



# GABAY SA INDUSTRIYA PARA SA COVID-19:

Mga lugar ng  
Pagsamba at  
Tagapagkaloob  
ng mga  
Serbisyon  
Pangrelihiyon at  
Pangkulturang  
Seremonya

Hulyo 29, 2020

[covid19.ca.gov](https://covid19.ca.gov)



# PANANAW

Noong Marso 19, 2020, ang Opisyal ng Pampublikong Kalusugan at Direktor ng Departamento ng Pampublikong Kalusugan ng California ay nag-isyu ng kautusan na kinakailangan nang halos mga taga-California na manaitili sa tahanan upang masugpo ang pagkalat ng COVID-19 sa populasyon.

Ang epekto ng COVID-19 sa kalusugan ng mga taga-California ay hindi pa alam nang buo. Ang mga iniulat na mga sakit ay mula sa sobrang malumanay (ang ilang tao ay walang sintomas) hanggang sa malubha na sakit na maaaring magresulta sa kamatayan. Ang ilang mga grupo, kasama ang mga tao na nasa edad 65 o pataas at sa mga may malubhang kasalukuyang medikal na kondisyon, tulad ng sakit sa puso at baga o diabetes, ay nasa panganib ng ospitalisasyon at malubhang mga komplikasyon. Ang trasnmisyon ay maaaring maganap kapag ang tao na may malapitang pakikisalamuha sa isang hindi bentiladong lugar na may taong nahawaan, kahit na kung ang tao ay walang sintomas o hindi pa namuo ng sintomas.

Ang tiyak na impormasyon tungkol sa numero at rata ng COVID-19 ng industriya o grupo ng hanapbuhay, kasama ang kritikal na manggagagwa ng imprastraktura, ay wala sa panahon ngayon. May mga maraming mga pagsiklab sa mga saklaw ng pinagtratrabahuan, na nagpapakita na ang mga manggagagwa ay nasa panganib na makakuha o makalipat ng impeksyong ng COVID-19. Halimbawa ng mga lugar na ito ay mga lugar ng pagsamba, ospital, mga pasilidad ng pangmatagalag pangangalaga, preso, pagawaan ng pagkain, bodega, planta ng pagproseso ng karne, at mga pamilihan.

Ang mga kautusan ng pananatili sa tahanan ay binago. Mahalaga na lahat ng posibleng mga hakbang ay maisagawa upang masiguro ang kaligtasan ng mga manggagawa at ang publiko.

Kasama ang mga susi na pagsasanay sa pag-iwas ang:

- ✓ pisikal na pagdistansiya hanggat sa maaari,
- ✓ paggamit ng pantakip sa mukha ng mga manggagawa at mga boluntaryo (kung saan ang proteksyon sa respiratoryo ay hindi kinakailangan) at pagtitipon-tipon ng mga tao/bisita,
- ✓ madalas na paghugas sa kamay at regular na paglinis at pagdisinpekta,
- ✓ pagsasanay sa mga manggagawa at mga boluntaryo sa mga ito at ibang elemento sa planong pag-iwas sa COVID-19.

Dagdag dito, kritikal na magkaroon sa lugar na nararapat na proseso upang matukoy ang bagong mga kaso ng sakit sa mga lugar na pinagtratrabahuan at, kapag ito ay naitukoy, masugpo kaagad at maisagawa ng mga awtoridad ng pampublikong kalusugan na maitigil ang pagkalat ng virus.

## LAYUNIN

Ang dokumento na ito ay nagbibigay ng gabay sa mga lugar ng pagsamba at tagapagkaloob ng serbisyo ng pangrelihiyon at kultural na seremonya (kilala bilang “mga lugar ng pagsamba”) upang suportahan ang ligtas, malinis na kapaligiran ng mga manggagawa, interns at nagsasanay, boluntaryo, iskolar, at lahat ng iba pang manggagawa pati na rin mga taong nagtitipin-tipon, mga sumasamba, etc. (kilala bilang mga “bisita” o taong nagtitipon-tipon”). Ang gabay na ito ay hindi nagoobliga sa mga lugar ng pagsamba na bumalik sa personal na aktibidad. Gayundin, rekomendado na ang mga lugar ng pagsamaba ay patuloy na magsagawa ng serbisyo sa malayuan at iba pang kaugay na aktibidad para sa mga mahina para sa COVID-19 kasama ang nakatatandang mga adulto at mga co-morbidities.

Kahit na sumusunod sa piskal na pagdistansiya, ang pagsagawa ng lugar ng pagtitipon-tipon ng maramihang iba’t-ibang sambahayan na magsanay ng personal na paniniwala ay nagdadala ng mataas na panganib para sa pagkalat ng transmisyon ng COVID-19 na virus, at maaaring magresulta ng matas na rata ng impeksyon, ospitalisasyon, at kamatayan, lalo na sa mga mahina na populasyon. Partikular ang mga aktibidad tulad ng pagkanta at pag-awit ng pagbawas-ng-panganib sa anim na talampakan na pisikal na pagdistansiya.

\*Hindi dapat maituloy ang pagkanta at pag-awit na aktibidad sa mga lugar ng pagsamba at limitahin ang *panloob* pagdalo sa 25% ng kapasidad ng gusali o maksimong 100 na dumadalo, alinman ang mas mababa. Ang Lokal na Opsiya ng Pangkalsugan ay nag-abiso para isaalang-alang ang nararapat na limitasyon sa *panlabas* na pagdalo na mga kapasidad, na isaalang-alang ang kanilang sakop na susi sa mga indikasyon ng COVID-19 sa kalusugan. Sa pinakamababa, ang panlabas na pagtitipon at dapat limitahin ang natural na implementasyon ng estriktong hakbang sa pisika lna pagdistansiya sa pinakamababang anim na talampakan ng mga dumadalo mula sa iba’ibang sambahayan, dagdag sa mahalagang protocols sa loob ng dokumento na ito.

Ang nabagong limitasyon na ito ay napapasailalimm sa regular na pagsusuri ng Departamento ng Pampublikong Pangkalsugan ng California kasabwat sa lokal na Departamento ng pampublikong kalusugan upang matasa ang epekto ng nitong mga limitasyon sa pampublikong kalusugan at pagbigay ng dagdag na direksyon bilang bahagi ng restorasyon na antas ng aktibidad sa mga lugar ng pagsamba.

**TANDAAN:** Ang gabay na ito ay hindi ginawa para sa paghahanda at serbisyo ng pagkain, ang mga bagay na naideliver sa mga nangangailangan, mga serbisyong pangangalaga sa mga bata at daycare, paaralan at aktibidad ng edukasyon, pangangalaga sa loob-ng-tahanan, pagbigay ng payo, trabaho sa opisina, at ibang mga aktibidad na ang mga aktibidad ng lugar at

organisasyon ng pagsamba ay maaaring ibigay. Ang mga organisasyon na nagsasagawa ng mga aktibidad na ito ay kailangan sumunod sa nalalapat na gabay sa [Mapa ng Daan ng Resilience sa COVID-19 na website](#)

Ang gabay ay hindi ginawa upang mabawi o baguhin ang anumang karapatan ng manggagawa, statutory, regulatory o collectively bargained, at hindi natatapos, at hindi kasama ang kautusan ng county sa kalusugan, at hindi rin kapalit sa anumang kasalukuyang regulatoryong kinakailangan kaugnay sa kaligtasan at kalusugan tulad ng Cal/OSHA.<sup>1</sup> Manatili lamang sa kasalukuyang na mga pagbabago ng gabay sa pampublikong kalusugan at sa mga kautusan ng estado/lokal, habang patuloy ang sitwasyon ng COVID-19. Ang Cal/OSHA ay may mas maraming gabay sa kaligtasan at kalusugan sa kanilang Coronavirus na [webpage](#). Ang CDC ay may karagdagang gabay [para sa mga organisasyon base sa-komunidad at -paniniwala](#).

## **Kinakailangan sa Paggamit ng Pantakip sa Mukha**

Noong Hunyo 18, inisyu ng CDPH ang [Gabay sa Paggamit ng Pantakip sa Mukha](#), na nangangailangan ng paggamit ng pantakip sa mukha sa parehong miyembro ng publiko at manggagawa ng publiko at lugar na pinagtartrabahuan na may mataas na panganib sa pagkalantad.

Ang mga tao sa California ay kailangan gumamit ng pantakip sa mukha kapag sila ay nagtratabaho, sa lugar na pinagtratabahuan o nagtratabaho sa labas-na-sityo ng trabaho, kapag:

- Nakikisalamuha ng-personal sa sinumang miyembro ng publiko;
- Nagtratabaho sa anumang espasyo na binibisita ng mga miyembro ng publiko, maliban kung sinuman mula sa publiko ang naroon sa panahon na iyon;
- Nagtratabaho sa anumang espasyo kung saan ang pagkain ay inihahanda o pinakete para sa pagbenta o maipapamahagi sa iba;
- Nagtratabaho o naglalakad sa karaniwang mga lugar, tulad ng hallways, hagdanan, elevators, at pasilidad ng pagparada;
- Sa anumang silid o nakasarang lugar kung saan ang mga tao (maliban sa mga miyembro ng mga tao sa sambahayan o residente) ay naroon kapag hindi maisagawa ang pisikal na pagdistansiya;
- Pagdrive o pamamahala ng anumang pampublikong transportasyon o paratransit na sasakyan, taksi, o pribadong serbisyong sasakyan o ride-sharing na sasakyan kapag naroon ang pasahero. Kapag walang pasahero . rinerekomenda ang pantakip sa mukha.

Kumpletuhin ang detalye, kasama ang lahat na pangangailangan at hindi kabilang na mga palatuntunan, na makikita sa [gabay](#). Hinihikayat ang mga pantakip sa mukha sa ibang mga pangyayari , at ang mga nagmamay-ari ay maaaring

magimplementa ng karagdagang mga pangangailangan sa pantakip sa mukha sa pagpapatupad ng kanilang obligasyon sa pagbigay sa manggagawa ng ligtas at malusog na lugar na pinagtrabahuan. Nararapat na mabigyan ng mga employer ang mga manggagawa ng mga takip sa mukha o ibalik sa mga manggagawa ang gastos para sa makatuwirang bayad sa pagkuha ng mga ito.

Ang mga nagmamay-ari ay dapat bumuo ng patakaran ng akomodasyon sa sinumang manggagawa na may isa sa mga hindi kabilang mula sa paggamit ng pagtakip ng mukha. Kung ang isang manggagawa ay kinakailangan na magsuot ng pantakip sa mukha dahil sa karariwang pakikisalamuha sa iba ay hindi maaring makasuot nito dahil sa medikal na kondisyon, sila ay dapat mabigyan ng hindi-restriktibong alterntaibo, tulad ng face shield na may drape na kadikit sa dulo ng ilalim, kung maaari, at kung pinapayagan ng medikal na kondisyon.

Dapat malaman ng mga negosyo na bukas sa publiko ang mga eksempsyon sa paggamit ng pantakip sa mukha sa [Gabay ng Pantakip sa Mukha ng CDPH](#) at maaaring hindi isama ang sinumang miyembro ng publiko na hindi nagsusuot ng pantakip sa mukha kung ang tao na iyon ay sumusunod sa [gabay](#). Ang mga negosyo ay kailangan na bumuo ng mga alituntunin para sa pagpapatupad nitong mga eksempsyon sa mga kustomers, kliyente, bisita, at manggagawa.



## Tiyak na Plano ng Lugar na Pinagtratrabahuan

- Magtalaga ng isang kasulatan, tiyak na plano sa lugar na pinagtratrabahuan para sa COVID-19 sa bawat lokasyon, magsagawa ng kumprehensibong pagtatasa sa panganib sa lahat nga mga lugar na pinagtratrabahuan, ang mga isinasagawa , at magtalaga ng tao sa bawat lugar na pinagtratrabahuan na magpatupad ng plano.
- Ipagsama ang [Gabay sa Pagtakip sa Mukha ng CDPH](#) sa Tiyak na Plano ng pinagtratrabahuan at isama ang palatuntunan para sa pamamahala ng eksempsyon.
- Tukuyin ang kontak na impormasyon para sa lokal na departamento ng kalusugan kung saan matatagpuan ang lugar na pinagtratrabahuan para sa pakikipag-ugnay sa impormasyon ng pagsiklab ng COVID-19 sa manggagawa at nagtitipon-tipon/bisita.
- Sanayin at makipag-ugnay sa mga manggagawa at kinatawan ng manggagawa sa plano at gawing magagamit ang plano sa mga manggagawa at sa kanilang kinatawan.
- Regular na pagsusuri sa mga lugar na pinagtratrabahuan para sa pagsunod sa plano at dokumento at pagtuwid sa mga pagkukulang na naitukoy.
- Imbestigahan ang anumang sakit na COVID-19 at tukuyin kung may anumang mga bagay kaugnay-sa-trabaho ang maaaring nakadagdag sa panganib ng impekasyon. I-update ang plano kung kinakailangan upang maiwasan ang mas maraming kaso.
- Implementahin ang kinakailangan na proseso at mga protocols kapag ang lugar na pinagtratrabahuan ay may pagsiklab, alinsunod sa [gabay ng CDPH](#).
- Tukuyin ang may malapitang pakikisalamuha ( sa loob ng anim na talampakan ng 15 na minuto o higit pa) ng isang nahawang manggagawa at magsagawa ng mga hakbang upang ihiwalay ang mga positibong manggagawa ng COVID-19 at malapitang pakikisalamuha.
- Sumunod sa mga gabay sa ibaba. Ang bigo na pagsunod nito ay maaaring magresulta ng sakit sa lugar na pinagtratrabahuan na maaaring makadulot ng pagsara o limitadong operasyon.



## Paksa para sa Manggagawa at Pagsasanay sa Boluntaryo

- Ang impormasyon sa [COVID-19](#), paano maiiwasan ito sa pagkalat, at alin sa kasalukuyang kondisyon sa kalusugan ang maaring makahawa sa mga indibidwal ng virus.
- Ang pansariling pagscreen sa tahanan, kasama ang pagtsek ng temperatura at/o sintomas gamit ang [mga gabay ng CDC](#).
- Ang kahalagahan ng hindi pagpasok sa trabaho o pakikilahok sa mga aktibidad
  - Kung ang manggagawa ay may sintomas ng COVID-19 na [nailarawan ng CDC](#), tulad ng lagnat o panlalamig, ubo, kakulangan sa paghinga o kahirapan sa paghinga, pagkapagod, sakit sa kalamnan at katawan, sakit sa ulo, bagong pagkawala ng panlasa at pang-amoy, sakit sa lalamunan, pagbabara o tumutulong sipon, pagduduwal, pagsusuka, o diareya, O
  - Kung nasuri ang manggagawa ng COVID-19 at hindi pa nailabas mula sa isolasyon, O
  - Kung sa loob ng nakalipas na 14 na araw ang isang manggagawa na may pakikisalamuha sa isang tao na nasuring may COVID-19 ay tinukoy na potensyal na nakakahawa (i.e. nasa isolasyon pa rin).
- Pagbalik sa trabaho pagkatapos ang manggagawa ay nakatanagap ng dayagnosis ng COVID-19 lamang kung 10 araw ang nakalipas mula noong nakita ang unang sintomas, ang kanilang sintomas ay bumuti, at ang manggagawa ay walang lagnat ( nang hindi gumagamit ng pampababa na medikasyon) sa huling 72 na oras. Ang isang manggagawa na walang sintomas na nasuring may COVID-19 ay maaaring bumalik sa trabaho kung 10 araw na ang nakalipas mula sa petsa ng unang nasuri na positibo sa COVID-19.
- Humingi ng medikal na atensyon kung ang kanilang sintomas ay nagiging malubha, kasama ng patuloy na sakit o presyon sa dibdib, pagkagulo, o asul na lapi o mukha. I-update ang karagdagang detalye na makikita sa [CDC na webpage](#).
- Ang kahalagahan ng madalas na paghugas ng kamay sa sabon at tubig, kasama ang pagkiskis ng sabon ng 20 na sugundo (o paggamit ng hand sanitizer na may 60% na ethanol o 70% na isopropanol kapag ang manggagawa ay hindi makakuha ng lababo o estasyon ng paghugas ng kamay, base sa [mga gabay ng CDC](#) ).

- Ang kahalagahan ng pisikal na pagdistansiya, pareho sa trabaho at wala sa trabaho (tignan ang seksyon ng Pisikal na Pagdistansiya sa ibaba).
- Tamang paggamit ng pantakip sa mukha, kasam ang:
  - Ang pantakip sa mukha ay hindi prinoprotektahan ang gumagamit at hindi personal protective equipment (PPE).
  - Ang pantakip sa mukha ay tumutulong na protektahan ang mga tao na malapit sa gumagamit, ngunit hindi pumapalit sa pangangailangan ng pisikal na pagdistansiya at madalas na paghugas ng kamay.
  - Ang pantakip sa mukha ay kailangan takpan ang ilong at bibig.
  - Ang mga manggagawa ay kailangan maghugas o magsanitize ng kamay bago at pagkatapos na gamitin o mag-ayos ng pantakip sa mukha.
  - Iwasan ang paghawk ng mata, ilong, at bibig.
  - Ang pantakip sa mukha ay dapat hindi maibahagi sa iba at kailangan malabhan o maitapon pagkatapos gamitin.
- Ang nilalaman na impormasyon sa [gabay ng Paggamit ng Pantakip sa Mukha ng CDPH](#), na mandatoryo sa mga pangyayari kung saan ang pantakip sa mukha ay kailangan masuot at ang mga eksempyon, pati ang mga alituntunin, palatuntunan sa trabaho, at mga pagsasanay ng may-ari ay ginamit upang siguraduhin ang pantakip sa mukha. Kailan kasama din ng may-ari ang pagsasanay ng mga alituntunin kung paano isasagawa ang hindi kasama sa pagsuot ng pantakip sa mukha.
- Siguraduhin ang lahat ng uri ng mga manggagawa kasama ang pansamantala, independenteng mg kontraktor, at mga boluntaryong mga manggagawa ay dapat tamang isinasanay sa mga alituntunin sa pag-iwas sa COVID-19 at kinakailangan na PPE. Talakayin ang mga responsibilidad nang maaga sa organisasyon na nagsusuplay ng pansamantalang, kontrata, at/o tauhan na boluntaryo.
- Impormasyon para sa benepisyo sa paid leave ng mga manggagawa ay maaaring matanggap na maaaring gawin na mas madali na manatili sa tahanan. Tignan ang karagdagag impormasyon sa [programang gobyerno na sumusuporta sa sick leave at worker's compensation para sa COVID- 19](#), kasama ang karapatan sa sick leave ng manggagawa sa ilalim ng [Batas sa Tugon sa Coronavirus ng Pamilya Muna o](#) at karapatan ng manggagawa sa benepisyo ng



workers' compensation at presumsyon ng COVID-19 kaugnay-na trabaho alinsunod sa [Ehekutibong Kautusan ng Gobernador N-62-20](#) habang ang kautusan ay isinasakatuparan.



## Indibidwal na mga Hakbang sa Pagkontrol at Pagscreening

- Magbigay ng mga screening sa temperatura at/o sintomas para sa lahat ng mga manggagawa sa simula ng kanilang trabaho. Siguraduhin na ang nag-iiscreen ng temperatura/sintomas ay iniawasan ang malapitang pakikisalamuha sa mga manggagawa hanggat maari.
- Kung kinakailangan ang pagscreen sa tahanan, na nararapat na alternatibo sa pagbigay sa mga establisimyento, siguraduhin ang pagscreen na naisagawa sa manggagawa at/o boluntaryo na umaalis sa tahanan sa kanilang trabaho at sumunod sa [mga gabay ng CDC](#), na naitukoy sa Paksa sa Pagsasanay sa Manggagawa na seksyon sa itaas.
- Udyukin ang mga manggagawa at nagtitipon-tipon/bisita na may sakit o nagpapakita ng sintomas ng COVID-19, o maaaring miyembro ng pamilya na may sakit, na manatili sa tahanan.
- Kailangan ng may-ari na magbigay at siguraduhin na ang mga manggagawa at boluntaryo ay gumagamit ng lahat ng kagamitan sa pagprotekta, kasama ang proteksyon sa mata at gloves, kung kinakailangan.
- Ang mga lugar na pagsamba ay isinasaalang-alang kung saan ang mga itinatapon na gloves ay maaaring makatulong sa pagsuplementa nang madalas sa paghugas ng kamay o paggamit ng hand sanitizer; halimbawa ay para sa mga manggagawa na nagiiscreen para sa sintomas o karaniwang humahawak ng mga bagay na hinahawakan. Lahat ng mga manggagawa at boluntaryo ay dapat masuot ng gloves kapag hinahawakan ang mga bagay na may likido sa katawan.
- Ang mga manggagawa, boluntaryo, atbp, ay hindi dapat pumasok sa tahanan o bumisita sa sinuman na nasuring positibo, nagpapakita ng sintomas, o may nakasalamuha sa isang tao na nahawaan ng COVID-19 para sa nararapat na pag-antay na panahon na [inilarawan sa mga gabay ng CDC](#).
- Ang mga lugar ng pagsamba ay dapat magsagawa ng risonableng mga hakbang, kasama ang paglagay ng mga sinyales sa mga nakikita na mga lokasyon at sa mga kumpirmasyon ng reserbasyon, upang ipaalala sa mga nagtitipon-tipon at mga bisita na kailangan magsuot ng pantakip sa mukha at magsanay ng pisikal na pagdistansiya at dapat

maghugas nang madalas ng kamay ng sabon nang hindi bababa sa 20 na sugundo, gamit ang hand sanitizer, at huwag hawakan ang kanilang mukha.

- Paggamit ng social media, website, teks, email, newsletters, atbp., upang makipag-ugay na mga hakbang na sinasagawa upang protektahan ang mga nagtitipon-tipon/ bisita at manggagawa upang malaman nila ang mga alituntunin ( kasama ang pananatili sa tahanan kung sila ay nakakaramdam ng sintomas o nasa mataas na panganib ng pagkakaroon ng sakit, pantakip sa mukha, pisikal na pagdistansiya, paghugas ng kamay at/o pagsanitize, at etiquette sa pag-ubo), bago dumating sa pasilidad. Ang mga manggagawa at boluntaryo ay inuudyok na ipaalala sa mga nagtitipon-tipon/ bisita ng mga pagsasanay na ito na may pag-anunsyo sa tuwing serbisyo o sa pagsalubong sa mga bisita.
- Ipaalala ang mga nagtitipon-tipon at bisita nang mas maaga na magdala ng pantakip sa mukha at magagamit sa sinuman na wala nito, kung maaari.
- Ang mga nagtitipon-tipon/bisita ay dapat ma-screen para sa temperatura at/o sintomas sa pagdating sa lugar ng pagsamba at humiling ng hand sanitizer.



## Mga Protocol ng Paglinis at Pagdisinpekta

- Magsagawa ng paglilinis sa mga mataong lugar tulad ng hintayan, bulwagan , kapilya, silid ng pagpupulong, mga opsina, silid-aklatan, at mga lugar ng pag-aaral at lugar ng pagdating at pag-alis kasama ang hagdanan, stairwells, handrails, at pagkontrol sa elevator. Madalas na disinpektahan ang karaniwang nagagamit na ibabaw ng kagamitan kasama ang hawakan ng pinto, banyo, pasilidad ng paghugas ng kamay, pulpits at podium, kahon ng donasyon, altar, at likmuan at lugar ng upuan.
- Magtatag ng madalas na paglinis at pagdisinpekta ng personal na lugar tulad ng lamesa at mga cubicles at supay na kinakailangan sa paglinis ng produkto. Magbigay ng oras sa mga manggagawa na magimplementa ng pagsasanay sa panlinis sa kanilang trabaho. Magtalaga ng paglilinis sa oras ng pagtrabaho bilang bahagi ng tungkulin ng manggagawa.
- Huwag udyukin ang ipinamamahagi na bagay na ginagamit sa pagsamba at serbisyo (tulad ng libro ng panalangin, cushions, alpombra sa panalangin, atbp.) kung maaari at magbigay ng isang-beses na paggamit o digital na kopya o hilingin ang mga nagtitipon-tipon na magdala ng personal na kagamitan. Iwasan ang

nagpapamahagi sa trabaho ng kagamitan at mga suplay, tulad ng telepono, kagamitan sa opisina, kompyuter, atbp, kung maaari. Huwag na huwag makibahagi ng PPE.

- Kung may mga bagay na naipamahagi, magdisnepekta sa pagitan ng trabaho o paggamit, kung alin ang mas madalas, kasama ang sumusunod: pakikibahagi ng kagamitan sa opisina (copiers, fax machines, printers, telefonos, keyboards, staplers, atbp.) at mga bagay sa pagsamba, atbp., nang mas malinis na nararapat na ibabaw .
- Siguraduhin ang paglilinis sa pasilidad na manatiling tumatakbo at mag-ibbak ng mga bagay at magbigay ng karadagang sabon, paper towels, at hand sanitizer kung kinakailangan. Isaalang-alang ang madalas na paglinis at pagdisnepekta sa mga pasilidad ng paghugas ng kamay na ginagamit nang madalas. Gumamit ng sinyales para mapaalala ang paghugas ng kamay.
- Linisan ang mga mikropono at stands, music stands, instrumento at ibang bagay sa pulpits at podium sa pagitan ng bawat paggamit. Konsultahin ang tagagawa ng mga kagamitan upang malaman ang nararapat na hakbang sa pagdisnepekta, partikular ang malambot, butasbutas na ibabaw tulad ng foam mufflers.
- Kondiserahin ang itinatapon ng mga pantakip sa upuan para sa mga nagtitipon-tipon/bisita, partikular ang mga butas-butis na ibabaw o kung saan ang pasilidad ay may maraming mga serbisyo araw-araw. Itapon at palitan ang mga pantakip ng upuan sa pagitan ng bawat paggamit. Magbigay ng itinatapon o nalalabhan na pantakip sa unan na ginamit na upuan sa sahig at palitan/labhan ang mga ito sa bawat paggamit.
- Maglagay ng dispenser ng hand sanitizer , hindi hinahawakan kung maaari, at ang pasukan at lugar ng pakikisalamuha tulad ng silid ng pagpupulong, bulwagan, at elevator landings.
- Kapag pumipili ng kemikal na pagdisnepekta, ang mga establisimyento ay dapat gumamit ng aprubadong mga produkto laban sa COVID-19 sa [Ahensiya ng Proteksyon sa Kapaligiran Environmental Protection Agency \(EPA\)-naaprubahan](#) na listahan at sundin ang alituntunin sa produkto. Gumamit ng tatak ng pagdisnepekta upang maging epektibo laban sa umuusbong na viral pathogens, nahalong solusyon ng bleach sa sambahayan (5 kutsara kada galon ng tubig), o solusyon ng alkohol na may 70% na alkohol na nararapat sa ibabaw. Magbigay ng pagsasanay sa mga manggagawa na pinsala ng kemikal, direksyon ng tagagawa, kinakailangan sa bentilasyon, at kinakailangan ng Cal/OSHA para sa ligtas na paggamit. Ang mga manggagawa at boluntaryo na

gumagamit ng paglinis at pagdisinpekta ay dapat magsuot ng gloves o ibang kagamitan sa pagprotekta na kinakailangan base sa alituntunin ng produkto. Sundin ang [pamamaraan ng libre-sa-asthma na](#) paglilinis na rekomendado ng Deparatamento ng Pampublikong Kalusugan ng California at siguraduhin ang tamang bentilasyon.

- Labhan ang mga kagamitang pangrelihiyon at mga tela pagkatapos ng bawat serbisyo o pista, sa pinakamataas na setting ng tubig kung maaari. Hilingin ang mga nagtitipon-tipon/bisita na magdala ng kanilang sarilang imbakan na bag para sa personal na kagamitan at sapatos. Ang mga manggagawa, nagtitipon-tipon, at mga bisita ay dapat magsuot ng gloves kapag hinahawakan ang ibang maruruming damit, sapatos, atbp.
- Itigil ang pagpapasa ng platong pang-abuloy at parehong mga bagay na pumupunta sa mga tao. Gumamit ng alternatibong mga opsyon ng pagbibigay tulad ng ligtas na drop boxes na hindi kinakailangan buksan/isara at maaring linisan at disinpektahin. Isaalang-alang ang sistemang digital na pinapayagan ang mga nagtitipon-tipon/bisita na magbigay ng abuloy nang hindi hinahawakan.
- Markahan ang mga palakaran sa pagitan ng mga espasyo na itinalaga para sa mga nagtitipon-tipon/bisita upang umupo/lumuhod upang ang mga tao ay hindi maglalakad sa mga tao na iinalagay ang ulo sa sahig.
- Sa pagpupulong at serbisyo, ipaalam ana preskong hangin sa labas, halimbawa pagbukas ng bintana/pinto (kapag pinayagan ng panahon) at sistema ng operasyo ng bentilasyon.
- Kung maaari, huwag linisan ang sahig sa pamamagitan ng pagwalis o ibang paraan na maaring ikalat ang mga pathogens sa hangin. Gumamit ng vacuum na may HEPA na filter kung maari.
- Isaalang-alang ang paglagay ng portable na mabuting panlinis sa hangin, pag-upgrade sa air filter ng gusali sa pinaka-epektibo kung maaari, at pagsagawa ng pagbabago upang mapabuti ang kalidad ng panlabas na hangin at bentilasyon sa lugar ng pasamba, opisina, at ibang mga espasyo.



## Mga Gabay sa Pisikal na Pagdistansiya

- Ang mga lugar ng pagsamba ay dapat magpatuloy na magbigay ng serbisyo sa pamamagitan ng alternatibong mga paraan tulad ng pamamagitan ng live na internet at/o narekord na streaming, telepono, drive-in, atbp.) kung maaari.
- Isaalang-alang ang personal na pagpupulong at pagbigay ng

personal na serbisyo sa labas kung maaari.

- Implementahin ang mga hakbang upang siguraduhin ang pisikal na pagdistansiya ng anim na talapakan ang pagitan sa manggagawa at nagtitipon-tipon/bisita, atbp. Kasama dito ang paggamit ng pisikal na partisyon o biswal a marka (e.g., marka sa sahig o likmuan o sinyales upang magbigay ng indikasyon kung saan uupo at tatayo ang mga tao). Ayusin ang upuan at tayuan upang mapanatili ang pisikal na pagdistansiya ng anim na pulgada sa pagitan ng mga nagtitipon-tipon/bisita mula sa ibat-ibang sambahayan. Isaalang-alang ang paglimita sa pag-uupo sa magkabilaan na hanay. Ang mga magkaparehong sambahayan ay maaaring umupo nang sama-sama ngunit panatilihin ang anim na pulgada na distansiya mula sa ibang sambahayan.
- Isalang-alang ang pagbigay sa manggagawa ng tulong upang makatulong sa mga tao na panatilihin ang pagdistansiya sa mga aktibidad.
- Iklian ang mga serbisyo upang limitahin ang haba ng oras ng pagtitipon-tipon/bisita na nasa pasilidad kung maaari. Kasama dito ang paglimita sa talumpati, hilingin sa mga nagtitipon-tipon/bisita na maglagay ng kasuutan bago umalis sa tahanan, atbp etc.
- Magsara ng mga lugar ng pagsamba para sa panlabas na bisitasyon ng mga nakaiskedyul na serbisyo, pagpupulong, atbp, kung maaari.
- Isaalang-alang ang pagpapatupad ng sistema ng reserbasyon na limitahin ang numero ng pagtitipon-tipon/bisita na dumadalo sa pasilidad. Maaaring kasama dito ang paggamit ng digital platforms o ibang uri ng kagamitan.
- Udyukin ang mga nagtitipon-tipon/bisita na magpulong sa parehong grupo, partikular kapag ang mga serbisyo ay madalas na nagpupulong at/o kinakailangan ang ilang numero ng tao na nandoon. Ito ay maaaring makabawas sa pagkalat ng transmisyong pamamagitan ng pagbawas sa numero ng ibat-ibang mga indibidwal na may malapitang pakikisalamuha sa isa't-isa.
- Konsiderahin ang karagdagang oras ng pagpupulong (kada araw o kada linggo) upang mas maliit na mga bisita ay maarig dumalo sa pagpupulong at serbisyo ng panahon na iyon. Linisan ang lugar ng pagpupulong sa bawat paggamit na nalarawan sa gabay na ito.
- Itigil ang malalaking pagtitipon na naguudyok sa mga nagtitipon-tipon/bisita na maglakbay at maputol ang pisikal na distansiya na aktibidad, tulad ng mga konsyerto, malalaking pista at selebrasyon

sa buhay at paggunita.

- Ang mga bata ay dapat manatili sa pangangalaga sa kanilang sambahayan at huwag makisalamuha sa mga bata ng ibang mga prtido sa anumang oras habang bumibista sa pasilidad. Isarado ang mga palaruan at itigil ang mga aktibidad at serbisyo sa mga bata na kung saan ang pisikal na pagdistansiya ay hindi maaaring gawin.
- Udyukin ang nagtitipon-tipon/bista na piskal na pagdistansiya sa kanilang sarili mula sa labas na sambahayan, iwasan ang pag-alis sa pasilidad kung hindi mabuti ang pakiramdam.
- Konsiderahin ang paglimita sa paghawak ng layunin ng relihiyon tulad ng paghawak sa kamay, sa miyembro ng parehong sambahayan.
- Magtalaga ng mga manggagawa na direkta sa mga bisita sa silid ng pagpupulong sa pagpasok sa mga lugar ng pagsamba kaysa sa magtipon sa mga bulwagan o karaniwang lugar. Konsiderahin ang pag-usher upang makatulong sa mga tao na hanapin ang lugar na upuan at tayuan na may anin ma talampakan ang pagitan mula sa ibang bisita/sambahayan na grupo. Hilingin ang mga nagtitipon-tipon na dumating at umalis sa isang grupo upang maiwasan ang pagdagsa ng tao nang sabay-sabay. Salubungin at magpalam sa mga nagtitipon-tipon/bista mula sa altar, podyum, silid ng pagpupulong, atbp. sa isang maayos na paraan upang mapanatili ang pisikal na pagdistansiya at maiwasan ang pagdagsa ng mga tao nang sabay-sabay, kung maaari.
- I-prop o hawakan ang mga pintuan sa panahon na maaraming tao kapag ang nagtitipon-tipon/bista ay pumapasok at lumalabas sa pasilidad, kung maaari alinsunod sa seguridad at kaligtasan na protocols.
- Isara o restriktahin ang mga karaniwang lugar, tulad ng break rooms, kitchenettes, foyers, atbp, kung saan ang mga tao ay maaaring magsama-sama at makisalamuha. Konsiderahin ang paglagay ng mga balakid o paigtingin ang pisikal na pagdistansiya sa pagitan ng mga mesa/upuan kung may patuloy na paggamit ng mga lugar.
- Alisin ang serbisyo o maghanap ng mababang pakikisalamuha sa komunidad na alternatibo para sa pinagsama/ relihiyon na mga lalagyanan ng tubig tulad ng fonts, lababo, at mga vessels. Itapon at palitan ang tubig sa pagitan ng bawat paggamit. Kung saan may posibilidad na may contaminant splash, ang mga manggagawa, nagtitipo-tipon, bisita, atbp., ay inuudyok na gumamit ng mga kagamitan na protekta ng kanling mata, ilong at bibig gamit ang pantakip sa mukha, salamin na pamprotekta, at/o face shields. Ang mga maaaring gamitin na kagamitang pamproteksyon ay dapat

madisinpektahan nang tama sa pagitan ng bawat paggagamit.

- Kapag ang paghuhugas ay kinakailangan na aktibidad, palitan ang mga pagsasanay kung maaari upang malimita ang pagtilamsik at ang pangangailangan na malinis at madisinpekatshan ang pasilidad ng paghugas. Udyukin ang paghugas na maisagawa sa tahanan bago pumasok sa pasilidad, kung maaari.
- Ayusin ang mga podium at lugar ng speaker areas, espasyo ng opisna, silid ng pagpupulong, silid ng kumperensiya, atbp, upang payagan g anim na talampakan ang pagitan sa mga tao.
- Magtatag ng direksyonal sa bulwagan at mga daanan para sa trapik, kung maaari, at magtalaga ng hiwalay na rota para sa pagpasok at paglabas sa mga silid ng pagpupulong, opisina, atbp, upang manatili ang pisikal na pagdistansiya at mabawasan ang malapitang pakikisalamuha sa iba.
- Limitahin ang numero ng mga indibidwal sa sumasakay sa isang elevator. Maglagay ng sinyales tungkol sa mga alituntunin na ito.
- Gamitin ang mga pagsasanay, kung maaari at kinakailangan, upang malimitahan ang numero ng mga manggagawa at pagtitipon-tipon/bisita sa opisina, espasyo sa pagpupulong, atbp ng sabayan. Kasama dito ang pag-iskedyul (e.g. staggering na pagumpisa/katapusan na oras), pagtatag ng alternatibong araw para sa pag-uulat sa sityo, pagbalik sa lugar ng pagsamba na antas, o patuloy na paggamit ng telework kung maaari.
- Konsiderahin ang paghandog sa mga manggagawa at boluntaryo na humihiling ng bagong opsyon sa tungkulin na bawasan ang kanilang pakikisalamuha sa mga nagtitipon-tipon/bisita at ibang manggagawa (e.g., tungkulin sa opisna kaysa sa pagtrabaho sa isang usher o pamamahala ng administratibong pangangailangan sa pamamagitan ng telework).
- I-stagger ang mga break ng mga manggagawa , alinsunod sa sweldo at oras ng regulasyon, upang panatilihin ang protocol ng pisikal na pagdistansiya.
- Itigil ang hindi mahalagang paglakbay at udyukin ang pagpupulong nang malayuan sa pammagitan ng telpono at internet.
- Isara ang pansariling-serbisyo na seleksyon na bagay tulad ng pampleta na nakadisplay at magbigay ng mga bagay na ito sa mga nagtitipon-tipon/bisita nang indibidwal kung kinakailangan. Konsiderhin ang pagdeliver ng mga bagy at impormasyon ng elektroniko.
- Konsiderain ang paglimita sa numero ng mga tao na gumagamit ng



banyo para sa pisikal na pagdistansiya.

- Iwasan ang mga manggaawa, nagtitipon-tipon, bista, atbp. sa pagsagawa ng pakikipag-kamayan, pagyapos, at parehong pagbati na tumitigil sa pisikal na pagdistansiya. Magsagawa ng risonableng mga hakbang upang ipaala ang mga tao na kumaway o gumamit ng ibang pagbati.
- Muling ayusin ang parадahan upang malimitahan ang pagsasama-sama sa isang lugar at siguraduhin ang tamang separasyon (e.g., pagsara sa bawat isang espasyo). Kung nagsasagawa ng serbisyong drive-in, siguraduhin na ang bintana at pintuan ng sasakyan ay nakasardo sa loob ng anim na talapmakan ang distansiya kung maaari sa ibang sasakyan.
- Ituloy ang suporta sa non-person na pagdalo na serbisyo at ibang serbisyo kaugnay sa mga aktibidad sa mga tao na mahina sa COVID-19 kasama ng mga nakatatandang mga adulto at mga co-morbidities.



## Konsiderasyon sa Mga lugar ng Lugar ng Pagsamba

- Itigil ang paghandog ng pansariling serbisyong pagkain at inumin. Huwag magsagawa ng potlucks o parehong mga istilo ng pagkain ng pamilya at paginom na maaaring makadagdag sa panganib ng kros kontaminasyon. Kung kinakailangan na maibigay ang pagkain at inumin, ang mga ibinibigay na bagay ay isang-serbisyo lamang, itapon ang lalagyanan kung maaari ang mga manggagawa o boluntaryo na nagbibigay ng pagkain ay dapat maghugas ng kanilang mga kamay nang madalas at gumamit ng itinatapon na gloves.
- Itigil ang pagkanta (sa mga rehearsals, serbisyo, atbp.), pag-awit, at ibang pagsasanay at gawain na may mataas na transmisyon ng kontaminadong nailabas na tilamsik droplets. Isaalang-alang ang pagsasanay ng mga aktibidad sa alternatibog paraan (tulad ng internet streaming) na ang mga indibidwal na miyembro ng pagtitipon ay nagsasagawa ng mga aktibidad na ito nang hiwalay sa kanilang tahanan.
- Konsiderahin ang pagbago sa mga pagsasanay na tiyak sa partikular na tradisyon sa paniniwala na maaaring magkalat ng COVID-19. Halimbawa ay ang pagtigil sa paghalik sa mga ritwal na bagay, pagpayag sa mga ritwal na maisagawa ng mas maliit na tao, iwasan ang paggamit ng karaniwang baso, pagbigay ng communion sa kamay hindi sa dila, pagbigay ng pre-packed na communion na bagay sa



upuan bago ang serbisyo, atbp., alinsunod sa [gabay ng CDC](#).



## Mga Konsiderasyon sa mga Burol

- Konsiderahin ang pagbawas sa kapasidad ng bisita at gumiray-giray na oras ng pagbisita sa mga burol, namatayan, atbp, kung maaari. Sundin lahat ng mga hakbang sa paglinis at pagdisinpekta na inilarawan sa gabay na ito. Kung maaari, ipaalaa ang mga bisita na panatilihin ang pisikal na pagdistansiya mula sa iba, mula sa mga manggagawa at boluntaryo, at mula sa namatay.
- Isaalang-alang ang pagbabago sa pangrelihiyon at kultural na pagsasanay kapag naghuhugas o binabalutan ang katawan ng namatay sa COVID-19, alinsunod sa gabay mula sa [CDPH](#) at ang [CDC](#). Kung ang paghugas sa katawan o pagbalot sa katawan a mahalaga ng relihiyon o kultural na pagsasanay, makibaka sa isang tauhan ng funeral home at mga pamilya upang maiwasan ang pagkalantad kung maari. Lahat ng mga taong nakikilahok sa mga aktibidad na ito ay kailangan na magsuot ng itinatapong gloves at may mga pagtalsik ng likido, ang mga tao ay kailangan na gumamit ng karagdagang kagamitan kasama ang proteksyon sa kanilang mata, ilong, at bibig, tulad ng face shields.
- Konsultahin at sumunod sa lokal na gabay tungkol sa paglimita sa laki ng pagtitipon-tipon, paglalakbay, pagsagawa ng burol para sa namatay sa COVID-19, atbp.
- Isaalang-alang ang ibang rekomendasyon at pagbabago ng serbisyo kaugnay sa mga lugar ng pagsamba na nailahad sa itaas, na nalalapad sa serbsiyong pagburol.

---

1 Karagdagang mga pangangailangan ay dapat isaalang-alang para sa mahinang populasyon. Ang mga lugar ng pagsamba ay kailangan sumunod sa lahat ng [Cal/OSHA](#) na pamatayan at kailangan nakahanda na sumunod sa gabay na ito ay pati na rin ang gabay mula sa [Sentro ng Pagkontrol o Pag-iwas sa Sakit o Centers for Disease Control and Prevention \(CDC\)](#) at ang [Departamento ng Pamublikong Pangkalusugan ng California o California Department of Public Health \(CDPH\)](#). Bukod dito, ang lugar na pagsamba ay kailangan nakahanda na baguhin ang kanilang pamamahala sa binago na gabay.

