



Impormasyon sa Pagpigil sa COVID-19 sa Mga Programa ng Maagang Pangangalaga at Edukasyon para sa mga Magulang at Tagapag-alaga

Ang mga programa sa maagang pangangalaga at edukasyon (early care and education o ECE), kabilang ang pangangalagang pambata sa mga sentro, pampamilyang tahanan sa pangangalagang pambata at preschool, ay pinapayagan na buksan sa pamamagitan ng pagsunod sa [Gabay para sa mga Tagapagbigay ng Maagang Edukasyong Pambata](#). Inililista ng gabay na ito ang mga panuntunan at rekomendasyon na nagbibigay ng mga patong ng proteksyon upang tumulong pigilin ang pagkalat ng COVID-19. Ang mga tagapagbigay ng ECE ay masugid na nakikipagtulungan sa Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County upang lumikha ng mga kapaligiran na nagtataguyod ng kaligtasan para sa mga bata at kawani.

Ikaw ay makakatulong sa pamamagitan ng pag-aaral tungkol sa mga panuntunan at rekomendasyon sa kaligtasan sa COVID-19, at kung ang iyong anak ay nasa edad na upang maunawaan, ipaliwanag kung ano ang maaari nilang asahan.

Para sa kaligtasan ng lahat, inaatas ng mga programa ng ECE na:

Ang lahat ay dapat na magsuot ng maskara kapag nasa mga panloob na lugar.

- Ang lahat ng mga bata edad 2 taong gulang (24 na buwan), kawani, at bisita ay inaatasan na magsuot ng maskara.
 - Dapat na tanggalin ang mga maskara sa oras ng pag-idlip o kapag ang mga bata ay kumakain o umiinom.
 - Ang mga bata edad 2 hanggang 8 ay dapat na sumasailalim sa pangangasiwa ng nakakatanda kapag nagsusuot ng maskara.
 - Ang ilang mga tao ay hindi dapat magsuot ng isang maskara. Ang mga batang wala pang 2 taong gulang (24 na buwan) ay hindi dapat magsuot ng maskara. Ang mga taong may partikular na mga kondisyong medikal o sa kalusugang pangkaisipan o kapansanan ay hindi dapat magsuot ng maskara kung inutusan ng kanilang doktor. Ang mga eksemsyon sa pagmamaskara sa mga programa ng ECE na dahil sa isang medikal o kalusugang pangkaisipan na kondisyon, kapansanan, o problema sa pagdinig ay dapat na gawin ng isang lisensyadong doktor o iba pang medikal na propesyonal na nagtatrabaho sa ilalim ng isang lisensya ng doktor. Ang pagpapatunay sa sarili at pagpapatunay ng magulang para sa mga eksemsyon sa pagmamaskara ay hindi pinapayagan. Ang mga may eksemsyon sa pagmamaskara ay dapat na magsuot ng isang panangga sa mukha na may tela sa ilalim upang takpan ang bahagi ng leeg kung pahihintulutan ito ng kanilang kondisyon.
- Upang malaman pa ang mas marami tungkol sa pagmamaskara, bisitahin ang ph.lacounty.gov/masks.

Ang mga bata ay hindi dapat dumalo kung sila ay may sakit o sumasailalim sa mga utos ng pagbubukod o pagkukulung (quarantine).

- Ang mga bata na may lagnat o nagpapakita ng ibang mga palatandaan ng pagkakasakit ay hindi dapat ipadala sa ECE. Para sa mga sintomas ng COVID-19, tingnan ang ph.lacounty.gov/covidcare.
- Ang mga bata ay maaaring salain para sa mga sintomas at kunin ang kanilang temperatura kapag sila ay dumating sa programa ng ECE. Hindi sila papayagang makapasok kung sila ay nagpapakita ng mga palatandaan ng pagkakasakit. Kung ang bata ay magkakaroon ng mga sintomas sa maghapon, sila ay ihihialay mula sa iba at pauwiin. Mangyaring siguruhin na ang iyong tagapagbigay ng ECE ay may kasalukuyang numero ng iyong telepono sakaling magkakasakit ang iyong anak.
- Magplano nang maaga. Magkaroon ng isang planong pang-emerhensya sa pangangalagang pambata nang sa gayon kung ang iyong anak ay magkakasakit, magagawa nilang manatili ng ligtas sa bahay.

Ang mga programa ng ECE ay maaaring mamili na mag-atas ng mga karagdagang hakbang sa kaligtasan

Ang mga sumusunod na hakbang ay maaaring pababain ang panganib ng COVID-19 sa pamamagitan ng distansyang pisikal, pagbawas sa dami ng tao, at nadagdagang bentilasyon. Ang lahat ay dapat sumunod sa mga panuntunang itinakda ng programa ng ECE. Siguruhin makipag-ugnay sa tagapagbigay ng ECE ng iyong anak upang marami pang malaman tungkol sa mga hakbang pangkaligtasan na kanilang isinaayos.

Pagpigil sa COVID-19 sa mga Programa ng ECE

Ang mga programa ng ECE ay maaaring piliin na magkaroon ng:

- **Itinalagang mga grupo** ng bata at kawani na nananatiling magkakasama sa karamihan ng aktibidad sa buong araw, kabilang ang mga kainan at oras ng pag-idlip.
- **Mga pinto at bintanang bukas** upang dagdagan ang daloy ng hangin.
- **Mga kainan at aktibidad sa labas**, lalo na ang mga aktibidad na may mataas na panganib ng pagkalat ng COVID-19. Kabilang rito ang pamamahinga at pisikal na ehersisyo, pagsasayaw, pagkanta, at pag-awit.
- **Mas maraming pag-eespasyo sa mga silid-aralan at lugar ng pag-idlip**

Paano ka makakatulong sa pagsuporta ng kaligtasan sa programa ng ECE ng iyong anak

Kung ang iyong anak ay may sapat ng gulang na para makaunawa, sabihin sa kanila kung ano ang maaari nilang asahan sa kanilang programa ng ECE. Kinabibilangan ito ng pagpapaliwanag na kailangan nilang:

- **Magsuot ng maskara sa mga masisikip na lugar sa labas.**
 - Kabilang rito ang paghihintay sa pila upang makapasok, makalabas, o sa oras ng pahinga o kainan kapag hindi kumakain o umiinom.
 - Siguruhin na suot nila nang maayos ang kanilang maskara (tingnan ang 'Mga Payo sa Pagmamaskara' sa ibaba).
- **Sundin ang mga panuntunan tungkol sa kung aling mga grupo ng bata at kawani ang paggugulan nila ng oras na kasama.**
 - Pati na rin ang pagkakaroon ng mga itinalagang grupo ng mga bata at kawani, maaaring sabihan ng mga programa na maupo o tumayo nang may malaking agwat ang mga bata. Maaaring mayroon din silang itinalagang upuan lalo na sa mga aktibidad tulad ng pagkain at pag-inom kapag hindi suot ang mga maskara.
- **Panatilihin ang kanilang distansya mula sa iba.**
 - Makipag-usap sa iyong anak tungkol sa pag-iwas sa mga umpukan ng ibang tao. Dapat nilang subukan na manatiling malayo nang hindi bababa sa 6 na talampakan mula sa iba kapag posible sa labas ng silid-aralan. Ipakita sa iyong anak kung ano ang layo ng 6 na talampakan.
 - Sa anumang oras na sila ay nasa paligid ng iba at tanggal ang mga maskara (tulad ng oras ng pagkain), dapat nilang panatilihin ang kanilang distansya.
- **Magsanay ng mabuting kalinisan ng kamay.**
 - Ang lahat ay dapat na maghugas madalas ng kanilang mga kamay lalo na pagkatapos pumunta sa banyo, bago kumain, at pagkatapos suminga ng kanilang ilong, umubo, o bumahin.
 - Turuan ang mga bata kung paano wastong maghugas ng kanilang mga kamay gamit ang sabon at tubig at kung paano gumamit ng sanitizer para sa kamay.
 - Tandaan: Ang mga maliliit na bata ay dapat lamang gumamit ng alkohol na sanitizer para sa kamay na may pangangasiwa ng nakatatanda. Ito ay upang siguruhin na hindi nila nakakain ang anuman o nailalagay ang kanilang mga kamay sa kanilang bibig bago ito matuyo.
 - Paalalahanan sila na iwasan ang pagkain at paghawak sa kanilang mukha gamit ang hindi malilinis na kamay.

Mga payo (tips) sa pagmamaskara para sa mga bata

- Ang pinaka-nakapagpoprotektang maskara ay ang komportable na suotin ng iyong anak sa *itaas ng kanilang ilong at bibig* sa lahat ng oras sa mga panloob na lugar. Ang maskarang ito ay dapat na magkasya nang masikip laban sa kanilang ilong at baba na walang malalaking puwang sa paligid ng kanilang mukha. Dapat na ito ay gawa sa hindi bababa sa dalawang patong ng maiging naihabi na nakakahingang materyales.
- May ilang mga uri ng maskara na nagbibigay ng mas mataas na antas ng proteksyon. Alamin pa ang mas marami sa ph.lacounty.gov/masks. Maging maingat, dahil habang tumataas ang mga antas ng proteksyon ng maskara, mas nagiging mahirap para sa iyong anak na komportableng magsuot ng maskarang iyon sa buong araw.
- Isang magandang ideya na subukan ng iyong anak ang mga maskara sa bahay upang masiguro na komportable silang nakakahinga at magagawang isuot ito nang buong araw sa Programa ng ECE. Hayaan silang magsuot ng maskara sa mga panloob na lugar nang hindi bababa sa ilang oras sa bahay.
- Padalhan ang iyong anak ng mga karagdagang maskara nang sa gayon ay mapalitan nila ang kanilang maskara kung ito ay marurumihan o mababasa.

Pagpigil sa COVID-19 sa mga Programa ng ECE

Para sa mas marami pang mungkahi, tingnan ang [Pagpapanatiling Ligtas at Pagpigil sa Pagkalat para sa mga Magulang na may mga Anak na Hindi pa Nababakunahan](#).

Sa mga Magulang at Tagapag-alaga, alamin pa ang mas marami tungkol sa kung paano bawasan ang iyong panganib at pabagalin ang pagkalat ng COVID-19 kabilang kung aling mga sitwasyon ang mas mapanganib, bisitahin ang ph.lacounty.gov/reducerisk.

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

Ang mga pagpapabakuna ay libre at magagamit ng lahat edad 5 pataas, hindi alintana ang katayuan sa imigrasyon. Ang mga bakuna ay malawak na makukuha sa buong LA County nang walang tipanan (appointment). Ang pagpapabakuna sa bahay ay magagamit ng mga taong hindi maaaring lumabas ng kanilang tahanan.

Bisitahin ang VaccinateLACounty.com at iklik ang "[Paano Mabakunahan](#)" 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.

