

# Novel Coronavirus (COVID-19)

## Gabay ng Los Angeles County Department of Public Health para sa mga Organisasyong Nakabatay sa Pananampalataya (Faith-Based Organizations)

Ang sakit na Coronavirus 2019 (COVID-19) ay isang sakit sa panghinga dulot ng SARS-CoV-2 na virus. Lumaganap na ito mula sa unang mga kaso sa Tsina patungo sa maraming mga bansa kabilang ang Estados Unidos. Patuloy na dumarami ang bilang ng mga kaso ng COVID-19 sa Los Angeles County, kabilang ang maraming kaso ng paglaganap sa komunidad ng COVID-19. Dahil sa pagdami ng mga kaso, tumaas din ang bilang ng mga malalang sakit at kamatayan sa mga residente ng county dahil sa COVID-19.

Ang sumusunod na gabay para sa mga organisasyong nakabatay sa pananampalataya (faith-based organizations) ay maaaring makatulong para mapigilan ang pagkalantad sa COVID-19 at mapabagal ang paglaganap nito. Napakahalagang maiwasang lumubha ang sakit kung saan ang mga ospital ay mapupuno. Kritikal ang tulong mo sa pagsisikap na ito.

Para makatulong sa pagpapabagal ng paglaganap ng COVID-19, isang binagong Health Officer Order, inisyu noong Marso 21, 2020, hiniling na ang lahat ng mga negosyo, maliban sa mga nagbibigay ng mga mahahalagang serbisyo, ay tumigil sa pagpapatakbo ng personal at ang lahat ng mga residente ng county maliban sa mga nagbibigay ng mahahalagang serbisyo ay mananatili sa bahay. Ipinagbabawal ng order ang ano mang publiko o pribadong personal na pagtitipon. Ang Health Officer Order at ang ibang pang dokyumento tungkol sa COVID-19 ay makikita sa: <http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/>

Ang kasalukuyang polisiya ay dagdag na nangangailangan na ang mga indibidwal na nahawaan ng COVID-19 ay ibukod ang sarili sa bahay ng HINDI BABABA sa 10 araw pagkatapos na lumitaw ang mga sintomas AT hindi bababa sa 3 araw pagkatapos bumuti ang mga sintomas at ang indibidwal ay wala ng lagnat, na hindi umiinom ng mga gamot na nagpapababa sa lagnat. Ang sinuman na nagkaroon ng malapitang pakikisalamuha sa isang taong nakumpirma o hinihinalang nahawaan ay kinakailangan na manatili sa bahay na naka-quarantine sa loob ng 14 na araw pagkatapos ng pagkakatantad, kasama ang pagkakatantad na nangyari 2 araw (48 oras) bago lumitaw ang mga sintomas. Ang yugtong ito ay pinagpasyahan na sapat para matukoy ang kalagayan ng impeksyon ng nalantad na indibidwal at magpahintulot ng naaangkop na mga hakbang kung sila ay magkaroon ng mga sintomas.

Ang sumusunod ay mga rekomendasyon para makatulong sa pagpigil ng paglaganap ng mga impeksiyong panghinga, kabilang ang COVID-19, sa inyong faith-based organization, sa konteksto ng mga Health Officer Orders na ito. Hinihikayat namin kayong bisitahin ang webpage na DPH Novel Coronavirus para sa mga materyal kabilang ang FAQs tungkol sa COVID-19, Gabay para sa mga Tagapamahala (Guidance for Managers), at mga infographics: <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>. Ang gabay na ito ay mababago kung kailangan para maipakita ang nagbabagong mga kondisyon.

## INGATAN ANG SARILI AT ANG IYONG KOMUNIDAD NG PANANAMPALATAYA

**Hikayatin ang mga kasapi ng iyong komunidad na mahigpit na sundin ang mga gabay para mapigilan ang paglaganap ng COVID-19.** Sa kasalukuyan, walang bakuna o lunas para sa COVID-19. Ngunit may mga hakbang para mapigilan ang paglaganap ng mga impeksiyon ng mga virus tulad ng COVID-19:

- Hugasan nang madalas at mabuti ang mga kamay gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20

# Novel Coronavirus (COVID-19)

## Gabay ng Los Angeles County Department of Public Health para sa mga Organisasyong Nakabatay sa Pananampalataya (Faith-Based Organizations)

segundo. Kung walang sabon at tubig, gumamit ng panglinis ng kamay na may alkohol na hindi bababa sa 60% nang mahigit 20 segundo.

- Limitahan ang pakikihalubilo sa ibang mga tao. Sikaping panatilihin ang 6 na talampakang distansiya sa pagitan mo at ng iba pang mga tao hangga't maaari. At huwag paabutin sa 10 minuto ang harapang pakikipag-ugnayan sa mga tao.
- Palaging linisin at i-disinfect ang mga bagay at ibabaw na madalas hawakan. Gumamit ng mga panlinis sa bahay at mga rehistrado sa EPA na pang-disinfect na angkop sa mga bagay na lilinisan, at sundin ang mga instruksiyon sa etiketa para sa ligtas at epektibong paggamit. Makikita mo sa <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/cleaning-disinfection.html> ang mga rekomendasyon ng Centers for Disease Control (CDC) para sa pangkapaligirang pag-disinfect.
- Huwag gumamit ng parehong kubyertos at tasa, at huwag pagsaluhan ang pagkain at inumin.
- Limitahan ang mga pakikihalubilong may pagdidikit ng mga katawan (pakikipagkamay, yakap, atbp.).

**Gumawa ng mga hakbang para manatiling malusog.** Siguruhing hindi malantad ang sarili sa impeksiyon na COVID-19 o maikalat ang impeksiyon sa iba. Maging mahigpit sa pagsunod sa mga gabay sa itaas sa pakikihalubilo sa mga taong kabilang sa mga grupong may mataas na panganib :

- Mga taong 65 taong gulang pataas,
- Mga taong sadyang humina ang pangangatawan (immune suppressed) o may mahinang pangangatawan (weakened immune systems) (tulad ng HIV o cancer),
- Mga taong may matagal ng sakit (chronic medical conditions) tulad ng diyabetes at sakit sa baga o puso,
- Mga buntis.

**Kapag nagkasakit ka, o ang parokyano o kawani, gumawa ng mga hakbang para mapigilan ang paglaganap ng impeksiyon sa iba:**

- Manatili sa bahay o umuwi sa lalong madaling panahon. Kung hindi malala ang iyong sintomas at hindi naman mataas ang panganib para sa iyo, hindi mo kailangang kontakin ang doktor mo, pero iwasang makihalubilo hanggang sa makauwi ka at maibukod ang sarili.
- Kapag nasa bahay na, bantayan ang mga palatandaan ng lumalalang kondisyon, tulad ng mabilis na paghinga, pangangapos ng hininga, o dehydration (pagkaubos ng tubig sa katawan). Kapag naobserbahan ang mga ito, makipag-ugnayan agad sa iyong health care provider.
- **Manatili sa bahay (ibukod ang sarili) at malayo sa ibang mga tao ng HINDI BABABA sa 10 araw pagkatapos magsimula ang mga sintomas AT 3 araw (72 oras) pagkatapos bumuti ang mga sintomas at gumaling ang lagnat nang hindi umiinom ng mga gamot na nagpapababa ng lagnat.**
  - Ibig sabihin nito, kung nakakaramdam ka ng mga sintomas sa isang araw, kailangan mong manatili sa bahay sa loob ng 10 araw. Habang nasa bahay, maging maingat sa pagkontrol ng impeksiyon para maiwasang mahawahan ang mga miyembro ng pamilya.
- **Itinuturing na naharap sa impeksiyon ang lahat ng nasa bahay o sino mang nakahalubilo mo (mas malapit sa 6 na talampakan) sa kahit na anong oras sa loob ng 10 minuto o higit pa, dalawang araw bago ka nagsimulang magkaroon ng mga sintomas. Kabilang din sa malapitang kontak ang direktang**

# Novel Coronavirus (COVID-19)

## Gabay ng Los Angeles County Department of Public Health para sa mga Organisasyong Nakabatay sa Pananampalataya (Faith-Based Organizations)

pagkalantad sa mga likido ng katawan (halimbawa, mula sa bahing o ubo o sa paggamit ng parehong kubyertos). Nakasaad sa Health Officer Order, inisyu noong Marso 25, 2020, na kailangan nilang ma-quarantine sa bahay nang 14 na araw. Sakop ng mga araw na ito ang panahong maaaring lumitaw ang mga sintomas kapag may impeksiyon ang tao.

- o Makikita ang gabay para sa pag-quarantine sa bahay sa [COVID-19 Quarantine Guidance](#). Kapag nagkaroon sila mga sintomas sa loob ng 14 na araw na panahon ng pag-quarantine, dapat nilang simulan ang pagbubukod at panatilihin ito, tulad ng nasa itaas, nang hindi bababa sa 10 araw pagkatapos magsimulang lumitaw ang mga sintomas. Kinakailangang simulang mag-quarantine sa bahay ang mga nakahalubilo nila.

## MGA PANGUNAHING GABAY PARA SA MGA PINUNO NG PANANAMPALATAYA (FAITH-BASED LEADERS) SA PANAHOON NG COVID-19

Ang LAHAT ng personal na pagtitipon, maliban sa mga paglilibing at kasalan na may limitadong pagdalo, na nabanggit sa ibaba, ay ipinagbabawal hanggang sa susunod na abiso.

1. Tingnan ang aming patnubay sa pagsasagawa ng kasalan sa <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/GuidanceConductingWeddings.pdf> at paglilibing sa <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/GuidanceConductingFunerals.pdf>
2. Ang mga serbisyo sa pagsamba, kabilang ang mga relihiyosong piyesta o okasyon, ay dapat na naka-live-stream, nakarekord, o naka-tape.
3. Ang lahat ng mga binyag, kasal, mga bar at bat mitzvah, mga kumpirmasyon, at iba pang pagdiriwang ng siklo ng buhay, maliban sa mga paglilibing at kasalan na may limitadong pagdalo, ay dapat isagawa ng virtual o ipagpaliban.
4. Ang mga aktibidad ng iyong organisasyon na kinabibilangan ng mga kinakailangang serbisyo, tulad ng pagbibigay ng pagkain, ay dapat isagawa alinsunod sa mga protokol ng paglalayo-layo o pagdistansya at kalinisan.

## IBA PANG MGA ALALAHANIN NG KOMUNIDAD NG PANANAMPALATAYA

1. **Ang mga serbisyo sa pagsamba ay dapat naka-livestream, nakarekord, o naka-tape.** Mahigpit na IPINAGBABAWAL ang mga harapang pagtitipon (in-person gatherings). Ang pamunuan ng kongregasyon ay maaaring magtukoy kung paano maiayos ang mga tungkulin sa serbisyo sa pagsamba, kasama ang mga teknikal na broadcast o pagrerekod na mga tungkulin. Maaaring pakiusapan ang mga parokyanong bihasa sa teknolohiya (tech-savvy parishoners) na magbigay ng teknikal na tulong sa telepono o online sa mga parokyanong hindi bihasa sa teknolohiya (less tech-savvy parishoners), para makapag-online at magamit ang mga virtual na opsiyon sa pagkaraan. Magandang pagkakataon ito

# Novel Coronavirus (COVID-19)

## Gabay ng Los Angeles County Department of Public Health para sa mga Organisasyong Nakabatay sa Pananampalataya (Faith-Based Organizations)

para mabigyan ang mga kabataang parokiyano ng paraan para makatulong sa kagalingan (well-being) ng komunidad.

2. **Ang mga paglilingkod para sa pamamahagi ng pagkain at damit (Food distribution and clothing ministries), kung nagsasagawa ng ganito ang inyong FBO,** ay dapat na “kuha at alis,” (“grab and leave”) o paghahatid nang walang pakikihalubilo (no contact drop-off). Dapat sumunod sa anim na talampakang paglalayo-layo na protokol ang paghahanda at pagsasaayos ng mga kahon/supot ng pagkain, damit, mga suplay para sa mga bata at sanggol, atbp. Makikita sa [COVID-19 Food Delivery Guidance](#) ang higit pang mga impormasyon para sa higit pang mga gabay tungkol sa pamamahagi ng pagkain.
3. **Mga paglilingkod para sa pabahay at masisilungan (Housing and Shelter ministries)** – May malaking panganib na ang kaso ng COVID-19 sa silungan ng mga walang tirahan (homeless shelter) ay magdudulot ng mabilis na paglaganap ng sakit sa mahinang (vulnerable) populasyon at maglalagay sa alanganin sa kalusugan at kaligtasan ng inyong mga residente at kawani. Makikita mo ang mga kritikal na impormasyon tungkol sa [COVID-19 Guidance for Homeless Services](#) sa mga espesipikong aksiyong kailangang gawin ng mga nagseserbisyo para sa mga walang tirahan para maiwasan ang paglaganap ng mga impeksiyong panghinga, kabilang ang COVID-19.
4. **Ang pagbisita sa bahay, ospital, ospisyo, assisted living, sentro ng rehabilitasyon (rehabilitation center), o ANO MANG uri ng pagbisita sa ANO MANG institusyon** ay dapat na isinasagawa sa pamamagitan ng virtual na teknolohiya (telepono, Zoom, Facetime, Google Hangouts, atbp.) hangga’t maaari. Ang mga faith leaders na nagsasagawa ng mga huling ritwal o tumutugon sa mga pangangailangan ng taong may sakit ay kailangang tumupad sa mga tuntunin ng pagbisita sa ospital at sumunod sa lahat ng protokol sa wastong kalinisan kabilang ang paggamit ng Personal Protective Equipment (PPE). Sa ospital, makipag-ugnayan sa kaukulang medikal na personnel at sundin ang kanilang mga tagubilin bago pumasok at sa paglabas sa silid ng pasyente. Para sa pagbisita sa bahay, kinabibilangan ito ng paghuhugas ng kamay bago at pagkatapos ng pagbisita, at pagsuot ng guwantes, pantakip sa mukha, at kasuotang pantakip sa damit. Dapat suspendihin ang lahat ng relihiyosong nakagawian tulad ng pagsasalo sa komunal na sakramental na kopa at ostiya, o mga nakagawiang tulad ng paggamit ng pamahid na langis at banal na tubig.
5. Dapat ipagpaliban ang mga **kasal, binyag, dedikasyon sa sanggol, bar at bat mitzvah, at kumpirasyon.** Kung maaari, isagawa ang mga seremonyal na pagtitipon gamit ang virtual na teknolohiya.
6. **Mga Libing, Serbisyo sa Paglilibing, at mga Ritwal sa Patay.** Suspendido ang lahat ng publikong pagtitipon kaugnay sa mga serbisyo sa paglilibing, serbisyo sa puntod, bisitasyon, at lamay. Ang mga libing at serbisyo sa puntod ay dapat sundin ang mahigpit na limitadong pagdalo sa pamamagitan ng Gabay na ito. Ang mga sementeryo at crematorium ay maaaring magbigay ng mga serbisyo sa direktang paglilibing at pagsunog ng mga labi, pero hindi kasama ang pagtitipon ng mga tao. Maaaring magtipon sa sementeryo ang mga malapit na kapamilya na magkakasamang nakatira at ang faith

# Novel Coronavirus (COVID-19)

## Gabay ng Los Angeles County Department of Public Health para sa mga Organisasyong Nakabatay sa Pananampalataya (Faith-Based Organizations)

leader, pero sila ay hinihikayat na direktang makipag-ugnayan sa punerarya para maunawaan ang mga espesipikong protokol at malaman kung nag-aalok sila ng mga livestream na serbisyo. Dapat ipagpaliban at itakda sa ibang panahon ang mga serbisyo sa pag-alala.

7. **Ang pari at pangangalagang pastoral** (pagpapayo, interbensiyong pangkrisis, pagpapayo sa mag-asawa, atbp.) ay dapat na isagawa nang virtual (telepono, Zoom, Facetime, Google Hangouts, atbp.).
8. **LAHAT ng grupo/paglilingkod na karaniwang nagpupulong bukod sa serbisyo sa pagsamba** ay dapat na isagawa nang virtual o ipagpaliban, kabilang ang, pero hindi limitado sa:
  - Mga grupong pangkomunidad
  - Maliliit na grupo tulad ng mga pagtitipon ng mga lalaki at ng mga babae
  - Lahat ng paglilingkod para sa mga bata, kabataan, at nakatatanda
  - Mga grupo para sa paggaling at suporta kabilang ang Alcoholics Anonymous (AA), pagluluksa, diborsiyo, atbp.
  - Mga Komite sa Kongregasyon
  - Mga paglilingkod para sa palakasan at sining
  - Mga gawain sa meditasyon
9. **Semana Santa at Passover.** Nalalapit na ang banal na panahon (hal. Passover at Easter) para sa maraming faith-based organizations. Napakahalaga at napakatagal nang tradisyon ng mga pagdiriwang na ito na maaaring may partikular na kahalagahan ngayon para sa mga pamilya. Hinihikayat namin kayong magdiwang nang virtual at tulungan ang mga parokyanong maging malikhain sa pang-eengganyo sa mga bata, kabataan, nakatatanda, at matatanda sa mga serbisyo at tradisyonal na aktibidad sa pamamagitan ng livestream.

May mahalagang papel ang mga faith leaders sa pagkalinga at pangangalaga sa Los Angeles County sa panahong nagiging mabigat na pasanin ng napakaraming residente at komunidad ang mga sakit, paghihiwalay, at ekonomikong paghihirap. Hinihiling namin ang inyong suporta at pamumuno para tulungan kaming pagaangin ang mga paghihirap na ito sa pamamagitan ng pagpapabagal ng paglaganap ng COVID-19, pagtiyak ng pinakamabuting pangangalaga para sa mga nagkasakit, at pagpapabilis ng pagbangon ng komunidad.

## MGA TULONG

Kung kailangan mo ng tulong sa paghahanap ng mga serbisyong panlipunan o medikal na pangangalaga, tawagan ang linya ng Los Angeles County Information na 2-1-1, na bukas 24/7.

- Ano ang Dapat Mong Malaman (Infographic)
- Paano Harapin ang Pagkabalisa (nasa iba't ibang wika)
- Paghuhugas ng mga Kamay
- Paano kung Nalantad Ako
- Gabay sa pag-quarantine sa bahay para sa mga nalantad sa COVID-19

# Novel Coronavirus (COVID-19)

## Gabay ng Los Angeles County Department of Public Health para sa mga Organisasyong Nakabatay sa Pananampalataya (Faith-Based Organizations)

- Mga instruksiyon sa pangangalaga sa bahay para sa mga taong may mga Sintomas sa Panghinga
- Ano ang gagawin kung may mga sintomas ka ng Coronavirus Disease 2019 (Infographic/poster)

Iba pang mga maaasahang mapagkukunan ng impormasyon:

- California Department of Public Health (CDPH, State)
  - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC, National)
  - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- World Health Organization (WHO, International)
  - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>
- National Funeral Directors Association
  - <https://nfda.org/covid-19>

**Pinahalagahan namin ang inyong sigasig at dedikasyon sa pagpapanatili ng kalusugan ng Los Angeles County.**