

Gabay para sa Pagpapatakbo ng mga Sentro ng Pagpapalamig (Cooling Centers) sa Panahon ng COVID-19

Ang matinding init ay isang pangunahing banta sa kalusugan ng publiko. Ang pagkakalantad sa matinding init ay maaaring magsanhi ng sari-saring mga problema sa kalusugan mula sa pangkalahatang pagkahapo hanggang sa pangkalamnang pulikat hanggang sa atake dahil sa init (heat stroke). Dinisenyo ang mga sentro ng pagpapalamig upang magbigay ng kaginhawaan at proteksyon sa panahon ng matinding init.

Ang kalusugan at kaligtasan ng mga kawani at bisita sa mga sentro ng pagpapalamig ay ang ating unang prayoridad. Habang nananatili ng may bisa ang *Utos sa Sama-samang Pagtugon sa Trabaho at sa Komunidad* ng Opisyal ng Kalusugan, ang sumusunod na gabay ay ibinigay upang ligtas na patakbuhan ang mga sentro ng pagpapalamig sa panahon ng sobrang init.

A. MGA PANGKALIGTASANG AKSYON SA PASILIDAD

- Nakapaskil ang karatula sa bawat pampublikong pasukan ng Sentro ng Pagpapalamig upang abisuhan ang lahat ng empleyado at ang publiko na hindi sila dapat na pumasok kung mayroon silang ubo, lagnat, o iba pang mga sintomas ng COVID-19 o aktibong sumusunod sa mga utos ng pagbubukod o pagkukulong (quarantine), at ang lahat ay dapat na magsuot ng maskara sa mukha habang nasa mga Sentro ng Pagpapalamig hindi alintana ang katayuan sa pagpapabakuna. Maaaring matagpuan ang halimbawa ng karatula sa sumusunod na lugar (site): publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/BestPractices/#signage.
- Kung posible, mag-alok ng mga alternatibong lugar ng pagpapalamig para sa mga nagpapakita ng mga sintomas ng sakit na COVID-19. Dapat ito ay hiwalay na mga silid sa loob ng Sentro ng Pagpapalamig para sa bawat tao na may mga sintomas.
- Gumawa ng mga hakbang, saanman posible, upang bawasan ang pagsisiksikan sa Sentro ng Pagpapalamig sa pamamagitan ng pagbabawas sa mga siksikang daan sa pasukan at labasan sa pasilidad, paghihiwalay ng mga pagkakaupo, at pinagagana ang madaling akses sa mga banyo.
- Maglagay ng mga sanitizer para sa kamay sa mga pasukan at mga lugar na karaniwang matao, at siguruhin na may magagamit na sabon at tubig sa loob ng pasilidad. Ang mga banyo na karaniwang bukas sa publiko ay dapat na manatiling bukas sa publiko.
- Maglagay ng karatula na may alituntunin sa palahingahan (respiratory etiquette), paghuhugas ng kamay, at maskara sa mukha na mga mensahe sa buong pasilidad. Maaaring matagpuan ang halimbawa ng karatula sa sumusunod na lugar (site): publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/BestPractices/#signage.
- Kung pinapayagan ng Sentro ng Pagpapalamig ang pagkain at pag-inom sa mga panloob na lugar, magtakda ng isang itinalagang lugar ng pagkakaupo malayo mula sa iba pang mga lugar ng upuan na ginagamit partikular para sa mga bisita ng kumakain at umiinom. Ang mga lugar na nagpapahintulot ng panloob na kainan at pag-inom ay itinuturing na mga kapaligiran na may mas mataas na panganib dahil ang mga tao, na parehong nabakunahan at hindi pa nabakunahan, ay nasa mga panloob na lugar sa mahabang paggugol ng oras at maaaring magtanggap ng kanilang mga maskara sa mukha upang kumain o umiinom. Ang mga bisita ng ginagamit ang itinalagang lugar ay dapat na magawang magpanatili ng 6 na talampakang distansya mula sa iba habang kumakain o umiinom. Ang mga karatula sa lugar ay dapat na magpaalala sa mga bisita na dapat silang nakaupo habang kumakain o umiinom at maaari lamang nilang tanggalin ang kanilang maskara sa mukha habang sila ay aktibong kumakain o umiinom. Sa lahat ng iba pang mga oras, ang mga bisita ay dapat na panatilihin nakasuot ang kanilang maskara sa mukha.
- Saanman posible, gumawa ng mga hakbang para madagdagan ang bentilasyon sa Sentro ng Pagpapalamig. Siguruhin na ang sistema ng HVAC ng Sentro ng Pagpapalamig ay nasa mabuti, gumaganang pagkakaayos. Isaalang-alang ang pagkabit ng mga nabibitbit (portable) na labis na mahuhusay na panlinis ng hangin, pag-upgrade sa mga panala ng hangin ng gusali sa pinakamahusay hanggang maaari, at paggawa ng iba pang mga pagbabago upang dagdagan ang dami ng panlabas na hangin at bentilasyon sa lahat ng gumaganang lugar. Bawasan ang pag-okupa sa mga lugar kung saan ang panlabas na bentilasyon ay hindi maaaring dagdagan. Tingnan ang [Pansamantalang Patnubay para sa Bentilasyon, Pagsasala at Kalidad ng Hangin sa mga Panloob na Kapaligiran](#) para sa mas maraming impormasyon.
- Magtalaga ng kawani na boluntaryong magtatala (sign in) ng mga bisita kada araw (tingnan ang Appendix A). Ang pagkakaroon ng listahan ng mga araw-araw na bisita ay maaaring kapaki-pakinabang kung may positibong kaso ng COVID-19 at kailangan na makipag-ugnay ng Sentro ng Pagpapalamig sa mga kontak upang abisuhan sila sa kanilang potensyal na pagkakalantad. Dapat ring magpanatili ang mga kawani ng isang listahan ng mga bisita na tumanggap magpatala (sign in). Magpanatili ng talaan (record) ng mga kawani at boluntaryo na nasa Sentro ng Pagpapalamig bawat araw.

- Sundin ang [mga patnubay sa paglilinis at pagdidisimpekta para sa mga pasilidad ng komunidad](#), at [paglilinis sa mga pasilidad kung may isang taong may sakit](#) ng mga Sentro para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit (Centers for Disease Control and Prevention o CDC).
- Iba pang mga aksyon na iniutos ng pangasiwaan ng pasilidad:

B. MGA PANGKALIGTASANG AKSYON NG KAWANI

- Dapat na salain ng mga Sentro ng Pagpapalamig ang mga kawani, boluntaryo, tagapagtinda, kontraktor, at iba pang mga manggagawa para sa mga sintomas ng COVID-19. Ang lahat ng mga kawani ay dapat na salain para sa mga sintomas sa simula ng kanilang oras ng trabaho. Ang mga opsyon para sa pagsasala ay kinabibilangan ng pagkakaroon ng kawani na suriin ang kanilang sariling mga sintomas bago pumunta sa Sentro, gumagamit ng mga karatula sa pasukan ng lugar ng trabaho, o pagkukumpleto ng araw-araw na pagsasala upang pagtibayin ang mensahe na ang mga empleyado na may mga sintomas ng COVID-19 at mga sumasailalim sa mga utos ng pagbubukod o pagkukulong (quarantine) ay hindi dapat pumasok sa lugar ng trabaho. Tingnan ang publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/business/EntryScreening.pdf para sa isang halimbawa ng form sa pagsasala sa pasukan.
- Ang mga kawani ay inuutusan na manatili sa bahay kung hindi mabuti ang kanilang pakiramdam. Ang mga kawani na nag-uulato nagpapakita ng mga sintomas ng pagkakasakit ay sasabihang umuwi at maghanap ng naaangkop na pangangalagang medikal. Siguruhin na ang mga taong may COVID-19 ay sumusunod sa mga tagubilin ng [pagbubukod ng sarili](#). Ang mga kawani na malapitang nakasalamuha ng isang kaso ay dapat na [magkulong \(quarantine\)](#) maliban kung hindi nasasaklaw (exempt). Pangasiwaan ang mga pagkakalantad sa COVID-19 sa lugar ng trabaho kapag napag-alaman na ang isang empleyado ay nahawahan sa pamamagitan ng kaagad na pagkilala at pagpapaalam sa mga nalantad na nakasalamuha sa lalong madaling panahon. Magkaroon ng isang plano sa pag-aalok ng pagsusuri sa mga empleyado na maaaring nalantad sa COVID-19 sa lugar ng trabaho. Sumangguni sa [Pagtugon sa COVID-19 sa Lugar ng Trabaho](#) para sa mas maraming pangimpormasyon.
- Ang mga kawani ay kinakailangang magsuot ng maskara sa mukha sa lahat ng oras maliban habang kumakain o umiinom sa mga itinalagang lugar sa panahon ng panandaliang pamamahinga. Tingnan ang pahina ng Maskara ng LA County para sa mas maraming pangimpormasyon tungkol sa mga maskara: publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/.
- Ang mga kawani ay hinihikayat, ngunit hindi inaatasan, na magpanatili ng pinakamababa na 6 na talampakang distansya mula sa iba pang mga miyembro ng kawani at mga bisita.
- Ang mga kawani ay inaatasan na hugasan o i-sanitize ang mga kamay bago/pagkatapos ng oras ng trabaho (shift), bago/pagkatapos ng mga panandaliang pahinga, at pagkatapos ng alinman sa mga sumusunod na aktibidad: paggamit ng banyo, pagkain, pagpasok o paglisan sa pasilidad, at pagkatapos na hawakan ang mga madadal na hawakang ibabaw (mga bukasan ng pinto, remote ng TV, hawakan, atbp.) gamit ang sanitizer para sa kamay, sabon at tubig na magagamit sa pasilidad.
- Ang mga kawani ay dapat na hikayatin na gawin ang mga panandaliang pagkain sa mga panlabas na lugar (outdoors) o mag-isa sa isang saradong opisina, saanman posible. Kung ang mga kawani ay dapat na kainin ang kanilang mga pagkain sa mga panloob na lugar (indoors), dapat nilang gawin ito habang nakaupo at nakadistansya nang hindi bababa sa 6 na talampakan mula sa iba kung nasa isang napagsasaluhang panloob na lugar ng kainan.
- Ang mga kawani ay inaatasan na sundin ang mga pamantayang pamamaraan na tawagan ang 911 para sa sinumang nababalisa o dumadanas ng isang emerhensya.
- Ang mga kawani ay dapat na tumanggap ng isang kopya ng gabay na ito.

C. MGA PANGKALIGTASANG AKSYON NG BISITA

- Ang mga bisita ay inaabisuhan na huwag pumasok kung sila ay may sakit o sumusunod sa mga utos ng pagbubukod o pagkukulong (quarantine) sa pamamagitan ng pagpapaskil ng karatula.
 - *Papayuhan ng mga kawani ang sinuman na nag-uulato o nagpapakita ng mga palatandaan ng pagkakasakit na umalis at maghanap ng naaangkop na pangangalagang medikal kung kinakailangan, o kung magagamit, papatnubayan ang taong iyon sa isang alternatibong lugar ng Sentro ng Pagpapalamig para sa mga indibidwal na may mga sintomas.*
- Ang mga bisita ay inaatasan na magsuot ng maskara sa mukha sa lahat ng oras.
 - *Papayuhan ng mga kawani ang sinuman na hindi sumusunod sa mga panuntunan na ang mga maskara sa mukha ay inaatas.*

→ *Kung magagawa, magbibigay ang mga kawani ng maskara sa mukha para sa mga taong dumarating na wala nito.*

- Ang mga bisita ay hinihikayat, ngunit hindi inaatasan, na magpanatili ng pinakamababang distansya na 6 na talampakan mula sa iba.
- Ang mga bisita ay may sanitizer para sa kamay, sabon at tubig na maaakses sa loob ng pasilidad.
 - *Paaalalahanan ng mga kawani ang mga bisita na maghugas o magsanitize ng mga kamay nang madalas, kabilang sa pagpasok o paglabas mula sa pasilidad.*
- Ang mga bisita ay maaaring magdala ng kanilang sariling pagkain at inumin. Pinapayagan ang mga paghahatid ng pagkain. Maaari lamang kumain o uminom ang mga bisita sa mga itinalagang lugar sa loob ng Sentro ng Pagpapalamig. Ang mga itinalagang lugar ay dapat na nirekumpigura upang paganahin ang pagdistansya na hindi bababa sa 6 na talampakan sa pagitan ng mga tao sa espasyo. Dapat na mapaalalahanan ang mga bisita na magsuot ng kanilang maskara sa mukha maliban kapag sila ay aktibong kumakain o umiinom. Pagkatapos nilang kumain o uminom, dapat nilang agad na ibalik ang kanilang maskara sa mukha. Hindi maaaring iimbak o palamigin ang mga pagkain o inumin ng bisita. Ang pagsasalo ng mga pagkain ay hindi pinapayagan.

Eksepsyon: Mga miyembro ng parehong pamilya o sambayanan.

- *Papayuhan ng mga kawani ang mga bisita na ang pagkain, at pag-inom ay maaari lamang mangyari sa mga itinalagang lugar ng kainan sa loob ng pasilidad.*
- *Paaalalahanan ng mga kawani ang mga bisita na ang mga maskara sa mukha ay maaaring sandaling tanggalin habang ang mga bisita ay kumakain o umiinom ngunit dapat na ibalik agad sa oras na ang tao ay tapos nang kumain o uminom.*
- *Papayuhan ng mga kawani ang sinumang bisita na humihiling ng pag-imbak ng pagkain o inumin na hindi ito pinapayagan.*
- *Sasabihan ng mga kawani ang sinuman na hindi tamang nakikipagsalo ng mga pagkain na mangyaring itigil ito.*

**APPENDIX A:
BOLUNTARYONG TALAAN NG BISITA NG SENTRO NG PAGPAPALAMIG**

PANGALAN NG SENTRO NG PAGPAPALAMIG: _____

ADRESS NG SENTRO NG PAGPAPALAMIG: _____

PETSA NGAYONG ARAW: _____

PANGALAN	NUMERO NG TELEPONO
(1)	
(2)	
(3)	
(4)	
(5)	
(6)	
(7)	
(8)	
(9)	
(10)	
(11)	
(12)	
(13)	
(14)	
(15)	
(16)	
(17)	
(18)	
(19)	
(20)	
(21)	
(22)	
(23)	
(24)	

PANGALAN	NUMERO NG TELEPONO
(25)	
(26)	
(27)	
(28)	
(29)	
(30)	
(31)	
(32)	
(33)	
(34)	
(35)	
(36)	
(37)	
(38)	
(39)	
(40)	
(41)	
(42)	
(43)	
(44)	
(45)	
(46)	
(47)	
(48)	
(49)	
(50)	
(51)	
(52)	
(53)	

PANGALAN	NUMERO NG TELEPONO
(54)	
(55)	
(56)	
(57)	
(58)	
(59)	
(60)	
(61)	
(62)	
(63)	
(64)	
(65)	
(66)	
(67)	
(68)	
(69)	
(70)	
(71)	
(72)	
(73)	
(74)	
(75)	
(76)	
(77)	
(78)	
(79)	
(80)	

KABUUNANG BILANG NGAYONG ARAW: _____

(kabuunang bilang ng nagpatala na nasa papel [sign-in sheet] + mga hindi nagnais na magpatala [sign-in])