



# Pagpigil sa COVID-19 sa mga Pampublikong Kapaligiran

Sa Los Angeles County, dahil sa patuloy na pagkalat ng COVID-19, may mga panuntunan na dapat sundin sa mga pampublikong kapaligiran upang mabawasan ang panganib ng transmisyong COVID-19. Ang mga panuntunang binalangkas sa ibaba ay ipinag-uutos ng [Utos ng Opisyal ng Kalusugan](#) ng LA County at ng [Ordinansa sa Pagpapatunay ng Bakuna](#) ng Lungsod ng Los Angeles (City of Los Angeles Vaccine Verification Ordinance). Noong Nobyembre 8, 2021, inilunsad ng Lungsod ng Los Angeles ang [SafePassLA](#), na nag-aatas ng patunay ng kumpletong pagpapabakuna sa COVID-19 sa sari-saring panlabas at panloob na mga negosyo, lugar ng pagdarausan (venues) at kaganapan sa Lungsod ng Los Angeles. Tandaan na ang mga establisyemento at mga tagapag-organisa ng kaganapan ay maaaring gumawa ng kanilang sariling panuntunan dagdag pa sa mga patakaran ng Pampublikong Kalusugan at ng lungsod. Makipag-ugnayan sa negosyo, tagapag-organisa ng kaganapan, o lugar ng pagdarausan tungkol sa kanilang panuntunan bago bumili ng tiket o bumisita.

## Buod ng mga Patakaran sa Pagmamaskara, Pagsusuri, at Pagpapabakuna at mga Rekomendasyon para sa mga Kostumer/Bisita sa mga Pampublikong Kapaligiran: LA County at Lungsod ng LA

Kapaligiran	Uri ng Establisyemento, Lugar ng Pagdarausan, o Kaganapan	Mga Maskara <sup>1</sup>	Patunay ng kumpletong pagpapabakuna laban sa COVID-19 o kamakailang negatibong pagsusuri ay inaatas? <sup>2</sup>
Panloob	Mga Lugar ng Pagdarausan o Kaganapan <sup>3</sup> (Wala pang 1,000 dumadalo)	Inaatas	<b>Lungsod ng LA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: Patunay ng kumpletong pagpapabakuna</li> <li>Inaatas: Larawang Pagkakakilanlan (ID) para sa lahat ng 18+</li> </ul>
	Mga Napakalaking Kaganapan [Mega Events] <sup>4</sup> (1,000 o mas marami pang dumadalo)	Inaatas	<b>LA County:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ang pagpapabakuna o pagsusuri ay maaaring iatas ng lugar ng pagdarausan.<sup>6</sup></li> </ul>
	Mga Bar, Gawaan ng Serbesa, Gawaan ng Alak, Distilerya, Nightclub, at Lounge <sup>5</sup>	Inaatas, maliban kapag aktibong kumakain o umiinom	<b>LA County:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: Patunay ng kumpletong pagpapabakuna para sa lahat ng 12+</li> </ul>
	Mga Restawran, Kapihan, Kapiterya, Establisyemento ng Madaliang Pagkain, Bulwagan ng Pagkain <sup>5</sup>	Inaatas, maliban kapag aktibong kumakain o umiinom	<b>Lungsod ng LA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: Patunay ng kumpletong pagpapabakuna</li> <li>Inaatas: Larawang ID para sa lahat ng 18+</li> </ul> <b>LA County</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mariing inirerekomenda para sa panloob na serbisyo.<sup>6</sup></li> </ul>
	Mga Dyim (Gym) at mga Pagdarausan ng Pagpapalakas ng Katawan (Fitness)	Inaatas	<b>Lungsod ng LA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: Patunay ng kumpletong pagpapabakuna</li> <li>Inaatas: Larawang Pagkakakilanlan (ID) para sa lahat na edad 18+</li> </ul>
	Mga Establisyemento ng Personal na Pangangalaga	Inaatas	<b>Lungsod ng LA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: Patunay ng kumpletong pagpapabakuna</li> <li>Inaatas: Larawang Pagkakakilanlan (ID) para sa lahat na edad 18+</li> </ul>

## Pag-iwas sa COVID-19 sa mga Pamublikong Kapaligiran

Kapaligiran	Uri ng Establisyemento, Lugar ng Pagdarausan, o Kaganapan	Mga Maskara <sup>1</sup>	Patunay ng ganap na pagpapabakuna laban sa COVID-19 o kamakailang negatibong pagsusuri ay inaatas? <sup>2</sup>
Panlabas	Mga Lugar ng Pagdarausan o Kaganapan <sup>3</sup> (Wala pang 1,000 dumadalo)	Inirerekomenda	<b>LA County:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mariing inirerekomenda.<sup>6</sup></li> </ul>
	Mga Lugar ng Pagdarausan o Kaganapan <sup>3</sup> (5,000 hanggang 9,999 na dumadalo)	Inirerekomenda	<b>Lungsod ng LA:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: <b>Patunay ng kumpletong pagpapabakuna</b></li> <li>Inaatas: <b>Larawang Pagkakakilanlan (ID)</b> para sa lahat ng 18+</li> </ul> <b>LA County:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mariing inirerekomenda.<sup>6</sup></li> </ul>
	Mga Napakalaking Kaganapan [Mega Events] <sup>3</sup> (1,000 o mas marami pang dumadalo)	Inaatas	<b>LA County:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Inaatas: <b>Patunay ng kumpletong pagpapabakuna o negatibong pagsusuri</b> para sa lahat na edad 12+</li> <li>Inaatas: <b>Larawang Pagkakakilanlan (ID)</b> para sa lahat na 18+</li> </ul>

<sup>1</sup> Para sa mga detalye at eksemasyon, tingnan sa ibaba ang *mga patakaran sa Pagmamasaakara*.

<sup>2</sup> Para sa mga detalye, tingnan sa ibaba ang *“Paano patutunayan na ikaw ay nabakunahan na”* at *“Paano matutugunan ang mga patakaran sa pagsusuri”*.

<sup>3</sup> Ang mga lugar ng pagdarausan o mga kaganapan ay kinabibilangan ng mga lugar ng pagdarausan sa libangan at aliwan, tulad ng mga sentro ng pamimili (shopping centers), sinehan, sentro sa libangan ng pamilya, lugar ng pagdarausan ng pangkasalukuyang (live) pagtatanghal, kabilang ang mga teatro ng sining na pagtatanghal, lugar ng pagdarausan ng musika at konsiyerto, arena ng palakasan, sentro ng kumbensyon, museo, at bulwagan ng pagtatanghal (exhibition halls).

<sup>4</sup> Ang mga napakalaking kaganapan [Mega Events] ay mga kaganapan na may malalaking umpukan ng tao tulad ng mga kumbensyon, kumperensya, expo, konsiyerto, pagtatanghal, nightclub, kaganapan sa palakasan, pangkasalukuyang [live] kaganapan at libangan, perya, pagdiriwang, parada, de-temang parke, aliwang parke, parke ng tubig, pangkasalukuyang [live] pribadong kaganapan o pagtitipon, marathon o karera ng katatagan, at mga pagtatanghal ng kotse. Ang panloob na mga Napakalaking Kaganapan [Mega Events] ay may 1,000 o mas marami pang dumadalo. Ang panlabas na mga Napakalaking Kaganapan [Mega Events] ay may 10,000 o mas marami pang dumadalo.

<sup>5</sup> Kung hindi ka pa nabakunahan, maaari mong gamitin ang mga panlabas na lugar. Maaari kang pumasok sa loob upang makarating sa panlabas na lugar, gumamit ng banyo, umorder, kumuha (pick up) o magbayad para sa iuuwing pagkain at inumin hangga’t ikaw ay may suot na maskara.

<sup>6</sup> Mariing inirerekomenda ng Pamublikong Kalusugan na ang patunay ng pagpapabakuna at/o negatibong pagsusuri ay iatas ng establisyemento, lugar ng pagdarausan o kaganapan.

### Paano patutunayan na ikaw ay ganap nang nabakunahan laban sa COVID-19

Para patunayan na ikaw ay ganap nang nabakunahan laban sa COVID-19, maaari mong ipakita ang iyong tarhetang talaan [record card] ng pagpapabakuna sa COVID-19, larawang kopya ng iyong tarheta [card], o larawan ng tarheta [card] na nasa sa cell phone o elektronikong aparato (tulad ng tablet). Maaari mo ring ipakita ang iyong digital na talaan [card] sa bakuna ng iyong pagpapabakuna sa COVID-19. Sa ilang mga lugar ng pagdarausan, dapat ka ring magpakita ng larawang pagkakakilanlan (photo ID).



Bisitahin ang [webpage ng mga talaan \(record\) sa pagpapabakuna sa COVID-19](#) ng Pamublikong Kalusugan upang matutunan ang tungkol sa iba’t ibang uri ng mga talaan [record] sa pagpapabakuna. Maaari kang makakuha ng libreng digital na talaan [record] ng pagpapabakuna sa [myvaccinerecord.cdph.ca.gov](http://myvaccinerecord.cdph.ca.gov)

### Ikaw ay itinuturing na ganap nang nabakunahan laban sa COVID-19 dalawang linggo pagkatapos na:

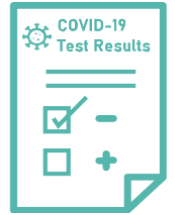
- Ikaw ay makakuha ng isahang dosis ng bakuna sa COVID-19 na Johnson & Johnson (J&J)/Janssen, o
- Ikaw ay makakuha ng ikalawang dosis ng bakuna sa COVID-19 na Pfizer o Moderna, o
- Iyong natapos ang serye ng bakuna sa COVID-19 na [nakalista para sa emerhensyang paggamit](#) ng World Health Organization [WHO]

Tingnan ang [Kapag Ikaw ay Ganap nang Nabakunahan](#) na webpage sa [VaccinateLACounty.com](http://VaccinateLACounty.com) para sa mas marami pang impormasyon.

# Pag-iwas sa COVID-19 sa mga Pamublikong Kapaligiran

## Paano matutugunan ang patakaran ng pagsusuri ng negatibong dayagnostikong COVID-19

Para matugunan ang patakaran ng pagsusuri, dapat kang magpakita ng larawang pagkakakilanlan (photo ID) at resulta ng iyong pagsusuri sa virus ng COVID-19 na kinunan sa loob ng 72 oras bago ka pumasok sa establisyemento o kaganapan.



- Ang resulta ng pagsusuri ay dapat na negatibo.
- Ang resulta ay dapat na nakalimbag na dokumento mula sa tagapagbigay ng pagsusuri o laboratoryo o, email o mensaheng nakasulat mula sa tagapagbigay ng pagsusuri o laboratoryo na ipinapakita sa telepono.
- Ang pagsusuri ay dapat na isang pagsusuri sa virus (pagsusuring pagpahid [swab] o dura [spit]) tulad ng NAAT/PCR o antigen na pagsusuri. Ang panglaban ng katawan [antibody] o serolohiya (mga pagsusuri sa dugo) ay hindi katanggap-tanggap.

## Mga patakaran sa pagmamaskara

Ang bawat isa ay inaatasan na magsuot ng maskara sa lahat ng panloob na mga pamublikong kapaligiran, lugar ng pagdaraan, pagtitipon, at pamubliko at pribadong negosyo sa Los Angeles County. Inaatas rin ang mga maskara habang gumagamit ng pamublikong transportasyon, sa mga sentro ng transportasyon, panlabas na lugar sa mga Napakalaking Kaganapan [Mega Events], at sa anumang iba pang mga negosyo kung iyon ang patakaran ng lugar ng pagdaraan.



- **Ikaw ay pinapayagang magtanggap ng iyong maskara habang ikaw ay:**
  - Aktibong kumakain o umiinom kung ikaw ay nakaupo o nakatayo sa partikular na lugar tulad ng mesa, counter, o natikitang upuan. (Dapat kang magsuot ng maskara kapag ikaw ay naghihintay na mapagsilbihan, sa pagitan ng mga putahe sa pagkain o pag-inom, at habang nakaupo pagkatapos na tapusin ang iyong pagkain o inumin).
  - Mag-isa sa hiwalay na silid/espasyo.
  - Naliligo [shower] o naglalangoy.
  - Tumatanggap ng personal na serbisyo sa kalinisan o pangangalaga (tulad ng pagpapalinis ng mukha [facial] o pagpapa-ahit) na hindi magagawa nang hindi tinatanggal ang iyong maskara.
- **May ilang tao na hindi dapat magsuot ng maskara**, tulad ng mga bata na wala pang 2 taong gulang, mga taong may partikular na mga medikal na kondisyon o kapansanan, at mga taong sinabihan ng kanilang doktor na huwag magsuot ng maskara. Ang mga batang 2 hanggang 8 taong gulang ay dapat na magsuot lamang ng maskara kapag sumasailalim sa pangangasiwa ng matanda. Upang matutunan pa ang mas marami tungkol sa pagsusuot ng maskara, bisitahin ang [ph.lacounty.gov/masks](https://ph.lacounty.gov/masks).

## Gumawa ng mga karagdagang hakbang upang protektahan ang iyong sarili

- **Magsuot ng maskara sa mga maraming taong panlabas na espasyo kapag ang distansyang pisikal ay hindi possible.**
  - Kabilang dito ang paghahintay sa pila, halimbawa, habang naghihintay na pumasok, lumabas, gumamit ng banyo, o bumili ng mga pagkain o inumin. *Ito ay maring inirerekomenda.*
- **Magsuot ng dobleng maskara o respireytor (respirator) kung ikaw ay malapit sa ibang tao na maaaring hindi pa ganap na nabakunahan.**
  - “[Dobleng pagmamaskara](#)” (pagsusuot ng telang maskara sa ibabaw ng maskarang pang-opera) o ang pagsusuot ng N95 respireytor ay nag-aalok ng mas mataas na antas ng proteksyon kaysa sa pagsusuot ng telang maskara. *Ito ay lalong mahalaga kung ikaw ay hindi pa ganap na nabakunahan o mahina ang imyunidad (immunocompromised) at nasa isang panloob na lugar o maraming taong panlabas na kapaligiran.*
- **Panatilihin ang distansyang pisikal**
  - Iwasan ang mga umpukan ng tao at manatiling hindi bababa sa 2 dipa ang layo mula sa iba (halos 6 na talampakan) kung posible.
  - Itabi malapit sa iyo ang mga maliliit na bata upang sila ay malayo sa iba.
- **Hugasan nang madalas ang iyong mga kamay.**
  - Maghugas gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20 segundo o gumamit ng sanitizer para sa kamay na may hindi bababa sa 60% alkohol.
  - Iwasang hawakan ang iyong mukha at pagkain gamit ang hindi malinis na mga kamay.
- **Pumili ng mga panlabas na aktibidad na may mas mainam na daloy ng hangin.**

## Pag-iwas sa COVID-19 sa mga Pampublikong Kapaligiran

- Piliin ang panlabas na upuan kapag kumakain sa labas. Mag-ehersisyo sa mga panlabas na lugar kapag posible. Kung hindi posible sa mga panlabas na lugar, pumili ng mga panloob na espasyo na may mainam na daloy ng hangin.

Upang mas marami pang matutunan tungkol sa kung paano mabawasan ang iyong panganib at pabagalin ang pagkalat ng COVID-19 kabilang kung aling mga sitwasyon ang mas mapanganib, bisitahin ang [ph.lacounty.gov/reducerisk](https://ph.lacounty.gov/reducerisk).

### Ang pagpapabakuna ay ang pinakamahusay na paraan upang maprotektahan laban sa COVID-19.

Ang mga bakuna ay libre at magagamit ng lahat edad 5 pataas sa buong LA County, hindi alintana ang katayuan sa imigrasyon.

Walang tipanan (appointment) ang kailangan sa maraming lokasyon.

Ang pagbabakuna sa bahay ay magagamit rin para sa mga taong hindi nakakaalis ng tahanan.

Bisitahin ang [VaccinateLACounty.com](https://vaccinate.lacounty.com) at iklik ang "[Paano Mababakunahan](#)" upang humanap ng lokasyong malapit sa iyo,

o

Tawagan ang **Sentro ng Tawagan [Call Center] ng Bakuna ng Pampublikong Kalusugan** sa **833-540-0473**, bukas araw-araw 8:00 ng umaga hanggang 8:30 ng gabi