

INCREASE

PHILIPPINES: INCREASING THE RESILIENCE TO NATURAL HAZARDS

Public Health Standards Para sa Paaralan

Ang pag-aaral sa bahay ay maaaring gawin kung posible.

Kung hindi posible magkaroon ng hindi bababa sa isang metrong layo mula sa ibang tao.



Maglaan ng sapat na supply ng tisyu at sabon sa lugar na madaling makuha, at mga basurahan na hindi kinakailangang hawakan.



Sa pagpasok sa paaralan, ipa-check ang sarili sa naka-assign na tao para malaman kung may mga sintomas ng sakit.



Linisin ang mga surfaces at mga bagay na madalas na hinahawakan at ginagamit ng lahat.



Lahat ay inaasahang magsuot ng mask.

Kailangang isuot ang personal protective equipment ng school personnel gaya ng security guards, maintenance crew, at mga tumatao sa kantina.



Iwasan ang mga aktibidad na magiging sanhi ng malapitang pakikisalamuha at pagtitipon ng malaking bilang ng mga mag-aaral at staff.



Turuan ang mga mag-aaral at mga empleyado ng tamang paghuhugas ng kamay, physical distancing at iba pang preventive measures.

Isama ang oras ng paghuhugas ng kamay sa schedule ng mga mag-aaral.



Sinumang magkaroon ng sintomas sa paaralan ay dapat na agad i-isolate at i-refer sa healthcare provider ng paaralan para sa tamang pangangalaga.



Department of Health emergency hotlines:
02-894-COVID (02-894-26843) at 1555

Source: Department of Health (<https://covid19.healthphilippines.ph/faqs/>)



care



INCREASE

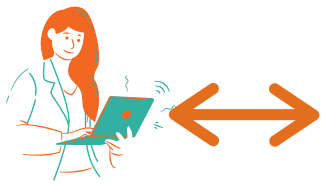
PHILIPPINES: INCREASING THE RESILIENCE TO NATURAL HAZARDS

Public Health Standards para sa mga Opisina

Para sa mga Manggagawa



Ang pagtatrabaho sa bahay ay maaaring gawin kung posible.



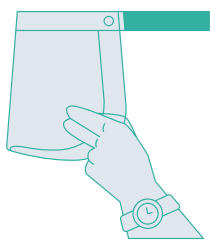
Kung hindi posible, sundin ang tamang physical distancing. Magkaroon ng hindi bababa sa isang metrong layo mula sa mga katrabaho.



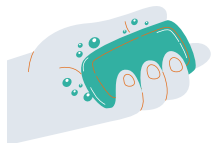
Sa pag time-in, ipa-check ang sarili para sa mga sintomas.



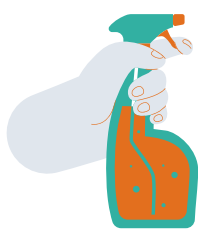
Magsuot ng facemask sa lahat ng oras.



Para sa mga empleyadong nagbibigay serbisyo bilang frontliner (receiving sections, customer relation, information units) gumamit ng karagdagang personal protective equipment gaya ng face shield, mask, at gloves.



Palaging maghugas ng kamay o kaya gumamit ng sanitizer na may 70% alcohol.



Iwasan ang panghihiram ng mga gamit pang-opisina kung posible. I-disinfect ng 70% alcohol ang laging ginagamit na mga bagay.



Takpan ang ilong at bibig kung uubo o babahing gamit ang tisyu o siko. Agad na itapon ang ginamit na tisyu sa basurahang may takip at maghugas ng kamay.

Para sa mga Employers

Maglaan ng pamamaraan para masuri ang mga empleyado sa anumang sintomas bago sila pumasok sa lugar ng trabaho.

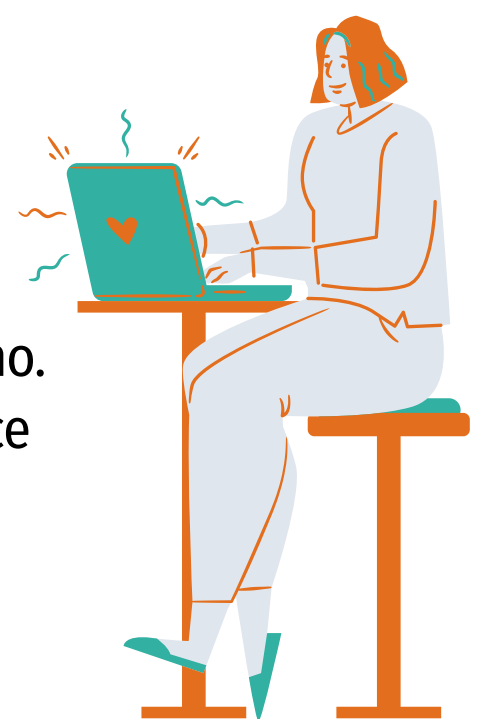
Panatilihin ang maayos na bentilasyon. Magbukas ng bintana kung maaari at/o gumamit ng electric fan.

Linisin nang madalas ang mga surfaces at kapaligiran na madalas ginagamit ng lahat.

Gumawa ng dispenser na may alcohol-based hand rubs at ilagay sa mga pampublikong lugar.

I-disinfect ang sahig at mga kuwarto gamit ang bleach.

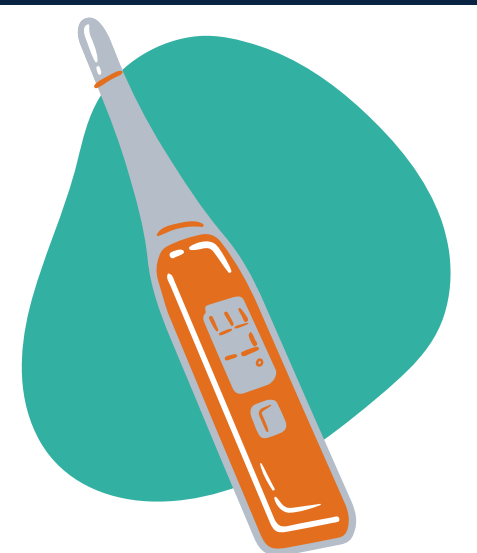
Kanselahin ang malakihang pagtitipon sa lugar ng trabaho. Maaaring mag-teleconference para sa pagpupulong.



Tandaan:

Ang mga empleyadong may sintomas ay hindi na dapat papasukin sa trabaho.

Ang empleyadong biglang nagkaroon ng sintomas sa lugar ng trabaho ay dapat na agad i-isolate at i-refer sa healthcare provider ng kumpanya para sa tamang pangangalaga



INCREASE

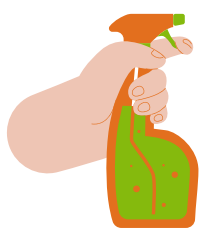
PHILIPPINES: INCREASING THE RESILIENCE TO NATURAL HAZARDS

Public Health Standards para sa mga Pamilihan

Para sa mga Tagapamahala



Siguruhing mayroong istasyon para sa paghuhugas ng kamay o may mga hand sanitizer na maaaring gamitin ng lahat ng customer.



I-disinfect ang sahig at mga istante araw-araw o mas madalas pa kung posible.



Magbigay ng anunsyo tungkol sa mga paraan kung paano makakaiwas sa sakit gamit ang public service announcement.



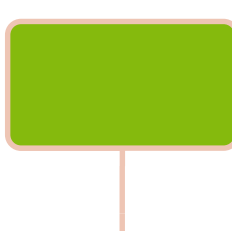
Gumawa ng kautusan na dapat magsuot ng personal protective equipment (PPE) ang mga nag-aasikaso ng pagkain, mga naka-assign sa check-out counter, at mga tagalinis. Maglaan ng naaayon na PPE.



Magtakda kung ilan lamang ang bilang na maaaring pumasok sa loob ng grocery o palengke.



Limitahan ang bilang ng dami ng mga pagkaing nakalagay sa mga istante na maaaring ma-expose sa mga pag-ubo at pagbahing.



Maglaan ng malaki at madaling makitang karatula sa mga partikular na lugar kung saan makikita ang mga item. Makatutulong itong makita agad ng mga mamimili ang kanilang kailangan.

Para sa mga Mamimili

Sa pagpasok sa grocery o palengke, magpahid ng alcohol-based sanitizer na nakalaan.

Palaging magsuot ng mask habang namimili. Kapag nasa palengke, lakasan ang boses habang namimili o nakikipagtawaran upang marinig ng nagtitinda. Huwag tanggalin ang iyong mask.

Iwasan ang paghawak sa counter o anumang mga bagay sa loob ng grocery o palengke kung hindi kinakailangan.

Hawakan lamang ang mga bagay na siguradong bibilhin. Iwasan ang pagpapalit ng mga pinili at nailagay mo na sa iyong basket.

I-disinfect ang mga napamili gamit ang alcohol o 0.5% bleach solution at hugasan naman ang mga sariwang pagkain sa dumadaloy na tubig bago ito itago.

Agad na hugasan ang mga magagamit pang mga lagayan sa pamimili.

Limitahan ang iyong paglabas. Planuhin ang listahan ng bibilhin bago pumunta sa grocery o palengke.

Tingnan ang distansya. Sundin ang mga marka sa sahig sa check-out counter/ cashier/ booth/ stall.



SOURCE: DEPARTMENT OF HEALTH (<https://covid19.healthphilipinas.ph/faqs/>)



care®

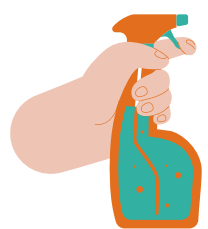


INCREASE

PHILIPPINES: INCREASING THE RESILIENCE TO NATURAL HAZARDS

Public Health Standards para sa Transportasyon

Para sa mga Transport Operators



Isagawa ang wastong paglilinis at pag-disinfect sa tuwing matatapos ang bawat byahe.



Bigyan ng atensyon ang mga surfaces na madalas hawakan ng pasahero maging ang mga hawakan at mga pindutan.



Panatilihin ang maayos na sistema ng bentilasyon.



Maglaan ng alcohol, sanitizer, tisyu, at basurahan para sa mga pasahero sa labasan at pasukan.



Kung kinakailangang magtrabaho ng nakaharap sa mga tao, ang mga barker at kundoktor, kasama ang mga drayber ay dapat na paglaanan ng alcohol at face mask.



Gumawa ng marka sa sahig o sa mga upuan na magsisilbing gabay ng mga pasahero sa kanilang distansya sa isa't isa.



Iwasan ang magsakay ng sobrang pasahero.



Ikunsidera ang pagbabago ng daanan ng mga pasahero kung saan sila papasok o lalabas.



Ikunsidera ang pagkakaroon ng kahon na lagayan ng pera upang malimitahan ang paghawak sa pera.

Para sa mga Pasahero

Magdala at gumamit ng hand sanitizer pagkatapos humawak sa mga pampublikong kagamitan, at humawak lamang sa mga ito kung talagang kinakailangan.

Magsuot ng facemask at iwasan ang paghawak sa mukha habang nasa biyahe.

Kung kaya, load-an ang iyong travel card online o sa pamamagitan ng app upang makaiwas sa mga self-service machine o ticket counters.

Gumamit ng tisyu (o ng iyong siko) kung uubo o babahing. Gamitin ang tisyu bilang pananggalang sa lahat ng kailangan mong hawakan sa sasakyan. Agad na itapon sa basurahan pagkatapos gamitin at agad ding maghugas ng kamay.

Kung posible, magkaroon ng ligtas na distansya mula sa ibang pasahero.

I-report ang overcrowding o pag-iipon ng mga pampublikong transportasyon kasama ang mga bus at tren.

Kung masama ang pakiramdam, huwag sumakay sa pampublikong transportasyon. Ngunit kung ikaw ay may sakit at kinakailangang magbyahe, gawin sa oras na walang masyadong tao bumibiyahe at magsuot ng mask.

SOURCE: Department of Health (<https://covid19.healthphilippines.ph/faqs/>)

