Gabay sa Pagpapagana ng mga Sentro ng Pagpapalamig (Cooling Centers) sa Panahon ng COVID-19
Pagbabago sa Hulyo 2022

Ang sobrang init ay isang pangunahing banta sa kalusugan ng publiko. Ang pagkakalantad sa sobrang init ay maaaring magsanhi ng iba't ibang problema sa kalusugan mula sa pangkalahatang pagkapagod hanggang sa pamumulikat ng kalamnan hanggang sa nakapagbabanta sa buhay na atake dahil sa init (heat stroke). Idinisenyo ang mga sentro ng pagpapalamig (cooling centers) upang magbigay ng ginhawa at proteksyon sa panahon ng sobrang init.

Ang kalusugan at kaligtasan ng mga kawani at bisita sa mga sentro ng pagpapalamig ay aming numero unong prayoridad. Ang mga sentro ng pagpapalamig ay itinuturing na mga kapaligiran na may mas mataas na panganib para sa COVID-19 dahil magkakaibang sambahayan ng mga taong madaling talaban ng sakit (tulad ng mga matatanda at may mga kondisyong medikal) ang maaaring mapagsama-sama sa mga panloob na lugar sa pinahabang panahon.

MGA TAMPOK (HIGHLIGHT)

- Bilang isang kapaligiran na may mataas na panganib, ang Kagawaran ng Pampublikong Kalusugan ng Los Angeles County ay nag-aatas ng paggamit ng mga pamprotektang maskara para sa sinuman na pumapasok sa sentro ng pagpapalamig.
- Ang mga indibidwal na may impeksyon o mga sintomas ng COVID-19 ay dapat na huwag papasukin sa sentro ng pagpapalamig.
- Ang mga miyembro ng publiko na maaaring kilalang mga nakasalamuha ng may kaso ng COVID-19 ay pinahihintulutan sa loob ng mga sentro ng pagpapalamig hangga't sila ay walang mga sintomas, may suot na pamprotektang maskara sa lahat ng oras, at nagpapanatili ng distansya na hindi bababa sa anim na talampakan mula sa iba pang mga sambahayan.
- Ang mga empleyado na malapitang nakasalamuha ng may kaso sa COVID-19 ay dapat na hindi papasukin sa pagtatrabaho sa lugar ng sentro ng pagpapalamig kung hindi sila napapanahon sa pagpapabakuna sa COVID-19 at hindi kamakailan nagkaroon ng COVID-19 (tingnan ang mga pamantayan ng empleyado sa lugar ng trabaho sa ibaba).

KARATULA

☐ Magpaskil ng karatula[i] sa bawat pasukan na nag-uutos sa lahat ng mga taong pumapasok na:

- ➢ Magsuot ng pamprotektang maskara[ii]. Ang mga batang edad dalawa pababa at mga taong may mga partikular na kapansanan ay may eksempsyon.[iii]
- ➢ Huwag pumasok kung ang sinumang tao ay:
  - May anumang sintomas ng COVID-19,
  - Nasuring positibo para sa COVID-19 sa huling 5 araw, at/o
  - Sumasailalim sa mga utos ng pagbubukod sa bahay.
- ➢ Magpanatili ng anim na talampakang distansya mula sa mga taong nagmula sa iba pang mga sambahayan.

☐ Maglagay ng mga karadagang mensahe ng paalala sa buong pasilidad tungkol sa pagmamaskara, kagandahang asal sa palahingahan (respiratory etiquette), paghuhugas ng kamay, at pisikal na pagdistansya.

☐ Kung ang pagkain o pag-inom ay pinapayagan, ang karatula sa itinalagang lugar ay dapat na paalalahanan ang mga bisita na:

- ➢ Dapat silang maupo habang kumakain o umiinom, at
- ➢ Dapat nilang panatilihing nakasuot ang kanilang maskara maliban kung aktibong kumakain o umiinom.

PISIKAL NA PAGDISTANSYA AT KALINISAN

☐ Gumawa ng mga hakbang, kung saan posible, para limitahan ang pagsisiksikan sa pamamagitan ng pagbawas sa mga pagkukumpulan (bottlenecks) sa pasukan at labasan sa pasilidad, paghihiwalay ng mga mesa at upuan, at pagpapagana ng madaling akses sa mga banyo.

☐ Kung ang pagkain at pag-inom ay pinapayagan:

- ➢ Isaayos ang isang itinalagang sona na malayo sa iba pang mga lugar ng upuan na ginagamit partikular para sa mga kumakain at umiinom. Siguraduhin na ang lugar na ito ay mahusay ang bentilasyon (tingnan sa ibaba).
- ➢ Atasan ang mga tao na magpanatili ng 6 na talampakang distansya mula sa iba habang kumakain o umiinom, at tanggalin lamang ang kanilang maskara sa mukha habang sila ay aktibong kumakain o umiinom.

☐ Maglagay ng sanitizer para sa kamay sa mga pasukan at pangmadlang lugar, at siguraduhin na may magagamit na sabon at tubig sa loob ng pasilidad. Ang mga banyo na normal na nagbubukas sa publiko ay dapat na manatiling bukas sa publiko.

☐ Sundin ang mga gabay sa paglilinis at pagdisimpekta ng mga Sentro sa Pagkontrol at Pagpigil ng Sakit para sa mga pasilidad ng komunidad[iv]

BENTILASYON[v]

☐ Paghusayin ang bentilasyon sa pamamagitan ng pagpapasok ng panlabas na hangin papasok sa mga panloob na lugar at pagpapaikot ng malinis na hangin.

- ➢ Paganahin ang mga sistema ng papapainit, bentilasyon at pagpapalamig (HVAC) sa lahat ng mga okupadong oras upang masigurado na papasok ang malinis na hangin at naipapamahagi sa buong gusali.
- ➢ Siguraduhin na ang mga pasingawang bentilador sa mga banyo ay gumagana at isaayos na paganahin ang mga bentilador sa mga okupadong oras.
- ➢ Dagdagan ang dami ng malinis, panlabas na hangin sa mga oras ng mas mataas na panganib ng transmisyon ng COVID-19 sa komunidad sa pamamagitan ng pagbabago sa bilang ng pagpapalit ng hangin kada oras (2-6 na ACH ay inirerekomenda).
- ➢ Isaalang-alang ang pagpapagana ng sistema ng HVAC para mapasariwa ang hangin bago ang pagdating at/o tanggalin ang natitirang maliliit na butil sa katapusan ng araw (1-2 oras bago/pagkatapos na ang gusali ay maokupa).
- ➢ Magbukas ng mga gumaganang bintana, hanggang pinahihintulutan ng lagay ng panahon, kalidad ng panlabas na hangin, kaligtasan ng okupante, at mga sistema ng HVAC. Hanggang posible, paganahin ang salungatang bentilasyon (cross ventilation) sa pamamagitan ng pagbubukas ng mga bintana at pintuan sa magkakasalungat na mga bahagi ng silid o gusali.
- ➢ Tanungin ang eksperto ng HVAC upang maintindihan ang pinakamalawig na dami (maximum) ng panlabas na hangin na kayang suportahan ng iyong sistema.
- ➢ Isaayos ang mga kapaligiran ng HVAC habang ikinokonsidera ang kaginhawaan ng temperatura, halumigmig, kalidad ng panlabas na hangin, at paggamit ng enerhiya.

☐ Paghusayin ang pananala ng hangin (air filtration) gamit ang sentrong sistema ng HVAC at mga aparato sa paglilinis ng nasa silid na hangin.

- ➢ Magkabit ng mga wastong sukat ng mga panala ng hangin na MERV-13, o ang pinakamataas na nagraduhang mga panalang MERV na kayang panghawakan ng sistema ng HVAC.
- ➢ Isara ang anumang mga puwang sa paligid ng mga panala ng hangin para mabawasan ang hanging umiikot sa mga ito sa halip na hanging tumatagos sa kanila.
- ➢ Gumamit ng mga nabibitbit (portable) na panlinis ng hangin (air cleaners) para pataasin ang mga grado sa paglilinis ng hangin kung saan ang daloy ng hangin at sentrong pananala ay hindi sapat.
- ➢ Dagdagan ang bentilasyon at/o pananala sa mga lugar na may mas mataas na emisyon ng mga maliliit na butil at aerosol na nasa hangin (hal., mga dyim [gym], kapiterya, atbp.). Gumawa ng mga pagsasaayos para sa mga lugar na ito sa pamamagitan ng:
  - Pagdadagdag sa dami ng nadadalang malinis at panlabas na hangin.
  - Paggamit ng mga nabibitbit na panlinis ng hangin.
  - Pagsasaayos ng karagdagang bentilasyon ng pasingawan upang direktang mailabas ang hangin.
  - Ikonsidera ang sistema ng Ultraviolet Germicidal Irradiation na nasa mas mataas na silid para linisin ang hangin (kinakailangan ng propesyonal na disenyo at pagkakabit, na may pagkonsulta sa mga eksperto).

MGA PAMANTAYAN SA LUGAR NG TRABAHO NG EMPLEYADO

- ☐ Ang lahat ng mga empleyado na may COVID-19 ay dapat na hindi papasukin sa trabaho at sundin ang mga patakaran sa pagbabalik-trabaho ng CalOSHA. Ang mga empleyado na walang sintomas (asymptomatic) na naging malapitang nakasalamuha ng may kaso na alinman ay 1) nakakumpleto ng serye ng bakuna sa COVID-19 AT tumanggap ng pampalakas (booster) na dosis kung kwalipikado, o 2) nahawahan ng COVID-19 sa loob ng nakalipas na 90 araw, ay maaaring magpatuloy na magtrabaho maliban kung magkakaroon ng mga sintomas ng COVID-19. Ang mga empleyado na walang sintomas na malapitang nakasalamuha ng may kaso na hindi nakakumpleto ng pangunahing serye ng bakuna at tumanggap ng pampalakas na bakuna, kung kwalipikado, ay dapat na hindi papasukin sa pagtatrabaho sa sentro ng pagpapalamig sa hindi bababa sa 5 araw mula sa huling pagkakalantad. Sumangguni sa Mga Madalas na Katanungan sa Mga Pansamantalang Pamantayan sa Emerhensya ng COVID-19 ng CalOSHA-Mga Madalas na Katanungan sa Pagbubukod at Pagkukulong ng CDPH.[vi]
- ☐ Sundin ang mga tagubilin na ibinigay ng iyong Kagawaran ng Yamang Tao (Human Resources). Sumangguni sa Mga Pansamantalang Pamantayan sa Emerhensya ng COVID-19 ng CalOSHA.[vii]

[i] publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/BestPractices/#signage
[ii] http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/RulesAndRecommendations/
[iii] http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/#kindofmask
[iv] https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/disinfecting-building-facility.html
[v] https://www.epa.gov/system/files/documents/2022-03/508-cleanairbuildings_factsheet_v5_508.pdf
[vi] https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/covid19faqs.html#iso
[vii] https://www.dir.ca.gov/dosh/coronavirus/ETS.html