

Gabay para sa mga Tagapagbigay ng Maagang Edukasyon Mga Kinakailangan at Pinakamahuhusay na Kasanayan

Mabuhay

Noong Hulyo 17 at 22, ang Opisyal ng Kalusugan ng Los Angeles (LA) County ay naglabas ng isang nabagong [Utos ng Opisyal ng Kalusugan](#) na inaatasan ang paggamit ng mga maskara sa mukha sa lahat ng mga panloob na pampublikong kapaligiran, kabilang ang mga pampubliko at pribadong negosyo. Dahil sa patuloy at may kalakihang transmisyong sa komunidad ng COVID-19 at ang lumalaking presensya ng mas madaling kumalat na baryanteng Delta ng COVID-19 virus, ang panloob na pagmamaskara, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna, ay mahalaga sa pagpapabagal ng pagkalat ng COVID-19 sa komunidad. Ang baryanteng Delta ng COVID-19 virus ay mas madaling kumakalat kaysa sa mga uri ng virus na lumaganap sa LA noong nakalipas.

Habang ang COVID-19 virus ay patuloy na kumakalat, ang panganib ay pinakamataas para sa mga taong hindi pa ganap na nabakunahan. Batay sa natatanging panganib sa mga bata na wala pang 12 taong gulang, na hindi pa karapat-dapat para sa pagpapabakuna, at mga kabataan, na kung saan kakaunti lamang ang ganap na nabakunahan, ang Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng California (CDPH) ay ginawang isang patakaran ang pagmamaskara para sa lahat na nasa mga panloob na lugar, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna, sa pangangalagang pambata, mga K-12 na paaralan, kampo, at iba pang mga kapaligiran ng kabataan. Ang panuntunan ito ng estado ay nakahanay sa Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan (DPH) ng Los Angeles County na patuloy na patakaran para sa pagmamaskara sa mga panloob na pampublikong espasyo.

Sa ibaba ay isang buod ng mga patakaran at mga pinakamahuhusay na kasanayan para sa maagang pangangalaga at edukasyon (ECE) na mga tagapagbigay upang mapahusay ang kaligtasan at mapababa ang panganib ng transmisyong ng COVID-19 sa loob ng kanilang mga kapaligiran ng ECE habang sila ay lumilipat sa buong operasyon. Dagdag pa sa impormasyong ito, mangyaring tandaan:

- Ang mga tagapagbigay ng ECE ay dapat na sumunod sa naaangkop na [Mga Pansamantalang Pamantayan sa Emerhensyang Pagpigil sa COVID-19 ng Cal/OSHA](#) (Cal/OSHA COVID-19 Prevention Emergency Temporary Standards o ETS) at Utos ng Opisyal ng Kalusugan ng County. Mangyaring tandaan na ang mga direktiba sa Utos ng Opisyal ng Kalusugan ng LA County ay dapat na sundin kapag ang mga ito ay mas mahigpit kaysa sa Cal/OSHA ETS.
- Ang mga tagapagbigay ng ECE ay dapat na suriin at sundin ang [pangkalahatang gabay para sa mga negosyo](#). Ang mga pinakamahuhusay na kasanayan para sa ECE na inilarawan dito ay nilalayong dagdagan ang pangkalahatang gabay.

Sundin ang mga panuntunan sa pagmamaskara para sa mga empleyado, bata at bisita

Ang kasalukuyang [Utos ng Opisyal ng Kalusugan](#) ng Los Angeles County, ay nag-aatas sa lahat ng mga indibidwal, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna, na magsuot ng maskara sa lahat ng mga panloob na pampublikong kapaligiran at negosyo. Ang utos na ito, at ang patakaran ng estado para sa pagmamaskara sa mga lugar na nagsisilibi sa bata, ay nalalapat sa mga batang 2 taong gulang (24 na buwan) pataas, mga empleyado, kawani, boluntaryo, magulang at lahat ng bisita. Ang ilang eksepsyon sa patakaran sa pagmamaskara ay nananatiling lumalapat tulad ng nakatala sa ibaba. Batay sa mga panuntunang ito, ang mga tagapagbigay ng ECE at mga lugar ay dapat na:

- **Mga bisita:** Atasan ang lahat ng mga bisita, kabilang ang mga magulang at tagapag-alaga, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna, na [magdala at magsuot ng mga maskara](#) kapag sila ay nasa mga panloob na lugar ng kanilang pasilidad. Siguruhing may magagamit ang mga taong dumarating na wala nito.
- **Mga bata:** Atasan ang lahat ng mga bata edad 24 na buwan pataas na magsuot ng maskara sa mukha. Maaaring tanggalin ang mga maskara sa oras ng pag-idlip o kapag ang mga bata ay kumakain at umiinom.

Gabay para sa mga Tagapagbigay ng ECE

- **Mga empleyado***: Atasan ang lahat ng empleyado, hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna, na magsuot ng maskara kapag nagtatrabaho sa mga panloob na lugar (indoors) o nasa isang napagsasaluhang sasakyan. Hindi kailangang isuot ang mga maskara sa mga panloob na lugar kung ang empleyado ay mag-isa sa isang silid o aktibong kumakain o umiinom sa isang upuan o pirmihang lokasyon. Inirerekomenda ng Pampublikong Kalusugan na ang lahat ng mga empleyado na kumakain o umiinom sa mga panloob na lugar ay may agwat na hindi bababa sa 6 na talampakan mula sa iba pang mga tao.
 - Ang mga empleyado na nagtatrabaho sa isang kapaligiran kung saan sila ay nasa malapitang pakikisalamuha sa mga taong maaaring hindi o hindi pa ganap na nabakunahan (halimbawa, mga batang wala pang 12 ang edad) ay dapat na hikayatin na magsuot ng mas mataas na antas ng proteksyon “[dobleng pagmamaskara](#)” (pagsusuot ng telang maskara sa IBABAW ng isang maskarang pang-opera) o isang respireytor (respirator). Ito ay partikular na mahalaga kung ang empleyado ay hindi pa ganap na nabakunahan at nagtatrabaho sa isang panloob na lugar, sa isang masikip na panlabas na kapaligiran, o sa isang napagsasaluhang sasakyan.
 - Isaalang-alang rin ang pag-aalok ng mga guwantes para sa mga gawaing tulad ng pagsisilibi ng pagkain, paglalagay ng diaper, pag-aasikaso ng basurahan, o paggamit ng mga produkto sa paglilinis at pagdidisimpeka.

*Ang ilang mga independiyenteng kontraktor ay itinuturing bilang mga empleyado sa ilalim ng State Labor Code. Para sa higit pang mga detalye, tingnan ang webpage ng [Independiyenteng kontraktor kumpara sa empleyado](#) ng California Department of Industrial Relations.

- Tingnan ang [Utos ng Opisyal ng Kalusugan ng Los Angeles County](#) at ang [Mga Pansamantalang Pamantayan sa Emerhensya ng Cal/OSHA](#) na pahina para sa higit pang impormasyon tungkol sa mga patakaran sa pagmamaskara. Mangyaring tandaan na ang mga direktiba sa Utos ng Opisyal ng Kalusugan ng LA County ay dapat na sundin kapag sila ay mas mahigpit kaysa sa Cal/OSHA ETS.

Salain at tumugon sa mga kaso

- Magpaskil ng [karatula](#) para paalalahanan ang lahat na pumapasok sa iyong establisyemento na HINDI sila dapat pumasok kung mayroon silang mga sintomas ng COVID-19 o kung sila ay sumasailalim sa mga utos ng pagbubukod o pagkukulong (quarantine).
- Ihiwalay ang sinumang tao o ibukod ang sinumang bata o kawani na nagpapakita ng mga sintomas ng isang nakakahawang sakit o karamdaman hanggang sila ay maihatid pauwi, tulad ng inaatas ng CDSS Community Care Licensing Division (CCLD) at alinsunod sa [Titulo 22 sa mga seksyong CCR 101216\(h\), 101226.1\(a\)\(1\) at 102417\(e\)](#).
 - Ibukod ang mga bata na nagsisimulang magkaroon ng mga sintomas ng COVID-19 habang nasa pangangalaga, mula sa iba pang mga bata at kawani.
 - Tiyakin na ang mga nakabukod na bata ay patuloy na tumatanggap ng sapat na pangangasiwa at ang kalusugan ng bata ay patuloy na inoobserbahan sa buong araw ayon sa mga patakaran sa paglilisensya.
- Sundin ang mga gabay ng pampublikong kalusugan para sa [pagkukulong \(quarantine\)](#) o [pagbubukod](#) kung ang indibidwal na naninirahan sa isang pampamilyang tahanan ng pangangalagang pambata ay nagpapakita ng mga sintomas ng COVID-19.
- Ang mga tagapagbigay ng ECE ay dapat na abisuhan ang mga opisyal ng DPH ng LA County, mga kawani ng CCLD, at mga pamilya ng sinumang kumpirmadong kaso ng COVID-19.
- Sundin ang [COVID-19 Planong Gabay sa Pangangasiwa ng Pagkakalantad sa mga Lugar ng Maagang Pangangalaga at Edukasyon](#) para sa pag-uulat ng mga kaso ng COVID-19 sa DPH.
 - Ang mga indibidwal na kaso (1 kaso) ay dapat na iulat sa loob ng 1 negosyong araw.

Gabay para sa mga Tagapagbigay ng ECE

- Ang kumpol ng 3 o mas marami pang mga kaso na nagaganap sa loob ng 14 na araw ay dapat na iulat agad sa DPH. Iulat ang mga pagsiklab sa CDSS Community Care Licensing Division (CCLD) sa pamamagitan ng kanilang lokal na Pangrehiyong Tanggapan tulad ng inaatas alinsunod sa [Titulo 22, seksyon ng CCR 101212\(d\)](#).
- Ang mga pampamilyang tahanan ng pangangalagang pambata ay dapat na iulat ang pagsiklab ng isang nakakahawang sakit, kapag tinukoy ng awtoridad sa lokal na kalusugan, sa CCLD sa pamamagitan ng kanilang lokal na Pangrehiyong Tanggapan alinsunod sa [Titulo 22, seksyon ng CCR 102416.2\(c\)\(3\)](#).
- Sumangguni sa [ECE COVID-19 Toolkit](#) para sa karagdagang impormasyon sa pag-uulat at pangangasiwa ng mga impeksyon at pagkakatantad sa lugar ng trabaho.

Isalang-alang na mapanatili ang pisikal na pagdistansya at mga pirmihang grupo

Bagaman ang pisikal na pagdistansya ay hindi na kinakailangan sa mga lugar ng ECE, isa itong karagdagang kasangkapan para sa pagkontrol ng impeksyon na maaaring gamitin sa mga lugar ng ECE para bawasan ang pagkalat ng COVID-19. Kung maaari, isaalang-alang ang pagpapatupad ng mga sumusunod na hakbang:

- **Magpanatili ng mga pangkat na maliwanag na tinukoy.** Ang mga kapaligiran ng maagang pangangalaga at edukasyon ay karaniwan na may modelo ng pirmihang grupo na may pare-parehong mga grupo ng mga kawani at bata na magkakasama sa bawat araw. Ang mga tagapagbigay ng ECE ay dapat na isaalang-alang ang mga hakbang para panatilihin ang isang malinaw na separasyon sa pagitan ng mga grupo sa buong araw. Kung magagawa, makakatulong itong bawasan ang panganib sa pagkalat ng COVID-19 kung ang isang bata o kawaning tao ay darating sa lugar na nahawahan.
- **Gumawa ng mga hakbang upang gawing mas ligtas ang mga kainan:**
 - Para sa mga empleyado, kawani, at boluntaryo, magpanatili ng isang panlabas na lugar ng pahingahan kung saan ang mga empleyado ay maaaring makapagpahinga. Para sa mga panloob na lugar ng pahingahan, panatilihin 6 na talampakan ang layo ng bawat mesa at magpaskil ng mga limitasyon sa pag-okupa upang mabawasan ang panganib ng pagsisiksikan.
 - Para sa mga bata, isaalang-alang ang mga pagkain sa mga panlabas na lugar kung pahihintulutan ng espasyo at lagay ng panahon. Kapag kumakain sa mga panloob na lugar, isaalang-alang na ilipat ang mga mesa upang paglayuin ang mga bata o gumamit ng mga tarheta ng pangalan (name card) upang magkaloob ng sapat na espasyo sa pagitan ng mga bata.
- **Isalang-alang ang [paggamit ng mga harang](#)** at mga partisyon sa pagitan ng mga kubiko upang protektahan ang mga kawani na hindi pa ganap na nabakunahan at may madalas na malapitang pakikisalamuha sa iba pang mga empleyado o bisita.

Paghusayin ang bentilasyon

- Siguruhin na ang sistema ng HVAC ng iyong gusali ay nasa mabuti at gumagana ng maayos.
- Isaalang-alang ang pagkakabit ng nadadala at mahuhusay na panlinis ng hangin, pag-upgrade sa mga panala ng hangin ng gusali sa pinakamahusay hangga't makakaya, at paggawa ng iba pang mga pagbabago para madagdagan ang dami ng panlabas na hangin at bentilasyon sa lahat ng mga lugar na pinagtatrabahuan
- Isaalang-alang kung paano ligtas na magdala ng sariwang hangin sa pasilidad. Kapag pinahihintulutan ng lagay ng panahon at mga kondisyon sa pagtatrabaho, dagdagan ang sariwang hangin mula sa labas sa pamamagitan ng pagbubukas ng mga bintana at pintuan. Isaalang-alang ang paggamit ng mga bentilador na ligtas sa bata para pataasin ang pagiging epektibo ng pagbubukas ng mga bintana; palaging ipuwesto ang mga bentilador ng bintana upang palabasin ang hangin, hindi papasok.
- Bawasan ang pag-okupa sa mga lugar kung saan ang panlabas na daloy ng hangin ay hindi maaaring madagdagan.

Gabay para sa mga Tagapagbigay ng ECE

- Kung ang iyong negosyo ay gumagamit ng mga sasakyang pangtransportasyon, tulad ng mga bus o van, inirerekomenda na buksan ang mga bintana upang madagdagan ang panlabas na daloy ng hangin kapag ligtas itong gawin at pinahihintulutan ng lagay ng panahon.
- Tingnan ang [Pansamantalang Patnubay para sa Bentilasyon, Pagsasala at Kalidad ng Hangin sa mga Panloob na Kapaligiran](#) ng CDPH at [Bentilasyon sa mga Paaralan at mga Programa sa Pangangalagang Pambata](#) na pahina ng CDC.

Maglinis at magdisimpekta

Ang paglilinis at pagdidisimpekta ng mga ibabaw ay maaaring bawasan ang panganib ng pagkakahawa. Sanayin at subaybayan ang mga kawani para sumunod sa mga kasanayan sa pagkontrol ng impeksyon kaugnay sa mga patakaran sa paglilinis at pagdidisimpekta, gawaing-bahay at mga prinsipyo ng kalinisan (sanitation) na nakalista sa ibaba:

- Sundin ang mga patakaran sa paglilinis at pagdidisimpekta tulad ng inilatag sa mga seksyon ng CCR [101216\(e\)\(2\)](#), [102416\(c\)](#), [101238\(a\)](#) at [102417\(b\)](#).
- Ang mga labahin, tulad ng mga damit at kubre-kama, ay dapat na labhan gamit ang naaangkop na nakasaad (setting) na mainit na tubig at hayaang ang mga nilabhan ay ganap na matuyo. Kung hahawakan ang mga labahin mula isang taong may sakit, magsuot ng guwantes at maskara.
- Kapag namimili ng mga produkto sa paglilinis, isaalang-alang na ang mga aprubadong gamit laban sa COVID-19 na nasa [aprubadong listahan na "N" ng EPA](#) at sumunod sa mga tagubilin ng produkto para sa paggamit.
- Ang [Batas sa Malusog na Paaralan](#) ay nag-aatas na ang sinuman na gumagamit ng mga pandisimpekta sa mga sentro ng pangangalagang pambata ay kumumpleto ng taunang pagsasanay na aprubado ng Kagawaran ng Regulasyon sa Pestisidyo ng California. Ang online na pagsasanay ay maaaring matagpuan sa pamamagitan ng pagpunta sa [California School & Child Care Integrated Pest Management](#) website.

Note: Ito ay hindi nalalapat sa mga pampamilyang tahanan sa pangangalagang pambata.

- Para sa higit pang impormasyon tungkol sa paglilinis at pagdidisimpekta, tingnan ang gabay ng CDC sa [Paglilinis at pagdidisimpekta ng Iyong Pasilidad](#).

Hikayatin ang pagpapabakuna

Ang mga bakuna sa COVID-19 ay [ligtas at mabisa](#) at ang pinamakainam na paraan upang pigilan ang mga pagsiklab sa lugar ng trabaho at sa komunidad. Ang bakuna sa COVID-19 ay [malawak na makukuha](#) sa bawat komunidad.

- Magbigay ng bayad na oras para sa pagpapabakuna. Ang mga amo (employer) na may 26 o mas marami pang mga empleyado ay dapat magbigay ng bayad na oras para dumalo sa mga tipanan (appointment) ng pagpapabakuna o kung hindi sila makapagtrabaho o telework dahil sa mga sintomas na may kaugnayan sa bakuna. Para sa higit pang impormasyon, tingnan ang [2021 COVID-19 Supplemental Paid Sick Leave](#) webpage.
- Isaalang-alang ang pag-aalok ng [klinika sa pagpapabakuna](#) sa iyong lugar ng trabaho para maging mas maginhawa para sa iyong mga empleyado na mabakunahan. Isaalang-alang ang mga oportunidad na bigyang insentibo ang iyong mga empleyado upang mabakunahan o gawing mas madali ang pagpapabakuna. Maaaring kabilangan ito ng pag-aalok ng mga gantimpala tulad ng karagdagan bayad na oras o mga pagbabayad ng perang (cash) bonus, at/o mga polisiya na mas maluwag para sa mga empleyado na [ganap ng nabakunahan laban sa COVID-19](#).

Suportahan ang Paghuhugas ng Kamay

- Ipuwesto ang mga istasyon sa paghuhugas ng kamay o sanitizer para sa kamay sa pasukan at sa labas ng mga pangkomunidad (communal) na banyo na may karatula na nagtataguyod ng paggamit. Siguruhin na hindi maabot

Gabay para sa mga Tagapagbigay ng ECE

ng mga bata ang sanitizer para sa kamay. Asikasuhin ang mga bata na wala pang edad na 6 na taong gulang kapag sila ay gumagamit ng sanitizer para sa kamay upang mapigilan ang paglunok ng alkohol o dumikit sa mata.

- Hikayatin ang madalas na paghuhugas ng kamay sa hanay ng mga bata at kawani.
- Tingnan ang gabay ng CDC, [Kailan at Paano Maghugas ng iyong mga Kamay](#).

Ipagbigay-alam

- Magpaskil ng [karatula](#) nang sa gayon ang mga bisita na pumapasok sa iyong gusali ay alam ang iyong mga polisiya, kabilang ang patakaran para sa lahat ng mga bisita, empleyado at mga bata na higit 24 na buwan na magsuot ng maskara sa mukha habang nasa mga panloob na lugar.
- Baguhin ang manwal ng magulang at ibahagi ang kahit anong mga bagong polisiya sa mga magulang.
- Gamitin ang iyong mga online na plataporma (platform) upang ipagbigay-alam ang iyong mga COVID-19 na polisiya sa kaligtasan sa publiko.

Pagkaya sa tensyon (stress)

Habang ang mundo ay patuloy na lumalaban sa COVID-19, marami ang humaharap sa mga pagsubok na maaaring nakakatensyon (stressful) sa kapwang matatanda at bata. Marami sa atin at marami sa mga pamilyang ating pinagsisilbihan ang maaaring may pakiramdam ng higit na pagkabahala, pag-aalala, at pagkatakot para sa ating kalusugan at kalusugan ng mga mahal natin. Natural lamang na tayo ay makaramdam ng tensyon (stress), pagkabalisa, pagkalungkot, at pag-aalala sa panahon ng pandemyang COVID-19. Kung ikaw, o isang pamilyang iyong pinagsisilbihan o isang taong kilala mo na alam mong hirap sa pagkaya, makakakuha ng tulong 24/7 sa pamamagitan ng pagtawag sa Linya ng Tumutulong (Helpline) na 1-800-854-7771 ng Kagawaran ng Kalusugang Pangkaisipan ng LA County. May makukuha ring tulong sa pamamagitan ng text na nagsasabing “LA” sa 741741 o simpleng tawagan ang doktor ng pamilya ng taong nangangailangan ng suporta. Ang webpage na <http://dmh.lacounty.gov/resources> ay kinabibilangan ng mga payo upang makatulong na makayanan ang tensyon (stress) at pabutihin din ang iyong kalusugang pangdamdamin, pati na rin ang libreng akses (free access) sa Headspace Plus – para sa mga mapagkukunan ng pag-iisip at pagmumuni-muni.

Sa ibaba ay ilan sa mga mapagkukunan a at rekomendasyon upang makatulong labanan ang tensyon (stress):

- Aklat-aralin (playbook) ng California sa [Kaginhawaan sa Tensyon \(stress\)](#) sa panahon ng COVID-19 ay nagbibigay ng gabay kung paano mapansin ang tensyon (stress) sa mga bata at binabalangkas ang mga kasangkapan at estratehiya sa kung paano bawasan ang tensyon (stress) para sa mga bata at matatanda.
- Nagtataguyod ng malusog na nutrisyon, pagtulog, at mga nakagawian sa pisikal na aktibidad at pangangalagang pangsarili.
- Talakayin at magbahagi ng mga estratehiya para sa pagbawas ng tensyon (stress) sa mga kasamahan at pamilya.
- Hikayatin ang mga kawani at bata na makipag-usap sa mga taong kanilang pinagkakatiwalaan tungkol sa kanilang pag-aalala at nararamdaman.
- Makipag-usap nang malaya at madalas sa mga kawani, bata, at pamilya tungkol sa suporta sa kalusugang pangkaisipan (mental health) na mga serbisyo na makukuha sa komunidad, kabilang ang konsultasyon sa pangangalagang pangkaisipan kung mayroon nito sa programa.
- Isaalang-alang ang pagpapaskil ng karatula para sa [CalHOPE](#) at ang pambansang pagkabalisa (distress) na hotline: 1-800-985-5990, o i-text ang “TalkWithUs” to 66746.
- Hikayatin ang kawani na tawagan ang National Suicide Prevention Lifeline sa 1-800-273-TALK (1-800-273-8255), 1-888-628-9454 para sa Espanyol, o [Lifeline Crisis Chat](#) kung [pakiramdam niya ay nananaig ang emosyong pakiramdam tulad pagkalungkot](#), depresyon, o pagkabalisa; o tawagan ang 911 kung pakiramdam nila ay gusto nilang saktan ang kanilang mga sarili o iba pa.