

Stockton Unified School District COVID-19 Pagbabalik sa Paaralan

← WELCOME →

Plano sa Kalusugan at Kaligtasan



MULING PAGBUBUKAS NG MGA PAARALAN SA SUSD



PLANO SA KALUSUGAN AT KALIGTASAN SA PANAHOON NG COVID-19

Kinikilala ng SUSD ang krisis sa kalusugan na ito ay isang sitwasyon na pabago-bago at sinunod ang mga pagsisikap ng patnubay at koordinasyon ng San Joaquin County Public Health Services at mga rekomendasyon mula sa Center for Disease Control (CDC). Ang SUSD ay nakabuo ng mga komprehensibong hakbang sa Kalusugan at Kaligtasan, at nakipagsosyo sa mga lokal na ahensya upang magbigay ng suporta sa pamayanan, kasalukuyang impormasyon, at patnubay na tumutugon sa mga katanungan at mungkahi mula sa mga tagapaglaan, pamilya, at mga stakeholder. Ang mga patnubay at pagsasaalang-alang na ito ay batay sa pinakamahusay na magagamit na data ng kalusugan sa publiko sa ngayon. Habang lumalabas ang bagong data at kasanayan, maa-update ang patnubay.

Kami ay nagtataguyod ng mga bagong pamantayan sa loob ng aming mga paaralan at mga espasyo ng tanggapan- ang pag-unawa nito ay matatagalan at patuloy na positibong pampalakas upang turuan at malaman ang mga bagong paraan ng pagkatao. Hinihimok namin ang aming pamayanan na sumandal sa bagong normal na ito at lumikha ng isang ligtas na espasyong pisikal at emosyonal para sa lahat.

Ang Pangkalusugan at Kaligtasan na Plano ng SUSD ay nagbibigay ng patnubay para sa kinakailangang pangangasiwa at persobal na pagtuturo sa estudyante at naka-target na mga serbisyo sa suporta at para sa mga service provider, kabilang ang mga kawani ng site ng paaralan at iba pa, upang maunawaan ang kinakailangang mga kasanayan sa kalusugan at kaligtasan na kinakailangan upang maiwasan ang pagkalat ng COVID- 19 sa kanilang mga setting. Ang planong ito ay isinulat upang ibahagi sa publiko hinggil sa mga aksyon na isinagawa bilang pagsunod sa patnubay ng estado at county at upang maghanda para sa isang transisyonal na muling pagbukas.

Habang nagnanabiga kami sa bagong normal, dapat nating suportahan ang isa't isa sa pananatiling humble at flexible. Patuloy kaming natututo tungkol sa COVID-19 at ang aming mga plano ay mananatiling may kakayahang umangkop at ang pinakabagong patnubay ay lilitaw upang matiyak na mananatili kaming isang distrito na nagsisikap na maibigay ang pinakaangkop na pag-aaral at mga kapaligiran ng pagtatrabaho para sa lahat ng mga stakeholder.

Ang kakayahang umangkop ay susi habang sinusubukan naming mapanatili ang pagkalat ng COVID-19. Tulad ng payo ng CDC, ang lahat ng mga hakbang sa kaligtasan ay idinisenyo upang matiyak na ang aming pagbabalik sa mga aktibidad sa campus ay naayos at sinusunod ng lahat ng mga stakeholder. Tulad ng ating kaugalian na diwa, ang aming pamayanan ng SUSD ay magtutulungan kasama ang lahat ng mga stakeholder upang matiyak na ang lahat ng mga mag-aaral, pamilya, empleyado, at miyembro ng pamayanan ay kasangkot at natutugunan ang mga pangangailangan.



MGA REKOMENDASYON SA PAMPUBLIKONG KALUSUGAN



Ang planong ito ay ginawa gamit ang mga rekomendasyon mula sa San Joaquin County Public Health, San Joaquin County Office of Education, California Department of Public Health, California Department of Education and the Centers for Disease Control para matugunan ang mga kakaibang pangangailangan ng pamanayan ng ating paaralan.

MGA PAG-IINGAT SA KALUSUGAN PARA SA MGA ESTUDYANTE AT KAWANI

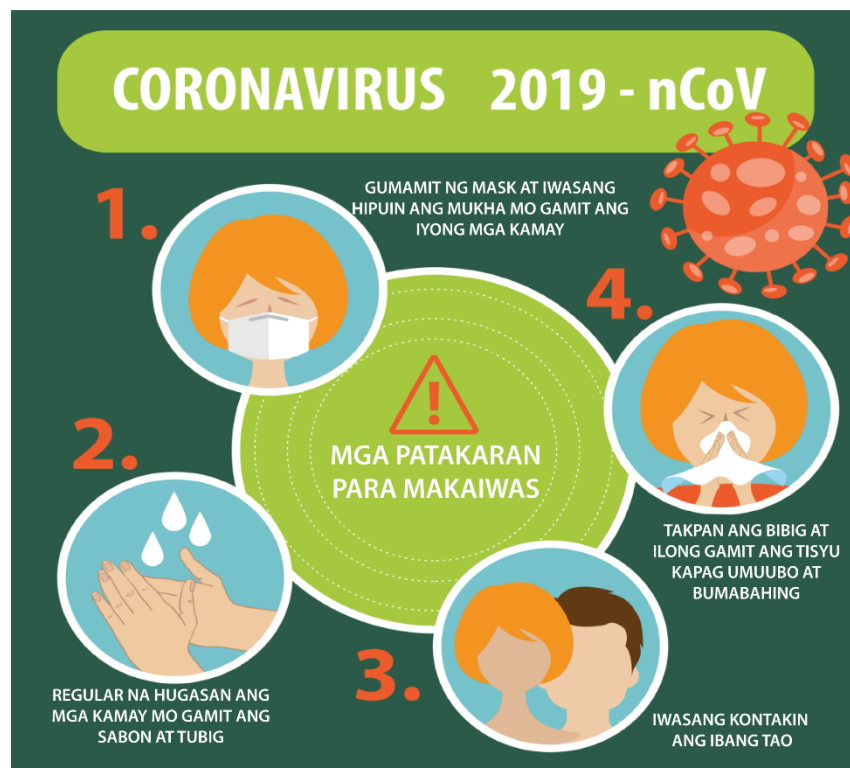
PAANO KUMAKALAT ANG COVID-19

Habang tinatalakay namin ang mga hakbang sa mitigasyon, mahalagang malaman ng aming komunidad kung paano kumakalat at kinokontrol ang COVID-19. Ang COVID-19 ay kadalasang kinakalat ng mga respiratoryong droplet na pinakawalan kapag ang mga tao ay nakikipag-usap, kumakanta, tumawa, umubo, o bumahing. Mayroon ding katibayan na ang virus ay kumakalat mula sa mga kontaminadong surface hanggang sa mga kamay at pagkatapos ay sa ilong, bibig, o mata, na nagdudulot ng impeksyon.

MGA PERSONAL NA PANG-IWAS NA PAMAMARAAN

Upang maiwasan ang karagdagang pagkalat at panatiliing bukas ang aming mga paaralan, ang aming mga estudyante at kawani ay kinakailangang gawin ang mga sumusunod na hakbang sa personal na pag-iwas:

- Physical distancing
- Kalinisan ng kamay
- Mga takip sa mukha
- Etiquette sa pag-ubo/pagbahing
- Pang-araw-araw na pagsusuri sa sintomas na screening ng kalusugan

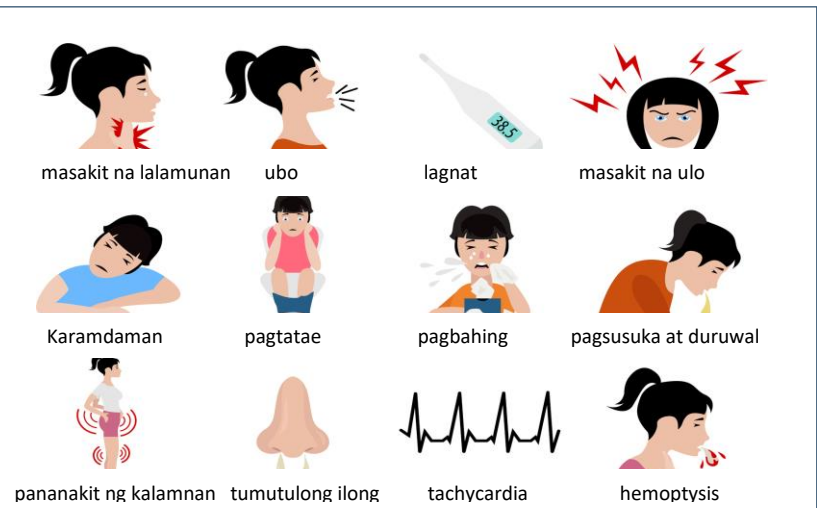




PANGKALUSUGANG PASSIVE (SARILING) SCREENING

- Ang kawani at mga estudyante ay dapat magsuri ng sarili nila para sa mga sintomas sa bahay araw-araw. Tinatawag itong *passive screening*.
- Kung may sakit ang tao o nagpapakita ng sintomas ng COVID-19, hindi sila maaaring pumasok sa paaralan at susunod sa Inaat sa Pananatili sa Bahay at Pagbabalik sa Paaralan (Pahina 30).
- Kasama sa mga senyales ng pagkakasakit ang lagnat o pangangatog (100.4 degrees o mas mataas), pag-ubo, kakapusan ng paghinga o hirap sa paghinga, kapaguran, pananakit ng kalamnan o katawan, masakit na ulo, bagong kawalan ng panlasa o pang-amoy, pagbabara o pagtulo ng ilong, pagduruwal o pagsusuka, at pagtatae ayon sa mga patnubay ng CDC.
- Ang sinumang estudyante i kawani na may temperatura na 100.4 degrees o mas mataas, o may senyales o sintomas ng pagkakasakit ayon sa Mga Inaat sa Pananatili sa Bahay ay uuwi. Dapat pumasok ang mga estudyante at kawani sa pamamagitan ng inaat na kontroladong lokasyon ng pagpasok at paglabas sa bawat site. Ang mga site ay maglalagay ng kontroladong lokasyon sa pagpasok at paglabas at sisiguruhin na ang kawani at mga estudyante ay nauunawaan at susunod sa mga pag-iingat sa pag-iwas sa sakit. Ang mga estudyante at kawaning lalapit sa pasukan ay dapat may suot na telang pantakip ng mukha (kung kaya). Ang mga pantakip sa mukha ay available sa mga walang sarili nito.

**MANATILI SA
BAHAY KUNG
MAYROON KANG
ANUMAN SA MGA
SINTOMAS NA ITO**



PROSESO SA PANG-ARAW-ARAW NA SCREENING NG ESTUDYANTE

- Ang mga estudyante ay dapat magsuri ng sarili nila para sa mga sintomads sa bahay araw-araw. Lahat ng mga estudyante ay kukumpleto ng Pang-araw-araw na Sariling Pagsusuri sa Sintomas na virtual survey. Kasama sa mga senyales ng pagkakasakit ang lagnat o pangangatog (100.4 degrees o mas mataas), pag-ubo, kakapusan ng paghinga o hirap sa paghinga, kapaguran, pananakit ng kalamnan o katawan, masakit na ulo, bagong kawalan ng panlasa o pang-amoy, pagbabara o pagtulo ng ilong, pagduruwal o pagsusuka, at pagtatae ayon sa mga patnubay ng CDC
 - Kung may sakit ang tao o nagpapakita ng sintomas ng COVID-19, hindi sila maaaring pumasok sa paaralan at susunod sa Inaat sa Pananatili sa Bahay at Pagbabalik sa Paaralan
 - Magpapaskil ng karatulang may mga paalala tungkol sa pagdidistansiya, mga mask, kalinisan ng katawan, mga patakaran sa pananatili sa bahay.
 - Ang mga magulang/tagapag-alaga at mga estudyante ay dapat magsuot ng telang pantakip sa mukha kung kaya.

- Kung posible, panatiliin ang magulang/tagapag-alaga kasama ng estudyante habang nagaganap ang pagsusuri, sakaling hindi mabuti ang pakiramdam ng estudyante para pumasok sa paaralan.
- Hinihikayat ang kawaning subaybayan ang kabutihan ng kalagayan ng estudyante:
- Magtanong para sa anumang senyales o sintomas ng pagkakasakit – kumusta ka ngayong araw na ito? May sakit ka ba?
- Tingnan ang tao para sa anumang nakikitang senyales ng sakit.
- Kung may anumang senyales ng sakit ang estudyante at wala ang magulang, ipadala sila sa designadong espasyo ng isolation para tawagan ang magulang at umuwi. Bigyan ang magulang ng papel ng impormasyon sa Pananatili sa Bahay.
- Kung hindi maabot ng kawani ang magulang, dapat i-isolate ang bata sa Lugar ng May-sakit na Estudyante sa pagsunod sa Mga Patnubay sa Pag-aalaga ng Mga May Sakit na Bata sa site hanggang maabot ang magulang.



ANG LAHAT NG TAO AY DAPAT MAGSAGAWA NG PHYSICAL DISTANCING

Magpanatili ng 6 na talampakan ng distansiya sa pagitan ng lahat ng indibiduwal. Sa karamihan ng mga kaso ang 6 na talampakan na distansiya ang inirerekumenda habang ang mga silid-aralan ay maaaring suportahan ang 3-talampakang radius sa pagitan ng mga mag-aaral (inirekomenda ng American Pediatrics Association). Ang pagpapanatili ng sapat na puwang ay isa sa mga pinakamahasag na magagamit na tool upang maiwasan ang pagkakalantad sa COVID-19 at mabagal ang pagkalat nito. Ang naaangkop na pisikal na distansiya ay maaaring maging mahirap mapanatili minsan, tulad ng paglalakad sa isang abalang pasilyo o sa maraming tao, na ginagawang mas mahalaga ang kinakailangang mga takip sa mukha.

MGA TAKIP SA MUKHA

Magsuot ng telang pantakip sa mukha.

- Ang pagsusuot ng telang pantakip sa mukha ay pumipigil sa isang tao na magkalat ng mga respiratoryong droplet habang nagsasalita, kumakanta, humihinga, o umuubo. Pangunahin silang nilalayon upang maprotektahan ang ibang mga tao kung sakaling ang nagsusuot ay hindi nalalaman na nahawahan (maraming mga tao ang nagdadala ng COVID-19 ngunit walang mga sintomas). Ang mga telang pantakip ng mukha ay hindi mga surgical mask, respirator, o personal protective equipment.

Pamproteksiyong Face Mask



Pinoprotektahan ng mga telang pantakip sa mukha ang ating komunidad mula sa pagkalat ng COVID-19:

- Mga Pantakip ng Mukha at Mga Ibang Mahalagang Pamproteksiyong Kagamitan: Ang mga inaatas ng CDPH sa pagtatakip ng mukha ay tutuparin at ipatutupad. Inaatasan ng SUSD ang mga empleyado, estudyante, at mga bisita sa mga pasilidad ng paaralan na magsuot ng mga mask o telang pantakip ng mukha.
- Ang mga mask at iba pang mga pantakip sa mukha ay isang simpleng hadlang upang makatulong na maiwasan ang mga respiratoryong droplet na makalakbay sa hangin at papunta sa ibang tao kapag nagsasalita tayo, umubo, o bumahing. Ang paggamit ng mask o pantakip sa mukha ay hindi kapalit ng physical distancing.
- Pangkalahatang Impormasyon at Patnubay:



- Ang lahat ng mga mask o takip ng mukha ay dapat na ganap na takpan ang ilong at bibig, nakaseguro sa ilalim ng baba, at ligtas na magkasya sa magkabilang panig ng mukha. Hindi nirerekomenda ng CDC ang paggamit ng mga mask na may exhalation valve o vent.
- Lahat ng kawani ng paaralan at mga estudyante sa ika-3 baitang at mas mataas ay dapat magsuot ng mga mask. Ang mga estudyante sa ika-2 baitang at mas mababa ay hinihikayat na magsuot ng mga mask o mga face shield. Ang dalawang taong gulang at mas matanda ay hinihikayat na magsuot ng takip sa mukha.
- Ang surgical at ibang medical-grade masks ay maaaring irekomenda para sa mga partikular na sitwasyon tulad ng:
 - Mga estudyante/kawani na nagkasakit sa paaralan
 - Kawani na nag-i-screen o nag-aalaga sa estudyante/kawani na may sakit
 - Kawani na nagtatrabaho kasama ng mga estudyante/kawani na kailangan ng suporta sa pag-aalaga ng kalusugan
 - Ang mga desk at mga pangkaligtasang shield na hinihiwalay ang mga estudyante mula sa isa't isa.
 - Habang nsasa school bus
 - Nakikipag-ugnayan sa trabaho, maging sa lugar ng trabaho o pagganap sa labas ng site ng trabaho, kapag:
 - ◊ Personal na nakikipag-ugnay sa sinumang miyembro ng publiko;
 - ◊ Pagtatrabaho sa anumang espasyo na binisita ng mga miyembro ng publiko, hindi alintana kung sinoman mula sa publiko ang naroroon sa oras na iyon.



Mga Face Shield

- Ang mga face shield ay maaaring gamitin ng mga guro upang pahintulutan ang mga estudyante na makita ang kanilang mga mukha at maiwasan ang mga potensyal na hadlang sa phonological na pagtuturo.
- Maaaring magsuot ng mga face shield bilang dagdag sa mga mask, pero hindi kapalit ng mask o pantakip sa mukha. (Mga pagbubukod sa pagsasaalang-alang sa nakadokumentong mga kondisyon sa respiratoryong kalusugan at mga kapansanan na pumipigil sa mga indibidwal mula sa pagsusuot ng mga maskara)
- Ang mga face shield na may telang takip ay maaaring gamitin sa mga hindi makakapagsuot ng mga takip sa mukha sa kadahilanang medikal. Ayon sa Cal/OSHA, ang mga konsiderasyon para sa mga face shield ay dapat kasama ang telang takip na nakakabit sa ilalim at naka-tuck in sa shirt.



Patnubay sa pang-araw-araw na paggamit ng mga pantakip samukha

- Gumamit ng kakalaba lang o malinis na pantakip sa mukha sa bawat pagbisita sa site.
- Linisin ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o hand sanitizer bago hawakan ang takip ng mukha.
 - Kung hindi mo pa ito nasusuot, ilapat ang takip ng iyong mukha bago pumunta sa lugar ng trabaho.
 - Iwasang kumain o uminom habang suot ang takip sa mukha.
 - Ang mga telang takip sa mukha ay dapat walang mga valve, dahil pinahihintulutan nito ang pagpapalabas ng droplet mula sa pantakip, na inilalagay sa peligro ang ibang malapit na tao. Hindi pahihintulutan ng SUSD ang mga pantakip ng mukha na may mga valve.





Paano alisin ang pantakip ng mukha

- Hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o hand sanitizer bago hawakan ang takip ng mukha. Iwasang hipuin ang harapan ng takip, na maaaring kontaminado.
- Hawakan lang ang pantakip sa mukha sa mga tali, band o loop.
- Itapon ang anumang disposable na takip sa mukha sa basurahan.
- Labhan ng kamay ang iyong telang pantakip ng mukha sa maligamgam na tubig at sabon o sa washing machine.
- Hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o gumamit ng hand sanitizer.

Ang telang pantakip ng mukha ay hindi dapat isuot sa mga sumusunod na sitwasyon:

- Mga batang bata, lalo na ang mga mas bata sa edad na 2.
- Inirekomenda ng isang doktor ang pag-iwas sa paggamit dahil sa isang umiiral na kondisyon, halimbawa mga indibidwal na may mga kondisyon sa respiratoryong kalusugan, tulad ng hika.
- Para sa mga may kapansanan sa pandinig, o nakikipag-usap sa isang taong may kapansanan sa pandinig, kung saan ang kakayahang makita ang kanilang bibig ay mahalaga para sa komunikasyon. Irerekomenda ang mga face shield sa sitwasyong ito.
- Pmga taong may medikal na kundisyon, kundisyon sa kalusugan ng pag-iisip, o kapansanan na pumipigil sa taong magsuot ng pantakip sa mukha. Kasama rito ang mga taong may kundisyong medikal kung kanino ang pagsuot ng pantakip sa mukha ay maaaring hadlangan ang paghinga o walang malay, walang kakayahan, o kung hindi man ay hindi maalis ang takip sa mukha nang walang tulong.
- Ang mga taong kumakain o umiinom, sa kundisyon na mapapanatili nila ang distansya na hindi bababa sa anim na talampakan ang layo mula sa mga taong hindi miyembro ng iisang sambahayan o tirahan.
- Mga taong nauugnay sa panlabas na trabaho o libangan kapag mag-isa.

Ang patnubay sa telang pantakip sa mukha ay batay sa kasalukuyang mga kautusan sa kalusugan ng publiko, subalit ang mga pamamaraang ito ay maaaring mabago kung ang karagdagang makabuluhang patnubay na ibinibigay.

How to Safely Wear and Take Of f a Mask

Paanong Ligtas na Isuot at Alisin ang Mask
 Maa-access: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-to-wear-cloth-face-coverings.html>

TAMANG ISUOT AN

- Hugasan ang mga kamay mo bago isuot ang iyong mask
- Itakip ito sa ilang at bibig mo at ipirmi sa ilalim ng iyong baba
- Subakang ipirmi ito nang tama ang bigit sa mga gilid ng mukha mo
- Sigurahing nakakahinga ka nang madali
- Hewag lagyan ng mask ang batang mas bata sa 2

GAMITIN ANG MASK PARA MAKATULONG NA PROTEKTAHAN ANG IBANG TAO

- Magsuot ng mask para makatulong na protektahan ang ibang tao sakaling may impeksiyon ka pero walang mga sintomas
- Laging panatiliin ang mask sa mukha mo kapag nasa publiko ka
- Hewag ilagay ang mask sa paligid ng leeg mo o sa noo mo
- Hewag hipain ang mask, at, kung bahawakan mo, linisin ang iyong mga kamay

SUNDIRIN ANG MGA PANG-ARAW-ARAW NA PANGKALUSUGANG KASAHAYAN

- Manatiling 6 na talampakan ang layo mula sa ibang tao
- Iwasan ang kontak sa mga taong may sakit
- Madalas hugasan ang mga kamay mo, gamit ang sabon at tubig, ng 20 segundo man lang bawat pagkakatona
- Gumamit ng hand sanitizer kung walaag sabon at tabig

MAINGAT NA ALISIN ANG IYONG MASK, KAPAG NASA BAHAY KA

- Alisin ang pagkakatili ng mga tali sa likod ng ulo mo o batakin ang mga ear loop
- Hawakan lang sa mga ear loop o mga tali
- Tiknaple nang magkasama ang mga panlabas na kanto
- Ilagay ang takip sa washing machine
- Hugasan ang mga kamay mo gamit ang sabon at tabig

Ang mga personal na mask ay hindi mga surgical mask o N-95 respirator, parehong dapat ilaan para sa mga health care worker at mga ibang medical first responder.

Para sa mga tugabalin sa paggawa ng telang pantakip ng mukha, tingnan ang: [cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)





MAGSAGAWA NG KALINISAN SA KAMAY

Madalas Hugasan o I-sanitize ang Mga Kamay

Ang lahat ng mga estudyante at kawani ay dapat madalas maghugas ng mga kamay. Kung walang sabon at tubig gumamit ng inaprubahan ng distritong mahigit sa 60% alcohol-based na hand sanitizer. Magbibigay ang distritong ito ng nakasulat na tagubilin at karatula sa tamang mga pamamaraan sa paghuhugas ng kamay. Ang mga sumusunod na patnubay ay nirerekomenda sa mga setting ng paaralan. Sa pinakamababa, ang mga ang mga estudyante at kawani ay dapat maghugas ng mga kamay nila o gumamit ng hand sanitizer:

- Sa pagdating sa site ng paaralan
- Bago umalis sa site
- Sa pagpasok sa anumang bagong silid-aralan
- Kapag gumagamit ng banyo
- Kapag nakikitang madumi
- Matapos gumamit ng tisyu, umubo sa mga kamay
- Sa pagdating sa bahay

[Wash Your Hands PDF](#)



GUMAMIT NG KALINISAN SA RESPIRATORYO

Gumamit ng kalinisan sa respiratoryo sa lahat ng oras sa site.

- Kapag ginamit na ang isang tisyu, itapon ito sa isang basuran at pagkatapos maghugas ng kamay gamit ang sabon at tubig o gumamit ng hand sanitizer. Huwag hipuin ang mukha. Palakasin ang kalinisan sa respiratoryo o pag-uugali sa pag-ubo/pagbahing, kabilang ang paggamit ng mga tisyu at siko sa paggamit ng karatula, pagsasanay, at mga aralin.

KAWANING NAGTATRAHAHO SA KOMUNIDAD

Kapag pumupunta sa pamayanan para sa mahahalagang pakikipag-ugnay tulad ng mga pagbisita sa bahay, palaging gumamit ng personal na kalinisan at pag-iingat sa distansya. Kasama rito ang paghuhugas ng kamay/pag-sanitize, pagsusuot ng tela na takip sa mukha, paglayo ng kahit 6 na talampakan, at kalinisan sa respiratoryo. Kumunsulta sa Health Services para sa mga tukoy na katanungan, o para sa mga rekomendasyon tungkol sa mga sitwasyon na maaaring ilagay ka sa mas mataas na peligro ng pagkakalantad o maaaring mailantad ang iba sa nakahahawang sakit tulad ng COVID-19



MGA PAMANTAYAN SA MITIGASYON PARA SA MGA SITE NG SUSD

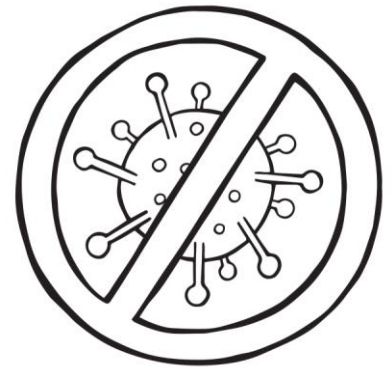


Upang maprotektahan ang mga mag-aaral, kawani at bisita sa mga site ng paaralan, susuriin ng kawani ng SUSD ang lahat ng mga espasyo at gagawa ng mga pagbabago upang ma-maximize ang bentilasyon at matugunan ang mga kinakailangan sa pisikal na distansya na hindi bababa sa 6 na talampakan.

Kapag ang mga kawani at mag-aaral ay bumalik sa campus, babalik sila sa isang pisikal na espasyo na nagbibigay-daan sa lahat ng mga indibidwal na sundin ang mga inirekumendang pag-iingat sa kalusugan. Kasama rito ang mga karatula sa bawat espasyo na may mga limitasyon sa pananatili at mga paalala sa kalinisan sa kalusugan. Upang limitahan ang potensyal na pagkakalantad, ang mga pisikal na espasyo ay ididiseno sa isang paraan upang malimitahan ang malapit na pakikipag-ugnay sa pagitan ng mga indibidwal. Nasa ibaba ang isang listahan ng mga pamantayan na susundan sa bawat site ng SUSD.

BENTILASYON AT DALOY NG HANGIN

- HVAC: Nangako ang SUSD sa mga sumusunod na pagsasaayos ng HVAC:
 - Ang sirkulasyon ng hangin ay tumaas ng 30% kasama na ang pang-araw-araw na pag-activate 2 oras bago magpatuloy ang paaralan hanggang 2 oras pagkatapos ng pag-aaral.
 - Nagkabit ng mga ionizer (air purifiers) sa mga yunit ng sili
 - In-upgrade ang mga yunit ng silid-aralan sa mga MERV-13
- I-reprogram ang mga sistema ng HVAC para tumakbo kapag ang mga bintana at pintuan ay hindi bukas.
- Kapag maganda ang panahon, panatiliin ang mga bintana at pintuang bukas, para madagdagan ang daloy ng hangin.



MGA PASUKAN AT LABASAN (PAGSUNDO AT PAGHATIC)

Susubukan ng SUSD ang lahat ng hakbang upang mabawasan ang dami ng tao sa mga oras ng paghatid at pagsundo:

- Pag-isipan ang pag-stagger ng oras ng pagsisimula at pagtatapos.
- Ang pagsundo at paghatid ng estudyante ay dapat maganap sa labas ng mga gate/pasukang paaralan. Hikayatin ang mga magulang na manatili sa mga kotse kapag sinusundo ang mga estudyante.
- Magdagdag ng mga nakikitang hudyat o mga hadlang para idirekta ang daloy ng trapiko at siguruhin ang distansiya kung may pila.
- Gumawa ng karatula at mga proseso para mapababa ang interaksyon sa pagitan ng mga pamilya.
- Kung maaari, hatiin ang mga punto ng pagpasok ng estudyante sa halip na padaanin ang lahat ng mga estudyante sa parehong espasyo sa pagpasok. Ang mga pamamaraang ito ay maaaring limitahan ang dami ng malapit na pakikipag-ugnay sa pagitan ng mga estudyante sa mga sitwasyong mataas at trapiko at oras.

- Maaaring kailangan ng mga paaralang ikandado ang mga pansukan na walang
- kawaning nag-i-screen.
- Magbigay ng access sa paghuhugas ng kamay o hand sanitizer at mga telang pantakip ng mukha sa mga pasukan.



MGA ESPASYO NG OPISINA

- Maglagay ng mga hadlang na plexiglass kapag ang malapit na kontak ay malamang na tulad sa front desk na hindi pinapayagan ang pisikal na distansiya ng hindi bababa sa 6 na talampakan.
- Ayusin ang mga desk ng kawani ng 6 na talampakan man lang ang layo.
- Ayusin ang mga desk at kagamitan na malayo sa kaloy o ibang miyembro ng kawani na gumagamit ng opisina.
- Maglaan ng mga individualized na supply para sa bawat workstation - limitahan ang bilang ng mga indibiduwal na gumagamit ng mga nakabahaging gamit.
- Magbigay ng karagdagang pag-access sa paghuhugas ng kamay o hand sanitizer - lalo na sa mga nakabahaging bagay tulad ng photocopiers, atbp.

DESIGNADONG “CARE ROOM”

- Dapat italaga ng mga site ang isang lugar para sa mga may sakit na indibidwal kung saan sila ay maaaring ihiwalay habang naghihintay na masuri at umuwi. Hindi magagamit ang mga espasyong ito para sa anumang ibang layunin. Bilang karagdagan, ang mga espasyo na ito ay dapat gamitin sa isang umiikot na batayan upang mabawasan ang posibilidad ng pagkakalantad.
- Siguruhin ang mabuting bentilasyon.
- Tiyaking magagamit ang mga sumusunod na supply: hand sanitizer, mga pantakip sa mukha, pang-disinfect, thermometer, basurahan na may liner.
- Dapat i-disinfect ang kuwarto matapos ang bawat paggamit.
- Dapat isara ang kuwarto sa kawani at pamahalaan.
- Kung mahigit sa isang indibidwal ang may sakit, panatilihin ang pisikal na distansiya at bentilasyon hangga't maaari.



MGA SILID-ARALAN

- Maglalagay ng hand sanitizer sa bawat silid-aralan.
- Dapat buksan ng mga silid-aralan ang mga bintana at pintuan, kung maaari, upang ma-maximize ang bentilasyon kapag maganda ang panahon.
- Dapat kasama sa layout ng silid-aralan ang:
- Sa karamihan ng mga kaso 6 na talampakang distansiya ang inirerekumenda habang ang mga silid-aralan ay maaaring suportahan ang 3-talampakang radius sa pagitan ng mga estudyante (inirekomenda ng American Pediatrics Association)
 - Ang patuloy na spacing ng 6 na talampakan ay dapat ibigay para sa mga kawani sa pagtuturo sa harap ng silid-aralan
 - Sapat na lugar malapit sa mga dingding para malakabas sa mga desk nila ang mga estudyante



- Limitadong paggamit ng malalaking lamesa kung saan maaaring sumingit ang mga estudyante at lagpasan ang 6 na talampakang espasyo sa pagitan ng mga indibiduwal. Kung gumagamit ng mga mesa, markahan ang mga lugar at alternate na upuan sa bawat dulo ng mesa upang matiyak ang distansiya
- Bumuo ng mga aktibidad na nagmomodelo at nagpapatibay ng mabuting kalinisan at mga kasanayan sa pisikal na distansiya

- Limitahan ang hiraman ng mga materyales/supply; isaalang-alang ang mga indibidwal na supot ng supply kumpara sa mga communal bin
- Para sa mga mas batang estudyante:
 - Baguhin ang mga aktibidad na pinaglalapit ang mga estudyante upang mapanatili ang distansya sa pagitan ng mga estudyante
 - Gumamit ng mga materyales sa silid-aralan upang matulungan ang mga estudyante na mailarawan ang kinakailangang 6-talampakan na distansya sa pagitan ng mga tao
- Magbigay ng mga supply at protokol para sa pagdi-disinfect ng mga surface sa pagitan ng mga klase o kapag nagbago ang mga pangkat ng mag-aaral
- Magbigay ng access sa paghuhugas ng kamay o hand sanitizer at mga telang pantakip ng mukha sa mga pasukan.
- Kung kinakailangan, gumamit ng iba pang mga espasyo sa campus para sa mga aktibidad ng pagtuturo (hal., mga bulwagan sa pagtuturo, gym, auditorium, cafeteria, sa labas).

MGA KARANIWANG LUGAR

- Suriin ang mga lugar tulad ng mga yard, quad, library, cafeteria, palaruan, at gumawa ng mga pagbabago upang hikayatin ang social distancing, halimbawa: mga tuldok na 6 na talampakan ang pagitan, mga parisukat, linya, arrow, at naka-tape na mga hadlang.
- Sarado ang mga drinking fountain. Hikayatin ang paggamit ng mga reusable water bottle para magamit ng mga estudyante sa buong araw



MGA PANGSUPOORTANG LUGAR

- Isaalang-alang ang pagbibigay ng isang ligtas na lugar para sa mga estudyante na nangangailangan ng karagdagang suporta, mga lugar ng pag-aaral, pagkatapos ng pagtuturo sa paaralan, o pag-access sa internet sa malayuang pag-aaral.
- I-set up ang mga lugar na ito upang sumunod sa mga patnubay sa distansya gamit ang tape, karatula, atbp.
- Magbigay ng access sa paghuhugas ng kamay o hand sanitizer at mga telang pantakip ng mukha sa mga pasukan.
- Magpaskil ng malinaw na karatula para sa occupancy, kalinisan, pagdidistansiya.
- Magbigay ng mga supply sa pag-disinfect ng mga surface sa pagitan ng mga estudyante.

MGA BANYO

- Siguruhin ang mga banyo ay may sabon at papel na tuwalya, mga basurahan.
- Suriin ang mga stall at urinal para siguruhin ang 6 na talampakan mang lang na distansiya sa mga gumagamit. Lagyan ng tape o magkabit ng mga hadlang.
- Magpaskil ng malinaw na karatula para sa occupancy, kalinisan, pagdidistansiya.
- Iwasang magdala ng malalaking pangkat sa mga banyo nang sabay-sabay (hal., iwasan na pagamitin ng banyo ang lahat ng mga klase sa mga oras ng pagdaan o recess) o mapanatili ang distansya sa isang linya.

MGA PASILYO

- Suriin ang daloy ng trapiko at magpaskil ng mga arrow, mga karatula at sticker sa sahig para gabayan ang daloy sa isang direksiyon. Maipapayong gamitin ang mga delineator cone, stanchion o mga gabay na tali na lumilikha ng mga lane sa mga mas malalaking pasilyo.
- Magpaskil ng karatula na humihikayat sa mga ligtas na pagbati, ang paggamit ng mga telang pantakip ng mukha, at mga paalala na huminto sa pagsasalita, pagsigaw, pagkanta, atbp. habang gumagalaw sa mga pasilyo.



RECESS/MGA YARD AT ESPAYO NG PAGLALARO

- Panatilihin ang mga cohort o maliliit na pangkat; huwag payagan ang paghahalo ng malalaking pangkat ng mga estudyante.
- I-stagger ang paggamit ng playground sa halip na pahintulutan ang maraming klaseng maglarong magkakasama.
- Limitahan ang mga aktibidad kung saan nag-uugnayan ang maraming klase.
- Maghugas ng mga kamay o gumamit ng hand sanitizer bago at makalipas ang recess.
- Magpanatili ng 6 na talampakan man lang ng espasyo mula sa mga ibang tao hangga't maaari.
- Kapag posible, maglagay ng mga makikitang hudyat, na nagpapakita ng pisikal na espasyo.
- Suriin ang pagiging posible ng pagbubukas ng mga laruan na kakailanganin na mag-disinfect, pati na ang mga peligro ng pag-disinfect ng mga lugar na madalas nahihipo sa istraktura ng laruan sa pagitan ng mga pangkat. Ang mga istraktura ng laruan ay maaaring seksiyonan para maiwasang magamit.

MALALAKING SALO-SALO (HAL. MGA FIELD TRIP, ASSEMBLY, ATBP.)

- Kanselahin ang mga aktibidad at kaganapan tulad ng mga field trip, mga pagpupulong ng kalahok, mga kaganapan sa palakasan, mga kasanayan, mga espesyal na palabas, mga pagpupulong sa buong programa, o mga spirit night kung saan magtitipon ang mga malalaking pangkat.
- Ilipat ang mga field trip sa mga libreng virtual oportunidad.
- Baguhin ang mga kaganapan sa virtual format, kung saan naaangkop.



MGA PE CLASS/ATHLETICS

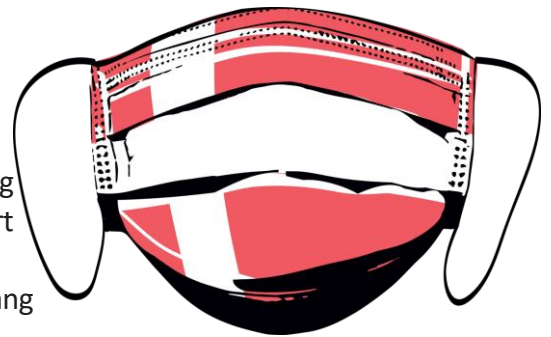
Ang Physical Education (PE) at intramural/interscholastic na athletics ay dapat na limitado sa mga aktibidad na hindi kasangkot sa pisikal na kontak sa ibang mga estudyante o kagamitan hanggang sa payuhan ng mga opisyal ng pampublikong kalusugan ng estado/lokal.

- Siguruhin ang **Mga Personal na Inaat sa Kalinisan** sa mga locker room, kasama ang physical distancing ng 6 na talampakan at paggamit ng mga face mask. Magresulta ito sa mas kaunting estudyante sa locker room nang saba-sabay.

SCHOOL BUS/TRANSPORTASYON

Lahat ng Mga Personal na Inaat sa Kalinisan ay dapat sundin sa school bus.

Upang magsanay ng physical distancing sa school bus, ang kapasidad ng upuan ay dapat bawasan. Maaaring kailanganin nito ang paggamit ng chart ng upuan para idesigna kung aling mga upuan ang magagamit.



- Siguruhin ang 6-na talampakang distansiya sa mga bus stop at habang nagsasakay at nagbababa.
- Turuan ang mga magulang at estudyante sa mga hakbang na dapat nilang gawin para pahintulutan ang mga ibang taong maging ligtas sa pagsasakay at pagbaba.
- Ipasusuri sa mga magulang ang anak nila para sa sintomas bago sumakay sa bus. Kung ang mga estudyante ay may sintomas sundin ang **Mga Inaat sa Pananatili sa Bahay**.
 - Lahat ng mga sumasakay ay dapat magsuot ng telang pantakip ng mukha habang naghihintay ng bus, habang nakasakay sa bus, maliban kung ang indibiduwal ay hindi puwedeng gawin ito.
- Siguruhin ang mabuting bentilasyon na may bukas/bahagyang bukas na mga bintana.
- Ang mga bus ay dapat lubusang malinis at ma-disinfect araw-araw a



- t matapos dalhin ang sinumang indibiduwal na nagpapakita ng mga sintomas ng COVID-19.
- Ang mga tsuper ng bus ay dapat laanan ng disinfectant at mga disposable gloves para suportahan ang pag-disinfect ng mga madala nahihipong surface sa araw.



MGA PANG-DISINFECT NA MATERYALES NG SUSD

Dahil sa kakaibang kalikasan ng Coronavirus (COVID-19), at ang kamalayan na nakapalibot dito, nauunawaan ng Stockton Unified School District ang pagnanais na protektahan ang mga estudyante at ang ating sarili mula sa posibleng impeksyon.

Ang ilang mga item na maaaring karaniwang gamitin ng isang indibidwal sa bahay ay hindi pinapayagan para magamit sa mga paaralan dahil sa mga patakaran ng Estado at Pederal na nakatalaga para sa kalusugan at kaligtasan ng estudyante, maliban kung maayos na nasanay ng Kagawaran ng Pesticide Regulations ng California.

Ang mga aerosol spray container ay hindi pinapayagan sa pag-aari ng paaralan para sa mga pangkaligtasang dahilan.

Habang ang distrito ay nagsusumikap upang matiyak na ang mga supply ay pinunan sa aming mga site ng paaralan, ang sumusunod ay isang listahan ng mga item na inirerekomenda para sa indibidwal na pagbili at paggamit:

HAND SANITIZER

Inirerekumenda na ang hand sanitizer ay dapat na hindi bababa sa 60%-65% na alkohol upang mapatay ang virus at anumang iba pang bakteryas.

MGA DISINFECTING WIPE

Ang mga disinfecting wipe ay mabisa at pinapayagan pero mahalagang basahin at sundin ang lahat ng mga tagubilin. Kung hindi pinapayagan ang produkto na manirahan sa ibabaw ng sapat na tagal (karaniwang 5 minuto) hindi nito papatayin ang lahat ng virus o bakteryas. Gayundin ang pagpahid ay epektibo lamang para magamit sa isang maliit na lugar. Halimbawa, ang isang malaking mesa o maraming desk ay mangangailangan ng higit sa isang pagpahid.

Kritikal na basahin at sundin ng mga indibidwal ang mga direksyon para sa anumang produktong paglilinis tuwing gagamitin.



MGA TAMANG PAMAMARAAN SA PAG-DISINFECT



Regular na i-disinfect ang mga lugar na madalas nahihipo sa buong araw. Kasama sa mga madalas na nahihipong surface sa paaralan ang, pero hindi limitado sa:

- Mga hawakan ng pintuan
- Mga Switch ng Ilaw
- Mga hawakan ng lababo
- Mga surface ng banyo
- Mga mesa
- Mga Desk ng Estudyante
- Mga upuan

MGA KONTROL SA IMBENTARYO

- Pamamahala ng mga supply at imbentaryo:
 - Mga telang pantakip sa mukha - para sa mga estudyante at kawani, ang mga indibidwal ay maaaring hikayatin na gumamit ng kanilang sariling tela na takip sa mukha
 - Mga disposable mask para sa Kuwarto ng Pag-aalaga
 - Hand sanitizer — sa bawat kuwarto, gamit ng bawat indibidwal na pumapasok
 - Mga spray bottles at disinfectant at mga papel na tuwalya — bawat kuwarto para linisin ang mga surface
 - Mga guwantes, mask at thermometers para gamitin sa pag-aalaga ng may sakit o napinsalang indibidwal
 - Mga istasyon sa paghuhugas ng kamay kung hindi sapat na access sa lababo sa lahat ng site
- Back stock ng mga PPE
- Paggamit ng mga inaprubahan ng distritong produkto lang

MGA PROTOKOL SA NAKAKAHAWANG SAKIT

Ang mga protokol sa Tugon sa Nakakahawang Sakit ay makakatulong sa distritong mabilis na makilala ang mga nakakahawang sakit, pigilan ang pagkalat sa loob ng komunidad ng SUSD, at bawasan ang potensiyal na pinsala.

Ang plano sa pagtugon ay nakasalalay sa uri ng sakit at direksyon mula sa San Joaquin County Public Health Services (SJCPHS).

Mayroong tatlong antas ng tugon na nakakahawang sakit:

- **Pamamahala ng Insidente (Case-by-Case o Isolated na Insidente)**
- **Outbreak (10% ng populasyon ng paaralan 25% ng silid-aralan na may mga kumpirmadong kaso)**
- **Epidemic/Pandemic (malawakang sakit sa malaking populasyon o buong mundo)**

Sa panahon ng isang pandemya, susundin ng distrito ang mga pinahusay na hakbang sa pag-iingat at pagpapataas ng pagsubaybay ayon sa itinuro ng mga kagawaran ng kalusugan ng estado at county. Ang mga protokol at pamamaraan ay maaaring magbago depende sa sitwasyon ng kalusugan ng publiko at ang mga desisyon at direksyon ng pamumuno sa kalusugan ng publiko.



MGA RESPONSABILIDAD NG KAWANI NG SITE NG PAARALAN



Dapat maghanda ang mga site kung may magkasakit. Ang mga indibiduwal na may mga sintomas ng karamdaman ay dapat na agad na ihiwalay upang maiwasan ang posibleng paghahatid ng sakit sa iba. Ang mga indibiduwal na may sakit ay dapat umuwi o sa isang pasilidad sa pangangalaga ng kalusugan depende sa kalubhaan ng kanilang mga sintomas. (Tingnan ang Pahina 34 para sa karagdagang impormasyon at mga ideya para sa pag-set up ng isang silid ng may sakit kumpara sa first aid room sa iyong campus, Pahina 35 para sa Paano Alagaan ang Mga Estudyante na May Sakit sa panahon ng COVID-19 Pandemic).

ANG MGA MAY SAKIT NA ESTUDYANTE AT ANG MAY SAKIT NA KAWANI AY DAPAT:

- Mabilis na makahiwalay sa ibang mga estudyante/kawani hanggang sa masundo ng magulang/tagapag-alaga.
- Panatilihin ang higit sa 6 na talampakan ang distansya mula sa iba, mas mabuti sa isang hiwalay na silid na maayos ang bentilasyon.
- Magsuot ng disposable mask.
- Ang tumitingin na kawani ay dapat gumamit ng karaniwang pag-iingat kapag tumutulong sa isang taong may sakit. Para sa pinaghihinalang may COVID-19 kasama dito ang disposable face mask, pantakip sa mata/face shield at guwantes.
- Tawagan ang magulang/tagapag-alaga para masundo agad.
- Kung hindi masundo ng magulang/tagapag-alaga ang mga estudyante, isaalang-alang ang mga pamamaraan para sa pag-aayos ng transportasyon papunta sa kanilang tahanan.
- Bigyan ang magulang/tagapag-alaga o miyembro ng kawani ng Manatili sa Bahay/Kailan Babalik sa Paaralan ng mga patnubay.
- I-disinfect ang lahat ng surface matapos umalis ang estudyante/kawani at bago gamitin ng ibang tao.
- Kung hinihinalang COVID-19 makipag-ugnay sa iyong nurse sa paaralan. Sundin ang Mga Protokol sa Tugon sa Nakakahawang Sakit sa pag-aabiso sa Health Services para sa posibleng pagkalat ng mga nakakahawang sakit.
- Kolektahin at subaybayan ang impormasyon na kawalan ng kaugnayan sa sakit sa oras ng pagkawala ng mag-aaral o kawani.
- Sanayin ang mga kawani sa pagdalo upang suportahan ang contact tracing na itinuro ng San Joaquin County Health Department at SUSD Health Services.
- Ang kawani ng site ng paaralan na responsable para sa pagpasok ng data ng pagdalo sa Synergy ay maglilista din ng mga dahilan para sa karamdaman, sintomas, at petsa ng pagsisimula sa seksyong "Mga Tala sa Pagdalo"

Sundin ang mga batas sa pagiging kompidensiyal ng HIPAA na nabanggit na ang **mga alalahanin sa nakahahawang sakit ay kumpidensyal**. Inaasahan na protektahan ng lahat ng kawani ang impormasyong pangkalusugan maliban sa mag-ulat sa SJCPH na nakalista sa ibaba.

Kontakin ang kagyat na superbisor, administradot ng site (kung angkop), SUSD **Health Services at Risk Management**:

Kontak ng estudyante o miyembro ng pamilya: SUSD Health Services Department — (209) 933-7060
Kontak ng empleyado: Risk Management Department— (209) 933-7110



Ang mga itinalagang kawani ng Serbisyong Pangkalusugan ay mag-uulat ng lahat ng mga diagnosis ng COVID-19, pati na rin ang anumang hindi karaniwang mataas na bilang ng hindi pagpasok ng mag-aaral at kawani na nauugnay sa karamdaman, sa naaangkop na departamento ng kalusugan ng county: San Joaquin County Public Health. **(Tingnan ang Pahina 39: County Public Health Numbers)**



Atasan ang mga estudyante at kawaning manatili sa bahay ayon sa Mga Kinakailangan ng Pagpapanatili sa Bahay (Pahina 30)

Manatili sa bahay kung nakakaranas ng sumusunod na sintomas ng pagkakasakit ang lagnat o pangangatog (100.4 degrees o mas mataas), pag-ubo, kakapusan ng paghinga o hirap sa paghinga, kapaguran, pananakit ng kalamnan o katawan, masakit na ulo, bagong kawalan ng panlasa o pang-amoy, pagbabara o pagtulo ng ilong, pagduruwal o pagsusuka, at pagtatae.

* Sasailalim sa pagbabago ayon sa binago ng CDC.

Manatili sa bahay kung pinayuhang magbukod o mag-quarantine ng iyong doktor o health department dahil sa mga pag-iingat sa COVID-19. Maaaring kasama sa mga dahilan ang:

- » Kamakailang may kontak sa taong may COVID-19
- » Kamakailang diagnosis sa COVID-19
- » Kamakailangang nagbiyahe sa ibang lugar sa labas ng U.S.

Ang mga karagdagang aktibidad ay maaaring kailanganin ayon sa payo ng Student Support and Health Services kasunod ng mga order ng departamento ng kalusugan ng county.

How to Protect Yourself and Others

Paano Protektahan ang Sarili Mo at Ibang Tao

Mas access na bersiyon: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/protect-getting-sick/prevention.html>

Malaman kung paano ito kumakalat

- Sa kasalukuyan ay walang bala, na para pigilan ang coronavirus disease 2019 (COVID-19)
- Ang pinakomahusay na paraan para mapigilan ang pagkakasakit ay iwasan na malalapit sa virus na ito.
- Ang virus ay muling nagkumakalat pangunahin mula sa isang tao pumunta sa ibang tao.
 - » Sa pagitan ng mga taong nasa malapitang kontak sa isang tao (masa loob ng mga 6 na salampalaka).
 - » Sa pamamagitan ng mga respiratory droplet na gawa kapag ang may impekiyong tao ay umubog, bumuhang o nagsalita.
 - » Ang mga droplet na ito ay maaaring bumagsak sa mga bibig o ilong ng mga taong malapit o posibleng malinga papasok sa mga baga.
 - » Ang COVID-19 ay maaaring makalat ng mga taong hindi nagpapakita ng mga sintomas.

Ang lahat ng tao ay dapat

Madalas maglinis ng inyong mga kamay

- Hugasan nang madal na ang mga kamay mo gamit ang sabon at tubig ng 20 segundo man lang lalo na marapag kung magapunta sa pampublikong lugar, o malapos sumingag, umi-ubog o bumuhang.
- Kung walang nakahandang sabon at tubig, gumamit ng hand sanitizer na naglalaman ng 60% man lang ng alcohol.
- Takpan ang lahat ng surface ng mga kamay mo at pagkuskusin sila nangang magi-ig: tuyo ang pakiramdam nila.
- Iwasang hawakan ang iyong mga mata, ilong at otang gamit ang hindi nahugasang mga kamay.

Iwasan ang malapitang kontak

- Iinitahin ang kontak sa ibang tao hanggang maalaala.
- Iwasan ang kontak sa mga taong may sakit.
- Maglagay ng distansiya sa pagitan mo at ng mga ibang tao.
 - » Tindahan na ang isang taong may sintomas ay maaaring makalat ng virus.
 - » Lalong mahalaga to sa mga taong nasa mas mataas na peligrong magkaroon ng malaking sakit. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-high-risk.html

Takpan ang bibig at ilong gamit ang mask kapag nasa pallingid ng ibang tao.


- Maaaring maging makalat ang COVID-19 sa ibang tao kahit na hindi masama ang pakiramdam mo.
- Ang lahat ng tao ay dapat magputol ng mask sa mga pampublikong setting at sa mga pallingid ng mga taong hindi nakatira sa sambayanan nila, lalo na kapag ang social distancing ay mahirap mapanatili.
 - » Ang mga mask ay hindi dapat ilagay sa mga batang bata na mas bata sa edad na 2, sinumang nahihirapang huminga, o walang malay-ubo, may kapansanan o kung hindi man ay hindi maaalis ang mask nang walang tulong.
- Ang mask ay para protektahan ang ibang tao sa kailang may impekiyong ka.
- HUWAG gumamit ng facemask na para sa health care worker.
- Magpatuloy na magpanatili ng mga 6 na talampakan sa pagitan mo at ng ibang tao. Ang mask ay hindi kapalit ng social distancing.

Takpan ang mga ubo at pagbuhang


- Laging takpan ang bibig at ilong mo gamit ang tiyis kapag umuubog o bumuhang ng gamitin ang leon ng siko mo.
- Itapon ang mga gamit na tiyis sa basurahan.
- Agad hugasan ang mga kamay mo gamit ang sabon at tubig ng 20 segundo man lang. Kung walang nakahandang sabon at tubig, iinitahin ang mga kamay mo gamit ang hand sanitizer na naglalaman ng 60% man lang ng alcohol.

Linisin at i-disinfect

- Iinitahin at i-disinfect ang maddles na nahihirapang surface sa araw-araw. Kasama dito ang mga lamesa, doorknob, switch ng ilaw, counter-top, handle, etok, telephone, keyboard, toilet, grito, at mga lubahe. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/protect-getting-sick/disinfecting-your-home.html
- Kung madami ang mga surface, linisin to: Gumamit ng detergent o sabon at tubig bago i-disinfect.
- Pagkatapos, gumamit ng i-disinfectant para sa bahay. Makikita ka ng listahan ng nakarehistro sa EPA na mga disinfectant para sa bahay dito.



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)



MGA RESPONSABILIDAD NG MGA NURSE NG PAARALAN



1. Magtatrabaho ang mga nurse ng paaralan upang mapatunayan ang anumang naiulat na pag-aalala, kabilang ang direktang pagsasalita sa mga pamilya at/o kawani kung naaangkop.
2. **Ang mga alalahanin sa Nakakahawang Sakit ay kumpidensyal at inaasahan na protektahan ng lahat ng kawani ang impormasyong pangkalusugan na ito at mitigahin ang anumang pag-aalala o takot ng publiko.**
3. Ang SUSD Director ng Health Services o tagatalaga ay kumunsulta sa at patototohanan ang lahat ng impormasyon sa naaangkop na County Public Health Office (CPHO).
4. Payuhan ang kawani o pamilya na ang SUSD ay magbibigay ng abiso kung ang isang miyembro ng kawani o estudyante ay kinakailangang i-quarantine dahil sa pagkakalantad sa COVID-19.
5. Aabisuhan ng Mga Nurse ng Paaralan ang Director ng SUSD Health Services o tagatalaga ng anumang kumpirmadong kaso o kumpirmadong pagkalantad.
6. Ang mga Nurse ng Paaralan ay mag-a-update sa mga tagapangasiwa ng site ng paaralan tungkol sa patnubay na natanggap mula sa Director ng SUSD Health Services.
7. Batay sa patnubay na ibinigay ng Director ng SUSD Health Services, ang mga Nurse ng Paaralan ay makikipag-usap sa site ng paaralan at mga kawani ng departamento hinggil sa anumang susunod na mga hakbang o karagdagang mga mapagkukunang kinakailangan (ibig sabihin, mga maintenance crew, nurse, tagapayo, psychologist, at mga hakbang sa kaligtasan at seguridad).
8. Batay sa patnubay ng Director ng SUSD Health Services, ang mga School Nurse ay ikokomunika sa mga paaralan ang partikular na patnubay ng CPHO sa paglilinis at pag-disinfect. Ang "Patnubay sa Muling Pagbubukas" ng CDC para sa paglilinis at pagdidisimpekta ng mga gusali ng paaralan ay may kasamang pagdidisimpekta ng matigas, pahalang, at madalas na hinawakan na mga surface tulad ng mga mesa, desk, upuan, handrail, kagamitan, at mga hawakan ng pintuan sa mga gusali at silid gamit ang naaprubahang produkto na na-rate ng CDC para sa SARS -CoV-2, Rhinovirus o Human Coronavirus.
9. Makikipagtulungana ng Mga Nurse ng Paaralan sa SUSD Director ng Health Services o tagatalaga at mga site ng paaralan para magbigay ng anumang inaatas na komunikasyon sa pamilya. Ang pinakatumpak at up-to-date na medikal na impormasyon ay gagamitin para sa lahat ng komunikasyon.
10. Ang itinatag na mga channel ng komunikasyon na nakalista sa ibaba ay gagamitin depende sa antas ng pagkakalantad at mga rekomendasyong pangkalusugan sa publiko. Ibibigay ang pagsasalin ng mga komunikasyon batay sa mga threshold na wika ng pamayanan.
 - Mga Liham sa Magulang (naka-print, email, SMS, telepono)
 - Mga Website ng Paaralan at Distrito
 - Social Media ng Paaralan at Distrito
 - All-Cal



ABISO NG KUMPIRMADONG KASO NG COVID-19

Dinesigna ng Centers for Disease Control (CDC) ang COVID-19 bilang mauulat na nakakahawang sakit. Samakatuwid, sakaling ang estudyante o miyembro na kawani ay ma-test na positibo para sa COVID-19, aabisuhan ng angkop na County Public Health Office (CPHO) ang estudyante o miyembro ng kawani. Ang CPHO ay maglalabas ng mga direksyon at rekomendasyon sa pasyente. Inaasahan namin na aabisuhan din ng CPHO ang distrito ng paaralan.



Kung ang isang estudyante o miyembro ng kawani ay nagpapaalam sa mga kawani ng paaralan o distrito na sila ay nasuri na may COVID-19, dapat na makipag-ugnay kaagad ang kawani sa SUSD Health Services, (para sa mga estudyante) o sa RISK Management (para sa kawani) ayon sa itaas.

Patotohanan ng Mga Nurse ng Paaralan ang lahat ng naulat na impormasyon sa pasyente sa sa SUSD Director ng Health Services, sa pagsunod sa lahat ng patnubay o direktibang nilaan ng CPHO.

Ipapaalam ng mga Nurse ng Paaralan sa mga kawani sa antas ng distrito at site na may patnubay na ibinigay ng CPHO.

ABISO NG KUMPIRMADONG PAGKALANTAD SA COVID-19

Ang isang contact ay isang taong nalantad sa isang tao na nagpositibo para sa COVID-19. Ang mga contact ay aabisuhan ng departamento ng kalusugan ng county at binibigyan ng mga tagubilin para sa quarantine at bumalik sa mga alituntunin sa trabaho/paaralan. Sa kasalukuyan, tinutukoy ng CPHO ang isang contact bilang isang tao na nasa loob ng 6 na talampakan o mas mababa sa distansya nang hindi bababa sa 15 minuto.

Dapat sundin ng contact ang mga kautusan sa kalusugan ng publiko na manatili sa bahay para sa anumang sinabing panahon, na maaaring hanggang 14 na araw.

Ang contact ay dapat humiling ng dokumentasyon mula sa isang medikal na tagapagbigay o kagawaran ng kalusugan para sa mga kautusan sa quarantine at ibigay ito sa paaralan (estudyante) o SUSD Department of Health Services (kawani).

Tandaan na nalalapat lamang ang mga alituntunin ng quarantine sa mga kamakailan na malapit na pakipag-ugnay sa isang indibidwal na nahawahan ng COVID-19. Ang iba pang mga contact ng quarantined na indibidwal ay hindi kailangang manatili sa bahay mula sa paaralan.

SILID-ARALAN, SITE NG PAARALAN, O BUONG-DISTRITONG PAGSASARA

Kung ang isang kumpirmadong kaso ng COVID-19 ay nakilala sa loob ng distrito, ang naaangkop na County Public Health Office (CPHO) ay magbibigay ng gabay sa mga kinakailangang hakbang. Ang mga tugon ay nakasalalay sa peligro ng paghawa ng COVID-19 sa mga paaralan. Maraming mga kadahilanan ang isinasaalang-alang, kabilang ang tiyempo ng kurso ng sakit at ang bilang at uri ng mga contact sa paaralan. Kung may tinukoy na panganib ng pagkalat ng sakit sa paaralan, ang mga tugon ay maaaring isama ang

pagkilala at pag-quarantine ng mga contact o pagsasara ng mga silid-aralan, mga site ng paaralan, o ang distrito sa loob ng maraming araw o mas matagal. Para sa kadahilangang ito, ang lahat ng mga paaralan at programa ay dapat magkaroon ng mga plano na maaaring mangyari para sa mga potensyal na panandaliang at pangmatagalang pagsasara.





CHECKLIST NG ADMINISTRADOR NG SITE

- Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
- Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, [mga telang pantakip ng mukha at](#) etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa - gamitin ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- Gumawa ng mga pagbabago sa mga pisikal na espasyo sa site at/o magpatupad ng mga patakaran upang ipatupad ang mga hakbang sa pagpapagaan, kabilang ang tamang pagkaratula sa sahig na nagpapahiwatig ng 6 na talampakang espasyo.
- Magbigay ng madalas na komunikasyon tungkol sa COVID-19 at pagsisikap sa pag-iwas sa sipon/trangkaso para sa mga mag-aaral at kawani.
- Gamitin ang lahat ng modalidad - email, anunsyo sa mga speaker, anunsyo ng mga guro, karatula, at direktang tagubilin sa mga pagpupulong ng kawani.
- Tumugon sa mga alalahanin ng COVID-19. Dapat malaman ng mga empleyado ang pinakamabisang paraan upang makipag-ugnay sa iyo.
- Tiyaking inilalagay ang mga poster sa mga nakakaapekto na lugar. Dapat makita ang mga karatula sa lahat ng banyo, silid-aralan, at mga pampublikong espasyo. Regular na mag-post ng impormasyon sa social media. Malawakang mamahagi ng mga flyer at poster sa mga sumusunod na paksa:
 - Mga Senyales at Sintomas ng COVID-19
 - Physical distancing
 - Patnubay sa takip sa mukha
 - Mga patnubay sa pananatili sa bahay kapag may sakit
 - Kalinisan sa pag-ubo at pagbahing
 - Mga limitasyon sa occupancy
 - Pangkaisipang Well-Being at Suporta sa Krisis na Mga Kontak
- Alamin at tiyakin na ang mga kawani ay sumusunod sa Mga Communicable Disease Response Protocol para sa Sakit habang may COVID-19 Pandemic. Kontakin agad ang Health Services kung:
 - Ang isang mag-aaral o kawani ay nasuri, hinihinalang mayroon, o nalantad sa COVID-19 o iba pang naiulat na nakakahawang na sakit
 - Ang isang paaralan ay umuwi kung ang maraming mga cohort ay may mga kaso o higit sa 5% ng paaralan ay positibo.
 - Umuwi ang SUSD kung ang 25% ng kanilang mga paaralan ay sarado sa loob ng 14 na araw na panahon
 - Siguraduhin na ang kawani ng pagtuturo ay nagbibigay sa mga estudyante ng mga oportunidad sa
 - Hikawatin ang elektronikong komunikasyon. kasama ang pagsusumite at/o pagbabahagi ng mga elektronikong form (ibig sabihin, mga dokumento na nangangailangan ng pirma, pagsumite ng takdang aralin, atbp).
 - malayuang pag-aaral, mga pagpipilian na buo ang kredito, at pinahabang oras upang makumpleto ang mga kulang na takdang aralin dahil sa hindi pagpasok na kaugnay ng karamdaman.
 - Siguraduhin na ang pagpasok ng kawani at estudyante ay naipasok nang napapanahon sa araw-araw. I-dokumento at pansinin ang anumang mga pattern ng pagliban na may katulad na mga sintomas.





- ❑ Maglaan ng designadong espasyo at superbisyon para sa mga estudyanteng may sakit hanggang makauwi sila (iyon ay Kuwarto ng Pag-aalaga) na hindi ginamit ng mga ibang indibiduwal).
- ❑ Magbigay ng itinalagang espasyo at pangangasiwa para sa mga mag-aaral na nangangailangan ng pangunang lunas, pangangasiwa ng gamot, mga pamamaraan sa paaralan, atbp. (hal. Lugar Para sa Walang Sakit na Estudyante).
- ❑ Bigyang-diin ang Mga Kailangan sa Pananatili sa Bahay (Pahina 31) sa pagpapauwi ng sinomang mga estudyante o kawani na may senyales o sintomas ng pagkakasakit.
- ❑ Tiyaking ang mga kawani ng tanggapan ay may naaangkop na mapagkukunan upang suportahan ang mga maysakit na estudyante o kawani kabilang ang non-touch thermometer, takip sa mukha/mask, sabon at hand soap, hand sanitizer, mga tisyu sa mukha, guwantes, goggles o mga face shield.
- ❑ Sundin ang anumang patnubay na nilaan ng Nurse ng Paaralan at angkop na San Joaquin County Public Health Services (SJCPHS).
- ❑ Siguraduhin na ang lahat ng naaangkop na kawani ay may kamalayan sa mga mag-aaral na may mga pangangailangan sa kalusugan at pamilyar sa anumang Mga Plano sa Pangangalaga sa Emergency, kabilang ang lahat ng mga kapalit na kawani.
- ❑ Hikayatin ang mga aktibidad at istratehiya na nagtataguyod sa positibong coping para sa mga adult at mga bata sa mga panahon ng stress.
- ❑ Idirekta ang sinumang tao na may mas mataas na alalahanin sa mga mapagkukunan ng Distrito at mga mapagkukunan ng SJCPHS. Talakayin ang mga alalahanin sa Nurse ng Paaralan.
- ❑ Responsable para sa regular na mga pagsusuri sa pagsunod upang matiyak na ang mga kawani at estudyante ay sumusunod sa patnubay na ibinigay sa Plano ng Kaligtasan.
- ❑ Magbigay ng mga mapagkukunan ng tubig para sa mga estudyante at kawani na nagbabawas sa mga gamit na hinihiram.
- ❑ Maaaring piliin ng mga guro na gamitin ang disinfectant upang linisin ang mga desk at iba pang mga surface sa araw. Kasama sa mga iminungkahing oras at surface para sa paglilinis ay ang mga desk ng estudyante (potensyal na pagkatapos kumain - kasalukuyang ang SUSD ay magbibigay ng grab and go na pagkain habang umaalis ang mga estudyante), mga lugar na madalas nahihipo sa loob ng silid-aralan, at mga supply na ginagamit ng mga estudyante. Ang sanitizer at disinfectant ay dpaat iimbak sa hindi maaabot ng mga estudyante.

CHECKLIST NG KAWANI NG TANGGAPAN/KAWANI NG PAGPASOK



- Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD. Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. <https://www.cdc.gov/>
- Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa. Gamitin ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- Malawakang mamahagi ng mga flyer at poster sa mga sumusunod na paksa:: physical distancing, mga telang pantakip ng mukha, kalinisan ng kamay, kalinisan sa pag-ubo/sipon, at pananatili sa bahay kapag may sakit. Tiyaking inilalagay ang mga poster malapit sa pasukan sa mga silid-aralan, banyo at iba pang mga lugar na nakakaapekto. Regular na mag-post ng impormasyon sa social media.
- Hikayatin ang elektronikong komunikasyon, kasama ang pagsusumite at/o pagbabahagi ng mga elektronikong form (ibig sabihin, mga dokumento na nangangailangan ng pirma).
- Tiyaking ang mga kawani ng tanggapan ay may naaangkop na mapagkukunan upang suportahan ang mga may sakit na estudyante o kawani, kabilang ang face mask/shield, non-touch thermometer, tubig at hand soap, mga tisyu sa mukha, guwantes, at goggles.
- Bigyang-diin ang Mga Kailangan sa Pananatili sa Bahay (Appendix 31) sa pagpapauwi ng sinomang mga estudyante o kawani na may sakit.
- Maglaan ng Kuwarta ng Pag-aalaga para sa mga may sakit na estudyante at kawani hanggang makauwi sila.
- Bigyang-diin ang mga pangkalusugang pag-iingat para sa mga magulang - magsuot ng mask, gumamit ng hand sanitizer, magpanatili ng distansiya.
- Siguraduhin na ang pagpasok ng kawani at estudyante ay naipasok nang napapanahon sa araw-araw.
 - Sundin ang mga pamamaraan kung sinabihan para idokumento ang mga sintomas ng pagkakasakit ng estudyante.
- Alamin at ikomunika sa mga magulang ang Mga Kailangan sa Pananatili sa Bahay (Appendix B) para sa mga may sakit at nalantad na estudyante.
- Makipagtulungan sa Nurse ng Paaralan para sundan ang mga protokol na nagpapababa sa peligro ng mga nakakahawang estudyante na nasa campus.
- Idirekta ang mga tanong na kaugnay ng kalusugan sa nurse ng paaralan o sa doktor ng pamilya nila.
- Sundin ang mga Protokol sa Tugon sa Nakakahawang Sakit para sa Pagkakasakit sa panahon ng COVID-19 Pandemic kung ang mga sumusunod na sitwasyon ay nagaganap - **kontakin ang Mga Nurse ng Paaralan:**
 - Ang estudyante o kawani ay nasuri ng, hinihinalang mayroon, o nalantad sa COVID-19 o iba pang nakakahawang na sakit
 - 5% o higit pa sa paaralan, ay may sakit na may sintomas
- Siguraduhin na ang lahat ng naaangkop na kawani ay may kamalayan sa mga mag-aaral na may mga pangangailangan sa kalusugan at pamilyar sa anumang Mga Plano sa Pangangalaga sa Emergency, kabilang ang lahat ng mga kapalit na kawani
 - Sundin ang Qualtrics Non-Response na survey ng estudyante at makipagkomunika sa Nurse ng Paaralan sa Hindi-Certified na estudyante.





CHECKLIST NG OPERATIONS/CUSTODIAL STAFF

- ❑ Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
- ❑ Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- ❑ Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa. Gamitin ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- ❑ Siguraduhin na ang paaralan ay may sapat na mga supply ng mga materyales sa paghuhugas ng kamay, mga tisyu sa mukha, na naaprubahang disinfecting cleaner ng distrito, atbp.
- ❑ Panatilihin ang stock ng mga materyales sa paglilinis at personal na kagamitang pamproteksiyon upang matiyak ang kahandaan - mag-order ng karagdagang mga supply kung kinakailangan.
- ❑ Rutinang pag-disinfect: Sa pang-araw-araw na i-disinfect ang lahat ng mga karaniwang espasyo at lugar ng silid-aralan.
- ❑ Ang mga lugar na madalas nahihipo at mga lugar kung saan naroon ang mga maysakit na mag-aaral o kawani ay dapat rutinang idi-disinfect, kasunod sa mga itinakdang alituntunin ng distrito.
- ❑ Sundin ang lahat ng itinatag na mga protokol ng distrito para sa paglilinis at pagdi-disinfect.
- ❑ Makipag-ugnay sa Kagawaran ng Operasyon kung kinakailangan ng isang malakihang pagdi-disinfect/paglilinis.
- ❑ Hikayatin ang elektronikong komunikasyon, kasama ang pagsusumite at/o pagbabahagi ng mga elektronikong form (ibig sabihin, mga dokumento na nangangailangan ng pirma o mga utos).

CHECKLIST NG KAWANI NG SERBISYO NG PAGKAIN

- ❑ Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
 - ❑ Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- ❑ Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa - gamitin ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- ❑ Sundin ang mga patakaran ng kagawaran na nagbabawas ng panganib sa paghahatid ng sakit:
 - ❑ Itaguyod ang one-way na daanan sa pamamagitan ng paghahatid ng pagkain.
 - ❑ Dagdagan ang bentilasyon para sa mga kulob na lugar (bukas na mga pintuan at bintana).
 - ❑ Sundin ang lahat ng mga protokol at pamamaraan ng Nutrition Services Disinfectant.
 - ❑ Siguraduhin na ang iyong espasyo ay may mga sumusunod na supply - hand sanitizer, facial tissue, basurahan na may mga liner (pinalitan araw-araw), mga disinfectant wipe o spray, mga papel na tuwalya, guwantes at mga pantakip sa mukha.



CHECKLIST NG GURO



- ❑ Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
 - ❑ Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- ❑ Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa. Gamitin ang “please” at “thank you” sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- ❑ Bigyang-diin at sundin ang pag-iingat sa kalusugan sa iyong mga mag-aaral:
 - ❑ Physical distancing lagi — 6 na talampakan/3 talampakang radius.
 - ❑ Tiyakin ang pagsunod sa maximum na occupancy ng mga indibidwal sa bawat silid-aralan.
 - ❑ Magbigay ng mga madaling nakikita na marka sa sahig sa lahat ng nakabahaging espasyo.
 - ❑ Dapat nakaharap ang mga desk sa parehong direksyon.
 - ❑ Magtaguyod ng mga regular na oras para sa paghuhugas ng kamay/hand sanitizer - kasama ang pagpasok sa paaralan/lase, bago kumain, tuwing pumapasok sa isang bagong silid, bago umuwi.
 - ❑ Ang tamang paghuhugas ng kamay ay isa sa pinakamahusay na paraan para maiwasan ang pagkakasakit — magpakita ng mga video na nagtuturo sa mga tamang pamamaraan sa paghuhugas ng kamay.
 - ❑ Buksan ang mga pintuan at bintana. I-maximize ang bentilasyon sa kuwarto.
 - ❑ Panatiliing magkasama ang mga mag-aaral sa panahon ng recess o oras ng pagkain (cohorting).
 - ❑ Siguraduhin na ang mga protokol sa distansya sa panahon ng pagkain - gumamit ng mga kahaliling lokasyon tulad ng silid-aralan o labas.
 - ❑ Isara ang mga nakabahaging espasyo sa mga silid-aralan. Alisin ang mga pambasang kanto o espasyo na tambayan.
 - ❑ Siguraduhin na ang lahat ng mga mag-aaral ay may indibidwal na mga supply at walang pagbabahagi ng pagkain o mga item. limbak ang mga personal na gamit- backpack/jacket/lunch bag sa desk ng mag-aaral.
 - ❑ Siguraduhin na ang iyong silid-aralan ay may mga sumusunod na naaprubahang mga supply - hand sanitizer, basurahan na may mga liner (pinapalitan araw-araw), spray ng disinfectant at mga papel na tuwalya.
 - ❑ I-disinfect ang mga kagamitang ibinabahagi tulad ng mga mesa, computer, piano keyboard, kagamitan sa lab, kagamitan sa wood o auto shop, atbp. pagkatapos ng bawat mag-aaral.
 - ❑ Limitahan ang mga bisita/boluntaryo sa silid-aralan - payagan lamang ang mga mahalaga.
- ❑ Pauwiin ang sinomang mga nakikitang may sakit na mag-aaral o mag-aaral na nagsasabing hindi maganda ang kanilang pakiramdam sa Health Office/tanggapan: ibig sabihin, ang mag-aaral ay may mga sintomas tulad ng hindi pangkaraniwang pagkapagod, pag-ubo, pagbahing, tumutulong ilong, pagsusuka, pagtatae, ay tila may lagnat/namula na pisngi, diaphoretic nang walang ehersisyo, mapula/mamutang mga mata.
 - ❑ Siguraduhing may kamalayan ka sa anumang mga estudyante sa iyong klase na may mga pangangailangan sa kalusugan at pamilyar sa kanilang Mga Plano sa Pangangalaga ng Emergency, kabilang ang pagbibigay ng impormasyong ito para sa mga kapalit na guro.



CHECKLIST NG NURSE NG PAARALAN



- ❑ Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
 - ❑ Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, [mga telang pantakip ng mukha at](#) etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- ❑ Aktibong pagmomodelo, pagtuturo, positibong pagbibigay-diin, suporta, suriin ang pagsunod at muling turuan ang lahat ng kinakailangang mga hakbang sa kalusugan ng publiko. Dapat nating maitaguyod ang mga "bagong" pamantayan - ang pag-unawa ay magtatagal at patuloy ang positibong pagbibigay-diin. Turuan ang lahat na okay lang na itama ang isa't isa - ituro ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- ❑ Panatiliing napapanahon sa gabay sa kalusugan ng publiko at distrito para sa pamamahala ng nakakahawang sakit at suportahan ang mga tagapangasiwa at kawani na may tumpak na impormasyon tungkol sa mga panganib at pag-iingat sa sakit.
- ❑ Sundin ang mga alituntunin ng SJCPHS upang suportahan ang pagsubaybay sa pakikipag-ugnay at iba pang mga hakbang sa kalusugan ng publiko.
- ❑ Magbigay ng pagsasanay at impormasyon kung kinakailangan sa mga tagapangasiwa ng site at kawani.
- ❑ Makipagtulungan sa pagdalo upang suportahan ang Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay (Pahina 31). Nagbibigay ng pagsasanay, pagsubaybay at pagpapatibay ng mga pamamaraan ng distrito at anumang mga bagong pamamaraan na kinakailangan ng kagawaran ng kalusugan bilang resulta ng pagsubaybay sa contact.
- ❑ Hikayatin ang pag-iingat at mga hakbang na nagbabawas ng panganib na maihatid ang sakit. Kilalanin ang mga panganib at makipagtulungan sa kawani upang mapagbuti ang mga pag-uugali.
- ❑ Maghanap ng mga nakikitang palatandaan ng karamdaman sa mga estudyante o kawani - tumulong upang matiyak na ang mga site ay mayroong mga supply.
- ❑ Kung posible, ang mga nurse ng paaralan, o iba pang kasosyo sa pamayanan ay magbibigay ng mga aralin sa panatiling malusog at maiwasan ang sipon/trangkaso (ibig sabihin, paghuhugas ng kamay at pag-uugali sa pagubo/pagbahing).
- ❑ Bigyang-diin ang mga pamantayan ng mga wellness protocol sa pamamagitan ng pagsasanay sa mga tauhan na kilalanin at maiwi ang sinumang mga estudyante o kawani na may sakit ayon sa Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay (Pahina 30).
- ❑ Sundin ang mga Communicable Disease Response Protocol para sa Pagkakasakit sa panahon ng COVID-19 na Pandemya para sa lahat ng sakit na nakahahawa ayon sa Chart ng Nakakahawang Sakit, at makipag-ugnay sa mga naaangkop na miyembro ng kawani kung kinakailangan.
- ❑ Hikayatin ang elektronikong komunikasyon, kasama ang pagsusumite at/o pagbabahagi ng mga elektronikong form (ibig sabihin, mga dokumento na nangangailangan ng pirma, atbp.).
- ❑ Pang-araw-araw na Pagsunod sa Pagsusuri sa Kalusugan sa mga site ng paaralan at ulat ng impormasyon sa pangangasiwa ng site ng paaralan.

CHECKLIST NG MGA TSUPER NG BUS/TRANSPORTASYON



- Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
- Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa. Gamitin ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- Tiyaking sapat na puwang para sa pisikal na distansya sa mga hintuan ng bus at pag-load at pag-unload sa mga school zone, kasama na ang wastong signage sa sahig na nagpapahiwatig ng 6 na talampakang na spacing.
- Bigyang-diin kasama ng magulang at mga estudyante ang mga hakbang na dapat nilang gawin upang mapanatiling ligtas ang mga estudyante at kawani sa panahon ng paglo-load at pag-unload.
- Ang estudyante ay hindi sasakay sa bus patungo sa paaralan kung nagpapakita ng halatang mga palatandaan ng karamdaman. Ipauuwi sa mga magulang/tagapag-alaga ang estudyante sa bahay at susundin ang Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay.
- Lahat ng mga sumasakay ay dapat magsuot ng telang pantakip ng mukha habang naghihintay ng bus at nasa bus, maliban kung pinipigilan ito ng ibang pangkalusugang kondisyon.
- Ang bawat mananakay ay dapat gumamit ng hand sanitizer bago pumasok sa bus.
- Ang pag-aayos sa uupuan sa bus ay makatutugon sa 6 na talampakang layunin sa physical distancing. Markahan o harangan ang mga upuan na dapat manatiling bakante.
- Siguruhin ang mabuting bentilasyon na may bukas/bahagyang bukas na mga bintana.
- Ang mga bus ay dapat lubusang malinis at ma-disinfect araw-araw at matapos dalhin ang sinumang indibiduwal na nagpapakita ng mga sintomas ng COVID-19.

CHECKLIST NG PANGSUPOORTANG KAWANI

- Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD.
- Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- Aktibong imodelo at suportahan ang lahat ng mga inaatas na pamamaraan sa pampublikong kalusugan. Turuan ang lahat na OK lang na itama ang isa't isa. Gamitin ang "please" at "thank you" sa lahat kapag pinaaalalahanan tungkol sa mga pamamaraan sa pampublikong kalusugan.
- Maghanap ng mga makikitang sakit sa mga estudyante o kawani. Isangguni ang mga nakikitang mag-aaral na may sakit at kawani sa tanggapan o nurse ng paaralan. Magkaroon ng kamalayan sa distrito na Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay (Appendix B).
 - Hikayatin ang mga aktibidad at istratehiya na nagsusulong ng positibong pagharap sa mga oras ng stress para sa mga adult at bata.
 - Hikayatin ang elektronikong komunikasyon kaysa sa personal, kasama ang pagsusumite at/o pagbabahagi ng mga elektronikong form (ibig sabihin, mga dokumento na nangangailangan ng pirma, atbp.).
 - Iulat ang anumang mga alalahanin tungkol sa pinaghihinalaang mga nakakahawang sakit sa mga Administrador ng site ng paaralan o nurse ng paaralan.





CHECKLIST NG ESTUDYANTE

- Sundin ang lahat ng Mga Pag-iingat sa Kalusugan ng Indibidwal para sa Mga Mag-aaral at Pamantayan sa Kawani at Pagpapagaan para sa Mga Site ng SUSD
- Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- Ipaalam sa iyong magulang/tagapag-alaga kung masama ang pakiramdam mo at manatili sa bahay kung mayroon kang lagnat o iba pang mga sintomas.
- Kung nagkasakit ka sa araw ng pasukan pumunta kaagad sa tanggapan ng paaralan o tanggapan ng kalusugan upang masuri.
- Maging mabait at maunawain sa iba. Gumamit ng "please" at "thank you" kapag pinag-uusapan o pinapaalala tungkol sa kalusugan ng publiko.
- Hayaan ang iba na gumawa ng kanilang sariling mga pagpipilian. Huwag asaran o i-bully ang mga tao na may hitsura, ugali, o naniniwala na naiiba kaysa sa iyong pamilya.

CHECKLIST NG MAGULANG/TAGAPAG-ALAGA

- Dapat i-screen ng mga magulang ang kanilang mga estudyante para sa mga sintomas sa bahay araw-araw bago ang paaralan. Maaaring kasama sa mga sintomas ang: Kasama sa mga senyales ng pagkakasakit ang lagnat o pangangatog (100.4 degrees o mas mataas), pag-ubo, kakapusan ng paghinga o hirap sa paghinga, kapaguran, pananakit ng kalamnan o katawan, masakit na ulo, bagong kawalan ng panlasa o pang-amoy, pagbabara o pagtulo ng ilong, pagduruwal o pagsusuka, at pagtatae ayon sa mga patnubay ng CDC.
- Kumpletuhin ang on line Symptoms Checker araw-araw.
- Panatilihin ang iyong anak sa bahay bawat sa Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay. Makipag-ugnay sa tanggapan ng paaralan o nurse ng paaralan kung mayroong anumang mga katanungan tungkol sa mga alituntunin sa Pag-iingat sa Kalusugan.
- Tumawag sa tanggapan ng paaralan kapag ang iyong anak ay may sakit. lulat ang sintomas ng pagkakasakit.
- Tumawag sa tanggapan ng paaralan kung ang sinuman sa iyong sambahayan ay nasuri na may COVID-19 o nagkaroon ng malapit na personal na pakikipag-ugnay sa isang taong may COVID-19.
- Habang nasa site ng paaralan sundin ang lahat ng Indibidwal na Pag-iingat sa Kalusugan para sa Mga Mag-aaral at Kawani.
- Ang mga personal na pang-iwas na kasanayan tulad ng physical distancing, kalinisan ng kamay, mga telang pantakip ng mukha at etiquette sa pag-ubo/ pagbahing ay mga mahahalagang prinsipyo para mabawasan ang pagkalat ng COVID-19. (CDC)
- Turuan ang iyong anak ng mga alituntunin sa kalusugan ng publiko - palakasin at sanayin ang mga hakbang na ito kapag nasa publiko.
- Tanggapin ang mga pagpipilian ng ibang tao na maaaring magmukha, kumilos, o maniwala nang naiiba kaysa sa iyong pamilya.

- Ang kawani at mga estudyante ay dapat magsuri ng sarili nila para sa mga sintomas sa bahay araw-araw. Kumpletuhin ang SUSD online Daily Symptom Check.
- Kung may sakit ang tao o nagpapakita ng sintomas ng COVID-19, hindi sila maaaring pumasok sa paaralan at susunod sa **Inaatas sa Pananatili sa Bahay at Pagbabalik sa Paaralan.**
- Rutinang i-update ang emergency contact information ng anak mo.



MGA PANGUNAHING PUNTO NG KOMUNIKASYON AT ISTRATEHIYA



PAGMEMENSAHE BAGO MAGSIMULA ANG PAARALAN

- Ang kaligtasan ng mag-aaral at kawani ang aming pangunahing priyoridad.
- Bubuksan muli ang paaralan ng mga pagbabago sa mga programa at serbisyo upang maprotektahan ang mga bata at kawani mula sa COVID-19 na impeksiyon. Susundan ng distrito ang patnubay ng mga kagawaran ng kalusugan ng estado at county para sa pagpapatupad ng pag-iingat at pagbabago sa mga programa sa paaralan.
- Ang pisikal at kalusugan ng isip at kaligtasan ng ating pamayanan ay responsibilidad ng bawat isa sa atin. Ang ating mga pag-uugali ay nakakaapekto sa bawat isa.
- Ang kasalukuyang mga alituntunin ng CDC ay binabalangkas ang limang pangunahing sangkap: paghihiwalay ng mga may sakit na indibidwal, personal na kalinisan, pisikal na paglayo, paggamit ng mga telang pantakip sa mukha, at pagdi-disinfect ng mga surface. Sa kawalan ng bakuna o herd immunity, ang mga pagkilos na ito ay magkakasamang binabawasan ang panganib na kumalat ang COVID-19.
- Mga Patnubay sa Pagpapanatili sa Isa't Isang Ligtas, Appendix A sa taunang abiso sa magulang.
- Tanungin ang mga magulang/tagapag-alaga na isaalang-alang ang paggawa ng mga telang takip sa mukha para magamit muli kapag nasa publiko at pinapapasok ang mga bata sa paaralan na may tela na takip sa mukha. Ibibigay ang mga pantakip sa mukha kung ang isang bata ay wala nito.
- Ang pag-iwas sa pagkalat ng COVID-19 at ang kakayahang manatiling bukas ang aming paaralan ay nakasalalay sa ating lahat na sumusunod sa Patnubay sa Personal na Kalinisan (Pahina 29) at ang Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay (Pahina 30).
- Magkakasama tayo dito.

PAGMEMENSAHE SA PAGBUBUKAS

- Ang kaligtasan ng mag-aaral at kawani ang aming pangunahing priyoridad.
- Ang sitwasyon ay hindi matatag at ang patuloy na pagsusuri at pagbabago ay kinakailangan.
- Susunod ang distrito sa mga utos ng estado at county. Ang mga kawani ng distrito at paaralan ay nagtatrabaho nang malapitan sa naaangkop na San Joaquin County Public Health, San Joaquin County Office of Education, at mga nakapaligid na distrito upang subaybayan ang kasalukuyang sitwasyon, tugunan ang mga alalahanin, ipaalam at turuan ang mga mag-aaral.
- Sinusunod ang mga regular na protokol sa paglilinis. Ang mga lugar na madalas nahihipo at mga lugar kung saan naroon ang mga maysakit na mag-aaral o kawani ay idi-disinfect, kasunod sa mga itinakdang alituntunin ng distrito.
- Ang pag-iwas sa pagkalat ng COVID-19 at ang kakayahang manatiling bukas ang aming paaralan ay nakasalalay sa ating lahat na sumusunod sa Patnubay sa Personal na Kalinisan (Pahina 29) at ang Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay (Pahina 30)



MGA PATULOY NA KOMUNIKASYON

- Naghahanda kami para sa panahon ng sipon at trangkaso bawat taon, sa pamamagitan ng pagbibigay ng mga klinika sa pagbabakuna para sa mga karapat-dapat na pamilya, at pagsasagawa ng mga kampanya sa kamalayan upang makatulong na maiwasan ang pagkalat ng mga nakakahawang sakit.
- Panatilihin ang mga estudyante sa bahay mula sa paaralan kapag may sakit at humingi ng payo ng isang tagabigay ng pangangalaga ng kalusugan para sa mga sintomas ng COVID-19.
 - Kung makatanggap ba kami ng isang pag-aalala tungkol sa pagkakalantad o kumpirmasyon ng kaso ng COVID-19, ang SUSD ay agad na tutugon gamit ang aming mga naitatag na mga protokol at patnubay na ibinigay ng mga opisyal ng SJCPH at California Department of Public Health - School Guidance sa COVID-19.
 - Ang pag-iwas sa pagkalat ng COVID-19 at ang kakayahang manatiling bukas ang aming paaralan ay nakasalalay sa ating lahat na sumusunod sa Patnubay sa Personal na Kalinisan (Appendix D) at ang Mga Kinakailangan sa Pananatili sa Bahay (Appendix B).
 - Magkakasama tayo dito.



PAGMEMENSAHE SA MGA DULUGAN/SUPORTA

- ❑ Alam namin na ito ay isang nakakabalisa na oras para sa aming pamayanan at ang aming puso ay para sa mga may karamdaman, nawalan ng mga miyembro ng pamilya, nawalan ng trabaho at nakakaranas ng mga paghihirap na dulot ng pandemikong mga hakbangin at pagpapagaan.
- ❑ Ang aming mga saloobin ay kasama ng lahat ng aming pamilya at mga bata na apektado.
- ❑ Pakitandaan na may mga ulat ng mga estudyanteng na-stigmatize o na-bully. Hinihimok namin ang aming mga miyembro ng pamayanan na tulungan maiwasan ang anumang diskriminasyon at igtalang ang privacy ng aming mga miyembro ng komunidad. Hinihimok namin ang bawat isa sa aming komunidad na pakitunguhan ang bawat isa nang may pakikiramay, respeto, at kabaitan sa aming pagtatrabaho upang mapanatiling malusog ang aming pamayanan at ligtas sa pisikal at emosyonal.
- ❑ Tingnan ang COVID-19 Frequently Asked Questions sa SUSD website.

STRATEHIYA NG KOMUNIKASYON PARA SA KAWANI NG SITE NG PAARALAN AT ADMINISTRAYON

- ❑ Itaguyod at i-advertise ng malawak ang isang webpage para sa napapanahon na impormasyon sa pagpapalano, tugon sa pandemiko at mga inaasahan para sa mga kawani, mag-aaral, at pamilya.
- ❑ Gumamit ng Mga Komunikasyon upang maipamahagi ang tumpak na impormasyon.
- ❑ Pagsasanay ng mga liaison ng pamayanan na kasalukuyang nasa mga site ng paaralan.
- ❑ Mga pagpupulong kasama ang mga komite sa paaralan.
- ❑ Mga anunsyo sa oras ng pag-aaral - bago ang paaralan, sa pagitan ng mga klase, bago ang pahinga upang mapalakas ang mga alituntunin sa personal na kalinisan.
- ❑ Magtalaga ng isang kawani/liaison ng pamayanan o mga liaison upang maging responsable para sa pagtugon sa mga alalahanin sa COVID-19. Dapat malaman ng mga empleyado kung sino sila at kung paano makipag-ugnay sa kanila.

- ❑ Gumamit ng lahat ng mga tawag, lahat ng email, mga liham na superintendent, mga website ng site ng paaralan, mga teksto ng paalala.
- ❑ Gumamit ng mga electronic billboard/marquis.
- ❑ Gumamit ng mga banner, karatula sa pamamagitan ng paaralan para bigyang diin ang pagmemensahe.
- ❑ Ibigay ang pagsasalin ng mga komunikasyon batay sa mga threshold na wika ng pamayanan.

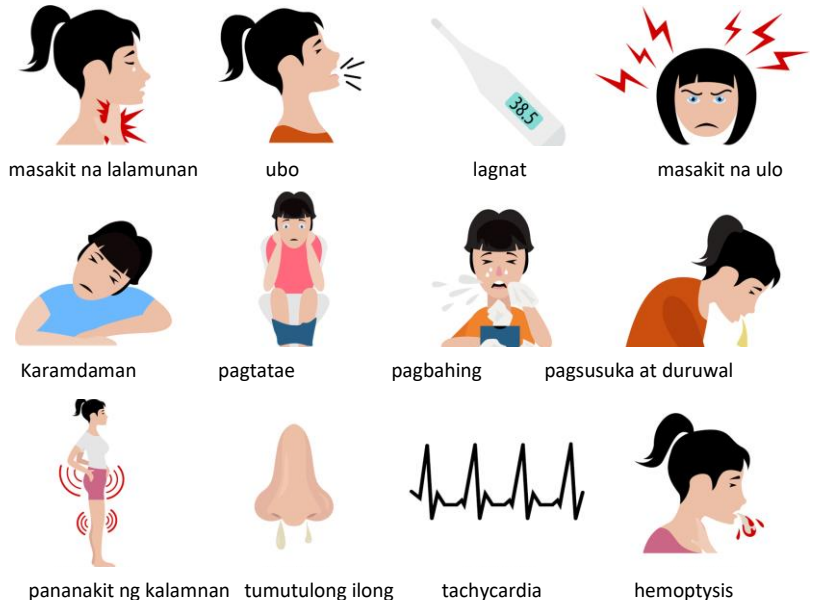


PAGPAPANATILI SA ISA'T ISANG MALUSOG SA PANAHOON NG COVID-19



Pagsusuri sa Kalusugan Araw-araw Bago Pumasok sa Paaralan: Suriin ang temperatura ng iyong anak at maghanap ng mga palatandaan ng karamdaman. Dapat manatili sa bahay ang anak niyo kung sila ay:

- May alinman sa mga sintomas na ito o na-diagnose na may COVID-19
- Ay pinayuhan na ihiwalay o mag-quarantine ng iyong doktor o departamento ng kalusugan
- May kamakailang kontak sa taong may COVID-19
- Kamakailangang nagbiyahe sa ibang lugar sa labas ng U.S.



Mangyaring tandaan na ang iyong anak ay maaaring kailanganing manatili sa bahay at lumahok sa pag-aaral sa malayo hanggang sa 10-14 araw batay sa mga patnubay sa kalusugan ng publiko. Iulat ang kawalan ng iyong anak at mga sintomas sa paaralan araw-araw.

Gumamit ng Kalinisan sa Pag-ubo/Pagbahing

Turuan ang mga batang bumahing sa tisyu o siko. Itapon ang tisyu sa basurahan. Hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon at tubig o gumamit ng hand sanitizer. Huwag hipuin ang mukha mo.

Magsagawa ng Kalinisan ng Kamay

Dapat maghugas ng kamay ang mga estudyante bago umalis sa bahay at makauwi. Ang lahat ng mga estudyante ay maghuhugas ng kamay nang madalas o gagamit ng hand sanitizer sa paaralan.

Gumamit ng Mga Telang Pantakip ng Mukha sa Paaralan

Ang mga bata ay dapat na pumunta sa paaralan na may tela na takip sa mukha, maliban kung sinabi ng isang doktor na huwag, o ang bata ay hindi ligtas na maakasuot ng isa dahil sa kanilang antas sa development. Hugasan ang takip ng mukha ng tela araw-araw sa bahay. Maaaring makakuha ng mga pantakip sa mukha sa paaralan kung kinakailangan.

Magpanatili ng Physical Distancing sa Paaralan

Manatiling 6 na talampakan man lang ang layo mula sa ibang tao. Ang espasyo ang pinakamahusay na paraan para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19. Huwag bumuo ng mga pangkat kasama ng mga ibang magulang sa paghahatid at pagsundo.



MGA INAATAS SA PANANATILI SA BAHAY AY PAGBABALIK SA PAARALA PARA SA MGA ESTUDYANTE AT KAWANI SA PANAHON NG COVID-19



Ang mga patakarang ito ay dapat batay sa pampublikong kalusugang patnubay mula sa CDC. Para sa anumang pagbabalik sa paaralan sa labas ng mga patnubay na ito, ang mga estudyante ay dapat magdala ng tala ng doktor. Kontaking ang nurse ng paaralan niyo kung may mga tanong kayo tungkol sa pagbabalik sa paaralanmatapos magkasakit.

Panatiliin sa bahay ang anak mo kung mayroon silang anuman sa mga sumusunod na sintomas:

- Lagnat o pangangatog
- Pag-ubo
- Kapaguran
- Pananakit ng kalamnan o katawan
- Masakit na ulo
- Pagtatae
- Bagong kawalan ng panlasa o pang-amoy
- Masakit na lalamunan
- Kakapusan ng paghinga o hirap sa paghinga
- Pagduruwal o pagsusuka
- Baradoo tumutulong ilong

Panatiliin ang anak niyo sa bahay kung sinabihan silang mag-quarantine o mag-isolate dahil sa mga pag-iingat sa COVID-19:

- Pinayuhan na ihiwalay o mag-quarantin ng iyong doktor o departamento ng kalusugan
- Kamakailang may kontak sa taong may COVID-19
- Ay na-diagnose na may COVID-19
- Kamakailangang nagbiyahe sa ibang lugar sa labas ng U.S.

Kung hindi nakapasok ang iyong anak ang paaralan tawagan ang tanggapan ng paaralan araw-araw at iulat ang mga sintomas ng iyong anak.

Maaaring bumalik ang anak niyo sa paaralan makalipas ng:

- Wala silang mga sintomas na nakalista sa itaas nang hindi bababa sa 24 na oras (isang buong araw) nang hindi ginagamit ang gamot, **AT**
- Hindi bababa sa 10 araw ang lumipas mula noong araw na unang lumitaw ang mga sintomas.

*Ang pagbabalik sa mga alituntunin sa paaralan ay tinanggal ang "iba pang mga sintomas ay napabuti" mula sa inirekumenda ng CDC na mga alituntunin na may hangaring panatilihing malayo ang mga tao sa anumang mga sintomas ng karamdaman mula sa paaralan upang maprotektahan ang kalusugan ng ibang mga estudyante at kawani. Sa lahat ng mga kaso, sundin ang patnubay ng iyong doktor at lokal na departamento ng kalusugan.

Ang mga batang may hindi nakakahawang mga malalang kondisyon ay hindi dapat maibukod mula sa pagpasok sa paaralan. Halimbawa, ang isang bata na may mga sintomas sa allergy ay maaaring magkaroon ng pagbabara, ngunit hindi isang dahilan upang maibukod ang bata mula sa paaralan.

Mangyaring ipagbigay-alam sa paaralan kung ang iyong anak ay may malalang kondisyon tulad ng allergy, hika, o migraine upang maiwasan ang hindi kinakailangang pagbukod. Kung may mga katanungan tungkol sa mga indibidwal na kaso, makipag-ugnay sa iyong nurse sa paaralan o mga serbisyong pangkalusugan.

Mga Pinagkunan:

[Considerations for Schools.In-update Mayo 19, 2020. CDC Steps to prevent the spread of COVID-19 if you are sick. CDC Quarantine and Isolation. CDC](#)



MGA INAATAS SA SCREENING PARA SA LAHAT NG TAONG PUMAPASOK SA MGA SITE NG PAARALAN



Mga pandaigdigang pamamaraan sa screening ng mga estudyante ay kawani ay nagpapababa sa peligrong makahawa ng sakit kabilang ang COVID-19 sa paaralan.

- Ang Qualtrics COVID-19 Self Check System ay gagamitin para sa:
 - Ang mga estudyante at kawani ay ii-screen para sa sintomas ng COVID-19; ang mga may sakit na estudyante o kawani ay ihihiwalay mula sa ibang tao at pauwiin agad.
 - Pang-araw-araw na Pagsusuri sa Sariling Kalusugan: Kinakailangan ang mga kawani at estudyanteng subaybayan ang sarili para sa mga sintomas tulad ng lagnat, ubo, at kakapusan sa paghinga. Inirerekumenda na ang isang indibidwal ay hindi pumasok sa trabaho o paaralan kung nararamdaman ang alinman sa mga sintomas ng COVID-19. Ang Stockton Unified School District ay nagtatag ng isang ligtas na sistema ng pagsubaybay para sa contact tracing na sumusunod sa patnubay mula sa mga propesyonal sa kalusugan upang siyasatin ang mga kaso at contact ng COVID-19. Kailangang bahagi ang contact tracing sa muling pagbubukas ng mga paaralan dahil kailangan nating panatiliin ang kaligtasan ng ating kawani, mga estudyante at komunidad.
- Aabisuhan ang mga empleyado ng SUSD na umuwi at kontakin ang Risk Management. Ang site administrator o department lead ay mag-aabiso din sa Risk Management.
- Ang mga estudyante ng SUSD, ang site ay gagawa ng agarang kontak sa pamilya. Habang hinihintay ang pamilya na sunduin ang estudyante, ang mga estudyante ay ihihiwalay at subaybayan nang naaayon.
- Mga pagkilos na gagawin ng kawani kapag may kumpirmadong kaso. Ang lahat ng (mga) paaralan ay magkakaroon ng (mga) itinalagang tauhan na kawani na susuporta sa contact tracing upang makipagtulungan at makipag-ugnay sa departamento ng Health Services ng SUSD, RISK Management, at tanggapan ng COVID Management.
- Ang Stockton Unified School District ay nagtatag ng isang ligtas na sistema ng pagsubaybay para sa contact tracing na sumusunod sa patnubay mula sa mga propesyonal sa kalusugan upang siyasatin ang mga kaso at contact ng COVID-19.
- Ang Qualtrics electronic COVID-19 Self Check management system ay ipinatupad. Kailangang bahagi ang contact tracing sa muling pagbubukas ng mga paaralan dahil kailangan nating panatiliin ang kaligtasan ng ating kawani, mga estudyante at komunidad.

MGA PINAGKUNAN:

- [Coronavirus Response and Reopening Guidance; cde 2020](#)
- [Considerations for Schools. Updated May 19, 2020, CDC.](#)
- [San Joaquin County COVID Updates and Resources](#)
- [Steps to prevent the spread of COVID-19 if you are sick. CDC Quarantine and Isolation. CDC](#)



MGA INAATAS SA PERSONAL NA KALINISAN PARA SA MGA ESTUDYANTE AT KAWANI SA PANDEMIONG COVID-19



Ang COVID-19 ay kadalasang kinakalat ng mga respiratoryong droplet na pinakawalan kapag ang mga tao ay nakikipag-usap, kumakanta, tumawa, umubo, o bumahing. Iniisip na ang virus ay maaaring kumalat sa mga kamay mula sa isang kontaminadong surface at pagkatapos ay sa ilong, bibig, o mga mata na sanhi ng impeksyon. Ang mga kasanayan sa personal na pag-iwas, tulad ng paghuhugas ng kamay, paggamit ng mask at etiquette sa pag-ubo/pagbahing ay mahalagang mga prinsipyo upang mabawasan ang pagkalat. (CDC)

MADALAS MAGHUGAS NG MGA KAMAY

Ang lahat ng mga estudyante at kawani ay dapat madalas maghugas ng mga kamay. Kung walang sabon at tubig gumamit ng alcohol-based na hand sanitizer. Ang mga sumusunod na patnubay ay nirerekomenda sa mga setting ng paaralan.

MAHUGAS NG MGA KAMAY O GUMAMIT NG HAND SANITIZER:

- Sa pagdating sa site ng paaralan
- Bago kumain
- Bago umalis sa site
- Sa pagpasok sa anumang bagong silid-aralan
- Kapag gumagamit ng banyo
- Kapag nakikitang madumi
- Matapos gumamit ng tisyu, umubo sa mga kamay
- Sa pagdating sa bahay

*Mga nakikitang karatula at paalala sa mabisang paghuhugas ng kamay at paggamit ng sanitizer sa lahat ng mga estudyante at kawani.

GUMAMIT NG MGA FACE MASK

Ang isang telang takip sa mukha ay dapat na isuot ng lahat ng mga indibidwal sa mga site ng paaralan maliban kung hindi ito inirerekomenda ng isang doktor o hindi naaangkop para sa antas ng development ng indibidwal.

KAILAN MO PUWEDENG ALISIN ANG MASK?

- Ang mga taong kumakain o umiinom, sa kundisyon na mapapanatili nila ang distansya na hindi bababa sa anim na talampakan ang layo mula sa mga taong hindi miyembro ng iisang sambahayan o tirahan.
- Mga taong nauugnay sa panlabas na trabaho o libangan kapag mag-isa t kayang magpanatili ng distansiya ng anim na talampakan man lang mula sa ibang tao.
- Nakikitang karatula na mga paalala sa angkop na paggamit at pangangasiwa ng mga face mask sa lahat ng mga estudyante at kawani.

ITAGUYOD ANG RESPIRATORYONG KALINISAN

Palakas ang etiquette sa pag-ubo/pagbahing kabilang ang paggamit ng mga tisyu at siko sa pamamagitan ng karatula, pagsasanay, at mga aralin.

MAGPANATILI NG 6 NA TALAMPAKAN MAN LANG ANG LAYO MULA SA IBANG TAO

Ang pagpapanatili ng distansya mula sa iba ay ang pinakamahusay na paraan upang maiwasan ang mahantad sa mga nilabas sa paghinga na pinatalsik sa hangin kapag ang ibang mga tao ay nagsasalita, umubo o humihinga.

Mga Pinagkunan:

[Considerations for Schools. In-update Mayo 19, 2020, CDC.](#)

[When and How to Wash Hands, CDC.](#)

[Use of Face Coverings to Help Slow the Spread of COVID-19, CDC.](#)



PAUNANG LUNAS, MGA PAMAMARAAN SA NURSING, GAMOT AT PINALAWAK NA PANGANGAILANGAN PARA I-ISOLATE ANG MGA MAY SAKIT NA ESTUDYANTE



Ang mga paunang lunas na sitwasyon, sa antas na posible, ay dapat pangasiwaan ng estudyante at sa silid-aralan para mapigilan ang pagsasama-sama sa opisina at posibleng cross exposure. Ginawa ang mga sumusunod na rekomendasyon:

Ang lahat ng mga silid-aralan ay dapat bigyan mga supply sa paunang lunas para sa mga maliit na alalahanin. (hal. mga gasgas, pagdurugo ng ilong, kagat ng insekto). Maaaring kasama sa mga bagay ang mga band aid, guwantes, gasa, sabon, papel na tuwalya, atbp. Sa hangganang posible, bigyan ang mga estudyante ng pag-aalaga sa sarili. Ang mga estudyante na masama ang pakiramdam ay magsusuot ng tela na takip sa mukha kapag ipinadala sa opisina at dapat dalhin ang kanilang mga gamit.

Ang mga estudyante na nangangailangan ng pangunang lunas, gamot, mga pamamaraang medikal, na may sakit, o na dating inalagaan sa tanggapan ng kalusugan ay kailangan na ihiwalay sa mga itinalagang lugar ng **pangangalaga sa walang sakit at may sakit**. Ang lugar ng pangangalaga sa may sakit ay dapat nakahiwalay na espasyo na itinakda para panatiliing hiwalay ang mga estudyanteng may posibleng sintomas ng COVID-19 mula sa mga estudyanteng walang sakit.

Habang pumapasok ang mga estudyante sa opisina na may hindi naka-schedule na pangangailangan, kung nagreklamo sila sa mga sintomas ng sakit, tanungin kung nakasama sila sa isang tao na may COVID-19 o may mga palatandaan at sintomas ng COVID-19. Kung oo, ipadala agad sa COVID-19 isolation (kuwarto ng may sakit), tawagan ang magulang at pauwiin.



Lugar ng Walang Sakit na Estudyante

Lugar ng May Sakit na Estudyante/Lugar ng Sintomas ng COVID-19

<p>Paunang Lunas Mga Gamot sa Seizures Gutom Diabetes Asal Pag-aalaga sa Hika Pagod Mga Allergy Ligalig</p>	<p>Lagnat (100 degrees o mas mataas) Bagong kawalan ng panlasa o pang-amoy Pag-ubo Masakit na lalamunan Kakapusan ng paghinga o Hirap sa paghinga Baradoo tumutulong ilong Pagduruwal o pagsusuka, pagtatae Pananakit ng kalamnan o katawan Masakit na ulo</p>
<p>Pagkakawani: Isang may kasanayang miyembro ng kawani, nurse ng paaralan, o kawaning medikal ang magbibigay ng pag-aalaga.</p>	<p>Pagkakawani: Isang may kasanayang miyembro ng kawani, nurse ng paaralan, o kawaning medikal ang magtatasa at magbibigay ng pag-aalaga. Kung hiwalay na kuwarto ito, maaaring kailanganin ng karagdagang kawani para subaybayan ang mga estudyante kung hindi nakikita ng miyembro ng kawani na nagbibigay ng pag-aalaga sa walang sakit na estudyante.</p>
<p>PPE: Ang kawaning nagbibigay ng pag-aalaga ay magsusuot ng telang pantakip ng mukha at gagamit ng mga karaniwang pag-iingat kung nasa peligrong ma-expose sa dugo o mga fluid ng katawan.</p>	<p>PPE: Ang kawani ay dapat magsuot ng guwantes, disposable mask, at proteksiyon sa mata/face shield.</p>
<p>Mga pangangailangan sa kuwarto: Pag-isipang gamitin ang kasalukuyang opisina ng nurse na naka-set up na para sa paunang lunas. May magagamit na lababo, sabon at mga papel na tuwalya May access sa banyo Cot at/o mga silya para sa mga nagpapahingang estudyante Mesa, counter, o desk Mga supply para sa paunang lunas Gamot at procedure Computer o laptop para ma-access ang IC para kontakin ang mga magulang</p>	<p>Mga pangangailangan sa kuwarto: Isaalang-alang ang paggamit ng isang hiwalay na kuwarto o ilipat ang pag-aalaga ng may sakit sa isang malaking silid na maaaring paghiwalayin ang walang sakit at may sakit na mga estudyante ng mahigit sa 6 talampakan at hadlang. Dapat ay may mabuting bentilasyon ang kuwarto (buksan ang mga bintana at pintuan) Isaalang-alang ang hadlang tulad ng plexiglass sa pagitan ng kawani at mga may sakit na estudyante Magkaroon ng lababo, sabon at mga papel na tuwalya Magkaroon ng access sa malapit na banyo Cot at mga silya para sa mga naghihintay na estudyante Telepono Mesa, counter, o desk Computer o laptop para ma-access ang IC para kontakin ang mga magulang</p>
<p>Mga Supply Mga supply para sa paunang lunas PPE - guwantes at masks Sabon at mga papel na tuwalya Inuming tubig Pantakip na papel sa cot Mga pang-disinfect na supply - mga solusyon at mga papel na tuwalya</p>	<p>Mga Supply PPE - guwantes, masks, face shield Thermometer Inuming tubig Sabon at mga papel na tuwalya Mga pang-disinfect na supply - mga solusyon at mga papel na tuwalya Pantakip na papel sa cot</p>
<p>Pamamaraan sa walang sakit na estudyante: Dapat maghugas ng kamay ang estudyante sa pagdating Lagyan ng takip ng mukha ang estudyante kung wala pang suot. Gumamit ng mga karaniwang pag-iingat kapag tinutulungan ang mga estudyante sa paunang first aid o mga pamamaraan I-disinfect surface matapos umalis ang estudyante at bago gamitin ng ibang tao</p>	<p>Pamamaraan sa may sakit na estudyante Dapat maghugas ng kamay ang estudyante sa pagdating Gumamit ng mga karaniwang pag-iingat kapag tumutulong sa mga esudyante na may sakit - para sa pinaghihinalang COVID-19 kasama dito ang mask, face shield, at guwantes Magbigay ng pangangalaga sa pagpapanatili ng higit na distansya at kaunting kontak hangga't maaari Tanungin kung nakasama sila sa isang tao na may COVID-19 o may mga palatandaan at sintomas ng COVID-19 Kunan ng temperatura. Magtanong tungkol sa at idokumento ang anumang sintomas Tumawag sa magulang/tagapag-alaga para sa agarang pagsundo Kung hindi masundo ng magulang/tagapag-alaga ang mga estudyante, isaalang-alang ang mga pamamaraan para sa pag-aayos ng transportasyon papunta sa kanilang tahanan Bigyan ang magulang/tagapag-alaga ng Manatili sa Bahay/Kailan Babalik sa Paaralan ng mga patnubay (Appendix B) I-disinfect ang lahat ng surface matapos umalis ang estudyante at bago gamitin ng ibang tao Kung ipinahiwatig ng mga sintomas na hinihinalang COVID-19 makipag-ugnay sa iyong nurse ng paaralan o Health Services: Sundin ang Mga Patnubay sa Nakakahawang Sakit sa pag-aabiso sa Health Services para sa posibleng pagkalat ng mga nakakahawang sakit</p>

MGA PATNUBAY SA PAG-AALAGA NG MGA MAY SAKIT **NA ESTUDYANTE**



Dapat ihanda ng mga site ang pangangalaga sa mga estudyante at kawani kapag nagkasakit sila sa paaralan. Dahil sa panganib na posibleng mailipat ang COVID-19 sa iba, ang mga indibidwal na may mga sintomas ng sakit ay dapat na agad na ihiwalay sa isang lugar na nakabukod. Ang mga indibidwal na may sakit ay dapat umuwi o sa isang pasilidad sa pangangalaga ng kalusugan depende sa kalubhaan ng kanilang mga sintomas.

Ang mga estudyanteng may sakit ay dapat manatili sa Sick Student Area hanggang sunduin ng magulang/tagapag-alaga.

- Dapat ay mabuti ang bentilasyon ng kuwarto - ang mga pintuan ay naiwang nakabukas nang husto.
- Manatiling 6 na talampakan ang layo mula sa ibang tao
- Ang mga indibidwal na may sakit ay dapat magsuot ng disposable mask/takip sa mukha.
- Ang kawani ay dapat gumamit ng mga karaniwang pag-iingat sa COVID-19 kapag tinutulungan ang mga estudyanteng may sakit
- Magpanatili ng 6 na talampakan man lang na distansiya at limitahin ang kontak hangga't posible.

Bigyan ang magulang/tagapag-alaga ng mga tagubilin sa Pananatili sa Bahay at Kailan Babalik sa Paaralan.

Kung hindi masundo ng magulang/tagapag-alaga ang mga estudyante, isaalang-alang ang mga pamamaraan para sa pag-aayos ng transportasyon papunta sa kanilang tahanan.

I-disinfect ang lahat ng surface matapos umalis ang estudyante at bago gamitin ng ibang tao.

Kung naghihinala sa COVID-19 sundin ang Mga Patnubay sa Nakakahawang Sakit sa pag-aabiso sa Student Support & Health Services sa posibleng pagkalat ng mga nakakahawang sakit.

MGA PINAGKUNAN:

- Opening Schools Guidelines. California Department of Education. Hunyo 2020
- COVID-19 Health Services Recovery Plan Resource in Educational Settings, California School Nurse Organization. Hunyo 8, 2020. Mga Konsiderasyon para sa Mga Paaralan. In-update Mayo 19, 2020, CDC.
- When and How to Wash Hands, CDC.
- Use of Face Coverings to Help Slow the Spread of COVID-19, CDC.
- San Joaquin County 2020-2021 School Year Planning Guide. San Joaquin County Office of Education



PAGSASANAY SA KAWANI, MGA MAGULANG AT MGA ESTUDYANTE



PAGSASANAY NG KAWANI

- Rationale para sa mga patnubay ng distrito
- Sariling screening at kailan mananatili sa bahay
- Mga patnubay sa physical distancing at ang kahalagahan ng mga ito
- Paggamit ng mga takip sa mukha
- Mga kasanayan sa screening
- Pagkilala sa sintomas ng COVID-19 at kung ano ang gagawin
- Pagsasanay sa paglilinis at disinfection

PAGSASANAY NG ESTUDYANTE

- Ano ang Covid-19?
- Sariling screening at kailan mananatili sa bahay.
- Mga pag-iingat na ating ginagawa at bakit - mga patnubay sa pagdidistansiya, pagtakip ng mukha, paghuhugas ng kamay, pananatili sa bahay.
- Paano Maghugas ng Kamay
- Kailan magsusuot ng acemask.
- Ano ang 6 na talampakan
- Paglilinis sa espasyo nila

PAGSASANAY NG MAGULANG/TAGAPAG-ALAGA





- Ano ang COVID-19?
- Rationale para sa mga patnubay ng distrito
- Sariling-screening. Kailan pananatiliin ang mga estudyante sa bahay kung may sakit sila at tagal ng oras na dapat silang manatili sa bahay.
- Pagkuha at pagsubaybay sa mga temperatura sa bahay.
- Mga pag-iingat sa kalinisan ng katawan - pagdidistansiya, pagtakip ng mukha, paghugas ng kamay
- Pangangailangan sa tumpak na impormasyon sa pagkontak at maramihang pang-emerhensiyang kontak
- Kahalagahan ng mabilis na pagpunta sa paaralan para sunduin ang anak, kapag tinawagan



MGA SUHESTIYON SA PAGSESET-UP NG MGA SILID-ARALAN



Upang mabawasan ang pagkalat ng COVID-19 sa paaralan, gagamit kami ng isang kumbinasyon ng mga hakbang upang maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 at masira ang kadena ng impeksyon. Ang bawat espasyo at pangkat ng mga bata ay magkakaiba, ang ideya ay upang i-minimize ang panganib na makahawa gamit ang

 Physical Distancing	 Kalinisan ng Kamay at Mga Surface na Madalas Nahihipo	 Mga Telang Pantakip ng Mukha	 Etiquette sa Pag-ubo/Pagbahing
<p>Baguhin ang ayos ng mga desk at karaniwang espasyong upuan para ma-maximize ang espasyo (6 na talampakan) sa pagitan ng mga kalahok at sa harap ng kuwarto - 3 talampakang radius). Gumamit ng mga visual aid para makatulong na ikomunika sa tamang distansiya (hal. hula hoop, tape sa carpet, haba ng braso).</p>	<p>Gumawa ng rutina sa paghuhugas ng kamay o hand sanitizer sa pagpasok sa silid-aralan. Maglagay ng mga bote ng hand sanitizer sa pasukan. Magpahintulot ng oras sa paghuhugas ng kamay o paggamit ng alcohol-based na hand sanitizer bago kumain at sa pagbabalik sa silid-aralan.</p>	<p>Modelong may suot na takip sa mukha sa silid-aralan. Magbigay ng access sa mga telang pantakip ng mukha sa mga pasukan. Telang Pantakip ng Mukha para sa Mga Bata Sa Panahon ng COVID-19</p>	<p>Maglagay ng facial tissue para magamit sa silid-aralan, o mga pakete ng tisyu sa supot para sa bawat estudyante.</p>
<p>Pihitin ang mga desk para humarap sa parehong direksiyon (sa halip na magkakaharap) para mabawasan ang paghawa na dulot mula sa mga droplet na naglalaman ng virus (hal., mula sa pagsasalita, pag-ubo, pagbahing).</p>	<p>Iwasan ang mga supply ng pamayanan kapag posible. Kung kailangan ang mga supply na paghihiraman, pag-isipang gumamit ng mga designadong bin para sa maliinis at gamit na supply.</p> <p>Ang mga supply ng pamantayan ay tinuturing na madalas nahihipo at dapat madalas linisin.</p>	<p>Dekorasyonan ang mga telang pantakip ng mukha bilang aktibidad ng klase.</p>	<p>Magsabit ng mga poster sa Pagtatakip ng Inyong Ubo, Hugasan ang Inyong Mga Kamay, at Manatili sa Bahay Kung May Sakit kayo sa inyong kuwarto.</p>
<p>Magsagawa ng mga klase sa labas at hikayatin ang mga kalahok na maglayo-layo kailanman posible</p>	<p>Siguruhin ang mga sapat na supply para mabawasan ang paghihirapan ng mga materyales na madalas nahihipo sa hanggang posible, magtalaga ng mga supply sa iisang estudyante, o limitahin ang paggamit ng mga supply at kagamitan ng isang pangkat ng mga bata nang paisa-isa at maglinis at mag-disinfect sa pagitan ng paggamit</p>	<p>Hikayatin ang mga estudyanteng magsuot ng telang pantakip ng mukha ng tama. Repasuhin kung paano magsuot nito at paano ito alisin. Hikayatin ang mga estudyanteng iwasang hipuin ang mukha nila ng mga kamay nila hangga't posible.</p>	<p>Maglagay ng bukas na ibabaw na basurahang magagamit sa silid-aralan, o mga supot sa mga indibiduwal na desk para maiwasan ang paglallakad ng mga bata sa silid-aralan.</p>
<p>Pag-isipan ang paggamit ng mga karton na "opisina" bilang mekanikal na hadlang sa pagitan ng mga estudyante</p>	<p>Huwag maghiraman ng kagamitan ang kawani, mga boluntaryo at mga kalahok, kapag posible</p>	<p>Magsabit ng mga litrato ng mga estudyante at kawani na mayroon at walang mask.</p>	<p>Magpakita ng mga video na nagtuturo ng tamang etiquette sa pag-ubo/pagbahing at paghuhugas ng kamay.</p>
<p>Gumamit ng mga nakikitang hudyat para ipakita ang pisikal na espasyo (spacing dot/ mga marker).</p>	<p>Huwag payagan ang mga estudyanteng magdala ng mga laruan o personal na gamit sa paaralan. Iwasang maghiraman ng mga electronic device, mga laruan, mga libro, at mga ibang game o pantulong sa pag-aaral.</p>	<p>Gumawa ng sistema para maipahiwatig ng mga estudyante and inis o pakiramdam nila (hal. mga desk card, email, atbp.) dahil ang mga facial expression ay maaaring mahirap malaman habang may suot na telang takip sa mukha.</p>	<p>Pag-isipan ang mga paraan para pangangailangan ng mga bata at mga pamilya na nasa peligro sa malalang sakit mula sa COVID-19.</p> <p>Maghanap ng mga makikitang sakit sa mga estudyante o kawani. Ipadala ang anumang nakikitang may sakit na estudyante sa opisina.</p>
<p>Gumait ng visual aids (hal., painter's tape, mga sticker) para ipakita ang daloy ng trapiko at angkop na pag-espasyo para suportahan ang social distancing.</p>	<p>Ihiwalay ang mga pag-aari ng bata mula sa ibang tao at sa mga indibiduwal na may label na container, cubby o mga lugar. Itabi ang mga backpack/jacket sa mga desk.</p>	<p>Para sa trabaho ng pangkat, ipagpangkat ang mga estudyante sa virtual setting para mabawasan ang paggalaw ng mga estudyante sa kuwarto.</p>	<p>Limitahin ang mga boluntaryo sa silid-aralan.</p>
<p>Pahintulutan ang mga batang ipaghali ang pag-upo at pagtayo sa desk nila sa halip na paglalakad sa kuwarto. Hikayatin ang pag-unat.</p>	<p>Bigyan ang mga estudyante ng sarili nilang mga fidget toy, o gumawa ng sarili nilang espasyo sa pagpapakalma sa halip na isang fidget box o time out na espasyo sa silid-aralan</p>		



KALINISAN NG KAMAY: MGA IDEYA SA RUTINA PARA SA MGA GURO



Kapag ang nagtuturo ng paghuhugas ng kamay, ipagtibay ang konsepto ng pamayanan sa silid aralan, pinoprotektahan at pinangangalagaan ang bawat isa. Gumamit ng mga video upang magturo at maipakita ang paghuhugas ng kamay. Ikaw mismo ay magsanay sa paghuhugas ng kamay.

- Video para sa mga batang bata: [CDC - Wash Your Hands!](#) (30 segundo)
- Video para sa mga mas matandang bata: [CDC - Fight Germs, Wash Your Hands!](#) (3 minuto)
- Mga dulugan ng silid-aralan para sa pagtuturo tungkol sa paghuhugas ng kamay: [Minnesota Department of Health](#)

RUTINA SA PAGHUHUGAS NG KAMAY: PAGTUTURO SA MGA MAS BATANG ESTUDYANTE

Ang wastong paghuhugas ng kamay, lalo na para sa mga mas batang estudyante, ay maaaring maging hamon. Ang pagtaguyod ng isang rutina sa pasukan sa silid-aralan sa simula ng araw, pagkatapos ng pahinga at bago ang tanghalian ay nakakatulong upang mapanatiling malusog ang mga estudyante at kawani habang tinitiyak ang paghuhugas ay nagtatagal ng sapat upang matanggal ang mga mikrobyo. Ang mga nakikipag-ugnayan katulong (kung ninanais) ay ginagawang aktibidad ng pamayanan na protektahan ang sarili, pati na rin ang pagprotekta sa kapwa mo kklase at guro.

- **Mga Supply**
 - Pag-spray na bote na may malinis na tubig
 - Inaprubahan ng distritong pump hand soap
 - Mga papel na tuwalya at tongs
 - 3-4 katulong na estudyante (maghugas muna ng mga kamay, isuot ang takip sa mukha)
- **Pamamaraan**
 - Kapag pumila upang makapasok sa silid-aralan (habang tinitiyak ang tamang distansya)
 - Ang Katulong 1 na may spray na bote ay magbabasa sa naka-unat na mga kamay ng estudyante na nakapia
 - Maglalabas si Katulong 2 ng kaunting sabon sa mga basang kamay
 - Pagkukuskusin ng estudyante ang mga kamay at magsisimulang bumilang hanggang 20 o magha-hum ng Happy Birthday (tahimik sa sarili) o kantahin ang ABC habang dahan-dahan silang pupunta sa lababo.
 - Babanlawan ng estudyante ang mga kamay makalipas ang 20 segundo ng masigasig na pagkuskos.
 - Magbibigay ang Katulong 3 ng tuwalya (gamit ang malinis na tongs –pagsasanay sa fine motor skill)
 - Sisiguruhin ng Katulong 4 na ang mga gamit na tuwalya ay maayos na naitapon.

RUTINA SA PAGHUHUGAS NG KAMAY: MGA IDEYA SA MGA KUWARTONG WALANG LABABO

Para sa mga silid na walang lababo maaari ipagamit sa lahat ng mga estudyante ang parehong proseso tulad ng nasa itaas sa isang lababo malapit sa silid-aralan. Kung hindi ito magagawa gamitin ang hand sanitizer na may >60% na alcohol.

- **Mga Supply:** Hand Sanitizer >60% alcohol sa pump gumamit ng maraming bote
- **Pamamaraan:**
 - Ang mga estudyante ay pumipila upang makapasok sa silid-aralan na pinaghiwalay ng 6 na talampakan ang layo.
 - Ang mga Katulong na may hand sanitizer ay magbobomba ng isang laki ng dime sa nakaunat na mga kamay ng estudyante
 - Pagkukuskusin ng mga estudyante ang mga kamay, sinisigurong basain nang lubos ang lahat ng bahagi ng mga kamay, ibabaw at sa pagitan ng mga daliri



PAGPAPLANO NG IMUNISASYON AT MGA PAMPUBLIKONG KALUSUGANG KAGAWARAN



PAGPAPLANO SA IMUNISASYON

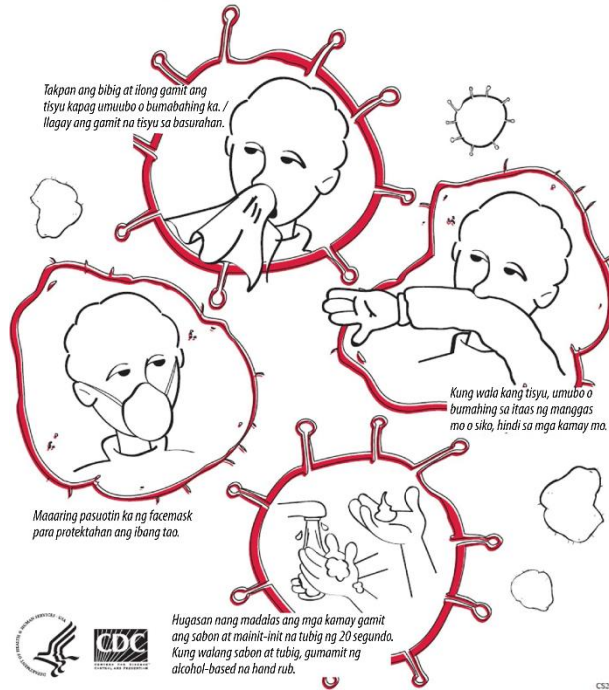
Ang mga setting ng edukasyon sa California ay tahanan ng 6.3 milyong mga bata at binubuo ng 15% ng populasyon ng California. Ang pagbabakuna na nakabatay sa paaralan ay ipinakita na isang mabisang hakbang sa pagbabakuna sa maramihang bilang ng mga bata at kabataan. Kapag may magagamit na bakuna sa COVID-19 ang distrito ay makikipag-ugnay sa San Joaquin County Public Health upang magbigay ng mga pagbabakuna. Sa mga county sa buong California, kung saan ang mga nurse ng paaralan ay naghahatid ng mga pagbabakuna sa trangkaso, ipinakita na nababawasan ang mga pagkaka-ospital ng mga bata at nadadagdagan ang pagpasok ng estudyante kung ihahambing sa iba pang mga county kung saan hindi magagamit ang mga nasabing serbisyo.

MGA NUMERO NG PUBLIC HEALTH NG COUNTY

San Joaquin County Public Health
209) 468-3400

Takpan ang Ubo mo

Pahintuin ang pagkalat ng germs na maaaring magdulot na magkasakit ka at ang mga ibang tao!



[Cover Your Cough PDF](#)



MGA SANGGUNIAN



- CAL/OSHA (2020). Interim Guidelines - General Industry. California Occupational Health Administration. Kinuha mula sa: <https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/General-Industry.html>
- CDE (2020) Mga Patnubay sa Pagbubukas ng Mga Paaralan. California Department of Education. Kinuha mula sa: <https://www.cde.ca.gov/ls/he/hn/coronavirus.asp>
- CDC (2020). Mga Konsiderasyon para sa Mga Paaralan. In-update Mayo 19, 2020. Kinuha mula sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/schools.html>
- CDC (2020). Mga hakbang para mapigilan ang pagkalat ng COVID-19 kapag may sakit ka. Kinuha mula sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>
- CDC (2020). Quarantine at Isolation. Kinuha mula sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine-isolation.html>
- CDC (2020). Interim Guidance for Businesses and Employers to Plan and Respond to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Kinuha mula sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>
- CDC(2020). Cleaning And Disinfecting Your Facility. Kinuha Mula Sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/disinfecting-building-facility.html>
- CDC (2020). Recommendation Regarding the Use of Cloth Face Coverings, Especially in Areas of Significant Community-Based Transmission. Kinuha mula sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>
- CDC (2020). Use of Cloth Face Coverings to Help Slow the Spread of COVID-19. Kinuha mula sa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>
- CDPH (2020). COVID-19 Industry Guidance: Schools and School-Based Programs, California Department of Public Health. Kinuha mula sa: <https://documentcloud.adobe.com/link/review?uri=urn:aaid:scds:US:665bb33c-5f93-47a0-804a-8d3962958669>
- CSNO (2020). COVID-19 Health Services Recovery Plan Resource in Educational Settings, California School Nurse Organization. Kinuha mula sa: <https://www.csno.org/>
- OSHA (2020). Guidance on Preparing Workplaces for COVID-19. Kinuha mula sa: <https://www.osha.gov/Publications/OSHA3990.pdf>
- SJCOE (2020). San Joaquin County 2020-2021 School Year Planning Guide. San Joaquin County Office of Education. Kinuha mula sa: <https://www.sjcoe.org/healthsafety/#:~:text=On%20October%2013%2C%202020%2C%20state,schools%20in%20the%20purple%20tier>
- San Francisco Department of Public Health (2020). Paano Magsuot at Magtanggap ng Face Mask. Kinuha mula sa: <https://www.sfcddcp.org/communicable-disease/healthy-habits/how-to-put-on-and-remove-a-face-mask>
- San Joaquin County of Public Health gabay mula sa CDHP Kinuha mula sa: http://www.sjready.org/assets/docs/covid/Statewide_Public_Health_Order%208-28-2020%20Attach1.pdf

