryo, bata na nasa edad na para magpabakuna, at miyembro ng pamilya.
- **Limitahan ang mga hindi kinakailangang bisita na hindi buong nabakunahan**, kasama ang mga boluntaryo at aktibidad na kinasasangkutan ng mga panlabas na grupo.

Ano ang ibig sabihin ng ganap na mabakunahan para sa COVID-19?

Ang isang tao ay buong nabakunahan kung hindi bababa sa 2 linggo mula nang makuha nila ang ika-2 dosis ng bakuna na Pfizer-BioNTech o Moderna COVID-19, o isang dosis ng bakunang Johnson & Johnson.

### Magsuot ng mask sa mga panloob.

*Maaaring pigilan ng mga mask ang pagkalat ng impeksiyon, sa pamamagitan ng pag harang ng mga respiratory droplet bago sila makapaglakbay sa hangin. Ang mga ito ay isang mahalagang diskarte sa pag-iwas sa mga panloob na espasyo.*

- Kinakailangan ang mga mask sa mga panloob para sa lahat ng 24 na buwan at mas matanda, kahit na sila ay ganap na nabakunahan para sa COVID-19. **Bumuo ng mga protokol para ipatupad ang mga kinakailangan sa mask. Dapat magsuot ng mask ang mga kawani at boluntaryo kahit na wala ang mga bata at kabataan.**
- Ang mga mask ay dapat na maayos na nakasuot at nakatakip sa bibig at ilong. Ang mga scarf at iba pang maluwag na panakip sa mukha ay hindi pinapayagan. Ang mga mask sa mukha ay hindi dapat magkaroon ng balbula sa pagbuga.
- Magtabi ng suplay ng mga mask para sa mga taong nakakalimutang magdala ng sarili nila.
- Hindi kailangan ang mga mask sa labas. Inirerekomenda ang mga ito sa labas kapag hindi posible ang pagdistansya sa pagitan ng mga tao sa iba't ibang sambahayan, halimbawa, para sa mga atleta na nasa tabi habang naglalaro o nanonood sa mga kinatatayuan.
  - Siguraduhin na ang mga batang may suot ng mask ay hindi labis na uminit sa mainit na panahon.

### Mga Eksempyon sa pagsusuot ng mask.

- Ang mga batang wala pang 24 na buwang gulang ay hindi dapat magsuot ng mga mask, dahil sa panganib na hindi makahinga.
- Mga taong walang malay, natutulog, o hindi nakapag-iisa na magtanggap ng mask.
- Habang nakikilahok sa mga sumusunod na aktibidad:
  - Mga palaro sa tubig, tulad ng paglangoy, water polo, o diving, habang nasa tubig ang mga kalahok. Dapat magsuot ng mask ang mga kalahok kapag wala sa tubig.

- Wrestling o ilang mga martial art kung hindi maaaring magsuot ng mask sa panahon ng mga laban. Ang mga kalahok ay dapat magsuot ng mask kapag hindi aktibong nakikibahagi sa isang laban.
- Ang mga Competitive cheer o gymnastic sa mga aktibidad tulad ng pag-tumbling o paglipad, kung saan ang mask ay maaaring makahadlang sa paningin. Ang mga kalahok ay dapat magsuot ng mga mask sa ibang pagkakataon.
- Para sa mga instrumento ng hangin (woodwind, brass), ang mga takip na instrumento ay maaaring gamitin nang mayroon o walang binagong mask (mga slit mask na may bukana para sa mouthpiece). Hangga't maaari, inirerekumenda na panatilihin ang hindi bababa sa 3 talampakan na distansya sa pagitan ng mga musikero.
- Para sa lahat ng iba pang panloob na mga palaro na hindi nabanggit sa itaas, ang mga **ganap na nabakunahang indibidwal** ay maaari din na magtanggap ng kanilang mga mask habang nagsasanay kung:
  - Ang lahat ng miyembro ng koponan o klase (kabilang ang mga coach, katulong at iba pang tauhan) ay ganap na nabakunahan AT
  - Walang mga miyembro ng grupo na hindi nabakunahan dahil sa medikal o eksempyon sa relihiyon AT
  - Ang grupo ay isang matatag na pangkat ng mga indibidwal na regular na nagkikita sa kabuuan ng palaro (hindi kasama dito ang mga kaganapan/programa o pagsubok sa isang araw) AT
  - Walang mga bisita, manonood, o iba pang mga gumagamit sa espasyo sa pagsasanay o klase.
  - Dapat magsuot ng mga mask sa panahon ng mga kumpetisyon kasama ang ibang mga koponan o grupo.
  - Kung mayroong sinumang miyembro ng pangkat o klase na hindi nabakunahan, lahat ay dapat magsuot ng mask sa lahat ng oras.
  - Ang mga katayuan ng pagbabakuna ng lahat ng indibidwal ay dapat mapatunayan, maitala, at maging handa sa SFDPH kapag hiniling.
- Ang mga medikal na eksempyon sa mga mask ay nangangailangan ng tala o iba pang dokumentasyon mula sa isang doktor, nurse practitioner, o iba pang lisensyadong medikal na propesyonal na nagsasanay sa ilalim ng lisensya ng isang manggagamot. Hindi pinapayagan ang sariling patunay at patunay ng magulang para sa eksempyon ng mask.
- Ang mga taong may medikal na eksempyon sa mga mask ay dapat magsuot ng takip sa mukha na may drape sa ibaba, o iba pang hindi mahigpit na alternatibo, kung pinahihintulutan ito ng kanilang kondisyon.
- Sa mga limitadong sitwasyon kung saan hindi magagamit ang mask para sa pedagogical o developmental na dahilan (hal., pakikipag-usap sa maliliit na bata o sa mga may espesyal na pangangailangan), maaaring gumamit ng takip sa mukha na may drape sa halip na mask, kung ang nagsusuot ay nagpapanatili ng pisikal distansya sa iba. Dapat magsuot ng mask sa ibang pagkakataon.

Para sa higit pang impormasyon sa mga eksempyon sa mga mask, tingnan sa [CDPH Face Mask guidance](#), [CDPH Face Masks Questions and Answers](#), [CDPH TK-12 guidance](#), [CDPH Schools Questions](#)

[and Answers](#) and [San Francisco Health Order C19-07](#).

## Pagsusuri.

*Ang pagsusuri ay pinaka-kapaki-pakinabang kapag ang mga tao ay mas malamang na mahawahan, halimbawa, pagkatapos ng malapit na pakikipag-ugnayan sa isang taong may COVID-19, sa mga aktibidad na mas mataas ang panganib tulad ng panloob na mga palaro, at kapag mataas ang antas ng komunidad sa COVID-19. Hindi gaanong kapaki-pakinabang ang pagsusuri kapag mababa ang posibilidad ng impeksyon, halimbawa, para sa mga taong ganap na nabakunahan para sa COVID-19, na may mga aktibidad na mababa ang panganib tulad ng mga aktibidad sa silid-aralan, at kapag mababa ang antas sa komunidad ng COVID-19.*

- Ang SFPDPH ay nangangailangan ng pagsusuri sa mga **kalahok at tauhang hindi buong nabakunahan para sa COVID-19 sa mataas na kontak na panloob na mga laro na may mga kadahilanan na hindi naka mask**. Ang mga laro na ito ay: water polo, wrestling, at ilang mga martial arts na may sparring. Tingnan ang mga [See mask exemptions](#).
  - **Lingguhan dapat ang pagsusuri gamit ang PCR, iba pang nucleic acid amplification na pagsusuri (NAAT), o antigen na pagsusuri.**
  - Kung tumanggi ang mga kalahok sa pagsusuri, maaaring hindi sila makalahok sa palaro.
  - Ang hindi nabakunahan na mga tauhan ay dapat na pumirma sa isang inilabas na impormasyon para sa mga resulta ng pagsusuri na ibabahagi sa paaralan o programa, o mangako sa pag-abiso sa paaralan o programa sa loob ng 1 oras ng isang positibo o hindi tiyak na resulta, at sa loob ng 24 na oras ng isang negatibong resulta.
- Inirerekomenda din ng CDPH para sa mga lugar ng paaralan, lingguhang pagsusuri sa mga bata at kabataan sa mga panloob na aktibidad kung saan hindi maaaring magsuot ng mga mask, anuman ang katayuan ng mga pagbabakuna. Nalalapat ang rekomendasyong ito sa lahat ng mga programa at aktibidad na nagaganap sa isang lugar ng paaralan, kahit na ang aktibidad ay hindi pinangangasiwaan o pinapatakbo ng paaralan. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan ang CDPH K-12 Schools Guidance. Ang mga paaralan at programa para sa mga bata at kabataan ay dapat sumunod sa mga kinakailangan sa pagsusuri para sa mga aktibidad sa mga panloob na may eksempyon sa mask na hindi lalampas sa **Setyembre 27, 2021**.

**Buod ng tsart ang pinagsam-samang mga kinakailangan sa pagsusuri para sa mga aktibidad na may mga eksempyon sa mask**

Akibidad	Hindi kaakibat sa paaralan	Sa isang lugar ng paaralan o pinangangasiwaan/inorganisa ng isang paaralan (kahit hindi sa oras ng paaralan)
Panloob na mababa o katamtamang kontak: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paglangoy at pagsisid;</li> <li>• Mga Competitive cheer o gymnastic kung hindi mask;</li> <li>• Mga instrumento ng hangin kung walang slit mask/bell na may takip at 3-talapampakan ang distansya.</li> </ul>	Hindi kailangan.	Ang lahat ng kalahok, kawani, at mga boluntaryo na hindi pa ganap na nabakunahan ay dapat masuri nang hindi bababa sa isang beses sa isang linggo (PCR/NAAT o antigen).
Panloob na may mataas na kontak: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Water polo;</li> <li>• Wrestling, kung hindi nakamask;</li> <li>• Ang ilang mga martial art na may sparring, kung hindi nakamask.</li> </ul>	Ang lahat ng mga kalahok, kawani, at mga boluntaryo na <b>hindi pa ganap na nabakunahan</b> ay dapat masuri nang hindi bababa sa isang beses sa isang linggo (PCR/NAAT o antigen).	Ang lahat ng mga kalahok, kawani, at mga boluntaryo na <b>hindi pa ganap na nabakunahan</b> ay dapat masuri nang hindi bababa sa isang beses sa isang linggo (PCR/NAAT o antigen).

Pagbutihin ang bentilasyon at gumamit ng mga panlabas na espasyo.

*Ang mataas na sirkulasyon ng hangin sa labas ay nagpapababa ng panganib ng impeksyon sa pamamagitan ng "pagtunaw" ng anumang mga nakakahawang droplet sa paghinga sa panlabas na hangin. Ang pagiging nasa labas ay mas mababa ang panganib.*

Mga panlabas na espasyo.

- Gumawa ng maraming aktibidad sa labas hangga't maaari, lalo na ang mga meryenda/pagkain at pag-ehersisyo.
- Ang mga panlabas na istruktura ay dapat sumunod sa mga alituntunin sa bentilasyon ng SFDPH para sa mga panlabas na mga istruktura, sa <https://www.sfdph.org/dph/files/ig/Guidance-Shared-Outdoor-Spaces.pdf>.

## Mga panloob na espasyo.

Ang magandang bentilasyon ay nagpapababa sa bilang ng mga patak ng paghinga sa hangin sa pamamagitan ng pagpapalit ng panloob na hangin ng sariwang hangin at/o pagsala ng mga patak mula sa hangin. Ito ay isa pang mahalagang hakbang upang maiwasan ang COVID-19.

**Sa panahon ng wildfire o iba pang mga oras kung kailan masama ang kalidad ng hangin, unahin ang pagpapanatili ng malusog na kalidad ng hangin sa mga panloob. Maaaring manatiling bukas ang iyong programa kahit na kailangan mong isara ang iyong mga bintana o bawasan ang paggamit ng hangin sa labas ng iyong sistema ng bentilasyon sa mga panahong ito. Ipagpatuloy ang iba pang pag-iingat, lalo na ang pagsusuot ng mask. Maaaring makatulong ang mga portable air cleaner (HEPA filters).**

Suriin sa [CDPH Ventilation Guidance](#). Kasama sa mga pangkalahatang rekomendasyon ang:

- Buksan ang mga bintana upang mapataas ang natural na bentilasyon na may panlabas na hangin kapag pinapayagan ang kalusugan at kaligtasan. Pag-isipang iwanang bahagyang nakabukas ang mga pinto ng silid upang maisulong ang daloy ng hangin sa labas sa silid.
- Kung ang mga bukas na bintana ay nagdudulot ng panganib ng pagkahulog para sa mga bata, gumamit ng mga kandado ng bintana upang maiwasan ang pagbukas ng mga bintana ng higit sa 4 na pulgada, o iba pang mga kagamitang pangkaligtasan upang maiwasan ang pagkahulog.
- Huwag hawakan o i-wedge ang mga bukas na pinto ng apoy. Patuloy na sundin ang mga kinakailangan sa kaligtasan ng sunog at gusali.
- Kung ang iyong gusali ay may HVAC system (tinatawag din na mechanical ventilation, forced air, o central air),
  - Tiyaking tingnan ng propesyonal ang iyong HVAC na sistema para masiguradong gumagana ito nang maayos.
  - Buksan ang mga panlabas na damper ng hangin at isarado ang mga damper ng recirculation (“mga economizer”). Lalong padadamihin nito ang hangin galing sa labas na nasasagap ng HVAC na sistema at mababawasan ang hangin sa loob na pinapaikot ulit.
  - Kung puwede kang gumamit ng mga mas mahusay na filter ng hangin na hindi nababawasan ang aloy ng hangin o nasisira ang iyong HVAC na sistema, gumamit ng mga filter ng hangin na may rate na MERV13 o higit pa.
  - Huwag paganahin "ang mga kontrol para sa bentilasyon na nakokontrol ayon sa pangangailangan" para mapanatili na tumatakbo ang mga bentilador kahit na hindi kailangang painitin o palamigin ang silid.
  - Kung may takdang oras ang iyong HVAC na sistema, ilagay ito para tumakbo ito nang hindi bababa sa 1-2 oras bago magbukas ang gusali hanggang sa 2-3 oras pagkaalis ng lahat sa gusali, kasama ang mga tauhan na tagapag-linis.
- Isaalang-alang ang paggamit ng mga portable na mga panglinis ng hangin (“mga HEPA filter”).
- Kung gumagamit ang iyong programa ng mga bentilador, i-adjust ang direksyon ng mga bentilador para hindi bumuga ang mga ito mula sa espasyo ng isang tao patungo sa espasyo ng isa pang tao.





Para sa karagdagang impormasyon, tingnan:

- <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/ventilation.html>
- <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Interim-Guidance-for-Ventilation-Filtration-and-Air-Quality-in-Indoor-Environments.aspx>

Manatili sa bahay kapag may sakit/suriin ang sintomas sa bahay.

*Hindi gaanong epektibo sa pag-iwas sa pagkakaroon ng COVID-19 sa mga programa kung tatanungin ang mga tao ng tungkol sa mga sintomas pagdating nila. Mas mahalagang sabihan ang mga taong manatili sa bahay kung mayroon silang sakit.*

Tiyaking alam ng mga tauhan, boluntaryo, at pamilya ng mga bata ang mga sintomas ng COVID-19. Sabihan ang mga taong manatili sa bahay kung mayroon silang sakit.

- Magbigay ng isang listahan ng mga sintomas ng COVID-19 sa mga tauhan, mga boluntaryo at pamilya ng mga bata. Tiyaking alam nilang manatili sa bahay kung mayroon silang mga sintomas. **Ang mga paaralan at programa ay hindi kailangang kumpirmahing sinuri ng mga tao ang form araw-araw o nangongolekta ng mga tugon sa mga katanungan**

Ang SFDPH ay lumikha ng isang sampol na handout para sa mga pamilya, [Para sa Mga Magulang at Tagapangalaga: Sintomas at Pagsuri ng Pagkalantad sa COVID-19](https://www.sfdcp.org/school), sa [sfdcp.org/school](https://www.sfdcp.org/school).

- Hikayatin ang mga miyembro ng pamilya ng mga bata at tauhan na agad na magpasuri kung mayroon silang mga sintomas ng COVID-19. Mapapababa nito ang panganib ng pagkalat ng impeksyon sa mga tao sa iyong programa.
- Hindi inirerekomenda ng SFDPH ang mga pagsusuri ng temperature.

Hikayatin ang mga tauhan, bata at kabataan na wala pang kumpletong bakuna para sa COVID-19 na mag [kuwarantina at magpasuri pagkagaling sa paglalakbay](#), tulad ng inirekomenda ng CDC.

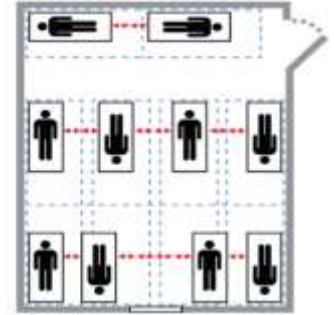
- Inirekomenda ng SFDPH, ngunit hindi kinakailangan, ang mga tauhan at mag-aaral na sundin ang mga rekomendasyon ng CDC para sa paglalakbay sa <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html>.
- Maaaring hilingin ng mga programa sa mga kawani at mag-aaral na hindi pa ganap na nabakunahan para sa COVID-19 na maghintay para sa pagtatapos ng panahon ng kuwarantina na inirekomenda ng CDC bago bumalik sa programa pagkatapos ng paglalakbay.

Kalinisan ng kamay: Sundin ang mga protokol ng pre-COVID.

*Ang regular na pagdidisimpekta upang maiwasan ang COVID-19 ay hindi na inirerekomenda para sa mga programa para sa mga bata at kabataan. Ang mga ibabaw ay hindi isang makabuluhang ruta ng pagkahawa.*

- Sundin ang mga pangkalahatang pag-iingat sa kalusugan bago ang COVID-19 para sa paghuhugas ng kamay. Hindi kinakailangan ang mas madalas na paghuhugas ng kamay para sa COVID-19. [https://cchp.ucsf.edu/sites/g/files/tkssra181/f/standardprecen020305\\_adr.pdf](https://cchp.ucsf.edu/sites/g/files/tkssra181/f/standardprecen020305_adr.pdf).
- Mas epektibo ang paghuhugas ng kamay gamit ang sabon kumpara sa hand sanitizer. Opsyonal ang hand sanitizer, kung madaling makapag hugas ng kanilang mga kamay ang mga tao gamit ang sabon at tubig sa lababo.

- Ilayo ang hand sanitizer sa maliliit na bata, at subaybayan ang paggamit nito.
  - Ang Departamento ng Pampublikong Pangkalusugan ng California (CDPH) ay hindi nagrerekomenda ng hand sanitizer para sa mga batang wala pang 24 na buwang gulang.
  - Tumawag sa Poison Control sa 1 800 222 1222 kung ang nalumod hand sanitizer.



Paglilinis at pagdidisimpekta: Sundin ang mga protokol ng pre-COVID maliban kung mayroong kaso ng COVID-19.

*Hindi na inirerekomenda ang regular na pag-disimpekta para maiwasan ang COVID-19 sa mga programa para sa mga bata at kabataan. Ang mga kontaminado na ibabaw ay hindi isang makabuluhang ruta ng pagkahawa.*

- Araw-araw na linisan ang mga ibabaw na madalas hawakan.
- Hindi kailangang linisin sa bawat paggamit ang mga materyal na gawa sa papel na tulad ng mga aklat at magazine.
- Ang mga palaruan sa labas ay hindi kailangan na linisin at disimpektahin sa pagitan ng mga grupo.

Ang karagdagang pagdidisimpekta ay inirerekumenda lamang kung ang isang taong may COVID-19 ay naroroon sa loob ng huling 24 na oras; malinis AT disimpektahin ang mga puwang na sinakop ng taong iyon sa oras na iyon. Para sa karagdagang impormasyon, tingnan

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html>.

Hindi kailangan ang pisikal na distansya.

*Nakakabawas ang pisikal na pagdistansya sa panganib ng COVID-19 mula sa mga respiratory droplet. Hindi gaanong mahalaga ang pisikal na pagdistansya kapag nakasuot ng mask sa mukha ang mga tao, mataas ang mga rate ng pagbabakuna, at mababa ang pagkalat ng COVID-19.*

**Hindi na kailangan ang pisikal na distansya maliban sa mga instrumentong hangin sa mga panloob** (maliban kung ang mga mag-aaral ay sinusuri linggu-linggo). Hindi inirerekomenda ng SFDPH ang pisikal na distansya kung lilimitahan nito ang ganap na pagpapatala. Ang mga programang nagpasyang gumamit ng pisikal na distansya upang higit na mabawasan ang panganib sa COVID-19 ay dapat na:

- Bigyan ng prayoridad ang ganap na pagpapatala kaysa sa pisikal na distansya.
- Pagbalanse ng distansya sa pagitan ng mga mas bata sa mga pang-unlad at sosyo-emosyonal na pangangailangan ng pangkat ng edad na ito.
- Isaalang-alang ang madiskarteng paggamit ng pisikal na distansya para sa mga aktibidad na may mas mataas na panganib, sa halip na magpatupad ng distansya sa buong araw, halimbawa:
  - Habang nagsasayaw, nag-eehersisyo o kumakanta.
  - Kapag hindi nakasuot ng mga mask ang mga batang hindi pa nabakunahan, halimbawa, habang kumakain at umiidlip.
  - Pagpapahiga sa mga bata nang head-to-toe kapag oras ng pag-idlip (tingnan ang dayagram).

- Sa maraming sitwasyon, mas makakabawas sa panganib ng COVID-19 ang gumawa ng mga aktibidad sa labas na may mas mataas na panganib kumpara sa pagpapatupad ng distansya sa mga panloob.

### Hindi kinakailangan ang pag-gugrupo.

Ang pag-gugrupo ay isang maliit na hindi nagbabagong grupo na binubuo ng mga parehong tauhan at bata bawat araw. Kapag pinananatili ang mga tao sa mga paggrupo, nababawasan ang panganib na malantad sila sa pamamagitan ng paglimita sa bilang ng mga taong nakakaugnayan nila. Hindi ito gaanong mahalaga kapag mababa ang bilang ng pagkahawa sa komunidad.

Hindi inirerekomenda ng SFDPH ang pag-gugrupo kung malilimitahan nito ang ganap na pagpapatala. Dapat gawing priyoridad ng mga programa ang ganap na pagpapatala kaysa sa mahigpit na pag-gugrupo.

- Puwedeng maging bahagi sa mahigit isang grupo ang mga tauhan at boluntaryo.
- Puwedeng lumahok ang mga bata sa mahigit isang grupo bawat araw.
  - Halimbawa, puwedeng sumama ang isang bata sa isang regular na grupo sa halos buong araw, at dumalo din sa isang elektibo sa pagluluto at mamili sa pagitan ng arts at crafts, pagsasayaw, o mga laro na aktibidad sa hapon.
- Pinapayagan ang mga pang-isang araw at drop-in na programa. Puwedeng magdagdag ang mga programa ng mga bagong bata at kabataan sa anumang oras.
- Walang pinakamadaming laki na grupo.
- Maaaring isaalang-alang ng mga programa ang nakatalagang pagkakaupo, pagdodokumento kung sino ang magkatabi habang kumakain at nag meryenda, at iba pang mga paraan ng pagsubaybay na nasa loob ng 6 na talampakan ng layo sa iba araw-araw.

### Mga palaro, sayaw, mga instrumento ng hangin, pagkanta, at mga kaugnay na aktibidad

*Ang mga palaro, sayaw at mga aktibidad na kinasasangkutan ng pag-awit, pagkanta, pagsigaw, at pagtugtog ng mga instrumento ng hangin ay mas mataas ang panganib para sa COVID-19 dahil ang mga tao ay humihinga ng mas maraming hangin at humihinga nang mas malakas kapag ginagawa ang mga aktibidad na ito. Ang panganib ay mas mataas sa loob ng bahay kaysa sa labas, at mas mataas nang walang mask.*

- Ang mga aktibidad na ito ay pinapayagan sa labas.
- Ang mga mask ay dapat na isuot sa mga panloob, maliban sa mga aktibidad na tinukoy sa ilalim ng mga eksempyon sa mask na nasa itaas.

Pagsusuri para sa mga panloob na aktibidad na hindi kasama sa eksempyon ng mask.

- Ang mga panloob na aktibidad na hindi kasama sa eksempyon ng mask ay pinapayagan sa mga panloob, ngunit maaaring mangailangan ng regular na pagsusuri para sa COVID-19 (Tingnan [Testing](#)).
- Ang mga instrumento ng hangin ay maaaring tugtugin sa mga panloob gamit ang isa sa mga sumusunod:

- Ang mga instrumentong may takip AT **3-talampakan ang pisikal na distansya**, o
- Ang pagsusuri sa COVID-19 sa lahat ng kalahok (Tingnan [Testing](#)).

## Pag-uulat at pag-abiso ng mga kaso ng COVID-19.

Ang mga paaralan, programa, at taga-organisa ng kaganapan ay dapat:

1. Ipaalam sa SFDPH ang mga positibong pagsusuri sa loob ng 1 oras, natukoy man sa panahon ng nasa lugar na pagsusuri o ipinaalam sa koponan o nag-organisa.
2. Tukuyin at abisuhan ang mga indibidwal na nagkaroon ng malapit na pakikipag-ugnayan sa isang kaso ng COVID-19, **kabilang ang iba pang mga koponan o referee**, sa loob ng 1 araw (1business day).
3. Kung sinabihan ng isa pang pangkat ang tungkol sa isang positibong kaso, tukuyin at abisuhan ang malalapit na kontak sa koponan, at ipaalam sa SFDPH ang pagkakalantad sa [cases.schools@sfdph.org](mailto:cases.schools@sfdph.org).
4. Ang mga liga at paligsahan/mga kaganapang multi-team ay dapat magtatag ng mga pamamaraan para sa pag-abiso sa ibang mga koponan at referee ng isang positibong kaso ng COVID-19 na nangyayari sa panahon ng kumpetisyon.

## Mga karagdagang hakbang para mabawasan ang panganib ng COVID-19 sa mga aktibidad na mas mataas ang panganib.

Ipatupad ang panloob na pagsusuot ng mask:

- Ipatupad ang mga kinakailangan sa mask para sa mga boluntaryo at manonood pati na din sa mga kalahok at kawani.
- Ang mga mask ay dapat isuot sa mga panloob para sa panloob na kompetisyon at pagtatanghal, alinsunod sa [CDPH Guidance for the Use of Face Coverings](#) at [San Francisco Health Orders](#).
- Inirerekomenda ang mga mask sa labas kapag ang pagdistansya sa pagitan ng mga kabahayan ay hindi praktikal o posible, halimbawa, para sa mga atleta sa nasa tabi o mga manonood sa kinatatayuan.

## Lubos na hinihikayat o nangangailangan ng pagbabakuna sa COVID-19.

*Mahigpit na inirerekomenda ang pagbabakuna para sa COVID-19 para sa lahat ng kalahok na nasa sapat na gulang upang maging karapat-dapat para sa pagbabakuna, gayundin sa mga coach, tauhan at mga boluntaryo.*

*Ang pagkakaroon ng ganap na pagbabakuna sa lahat sa iyong liga ay lubos na makakabawas sa panganib ng paghahatid ng virus sa mga kasamahan sa koponan at sa pagitan ng mga koponan, at mapoprotektahan ang mga koponan laban sa matinding karamdaman, pagkakaospital, at kamatayan. Babawasan din nito ang pagkagambala sa mga aktibidad ng pangkat, dahil ang mga indibidwal na ganap na nabakunahan ay hindi kinakailangang mag-kuwarantina kung sila ay malapit na kontak sa isang kaso ng COVID-19.*

- Hinihikayat ang mga liga, koponan, at paligsahan/kaganapan na hilingin na ang lahat ng karapat-dapat na kalahok at tauhan ay ganap na mabakunahan para sa COVID-19.

- Kapag mataas ang hawahan, isaalang-alang ang pagkansela ng mga palaro na mataas ang panganib at mga ekstrakurikular na aktibidad maliban kung ang lahat ng kalahok ay ganap na nabakunahan, gaya ng inirerekomenda ng [CDC Guidance for COVID-19 Prevention in Schools](#).

Ilipat ang mga aktibidad na mas mataas ang panganib sa labas, kapag praktikal.

- Pag-eehersisyo, pisikal na pagkondisyon at pagsasanay, kabilang ang mga kasanayan at laro.
- Cheer, stunt, drill team, atbp
- Mga hinihipang instrument.
- Choir, o anumang pag-awit.
- Drama at sayaw.

Pigilan ang pagkalat ng COVID-19 sa labas ng field.

- Paalalahanan ang mga kalahok at pamilya na ang COVID-19 ay madalas na kumakalat sa labas ng larangan, lalo na sa mga sitwasyon kung kailan ang mga grupo ay nagpabaya sa kanilang pagbabantay at kumakain o nakikihalubilo nang hindi nakasuot ang kanilang mga mask (mga salo-salo pagkatapos ng laro, locker room, carpool).
- Mataas ang panganib ng mga locker room dahil madalas na masikip at mahina ang bentilasyon.
  - Sabihin sa mga manlalaro na dumating ng nakabihis na para maglaro hangga't maaari.
  - Gumamit lamang ng mga locker room para magpalit o gumamit ng banyo. Huwag gamitin ang locker room para sa coaching o pregame, halftime o mag-usap pagkatapos ng laro.
  - Iwasang magkaroon ng magkaibang koponan na gumamit ng locker room nang sabay.
  - Tiyakin ang paggamit ng mask sa mga silid ng locker.
  - Isaalang-alang ang pagsasara ng mga paliguan, dahil hindi maaaring magsuot ng mask habang naliligo, at upang bawasan ang oras na ginugugol sa mga locker room.
- Sundin ang patnubay sa ibaba para sa [shared transportation](#).

Paglalakbay.

- Kapag naglalakbay nang magdamag, ang mga miyembro ng koponan na hindi mula sa parehong sambahayan ay dapat matulog sa magkakahiwalay na mga silid o sa pare-parehong mga grupo kung magagawa. Panatilihin ang mga mask sa tuwing bumibisita sa mga silid ng hotel ng ibang miyembro.
- Ang pakikisalamuha sa ibang mga koponan ay mahigpit na hindi hinihikayat.
- Ang mga koponan na naglalakbay sa labas ng estado o sa labas ng Bay Area ay hinihikayat na sundin ang mga rekomendasyon ng CDC para sa [quarantine after travel](#).

## Mga Partikular na Sitwasyon

### Transportasyon.

*Dahil ang mga sasakyan ay maliit, mga nakapaloob na espasyo na hindi nagpapahintulot ng pisikal na distansya, mas mataas ang panganib ng mga ito sa pagkalat ng COVID-19. Ang pagbibisikleta at paglalakad ay mas mababa ang panganib kaysa sa mga magkakasama sa sasakyan.*

- Mga carpool at shared ride:
  - Sabihin sa mga kawani at pamilya na subukang mag-carpool sa parehong grupo ng mga tao.
  - Buksan ang mga bintana. Buksan ang bentilador ng malakas, na nakatutok sa labas na hangin.
  - Ituring ang sasakyan bilang isang panloob na espasyo: lahat ng nasa sasakyan ay dapat magsuot ng mask.
- Mga Bus at Van:
  - Ang mga mask ay kinakailangan para sa lahat ng nakasakay sa bus, kabilang ang mga driver. Ang mga driver ng bus ay dapat magdala ng suplay ng mga panakip sa mukha kung sakaling makalimutan ng isang estudyante ang kanila.
  - Palawakin ang espasyo sa pagitan ng mga tao mula sa iba't ibang sambahayan na hindi pa nabakunahan para sa COVID-19.
  - Panatilihin bukas ang mga bintana ng sasakyan kapag pinahihintulutan ng panahon at ligtas.
  - Buksan ang bentilador ng malakas, itutok sa labas na hangin.
  - Kung higit sa isang sasakyan ang ginagamit, halimbawa, para sa isang koponan ng palaro, magkaroon ng parehong mga tao na sumakay sa bawat oras, at subukang magtalaga ng mga grupo na nakikipag-ugnayan na sa isa't isa sa parehong sasakyan (hal. varsity vs JV, offense vs. defence).
  - Hindi na kailangan ang pagdidisimpekta para sa COVID-19 maliban kung may taong may COVID-19 na gumamit ng bus sa loob ng huling 24 na oras.
  - Hindi mo kailangang magtanong sa mga sumasakay tungkol sa mga sintomas at pagkakatamad bago sila sumakay.
- Walking School Buses:
  - Unahin ang kaligtasan sa tawiran.
  - Panatilihin ang isang talaan ng mga tauhan at mga mag-aaral sa walking school bus araw-araw.
  - Ang mga kagamitan sa labas tulad ng mga walking rope ay hindi nangangailangan ng karagdagang paglilinis. Sa halip, hayaang maghugas o magsanitize ng mga kamay ang mga bata at kawani bago hawakan ang kagamitan.
- Pamublikong transportasyon:
  - Dapat magsuot ang lahat ng mask kapag nasa pamublikong transportasyon o istasyon ng transportasyon (istasyon ng tren, istasyon ng subway), kahit kumpleto na sila sa bakuna,

alinsunod sa iniaatas ng kautusa ng Mas Ligtas na Sama-samang Pagbabalik ng San Francisco, CDPH, at CDC.

### Mga pagkain at meryenda.

*Ang sabay-sabay na pagkain ay mas mataas ang panganib para sa pagkalat ng COVID-19 dahil dapat tanggalin ng mga tao ang kanilang mga mask para makakain. Ang mga bata ay madalas na kumakain gamit ang kanilang mga kamay at ang mga tao ay madalas na hawakan ang kanilang mga bibig gamit ang kanilang mga kamay habang kumakain. Bilang karagdagan, ang mga pagkain ay karaniwang itinuturing na oras para sa pakikipag-usap nang sama-sama, na higit na nagpapataas ng panganib, lalo na kung ang mga tao ay dapat magsalita nang malakas upang marinig.*

- Kumain sa labas kapag may espasyo at maganda ang panahon.
- Dumistansya sa mga estudyanteng hindi pa nabakunahan kapag kumakain. Isaalang-alang ang nakatalagang upuan sa panahon ng pagkain upang masubaybayan ang malalapit na pakikipag-ugnay habang walang mask.
- Ang mga pagkain ay hindi kailangang isa-isahin na naka-plato o bag.
- Pag-isipang hilingin sa mga estudyante at kawani na magsuot ng panakip sa mukha sa pagitan ng mga pagkagat at paghigop.

### Mga Madalas Itanong: Ano ang mga pinapayagan

- Maaaring pumasok ang mga magulang at tagapag-alaga sa gusali para sa pagsundo at paghatid, kahit na hindi pa sila ganap na nabakunahan para sa COVID-19.
- Ang mga therapist na hindi empleyado ngunit nagbibigay ng mga direktang serbisyo sa mga bata sa lugar, tulad ng mga tagapagbigay ng ABA, occupational therapist, at physical therapist ay dapat pahintulatang magbigay ng mga serbisyo. Dapat din na payagan sa lugar ang mga tagabigay para sa matingnan ang paningin, pandinig, at ngipin.
- Mga pagdiriwang, pagtatanghal, at iba pang kaganapan na kinasasangkutan ng mga pamilya; mga paglilibot; at pinapayagan ang mga open house. Panatilihin ang talaan ng lahat ng mga taong dumalo. Makakatulong ito kung magpositibo sa COVID-19 ang isang tao sa isang kaganapan, tour o open house sa ibang pagkakataon.
- Maaaring gamitin ang mga drinking fountain.
- Ang mga mag-aaral ay maaaring magbahagi ng mga laruan, kompyuter, libro, palaruan, lugar ng paglalaruan, at area rug.
- Pinapayagan ang mga pagkain na ginawa ng pamilya.
- Ang pagsipilyo ng ngipin ng mga bata ay pinapayagan. Inirerekomenda ng CDC na ganap na mabakunahan para sa COVID-19 ang mga kawani na kasangkot sa pagsisipilyo.
- Lahat ng mga paghihigpit sa mga field trip ay inalis na. Maaari kang pumunta sa mga field trip sa mga panlabas o panloob na destinasyon. Maaari kang gumamit ng mga sasakyan na ginagamit din ng iba o pampublikong transportasyon ayon sa patnubay na nakabalangkas sa dokumentong ito. Ang mga mag-aaral, kawani at mga boluntaryo ay dapat magsuot ng mga mask sa mga panloob at sa sama-sama na nakasakay habang nasa field trip.
- Maaari mong ipagpatuloy ang mga pagsasanay sa fire drill.

- Maaari kang magdaos ng malalaking kaganapan tulad ng mga pagtitipon at sayawan hangga't sumusunod ang mga ito sa [mga alituntunin ng lungsod](#). Kung nagho-host ng malalaking kaganapan, mangyaring sundin [Mga rekomendasyon ng CDPH](#) para sa kung paano mabawasan ang panganib ng paghahatid; halimbawa, sa pamamagitan ng pag-aatas ng mga pagbabakuna para sa lahat ng karapat-dapat na dadalo, pagdaraos ng mga kaganapan sa labas hangga't maaari, paggawa ng plano kung paano matukoy ang malalapit na kontak, at iba pa.

## Ano ang dapat gawin kapag ang isang tao ay may mga sintomas, impeksyon, o pagkakatamtam sa COVID-19

Kapag nagkasakit ang mga tauhan o estudyante sa paaralan.

- Kung ang mabilisang pagsusuri ng antigen ay magagamit sa lugar, suriin ang tauhan o mag-aaral:
  - Kung ang pagsusuri ay negatibo, ang mga tauhan o estudyante ay maaaring manatili sa paaralan kung mabuti na ang pakiramdam nila. Hindi kailangang kumpirmahin ng PCR/NAAT ang resulta.
  - Kung ang pagsusuri ay positibo, sundin ang mga tagubilin sa [Gabay sa COVID-19 na mga Impeksyon, Sintomas at Pagkakatamtam sa Mga Paaralan at Programa para sa mga Bata](#).
- Kung ang mabilis na pagsusuri sa antigen ay hindi makukuha sa paaralan:
  - Dapat ipaalam ng tauhan sa kanilang superbisor at umalis sa trabaho sa lalong madaling panahon.
  - Pauwiin ang mga maysakit na estudyante. Panatilihin ang mga mag-aaral na naghihintay na kunin sa isang nakatalagang ligtas na espasyo. Siguraduhing nakasuot sila ng kanilang mga mask.
- Kapag dumating ang isang magulang o tagapag-alaga upang sunduin ang isang mag-aaral, hayaan ang mag-aaral na lumakad sa labas upang salubungin sila, kung maaari, sa halip na papasukin ang magulang o tagapag-alaga sa gusali. Ang magulang o tagapag-alaga ay maaari din na magkaroon ng COVID-19, dahil ang mga bata ay kadalasang nahawahan ng isang hindi nabakunahan na nasa hustong gulang sa kanilang tahanan.

Kapag may nag-ulat ng nagpositibo sa pagsusuri, sintomas, o pagkakatamtam sa COVID-19.

- Tingnan ang [Gabay sa COVID-19 na mga Impeksyon, Sintomas at Pagkakatamtam sa Paaralan at Programa para sa mga Bata](#) kung ano ang dapat gawin kung ang isang tao ay nasuring positibo para sa COVID-19 sa paaralan, may sintomas ng COVID-19, o malapit na nakipag-ugnay sa taong may COVID-19 .
- Ang mga paaralan ay dapat mag-report ng mga kaso ng COVID-19 sa SFDPH sa [cases.schools@sfdph.org](mailto:cases.schools@sfdph.org), ayon sa AB 86 (2021) at California Code Title 17, seksyon 2500, schools. Ang tauhan ng SFDPH ay makikipagtulungan sa mga paaralan na pangasiwaan ang mga kaso at magbibigay ng input sa susunod na hakbang, kabilang na ang paghihiwalay, kuwarantina, at pangangasiwa ng pagkalat.



Ang pagbabalik sa paaralan pagkatapos ng mga sintomas ng COVID-19, pagkakatantad, o isang positibong pagsusuri.

Sumangguni sa [Gabay sa COVID-19 na mga Impeksyon, Sintomas at Pagkakatantad sa Paaralan at Programa para sa mga Bata](#)

## Mga Mapagkukunan

Departamento ng Pampublikong Pangkalusugan ng San Francisco (SFDPH)

- **Hub ng Mga Paaralan at Childcare ng SFDPH** para sa konsultasyon at gabay sa COVID-19 (628) 217-7499 or [cases.schools@sfdph.org](mailto:cases.schools@sfdph.org)
- Gabay sa COVID-19 para sa publiko, kasama ang mga empleyado <https://www.sfdcp.org/covid19>.
- Gabay sa COVID-19 para sa mga paaralan sa <https://sfdcp.org/school>
  - [“Mabilisang Gabay para sa Mga Pinaghihinalaan o Kumpirmadong COVID-19”](#)
    - [“Handout para sa Magulang: Pagsusuri ng Sintomas at Pagkakatantad/Pagbalik sa Paaralan pagkatapos ng Mga Sintomas”](#)
- Outreach Toolkit for Coronavirus: <https://sf.gov/resource/2021/covid-19-outreach-toolkit>

Departamento ng Pampublikong Pangkalusugan ng California (CDPH).

- Estado ng California Ligtas na Paaralan para sa Lahat ng Hub: <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Child-Care-Guidance.aspx>
- Patnubay para sa Paggamit ng mga Panakip sa Mukha: <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/guidance-for-face-coverings.aspx>

Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

- Mga Paaralan at Programa sa Pag-aalaga ng Bata: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/index.html>
  - Patnubay para sa Pagpapatakbo ng Mga Programa ng Edukasyon sa Bata/Pag-aalaga ng Bata <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/child-care-guidance.html>.