

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

9/02/20: Binago para isalamin ang Blueprint ng Estado para sa isang Mas Ligtas na Ekonomiya, ang Setyembre 2, 2020 na Utos ng Opisyal ng Kalusugan, at nabago na mga Protokol sa Muling Pagbubukas. Kabilang ang bagong impormasyon tungkol sa limitadong pagbubukas muli ng mga panloob na serbisyo sa mga barberya at salon ng buhok, mga allowance para sa limitadong personal na pagtuturo sa mga paaralan para tugunan ang mga pangangailangan ng mga mag-aaral na nangangailangan ng mga suporta at serbisyo, at pagsasanay at tagubilin para sa kinakailangang trabahador sa mga kolehiyo at unibersidad.

9/13/20: Mangyaring tingnan ang maliliit na update sa listahan ng mga halimbawa ng pagtitipon na hindi pinapayagan at sa mga impormasyon tungkol sa paggamit ng mga pantakip ng mukha (face coverings) sa mga restawran.

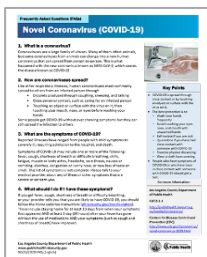
Manatiling Napapanahon sa mga Pinakabagong Impormasyon!

Ang Madalas na mga Katanungan (FAQ) na ito ay tinutugunan ang mga katanungan na maaaring mayroon ka tungkol sa *Mas Ligtas na Muling Pagbubukas sa Trabaho at sa Komunidad para sa Pagkontrol ng COVID-19 na Utos ng Opisyal ng Kalusugan*. Para sa mas kumpleto at pinaka-kasalukuyang impormasyon, mangyaring i-review ang pinakabagong bersyon ng Utos, na nakapaskil sa COVID-19 website ng Pampublikong Kalusugan sa <http://publichealth.lacounty.gov/Coronavirus/>.

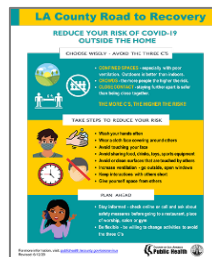
Ang *Mas Ligtas na Muling Pagbubukas sa Trabaho at sa Komunidad para sa Pagkontrol ng COVID-19* na Utos ay isang Utos ng Opisyal ng Kalusugan na isinaayos para pabagalin ang pagkalat ng COVID-19 at protektahan ang mga miyembro ng ating komunidad. Ang Utos:

- Ay pinapayagan ang maraming mga negosyo at pampublikong lugar na magbukas, hangga't sila ay sumusunod sa mga gabay para tumulong pigilin ang COVID-19.
- Ay inaatasan ang mga adulto at mga bata na dalawang taong gulang at mas matanda pa na gumamit ng mga [telang pantakip ng mukha*](#) kapag sila ay nakikisalamuha, o malamang na makisalamuha, sa mga taong labas sa kanilang tahanan maliban kung sila ay inutusan ng kanilang medikal na tagapagbigay (medical provider) na huwag magsuot nito.
- Ay inaatasan ang lahat ng mga residente na manatili sa bahay hangga't praktikal at limitahan ang kanilang pakikisalamuha/contact sa mga tao na hindi bahagi ng kanilang sambahayan.
- Ay mariing inirerekomenda na ang mga taong nasa mataas na panganib ng malubhang sakit mula sa COVID-19 ay aalis lamang ng kanilang bahay para lamang sa mga pangangailangan.

Ang Madalas na mga Katanungan (FAQ) na ito ay may impormasyon tungkol sa Utos at kung paano ito maaaring makaapekto sa iyong araw-araw na buhay. Upang higit na matutunan ang tungkol sa COVID-19, kung paano protektahan ang iyong sarili, at kung anong mga lugar ang bukas sa LA County, bisitahin:



[COVID-19 Madalas na mga Katanungan](#)



[Maging Matalino sa Pagpili-Bawasan ang Iyong Panganib ng COVID-19 sa Labas ng Bahay](#)



[Ano ang Bukas sa Los Angeles County](#)

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

I-click ang mga link sa ibaba para pumunta sa paksa na gusto mong higit na matutunan.

PLANO NG PAGBANGON (RECOVERY PLAN)	2
UTOS NG OPISYAL NG KALUSUGAN.....	3
Panlipunang (Pisikal) Pagdistansya at Pagkontrol ng Impeksyon	4
Mga Pangangailangan ng Sambahayan at sa Personal na Pangangalaga	5
Trabaho/Empleyo.....	6
Paaralan, Pangangalagang Pambata o Childcare, Mga Kampo at Pagkakatuto.....	7
Pangangalagang Pangkalusugan (Healthcare)	9
Pamimili at mga Restawran.....	10
Nakabatay sa Pananampalataya/Relihiyoso na mga Serbisyo.....	10
Mga Pagtitipon at Kaganapan	11
Pagbibigay-alaga (Caregiving)	12
Pabahay at Kaligtasan	12
Mga Legal at Sibikong Aktibidad	13
Fitness, Paglilibang, at Pag-aaliw.....	14
Paglalakbay.....	16
MATUTO NG HIGIT PA	17

PLANO NG PAGBANGON (RECOVERY PLAN)

• Anong plano para sa muling pagbubukas ng Los Angeles County ?

Ang Los Angeles County ay inihanay ang kanyang mga plano para sa muling pagbubukas ng County sa bagong blueprint ng California para sa pagbawas ng COVID-19, na kinabibilangan ng binagong pamantayan na gagamitin para tukuyin kung anong mga aktibidad o sektor ang maaaring muling buksan sa mga county ng California. Sa ilalim ng [Blueprint para sa isang Mas Ligtas na Ekonomiya](#), ang bawat county ay itinalaga sa isang Tier batay sa kung gaano ito kahusay sa pagganap sa isang hanay ng mga hakbang na nauugnay sa transmisyong sa komunidad ng COVID-19. Ang Tier kung saan tayo ay itinalaga ay tutukuyin kung anong mga uri ng aktibidad at sektor ang maaaring isaalang-alang na muling buksan ng Los Angeles County. Habang tayo ay kumikilos sa pagbangon, isasaalang-alang ng Pampublikong Kalusugan ang mga lokal na kondisyon at pangangailangan ng komunidad kapag gumagawa ng mga rekomendasyon sa Lupon ng mga Tagapamahala (Board of Supervisors) tungkol sa kailan at paano muling bubuksan nang ligtas ang iba't ibang sektor, kapag pinayagan ng Estado.

• Sa Aling Tier ang Los Angeles County?

Noong inilabas ng Estado ang kanyang [Blueprint para sa isang Mas Ligtas na Ekonomiya](#) noong Agosto 28, 2020, ang Los Angeles County ay nasa Tier 1, nangangahulugan na nagkaroon ng malawakang transmisyong ng COVID-19 sa county. Bisitahin ang <https://covid19.ca.gov/safer-economy/> para matutunan kung aling Tier kasalukuyang nakatalaga ang Los Angeles County.

• Gaano kabilis tayong kikilos sa proseso ng muling pagbubukas?

Ang Los Angeles County ay hindi makakakilos sa proseso ng pagbangon nang mas mabilis sa kung ano ang pinapayagan ng Estado sa ilalim ng kanyang [Blueprint para sa isang Mas Ligtas na Ekonomiya](#). Tayo ay itinalaga sa isang Tier batay sa rate ng transmisyong sa komunidad ng COVID-19 at ang Tier ay tumutukoy sa kung anong uri ng mga sektor ang maaari nating isaalang-alang na buksan. Mananatili tayo sa kasalukuyang Tier hanggang ating

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

matugunan ang pamantayan ng Estado para kumilos sa susunod. Kung ating matutugunan ang mga pamantayang ito sa hindi bababa sa dalawang magkasunod na linggo at nasa kasalukuyang Tier sa hindi bababa sa tatlong linggo, tayo ay makakakilos sa susunod na Tier. Ang County sa kalaunan ay maaaring magpasya kung muling bubuksan ang lahat ng mga sektor na pinahihintulutan ng Estado para Tier na iyon o pabagalin ang bilis, batay sa mga lokal na kondisyon at pangangailangan. Ang ating layunin ay tiyakin na patuloy nating napapabagal ang pagkalat ng COVID-19 at pigilan ang isang biglaang pagtaas ng mga kaso sa mga pasilidad ng pangangalagang pangkalusugan, habang pinahihintulutan ang isang unti-unti at ligtas na pagbabalik ng ilang aktibidad sa labas ng bahay. Ang mga layuning ito ay gagabay sa mga rekomendasyon sa Lupon ng mga Tagapamahala (Board of Supervisors) tungkol sa kung ano at kailan na muling magbubukas.

• **Ano ang magagawa ng publiko para mapabilis ang proseso sa pagbangon ng Los Angeles County?**

Ang pasulong na landas ng Los Angeles County para sa pagbangon ay depende sa atin kung magagawang mabawasan nang malaki ang transmisyon sa komunidad. Kung magagawa natin ito, maibabalik natin ang mga bata at guro sa mga silid-aralan at mas maraming tao ang makakabalik sa kanilang mga trabaho nang may higit na kaligtasan hangga't maaari. Ang mga negosyo, mga kasosyo sa komunidad, at mga residente ay masusuportahan ang lahat ng ito sa pamamagitan ng pagpapatuloy sa mga kasanayan na alam natin ay makakapigil sa pagkalat ng COVID-19: panlipunang (pisikal) pagdistansya, pagsusuot ng [mga telang pantakip ng mukha](#)* sa mga pampublikong setting (hal., mga tindahan ng groseri, trail, parke, tindahan ng tingi, at opisina), paghuhugas ng kanilang mga kamay, pagbubukod sa sarili kung may sakit, at pag-quarantine sa sarili kung sila ay naging malapitang nakasalamuha ng taong may COVID-19.

UTOS NG OPISYAL NG KALUSUGAN

• **Ano ang Mas Ligtas na Muling Pagbubukas sa Trabaho at sa Komunidad para sa Pagkontrol ng COVID-19 na Utos?**

Ang Mas Ligtas na Muling Pagbubukas sa Trabaho at sa Komunidad para sa Pagkontrol ng COVID-19 na Utos (Order) ay isang legal na utos na inilabas ng Opisyal ng Kalusugan ng Los Angeles County para pabagalin ang pagkalat ng COVID-19 at protektahan ang mga miyembro ng ating komunidad na pinakamahihina sa mga malubhang sakit dulot ng COVID-19. Ang Utos na ito ay alinsunod sa mga Utos ng Ehekutibo at mga Utos ng Opisyal ng Kalusugan para sa COVID-19 (California's COVID-19 Executive Orders and Health Officer Orders).

• **Ano ang mga uri ng mga negosyo, mga pampublikong espasyo, at mga aktibidad na bukas na sa Los Angeles County?**

Hangga't sila ay sumusunod sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at gabay sa pagkontrol ng impeksyon ng County, maraming mga uri ng mga negosyo, mga organisasyon, at mga pampublikong espasyo sa Los Angeles County ang maaaring maging bukas sa publiko at magpatuloy ng mga aktibidad. Ang mga halimbawa ay nakalista sa "[Anong Bukas sa Los Angeles County](#)." Ang buod (summary) na ito ay kasama rin ang mga link sa [Mga Protokol ng County](#), na binabalangkas (outline) ang mga hakbang na dapat na gawin ng mga negosyo, mga organisasyon at ang mga publiko para tumulong pabagalin ang pagkalat ng COVID-19.

• **Habang may bisa ang Utos, kailan ka puwedeng lumabas sa iyong bahay?**

Walang mga paghihigpit sa kung kailan maaaring lumabas ang mga indibidwal sa kanilang mga bahay, kung sila ay may suot na [telang pantakip ng mukha](#)* kapag sila ay malapit o maaaring maging malapit sa ibang mga tao at dumidistansya mula sa mga tao na hindi kasapi ng kanilang sambahayan. Gayunpaman, ang pagsama sa mga tao na hindi bahagi ng iyong sambahayan ay ilalagay ka sa panganib ng COVID-19, kaya't napakahalaga na manatili sa bahay hangga't maaari at iwasan ang lahat ng mga pagtitipon, sa anumang laki, kasama ang mga taong hindi bahagi ng iyong sambahayan.

Ang sumusunod na aktibidad ay pinapayagan, hangga't ikaw ay sumusunod sa mga kinakailangan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya:

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

- Paglahok sa mga aktibidad na mahalaga sa kalusugan at kaligtasan ng iyong sariling pamilya/mga miyembro ng sambahayan (kabilang ang mga alagang hayop), tulad ng pagpunta sa isang doktor o beterinaryo o pagkuha ng mga medikal na gamit o gamot.
- Pagkuha o pagpapadala ng mga kailangang serbisyo at gamit, tulad ng mga groseri, para sa iyong sarili, mga miyembro ng pamilya o sambahayan.
- Pag-alaga ng mga menor de edad, nakatatanda, mga taong umaasa sa kanila, mga taong may kapansanan, o iba pang mga taong mahihina.
- Pagtanggap ng personal (in-person) na suporta sa kalusugan ng pag-uugali (behavioral support) o karamdaman dala ng paggamit ng sangkap (substance use disorder support) sa mga pagpupulong ng maliit na grupo, tulad ng Hindi Nagpapakilala ang mga Alkoholiko o Narkotiko, o para tumanggap ng pagpapayong batay sa pananampalataya (faith-based counseling), hangga't may 10 o mas kaunti pang tao ang naroon.
- Magtrabaho sa isang negosyo na bukas o nagsasagawa ng Minimum na Pangunahing Operasyon sa isang negosyo na pansamantalang isinara ng Utos.
- Magtrabaho para sa, magboluntaryo sa, o kumuha ng mga serbisyo sa mga Operasyon ng Pangangalaga sa Kalusugan.
- Mag-akses sa mga Kinakailangang Panggobyernong (Essential Governmental) serbisyo, tulad ng pagkuha ng mga serbisyong panlipunan o pagsunod sa isang utos ng korte o sa pagpapatupad ng batas.
- Paglahok sa mga panlabas o malayuan na batay sa pananampalataya/pagsamba (faith-based/worship) na serbisyo.
- Paglahok sa mga tiyak na aktibidad ng paglilibang o pag-aaliw.
- Pamimili sa o pagpi-pick up ng mga produkto sa labas ng tindahan sa tingiang establisyemento (retail establishment).

Ang mga may edad na 65 taong gulang at mas matatanda pa at/o mga taong may natatagong kondisyong sa kalusugan ay dapat na umalis lamang ng bahay para sa mga kinakailangang aktibidad tulad ng pagkuha ng medikal na pangangalaga o pagkain, dahil sila ay mas malamang na magkaroon ng malubhang sakit mula sa COVID-19. Dapat silang manatili sa bahay hangga't maaari; ipapadala sa kanila ang mga groseri, mga gamot, at mga kinakailangang bagay; at tawagan agad ang kanilang tagapagbigay o provider kung sila ay mayroong mga banayad na sintomas. Ang Pamublikong Kalusugan ay mariing inirerekomenda na ang mga amo o employer ay alokan sila ng telework o iba pang mga tulong.

- **Gaano katagal may bisa ang Utos?**

Ang Utos na ito ay may bisa hanggang ito ay pinahahaba, pinalalawak, o binabago para protektahan ang kalusugan ng publiko.

- **Ang mga residente ba ng Los Angeles County ay dapat sumunod sa Mga Utos ng Los Angeles County at California?**

Ang lahat ng mga residente na naninirahan sa Hurisdiksyon ng Pamublikong Kalusugan ng Los Angeles County (lahat ng bahagi ng County maliban sa mga siyudad ng Long Beach at Pasadena), ay dapat na sumunod sa Utos ng LA County, na nahahanay sa Utos ng California. Ang mga siyudad ng Long Beach at Pasadena ay may mga sariling pamublikong kalusugan at ang mga residente at negosyo sa siyudad na iyon ay dapat na tingnan ang kanilang mga pamublikong kalusugan para sa gabay. Kung ang Utos ng LA County ay magkaiba sa isang utos ng Estado o Siyudad, ang mga residente ay dapat na sundin kung aling Utos ang mas mahigpit.

- **Anong mangyayari kung hindi ako sumusunod sa Utos?**

Ang Pamublikong Kalusugan ay nagtitiwala na ang mga residente ay boluntaryong susundin ang Utos para protektahan ang mga mahal sa buhay, iba pang mga residente, at ang ating komunidad. Gayunpaman, kung hindi

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

mo susundin ang Utos, maaari kang pagmultahin, makulong, o pareho.

Panlipunang (Pisikal) Pagdistansya at Pagkontrol ng Impeksyon

- **Anong mga hakbang para pigilin ang pagkalat ng COVID-19 ang dapat mong sundin?**

Ang COVID-19 ay maaaring kumalat kapag ang mga tao ay nasa malapitang pakikisalamuha o kapag sila ay humahawak sa isang bagay na may virus at pagkatapos ay hahawak sa kanilang mukha. Para pigilin ang pagkalat ng COVID-19, ikaw ay inaatasan na: (1) Manatili sa bahay hangga't praktikal; (2) Limitahan ang malapitang pakikisalamuha sa mga taong labas sa iyong sambahayan, maging ikaw man ay nasa loob o labas; (3) Magpanatili ng hindi bababa sa anim na talampakan na pisikal na pagdistansya mula sa mga indibidwal na hindi bahagi ng iyong sambahayan; (4) Hugasan ang iyong mga kamay ng madalas gamit ang sabon at tubig ng hindi bababa sa 20 segundo o gumamit ng hand sanitizer na naglalaman ng hindi bababa na 60% alkohol; (5) Magsuot ng [telang pantakip ng mukha*](#) na tumatakip sa parehong ilong at bibig ninyo sa anumang oras na umaalis ka ng iyong bahay at nakikisalamuha, o malamang na makisalamuha sa mga tao na hindi nakatira sa parehong sambahayan o tirahan maging ikaw ay nasa pampubliko o pribadong lugar o sa loob o labas (maliban kung may mga eksepsiyong naitala); at (6) Iwasan ang lahat ng pisikal na pakikihalubilo sa labas ng iyong sambahayan kapag ikaw ay may lagnat o ubo, maliban kung para sa kinakailangang medikal na pangangalaga. Suriin ang "[Matalinong Mamili- Bawasan ang Iyong Panganib ng COVID-19 sa Labas ng Bahay](#)" para matutunan ang tungkol sa iba pang mga bagay na maaari mong gawin para bawasan ang iyong panganib ng COVID-19 kapag ikaw ay nasa labas ng iyong bahay.

- **Kailangan mo bang isagawa ang panlipunang (pisikal) pagdistansya sa mga miyembro ng sambahayan at sa bahay?**

Hindi mo kailangan ang 6 na talampakan na layo mula sa mga taong kasama mong nakatira sa parehong sambahayan o tirahan. Gayunman kung ikaw ay may sakit, dapat kang manatili sa isang hiwalay na silid, mas mainam kung may sarili kang banyo, at bawasan ang pakikisalamuha sa ibang mga tao para maiwasang makahawa ng ibang mga tao sa bahay.

- **Maaari bang pumunta ang mga bisita sa iyong bahay?**

Hindi ka dapat magkaroon ng mga bisita, maliban sa mga tao na kailangang magkaloob ng mga kinakailangang serbisyo, gaya ng caregiving o pagkukumpuni. Ang mga bisitang ito ay hindi dapat pumasok kung sila ay may sakit at dapat na magsuot ng [telang pantakip ng mukha*](#) at nagsasagawa ng panlipunang (pisikal) pagdistansya, hangga't maaari, habang nasa iyong bahay. Isaalang-alang ang iba pang mga paraan para kumonekta sa pamilya at mga kaibigan, tulad ng pagtawag sa telepono o kumperensya ng video.

Mga Pangangailangan ng Sambahayan at sa Personal na Pangangalaga

- **Puwede ka bang bumili ng pagkain ng alagang hayop (pet food) o ipa-groom ang iyong alagang hayop?**

Oo. Puwede kang pumunta sa isang tindahan ng gamit ng alagang hayop para bumili ng mga gamit ng alagang hayop, at maaari mo ring ipa-groom ang iyong alagang hayop sa isang beteryaryong klinika, tindahan ng pagkain ng alagang hayop, o tindahan sa pag-groom ng alagang hayop. Ang mobile na pag-groom sa alagang hayop ay pinapayagan din. Manatiling 6 na talampakan ang layo mula sa mga tao na hindi bahagi ng iyong sambahayan at gumamit ng [telang pantakip ng mukha*](#).

- **Bukas ba ang mga pangangalakal ng kotse (car dealership)?**

Ang mga pangangalakal ng kotse ay maaaring buksan para sa mga pagkukumpuni, mga binebentang sasakyan, at pagpapakita sa showroom at internet kung sila ay sumusunod sa [mga kinakailangan sa panlipunang \(pisikal\) pagdistansya at pagkontrol ng impeksyon](#). Ang mga pagsusulit sa pamamaneho ay maaaring isagawa hangga't ang pangangalakal ay nililimitahan ang mga pasahero ng sasakyan sa iisang kostumer lamang habang nagsusulit sa pamamaneho, na ang empleyado ay nakaupo sa kasalungat na upuan sa likod, kapag naaangkop. Ang parehong

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

kostumer at empleyado ay dapat na magsuot ng [mga telang pantakip ng mukha*](#).

- **Bukas ba ang mga negosyo sa personal na pangangalaga?**

Ang mga barberya at salon ng buhok ay maaaring mag-alok sa 25% ng máximo na pag-okupa ng salón o tindahan ngunit hinihikayat na magpatuloy na mag-alok ng mga serbisyo sa labas hangga't maaari. Sa oras na ito, ang ibang mga serbisyo sa personal na pangangalaga (hal., mga salon ng kuko, mga salon sa pagta-tan, esthetician, pangangalaga sa balat, at mga serbisyo ng cosmetology; electrology, mga propesyonal sa sining ng katawan, mga parlor ng tattoo, at mga puwesto sa pagtusok; at terapewtika ng masahe sa mga hindi pangangalagang pangkalusugan na kapaligiran) ay hindi maaaring mag-alok ng mga serbisyo sa loob. Gayunpaman, kung ang ahensya ng gobyerno na nag-isyu sa kanila ng kanilang lisensya pinayagan ito, maaari silang mag-alok sa labas ng mga piling serbisyo. Ang mga parlor ng tattoo, microblading at permanenteng mga puwesto sa make-up at pagtusok ay hindi pinahihintulatang mag serbisyo sa labas. Mangyaring tumawag para kumpirmahin kung ang iba pang mga serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan ay iniaalok sa labas. Para sa anumang mga serbisyo na iyong natatanggap, magdala ng isang [telang pantakip ng mukha*](#), mas mainam na may mga panali sa tenga at isuot ito sa inyong pagbisita, maghintay sa inyong sasakyan hanggang sa oras ng tipanan ninyo, at mangyaring huwag magsama ng ibang mga tao sa inyong tipanan.

Trabaho/Empleyo

- **Maaari ka bang pumasok sa trabaho?**

Oo. Kung ikaw ay nagtatrabaho sa isang negosyo na pinayagang magbukas, maaari kang pumasok sa trabaho, hangga't ikaw ay sumusunod sa mga kinakailangan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pagkontrol ng impeksyon kapag ikaw ay naglalakbay papunta/mula sa trabaho at habang ikaw ay nasa trabaho. Panatilihin ang 6 na talampakan ang layo mula sa mga tao na hindi bahagi ng iyong sambahayan kung maaari at gumamit ng [telang pantakip ng mukha*](#) kung ikaw ay nasa, o malamang na, malapitang makasalamuha ang ibang mga tao. Para maging bukas, ang mga negosyo ay dapat na sumunod sa mga kinakailangan na may kaugnayan sa pagkontrol ng impeksyon at panlipunang (pisikal) pagdistansya. Tanungin ang iyong amo o employer tungkol sa mga paraan para mabawasan ang tiyansa na kumalat ang COVID-19, gaya ng muling pagsasaayos sa lugar ng trabaho upang pahintulutan ang mga empleyado na magpanatili ng ligtas na distansya mula sa iba pang mga empleyado at kostumer, alternatibong mga schedule sa trabaho, o pagtatrabaho mula sa bahay.

Tandaan sa oras na ito, dahil sa pinataas na panganib para sa pagkalat ng COVID-19, ang mga opisina na hindi tinukoy sa Utos bilang mga Kinakailangang Negosyo, Kinakailangang Imprastruktura, mga Operasyon ng Pangangalagang Pangkalusugan ay hindi maaaring magbukas para sa mga panloob na operasyon, maliban kung magsasagawa ng Minimum na Pangunahing Operasyon na tinukoy sa [Utos](#). Kung ang opisina ninyo ay sarado, tanungin ang iyong amo o employer kung maaari kang magtrabaho mula sa bahay hanggang ang mga kawani ay payagang makabalik sa opisina.

- **Maaari ka bang mag-apply para sa kawalan ng trabaho (unemployment) kung ikaw ay naapektuhan ng COVID-19?**

Kung ang iyong amo o employer ay binawasan ang iyong mga oras o isinara ang mga operasyon dahil sa COVID-19, maaari kang mag-file ng isang paghahabol para sa seguro dahil sa kawalan trabaho (a claim for unemployment insurance). Tingnan sa <https://www.edd.ca.gov/aboutedd/coronavirus-2019.htm>.

- **Kung kailangan mong manatili sa bahay dahil sa ikaw ay nasa quarantine o pagbubukod, anong uri ng bakasyon ng empleyado (employee leave) ang maaari mong kunin?**

Maaari mong magawang magamit ang [bayad na bakasyon sa pagkakasakit](#) o maghain ng [isang Disability Insurance \(DI\) claim](#). Suriin ang webpage ng [COVID-19 Mga Mapagkukunan at Kompensasyon ng mga Manggagawa](#) ng Kagawaran ng Ugnayang Pang-industriya ng California para sa higit pang impormasyon. Ang hindi bayad na bakasyon ay maaari ring magamit niyo sa pamamagitan ng California Family Rights Act. Suriin ang [COVID-19](#)

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

[website](#) ng Kagawaran ng Patas na Empleyo at Pabahay ng California para sa kanilang Madalas na mga Katanungan sa empleyo. Tingnan ang gabay ng Pamublikong Kalusugan tungkol sa bakasyon at mga benepisyo ng empleyado para sa higit pang impormasyon: <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/business/FAQ-WorkersRights.pdf>.

Paaralan, Pangangalagang Pambata o Childcare, Mga Kampong at Pagkakatuto

- **Maaari bang pumunta sa Pangangalagang Pambata ang iyong mga anak?**

Oo. Ang mga pasilidad ng pangangalagang pambata ay maaaring bukas, hangga't sila ay sumusunod sa mga kinakailangan na inilarawan sa Utos.

- Ang pangangalagang pambata ay dapat na isagawa sa mga hindi nagbabagong (stable) mga grupo, nangangahulugan na parehong mga bata sa parehong grupo sa bawat araw at hindi maaaring magpalipat-lipat mula sa isang grupo papunta sa isa pang grupo. Isa pa, may maximum na laki para sa bawat grupo, na itinakda ng Pamublikong Kalusugan.
- Kung higit sa isang grupo ng mga bata ang inaalagaan sa isang lugar/pasilidad, ang bawat grupo ay dapat na nasa isang hiwalay na espasyo at ang mga grupong ito ay hindi maaaring maghalo sa isa't isa.
- Ang bawat tagapagbigay ng pangangalagang pambata (childcare provider) ay dapat na nasa isang grupo ng mga bata lamang.

Bilang karagdagan, sa pagkakaroon ng pag-apruba mula sa mga lisensyadong ahensya, ang mga serbisyo sa pangangalagang pambata at pangangalagang pang-araw para sa mga batang nasa edad ng pag-aaral ay maaaring ialok nang personal sa [mga lugar ng paaralan](#) kung ang [mga patnubay ng Pamublikong Kalusugan](#) ay nasusunod.

- **Maaari bang ikaw o ang iyong mga anak ay pumasok sa paaralan o kolehiyo?**

Ang mga paaralan ng K-12, mga kolehiyo, at mga unibersidad ay maaaring patuloy na mag-operate ngunit dapat sa paraan na ligtas hangga't maaari para sa mga estyudante, guro, at kawani. Ang kanilang pagbubukas ay gagabayan ng Estado at ng bawat paaralan ng distrito o mga desisyon ng kolehiyo/unibersidad sa kung paano mag ayos ng mga oportunidad sa pag-aaral sa panahon ng pandemya. Kapag gumagawa ng desisyon, kanilang isasaalang-alang ang magkakaibang mga dahilan, tulad ng pagkalat ng COVID-19 sa kanilang lokal na komunidad at ano ang nalalaman tungkol sa mga panganib at tungkol sa mga estratehiya na makapagpapabawas sa mga panganib na iyon.

Sa oras na ito, ang Opisyal ng Estado sa Pamublikong Kalusugan ay pinagbabawalan ang lahat ng pampubliko at pribadong K-12 na mga paaralan sa mga County ng California na nasa Tier 1 (malawakang transmisyong sa komunidad) ng Balangkas para sa Pagbangon ng Estado, kabilang ang Los Angeles County, na muling magbukas para sa personal na pagtuturo, maliban sa pagtugon sa mga pangangailangan ng mga mag-aaral na nangangailangan ng mga dalubhasang suporta at serbisyo. Simula Setyembre 14, 2020, ang K12 na mga paaralan sa Los Angeles County ay maaaring mag-alok ng mga serbisyo sa loob ng paaralan para sa maliliit na pangkat ng mga mag-aaral na may Individualized Education Plans (IEP), mga mag-aaral na nangangailangan ng pagtuturo para sa Ingles bilang Pangalawang Wika (English as a Second Language o ESL), at mga mag-aaral na nangangailangan ng mga pagtatasa o dalubhasang mga serbisyo sa loob ng paaralan, hangga't ang paaralan ay nagagawang ipatupad ang [Mga Protokol sa Muling Pagbubukas](#) ng Opisyal ng Kalusugan at hindi lumalagpas sa mga limitasyon ng pinakamalaking kapasidad. Ang iba pang mga grupo na prayoridad para sa personal na suporta at serbisyo ay kinabibilangan ng mga mag-aaral na hindi lumalahok sa distansyang pag-aaral, mga mag-aaral na nasa panganib ng pang-aabuso o kapabayaang, foster na kabataan, at mga mag-aaral na nakakaranas ng kawalang tirahan. Hindi binubuksan ng Pamublikong Kalusugan ang programa ng pagtatatuwa (waiver program) para payagan ang mga paaralan na mag-apply para sa pag-apruba upang makapag-alok ng personal na pagtuturo ng mga mag-aaral sa mga gradong TK-6 at susubaybayan ang pagpapatupad nito para ligtas na ibalik sa paaralan ang mga mag-aaral na nangangailangan ng mga dalubhasang serbisyo sa loob ng paaralan. Bilang karagdagan, sa pagkakaroon ng pag-

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

apruha mula sa mga lisensyadong ahensya, ang mga serbisyo sa pangangalagang pambata at pangangalagang pang-araw para sa mga batang nasa edad ng mag-aral ay maaaring ialok nang personal sa [mga lugar ng paaralan](#) kung ang [mga patnubay ng Pamublikong Kalusugan](#) ay nasusunod.

Ang Pamublikong Kalusugan ay sumusunod sa patnubay ng Estado, na inirerekomenda na ang mga county na mas matataas na antas ng transmision sa komunidad ng COVID-19 ay limitahan ang muling pagbubukas ng mga kolehiyo at unibersidad. Kaya't ang mga kolehiyo at unibersidad sa Los Angeles County ay hindi maaaring ipagpatuloy ang lahat ng personal na akademikong pagtuturo sa oras na ito. Maaari silang magpatuloy na mag-alok ng personal na pagsasanay at pagtuturo para sa mga kinakailangang trabahador para sa mga inaatas na aktibidad na hindi maaaring ganapin sa birtuwal na pag-aaral. Dapat na gawin ang lahat ng iba pang akademikong pagtuturo sa pamamagitan ng distansyang pag-aaral. Dapat rin nilang limitahan ang bilang ng mga mag-aaral na naninirahan sa kampus ngunit kayang magbigay ng pabahay para sa mga mag-aaral na walang iba pang mga opsyon ng pabahay. Para sa mga mag-aaral na nakatala sa mga programang nagbibigay ng pagsasanay at pagtuturo sa mga kinakailangang trabahador, ang pabahay sa loob ng kampus ay dapat lamang na ialok sa mga mag-aaral na dapat ay lumahok sa personal na pagtuturo upang makumpleto ang kanilang pagsasanay at wala ng iba pang mga opsyon ng lokal na pabahay. Ang pabahay sa kampus para sa mga atletang mag-aaral na nakikilahok sa palakasan sa kampus ay maaari ring ialok sa maliliit na pangkat ng pagsasanay. Para sa mga pagbabago mula sa Unibersidad ng California, Unibersidad ng Estado ng California, at Kolehiyo ng Pamayanan ng California at para makita ang gabay na inilabas ng Kagawaran ng Pamublikong Kalusugan ng California para tumulong sa mga kolehiyo at unibersidad na maghanda para ipagpatuloy ang personal na pagtuturo, bisitahin ang [webpage sa Edukasyon sa COVID-19 ng Estado](#).

- Ang mga paaralan, mga kolehiyo, at mga unibersidad na muling nagbukas ng kanilang mga kampus ay dapat na sumunod sa mga kinakailangan sa pamublikong kalusugan at kaligtasan nang sa gayon ang muling pagbubukas ay ligtas hangga't maaari para sa mga mag-aaral, guro, kawani at kanilang mga pamilya. Ang mga kinakailangan na ito ay binalangkas sa [Mga Protokol sa Muling Pagbubukas para sa mga K-12 na Paaralan](#) at [Mga Protokol para sa mga Institusyon ng Mas Mataas na Edukasyon](#).
- **Bukas ba ang mga silid aklatan (library)?**
Ang mga silid aklatan ay maaaring muling magbukas para sa pang-personal at/o pick-up sa tabing-bangketa kung ang gusali ay hindi masyadong malapit sa publiko at sila ay sumusunod sa mga kinakailangan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pagkontrol ng impeksyon ng Pamublikong Kalusugan. Maaari silang magpahiram ng mga libro, pelikula, at minsanang-gamit na mga bagay (tulad ng nauuwing craft kits) ngunit dapat limitahan ang mga pagpapahiram ng mga laro (games) at laruan (toys). Kung maaari, kailangan mong maglagay ng “reserbasyon” sa isang bagay sa pamamagitan ng online o isang sistema ng reserbasyon sa telepono. Kapag binibisita ang silid aklatan, magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) at manatiling 6 na talampakan ang layo mula sa ibang mga parokyano at kawani. Kung mayroon kang mga isyu sa pagkilos, hindi maireserba ang mga bagay online, o dapat lamang na umaalis ng bahay para sa mga pangangailangan dahil ikaw ay may mas mataas na panganib sa mga komplikasyon ng COVID-19, tanungin ang iyong silid aklatan tungkol sa iba pang mga paraan.
- **Maaari bang pumunta ang iyong mga anak sa kampo?**
Oo. Maaari silang dumalo sa mga pang-araw na kampo (kabilang ang mga kampong nauugnay sa isports para sa pagbubuo ng mga kasanayan [skills building] lamang), bagamat ang mga magdamagang (overnight) kampo ay hindi pa bukas. Ang mga pang-araw na kampo ay gagawa ng ilang mga pagbabago para tulungan maging ligtas ang mga kawani at kamper hangga't maaari. Ang ilang mga halimbawa ay kinabibilangan ng pagtatanggal sa mga aktibidad

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

na may mataas na kontak, pagtatarya ng mga oras sa pagbaba at pagpick-up, at muling pagdidisenyo ng mga aktibidad ng sa gayon ang mga kamper ay nasa mas maliliit na grupo.

Kung ang mga anak ninyo ay pumupunta sa kampo, sabihan silang magsuot ng [telang pantakip ng mukha*](#), maliban kapag ipinaalam sa kanila ng mga kawani na hindi na ito kailangan. Isa pa, paalalahanan sila na sumunod sa mga tagubilin para sa panlipunang (pisikal) na pagdistansya; manatili sa kanilang itinakdang grupo; at iwasan ang paghiram ng mga materyales na madalas hawakan tulad ng mga gamit ng sining, mga kagamitang panlibangan, mga damit, mga laruan, mga libro, mga laro, at mga elektronikong aparato. Hangga't maaari, sila ay magdala ng kanilang sariling mga pagkain at meryenda sa kampo.

Pangangalagang Pangkalusugan (Healthcare)

- **Maaari ka bang umalis ng bahay para humanap ng medikal na pangangalaga o kumuha ng mga gamot?**
Oo, maaari kang umalis upang humanap ng mga kinakailangang serbisyo gaya ng medikal na pangangalaga o kumuha ng mga gamot. Siguruhin na tawagan muna ang iyong tagapagbigay o provider dahil maraming mga larangan ay nag-aalok ngayon ng mga serbisyong telemedisina. Gayon din, tingnan kung maaaring ihatid sa iyong bahay ang iyong mga medikasyon o gamot.
- **Maaari ka bang makakuha ng mga pili (elective) at pang-iwas (preventative) na mga serbisyo sa pangangalagang pangkalusugan?**
Ang mga mahahalagang serbisyo na pang-iwas tulad ng mga pagbisita para sa kagalingan ng bata, mga bakuna, at iba pang mga pagsusuri sa kalusugan, kabilang ang pagsusuri para sa mga kanser, ay hindi dapat inaantala (delayed). Kung kailan naaangkop at mayroon, isalang-alang ang pagsasamantala sa telemedisina o mga bisita gamit ang video. Bilang karagdagan, ang mga tagapagbigay ay maaaring piliin na mag-alok ng mga piling medikal na serbisyo hangga't ang sistema ng pangangalagang pangkalusugan ay hindi nasosobrahan sa pangangailangan na mag-alaga ng mga pasyente ng COVID-19, at ang mga tagapagbigay ay natutugunan ang ilang tiyak na kriterya (hal., pagkakaroon ng sapat na personal na pamprotektang kagamitan). Gayunpaman, dahil ang COVID-19 ay nagbabadya (poses) pa rin ng malaking panganib, ang Pampublikong Kalusugan ay nagrerekomenda na isalang-alang ninyo ng maingat ang anumang piling pagtititistis or pamamaraan.
- **Maaari ka bang makakuha ng mga serbisyo sa ngipin (dental services)?**
Ang mga serbisyo sa ngipin ay nagbabadya ng isang mas mataas na panganib para sa pagkalat ng COVID-19, kung kaya't ang tanging pangangalagang emerhensiya at ilang tiyak na pangangalagang di-emerhensiya na pangangalaga sa ngipin ang maaari lamang ipagkaloob sa ngayon. Makipag-usap sa iyong dentista upang malaman kung anong mga serbisyo ang magagawa.
- **Maaari ka bang pumunta sa isang grupo sa kalusugan ng pag-uugali (behavioral health) o grupo sa karamdaman dala ng paggamit ng sangkap (substance use disorder group), o tumanggap ng pagpapayo na nakabatay sa pananampalataya (faith-based counseling)?**
Maaari kang pumunta sa mga pagpapayo ng grupo at makilahok sa kauring mga suportang grupo, tulad ng Hindi Nagpapakilala ang mga Alkoholiko o Narcotiko, o sa pagpapayo na nakabatay sa pananampalataya kung mas kaunti sa 10 tao ang naroon, at ikaw ay sumusunod sa mga kinakailangan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pagkontrol sa impeksyon. Maaari mo ring samantalain ang mga sesyon na ginaganap sa pamamagitan ng telepono o kumperensya ng video kung ito ay magagawa at tumutugon sa iyong mga pangangailangan.
- **Maaari ka bang umalis ng bahay para mag-bigay ng dugo (donate blood)?**
Maaari kang magpatuloy sa pagbibigay ng dugo sa mga sentro ng Red Cross at sa mga pinagdarausan ng pagbibigay ng dugo. Ang mga drive ng dugo ay hindi pinagbabawalan ng Utos kung ang mga kasanayan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya ay nakaayos. Ang Red Cross ay patuloy na magdaraos ng mga gawain sa pagbibigay ng dugo upang matulungan na matugunan ang mga pangangailangan ng pasyente at nakapagpatupad na ng mga bagong hakbang na

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

nagsisiguro na ang mga gawain sa pagbibigay ng dugo at mga sentro ng donasyon ay mas ligtas pa nga para sa mga donor at kawani. Ikaw ay dapat na handa na magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) habang ikaw ay naroon.

Pamimili at mga Restawran

- **Bukas ba ang mga panloob na pamilihan at mga mall?**

Ang ilang mga negosyo sa panloob na mga pamilihan at mall ay maaaring magbukas para sa pamimili sa loob ng tindahan; ang ilan ay maaari lamang magbukas para sa paghahatid (delivery) o panlabas na pagkuha; at ang iba ay pansamantalang sarado. Ang mga Negosyo na may Mas Mataas na Panganib sa panloob na pamilihan at mall (hal., mga sinehan, bar at palaruan) ay pansamantalang sarado. Ang korte ng kainan at mga lugar ng pag-upo sa panloob na pamilihan ay sarado rin sa oras na ito ngunit ang mga restawran sa mga pamilihang ito ay maaaring mag-alok ng pagkain para sa paghahatid, pagbibit pauwi, at panlabas na mesa ng kainan. Kung ang isang negosyo sa mall ay hindi itinuturing na nasa mas mataas na panganib at maaari itong maakses mula sa labas ng gusali, maaari itong magbukas para sa pamimili sa loob ng tindahan, ngunit ang bilang ng mga kostumer na pinahihintulutan nang sabay-sabay ay lilimitahan nang sa gayon sila ay makapagpapatili ng pisikal (panlipunang) na pagdistansya. Kung ang isang negosyo ay matatagpuan sa loob ng mall na pamilihan (hal., hindi ito maaakses mula sa labas ng gusali), maaari lamang itong buksan para sa paghahatid o panlabas (hal., tabing-kurbada) na pagkuha at hindi magagawang pumunta sa loob ang mga kostumer, kahit na tumingin nang mabilis sa mga paninda o magbayad. Kung pupunta ka sa mall, maging ikaw man ay mamimili sa loob o kukuha ng mga kalakal mula sa labas, mangyaring magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) at kung maaari magpanatili ng 6 na talampakang distansya mula sa ibang mga kostumer at empleyado.

- **Bukas ba ang mga panlabas na pamilihan at mga mall?**

Oo. Ang panlabas na mga pamilihan na mall, mga destinasyong pamilihan, mga strip at outlet mall, at mga swap meet ay maaaring bukas para sa pamimili sa loob ng tindahan, sa limitadong kapasidad, kung sila ay naghahanda, nagpapatupad, at nagpapaskil ng [Mga Protokol para sa mga Operator ng Shopping Center](#) ng Pamublikong Kalusugan (Public Health). Ang mga kostumer ay dapat na magsuot ng [mga telang pantakip ng mukha*](#) at ang bilang ng mga kostumer ay lilimitahan para matiyak ang pisikal (panlipunan) na pagdistansya.

- **Bukas ba ang mga restawran?**

Ang mga restawran, mga kapihan, mga trak ng pagkain, mga korte ng pagkain, at ang mga katulad na negosyo ay maaaring bukas para sa paghahatid, drive-thru, pagbibitbit pauwi, at panlabas na mesa na kainan. Ang panloob na kainan (indoor dining) ay hindi pinapayagan sa panahon ngayon at ang mga bar sa mga restawran ay sarado. Ang mga restawran ay kailangang limitahan ang bilang ng mga kumakain sa labas (outdoor diners), nang sa gayon sila ay makapagpapatili ng panlipunang (pisikal) pagdistansya. Kung ikaw ay kumakain sa labas sa isang restawran, 6 na tao lamang ang puwede sa iyong mesa. Kung maaari, maghintay sa iyong kotse hanggang sa ikaw ay makaupo. Kung ikaw ay pumapasok sa panlabas na lugar ng kainan o kung naghahintay sa host o check-stand, countering deli, ilaglag at pag-pickup ng valet, o iba pang lugar ng hintayan, o bumibisita sa mga banyo, mangyaring magpanatili ng distansya na 6 na talampakan o higit pa mula sa mga tao na hindi bahagi ng iyong sambahayan, at magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#). **Maaari mong tanggalin ang telang pantakip ng mukha habang kumakain at/o umiinom sa isang mesa.**

- **Paano ka makakakuha ng pagkain na libre o mababang presyo?**

Ang mga walang bayad na kainan, mga bangko ng pagkain, at iba pang mga organisasyon na nagkakaloob ng libre o mababang presyo na pagkain ay hinihikayat na ipagpatuloy ang pagkakaloob ng mga serbisyong ito. Bisitahin ang www.covid19.lacounty.gov/food para sa karagdagang mapagkukunan ng mga impormasyon.

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

Nakabatay sa Pananampalataya/Relihiyoso na mga Serbisyo (Faith-based/Religious Service)

- **Maaari ka bang dumalo sa mga serbisyong nakabatay sa pananampalataya (faith-based service)?**

Maaari kang dumalo ng personal (in-person) sa mga serbisyong nakabatay sa pananampalataya, kabilang ang mga kasal at paglilibing, kung sila ay idinaraos sa labas at ang mga kinakailangan sa panlipunang pagdistansya at pagkontrol sa impeksyon na nasa [Protokol para sa mga Lugar ng Pagsamba](#) ng County ay nakapaskil at sinusunod. Ang mga panloob na serbisyo ay hindi pinapayagan sa oras na ito ngunit walang itinalagang pinakamaraming bilang ng mga dadalo para sa mga panlabas na serbisyo, hangga't ang mga dadalo ay makapagpapanatili ng 6 na talampakan mula sa isa't isa. Ang mga lugar ng pagsamba ay mariin ding hinihikayat na ipagpatuloy ang virtual na mga serbisyo (hal., teleconference, webinar, live-stream) para sa mga taong maaaring magkaroon ng malubhang sakit mula sa COVID-19. Ang mga pagsasanay na maaring magkalat ng COVID19 ay dapat ring baguhin. Halimbawa, ang mga plato ng donasyon/pag-aalay o mga basket ay huwag ipasa at ang mga dumadalo ay dapat na magdala ng kanilang mga sariling libro ng pagdarasal, mga basahan, o mga direktang nahahawakan na kagamitan na ginagamit sa mga seremonya. Isa pa, kung ang panlabas na serbisyo ay may kasamang pagkanta at pag-awit, dapat na may mas higit na pisikal na pagdistansya sa pagitan ng mga dumadalo. Ang indibidwal na mga miyembro ng kongregasyon o pagtitipon na lumalahok sa mga virtual na serbisyo ay maaari ring kumanta o umawit sa kanilang sariling mga tahanan.

- **Maaari bang mag-alok ng mga suportang serbisyo o pagpapayo ang mga organisasyon na nakabatay sa pananampalataya (faith-based organization)?**

Ang mga organisasyon na nakabatay sa pananampalataya ay maaaring magkaloob ng mga kinakailangang suportang serbisyo, tulad ng isang banko ng pagkain, kung sila ay sumusunod sa mga kinakailangan ng panlipunang (pisikal) pagdistansya. Kung ang malayuang pagpapayo ay hindi magagawa, maaari rin silang mag-alok ng nakabatay sa pananampalataya na pagpapayo, hangga't nasa 10 o mas kaunti pang mga tao ang naroon, at sila ay sumusunod sa mga kinakailangan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pagkontrol ng impeksyon.

- **Maaari ka bang magtrabaho sa opisina sa isang organisasyon na nakabatay sa pananampalataya ?**

Sa oras na ito, ang mga negosyo na nakabatay sa opisina ay maaari lamang magbukas para sa mga panloob na operasyon kung sila ay tinukoy sa Utos bilang mga Kinakailangang Negosyo, Kinakailangang Imprastruktura, o mga Operasyon ng Pangangalagang pangkalusugan. Kung nagtatrabaho ka para sa isang organisasyon na nakabatay sa pananampalataya na nagbibigay ng mga kinakailangang serbisyo, tulad ng pagkain, kanlungan, mga panlipunang serbisyo, at iba pang mga pangangailangan sa buhay para sa walang kakayahan pang-ekonomiya o kung hindi man ay mga nangangailangang indibidwal (kabilang ang pag-iwas at pamamagitan sa gang, karahasan sa tahanan, mga ahensya para sa serbisyo ng kawalan ng tahanan), maaari kang magtrabaho sa opisina, ngunit mariing inirerekomenda ng Pampublikong Kalusugan na kung maaari, ikaw ay magtrabaho mula sa bahay. Kung ikaw ay nagtatrabaho sa opisina sa isang organisasyon na nakabatay sa pananampalataya na hindi itinuturing na mahalagang mga serbisyo ng imprastruktura, kakailanganin mong magtrabaho mula sa bahay sa ngayon, maliban kung kailangan mong magtrabaho sa lugar para magsagawa ng Minimum Pangunahing Operasyon na tinukoy sa [Utos](#).

Mga Pagtitipon at Kaganapan

- **Pinapayagan ba ang mga komperensya, kombensyon, o iba pang malalaking kaganapan?**

Hindi. Ang mga malalaking kaganapan, gaya ng mga komperensya o kaganapan sa mga sentro ng kombensyon, maging pampubliko o pribado, ay nananatiling hindi pinapayagan.

- **Maaari bang ganapin ang mga parada na batay sa sasakyan (vehicle-based [car] parade)?**

Ang mga parada na nakabatay sa sasakyan ay maaaring ganapin kung sila ay sumusunod sa lahat ng mga lokal na ordinansa, mga kinakailangan sa pagkontrol ng trapiko, mga batas ng estado at lokal, at iba pang mga kinakailangan na inilarawan sa [Protokol sa Parada na Batay sa Sasakyan](#) ng County. Kung ang isang

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

organisasyon ang namumuno ng parada, dapat itong magtalaga ng isang punong-abala (host) para masiguro na ang mga patakaran ay nasusunod. Ang mga parada ng sasakyan ay hindi maaaring kabilangan ng mga tao na nasa bisikleta, motorsiklo, kombertibol na bukas ang tuktok, o sasakyan na walang mga pintuan gaya ng golf cart. Kung bukas ang alinman sa mga bintana na nasa sasakyan, ang mga okupante ay dapat na magsuot ng [telang pantakip ng mukha](#)*

- **Maaring bang ikaw o ang iyong pamilya ay magkaroon ng isang pagtitipon o party?**

Hindi. Ang mga pagtitipon o partido ng indibidwal o pamilya sa anumang laki ay hindi pinapayagan. Halimbawa, ang mga personal na pagtitipon ay hindi pinahihintulutan, kahit na ang pakiramdam nila ay ligtas: pagdiriwang ng bagong kapapanganak na bata sa pamamagitan ng baby shower o party na nagbubunyag ng kasarian (gender reveal party), pagluluto ng barbeque kasama ang grupo ng mga kaibigan sa bakuran, pagiging abala sa isang pang-grupong pag-aaral sa mga mag-aaral ng paaralan, pagkakaroon ng kainan ang pinalawig na pamilya at mga kaibigan para sa isang rehiliyoso o kultural na kapistahan, pagtitipon sa dalampasigan kasama ang mga kaibigan. Ang mga uri ng mga pagtitipong ito ay mapanganib dahil naipagsasama nito ang mga taong hindi naninirahan nang magkakasama at pinataas ang tiyansa ng transmisyong sa komunidad. Gayunpaman, ang mga parada na nakabatay sa sasakyan ay pinapayagan na ngayon ng sa gayon ang mga pagtatapos (graduation), kaarawan, at iba pang mga espesyal na araw at pagkamit, ay maaaring maipagdiwang ng ligtas. Tingnan ang [Protokol sa Parada na Batay sa Sasakyan](#) para sa mga patakaran at mga kinakailangan.

Pagbibigay-alaga o Caregiving

- **Maaari ka bang mag-alaga ng isang miyembro ng pamilya, kaibigan, o alagang hayop na nangangailangan ng tulong sa pag-aalaga sa kanilang bahay o ihatid sila sa kanilang mga tipanan?**

Maaari kang magbigay ng pangangalaga sa mga mahihina at mga dependeng tao o hayop, kasama ang paghatid sa kanilang mga tipanan. Gayunpaman, dapat kang mag-ingat, gaya ng pagsisiguro na wala kang lagnat o mga sintomas ng sakit bago umalis at mag-alaga, kung maaari pagpapanatili ng hindi bababa sa 6 na talampakan na layo mula sa ibang mga tao, pagsusuot ng [telang pantakip ng mukha](#)* (o isang kirurhiko maskara kung ikaw ay nag-aalaga ng isang may sakit na indibidwal), at madalas na paghuhugas ng mga kamay o paggamit ng hand sanitizer na may hindi bababa sa 60% alkohol, sa pagdating at pag-alis sa kanilang bahay.

- **Maaari ka bang bumisita sa mga mahal sa buhay sa ospital, pasilidad sa mahusay na pag-aalaga (skilled nursing facility), o iba pang mga pasilidad sa pantahanang pangangalaga (residential care facility)?**

Para protektahan ang mga pasyente/residente, ang mga bisita at mga tauhan ng pangangalagang pangkalusugan, ang karamihan sa harapang pagbisita (face-to-face) ay hindi pa rin pinapayagan sa mga lisensyadong pasilidad sa tinipong pangangalagang pangkalusugan (hal., mga pasilidad sa mahusay na pag-aalaga at mga pasilidad sa pantahanang pangangalaga) at ilang mga ospital, maliban sa mga ilang tiyak na pangyayari (pagbisita sa isang bata, para sa labor/panganganak, at mga pagbisita sa mga taong magtatapos na ang buhay). Kung ang iyong mahal sa buhay ay nasa isang pasilidad, tanungin kung pinapayagan nila ang pagbisita. Kung hindi, mangyaring gumamit ng ibang mga paraan para makipag-usap sa mga mahal sa buhay tulad ng mga pagtawag sa telepono, mga text, at mga tawag sa video.

Pabahay at Kaligtasan

- **Paano ka susunod sa Utos kung ikaw ay nakakaranas ng pagkawalang-tahanan (homelessness)?**

Ang mga taong nakakaranas ng pagkawalang-tahanan ay hinihikayat na subukang manatili sa pamilya o mga kaibigan, kilalanin ang mga pagpipilian sa pabahay, o pag-akses ng mga pang-emerhensyang mapagkukunan, gaya ng mga kanlungan (shelter). Maaari kang tumawag sa 2-1-1 para sa karagdagang mapagkukunan na mga impormasyon. Dapat ka ring magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha](#)* kapag nasa malapitang pakikisalamuha sa ibang mga tao at kung maaari manatiling 6 na talampakan ang layo mula sa ibang mga tao.

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

- **Kung ang kapaligiran ng iyong tahanan ay mapang-abuso, kailangan mo bang manatili sa bahay?**
Hindi. Tumawag sa 2-1-1 para matukoy ang mga alternatibo na ligtas at masuportang pabahay. Hindi ka dapat manatili sa mga kapaligiran na hindi ligtas.
- **Maaari ka bang manatili sa mga dormitoryo, mga kanlungan (shelter), o iba pang mga magkakasamang kapaligiran?**
Oo, pero kailangan mong sumunod sa anumang mga hakbang na isinaayos ng institusyon para mabawasan ang pagkalat ng sakit. Dapat kang magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) kapag nasa malapitang pakikisalamuha sa ibang mga tao at kung maaari dapat na manatiling 6 na talampakan ang layo mula sa mga tao.
- **Maaari ka bang paalisin (evicted) mula sa iyong tirahan o apartment habang may bisa ang Utos?**
Ang ibang mga lokal na hurisdiksyon ay nakapaglabas na ng mga proteksyon sa nangungupahan sa panahon ng Utos. Suriin ang iyong lokal na opisina ng Siyudad para makita kung may mga proteksyon sa pagpapaalis (eviction protection) kung saan ikaw ay nakatira. Para sa karagdagang impormasyon sa mga moratorium sa pagpapaalis at pagpigil sa renta, bisitahin ang dca.lacounty.gov/noevictions.

Mga Legal at Sibikong Aktibidad

- **Maaari ka bang umalis ng bahay upang sumunod sa isang utos ng Korte?**
Oo. Maaari kang umalis ng bahay para sumunod sa mga utos ng korte o ng pagpapatupad ngunit dapat na sumunod sa panlipunang (pisikal) pagdistansya, kabilang ang pagsusuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) kapag nasa malapitang pakikisalamuha sa ibang mga tao, at mga pag-iingat sa pagkontrol ng impeksyon.
- **Maaari ka bang umalis ng bahay upang kumuha ng isang pagsusulit sa pagkamamamayan (citizenship test)?**
Ang pederal na gobyerno ay tutukuyin kung matutuloy ang mga pagsusulit sa pagkamamamayan. Mangyaring makipag-ugnayan sa ahensya ng gobyerno na nagbibigay ng pagsusulit upang matukoy kung dapat kang magpakita. Kung inatas na ikaw ay magpakita, magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) at isagawa ang panlipunang (pisikal) pagdistansya habang nandoon. Kung ikaw ay may sakit, manatili sa bahay at kung maaari tanungin ang ahensya na nagbibigay ng pagsusulit tungkol sa iyong mga pagpipilian para sa muling pagpapakita o pagkuha ng pagsusulit mula sa bahay.
- **Maaari ka bang lumahok sa mga pampublikong demonstrasyon?**
Bilang isang indibidwal, nasa iyong karapatan na makilahok sa pagpapahayag tungkol sa politika, kasama na ang iyong karapatan na magpetisyon sa pamahalaan at lumahok sa mga pampublikong demonstrasyon. Maaari kang lumahok sa mga panlabas na protesta, at walang limitasyon sa bilang ng mga dadalo. Ang mga panloob na protesta ay hindi pinapayagan sa oras na ito. Sa panahon ng pandemya, maaaring mapanganib ang mga personal na pagtitipon (in-person gathering) kahit na ikaw ay sumusunod sa pisikal na pagdistansiya, ang pagtitipon ng mga kasapi ng iba't ibang tahanan ay may dalang mataas na panganib sa paghawa o pagkalat ng COVID-19. Ang nasabing mga pagtitipon na ito ay maaaring magresulta sa mataas na antas ng impeksyon, pagkakaospital, at kamatayan, lalo na sa mga mas bulnerableng populasyon. Isa pa, ang mga gawain tulad ng pag-awit, pagsigaw, pagkanta, at panggrupong pagbigkas ay maaaring madaling makapagpakalat ng maliliit na patak ng palahingahan (respiratory droplets), na sa dahilang ito, lahat ng tao na makilahok sa lahat ng aktibidad na ito ay dapat na magsuot ng pantakip ng mukha sa lahat ng oras.

Kung nagkaroon ka ng malapitang pakikisalamuha (sa loob ng 6 na talampakan na mas matagal sa 15 minuto) sa mga taong hindi kasapi ng iyong tahanan na walang mga suot na pantakip ng mukha, dapat mong ituring ang sarili na ikaw ay posibleng nalantad sa COVID-19 at dapat na manatili sa bahay ng 14 na araw at subaybayan ang iyong sarili para sa mga sintomas ng COVID-19. Kung naninirahan ka kasama ang mga nakakatanda o mga taong may

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

mataas na panganib na mga kondisyon, dapat mo ring subukan na magpanatili ng anim na talampakang distansya at magsuot ng pantakip ng mukha kapag kasama mo sila sa bahay. Kung magkakaroon ka ng mga sintomas ng COVID-19, tawagan ang iyong tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan at sabihin sa kanila ang tungkol sa pangangailangan mong masuri. Bilang pangwakas, kung pinili mong makibahagi sa isang personal na pagtitipon, may [mga estratehiya](#) para mabawasan ang iyong panganib at ang panganib sa ibang mga tao.

Fitness, Paglilibang, at Pag-aaliw

- **Maaari ka bang pumunta sa gym/isang fitness center?**

Ang mga gym, fitness center, at mga studio na nauugnay sa fitness tulad ng yoga, pilates, sayaw, mga himnastiko, at mga martial arts studio ay maaaring maging bukas para sa mga panlabas na serbisyo lamang. Kung makakadalo ka sa mga panlabas na serbisyo, kakailanganin mong magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#). Kabilang dito kapag ikaw ay nag-eehersisyo, maliban kung ang aktibidad sa panlabas na fitness ay nangangailangan ng mabigat na pagpipilit ng katawan. Para sa mga aktibidad na ganon, maaari mong tangggalin ang telang pantakip ng mukha hangga't ikaw ay nananatiling 8 talampakan ang layo mula sa ibang mga tao. Maaari mo ring tanggalin ang telang pantakip ng mukha kapag ikaw ay pumapasok o nasa tubig sa isang panlabas na palanguyan o nasa isang panlabas na dutsa.

Ang mga gym/fitness center ay maaaring mag-alok ng mga panlabas na pang-grupong klase at personal na pagsasanay sa labas kung ang mga kinakailangan sa panlipunang (pisikal) pagdistansya ay nasusunod at walang tao-sa-taong pisikal na kontak (person-to-person physical contact). Ang mga programa na may mataas na kontak tulad ng mga pangkatang pampalakasan kaganapan, mga organisadong intermural na aktibidad, pick-up basketbol, at mga organisadong karera ay hindi pinapayagan. Ang mga panlabas na palanguyan (swimming pool) at mga splash pad ay maaaring maging bukas, ngunit ang mga hot tub, mga jacuzzi, mga spa palanguyan, mga pagsasanay ng grupong paglangoy (swim team practice), mga pagkikita ng paglangoy (swim meet) at mga Partido ng palanguyan ay hindi pinapayagan.

Para protektahan ang iyong sarili at ibang mga tao mula sa COVID-19 sa gym, huwag dumating ng maaga o huwag manatili pagkatapos ng iyong pag-eehersisyo; kung maaari magpanatili ng distansya na 6 na talampakan mula sa ibang mga tao (at 8 talampakan kapag nakikibahagi sa mabigat na pagpipilit ng katawan), at magdala ng sarili mong tuwalya at kagamitan (hal., mga yoga mat, mga goggle, mga klip sa ilong, at mga snorkel). Kung ikaw ay nasa mas mataas na panganib para sa malubhang sakit mula sa COVID-19 (hal., ikaw ay 65 taong gulang o mas matanda pa at/o may aktibo o hindi matatag na paunang mga kondisyon sa kalusugan), hangga't maaari magtanong kung sila ay may mga espesyal na oras o isang sistema ng reserbasyon ng sa gayon ay maiwasan ang pakikisalamuha sa ibang mga tao.

- **Bukas ba ang mga palanguyan (pool)?**

Ang **panlabas** na mga pampublikong palanguyan at **panlabas** na mga palanguyan na nasa mga gym/fitness center at mga napagsasaluhang pasilidad ng tirahan (hal., mga apartment, mga condominium, at mga samahan ng homeowner) ay maaaring bukas kung ang mga tuntunin para sa muling pagbubukas ay nasusunod. Maaari kang magsagawa ng grupo at 1x1 na mga lesson sa paglangoy, ngunit kung maaari dapat ang tagapagturo ay magturo mula sa kubyerta ng languyan, at ang mga pagkikita ng mga grupong paglangoy (swim meet) ay hindi pinapayagan. Ang **panlabas** na mga languyan sa mga lugar ng tirahan ay maaari lamang gamitin ng mga grupo ng sambahayan na naninirahan doon at may mga limitasyon sa bilang ng mga tao na maaaring gumamit ng palanguyan at spa ng sabay-sabay. Kung mayroon kang sariling languyan sa isang tahanan na pang-isahang pamilya, ikaw at ang mga miyembro ng iyong sambahayan at maaaring gamitin ito ngunit hindi dapat mamuno ng mga party o pagtitipon. Kung ikaw ay nasa anumang languyan, mangyaring huwag pagsaluhan ang mga tuwalya, inumin, o pagkain sa sinuman mula sa labas ng iyong sariling sambahayan; magdala ng sarili mong mga snorkel at mga klip sa ilong; at

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

kapag nasa labas ng tubig, magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha*](#) at magpanatili ng distansya na 6 na talampakan mula sa mga taong hindi kasapi ng iyong sambahayan.

- **Maaari ka bang pumunta/magdala ng mga bata sa isang parke?**

Oo, pero kapag nasa parke, dapat kang lumayo ng hindi bababa sa 6 na talampakan mula sa mga tao na hindi bahagi ng iyong sambahayan. Ang panloob at panlabas na mga palaruan at mga parke ay mananatiling sarado at ang mga palangyuan (pool) sa ilang mga parke ay sarado rin. Isa pa, hindi ka pinapayagan na magkaroon ng mga piknik, partido, o iba pang mga pagtitipon sa mga parke kasama ang mga tao na mula sa labas ng iyong sambahayan.

- **Bukas ba ang mga panlabas na paglilibang (outdoor recreation) tulad ng mga tugaygayan (trail), mga dalampasigan (beach), at mga golf course?**

Ang mga tugaygayan, mga dalampasigan, at iba pang mga bukas na lugar (open space) at mga pasilidad ng panlabas na libangan, kabilang ang mga golf course, mga tennis at korte ng pickle ball, mga pagbaril at archery range, mga equestrian center, mga lugar ng modelo ng eroplano, mga hardin sa komunidad, mga parke ng bisikleta, ay maaaring bukas, hangga't ang mga bisita ay sumusunod sa mga tuntunin sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pag-akses. Gayunpaman, walang panlibangang pagpoprograma o mga pampublikong kaganapan ang maaaring ganapin sa mga lugar na ito. Ang mga inupahang mga biyahe sa pangingsda (hired-fishing trips) at maliliit na grupong paglalayag ay pinapayagan hangga't ang mga tuntunin sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pagkontrol sa impeksyon ay nasusunod. Ang lahat ng nasa inyong bangka (maliban sa crew) ay dapat na mula sa iyong sariling sambahayan at hindi ka dapat makipag-tipon sa lugar ng paradahan.

Kung bibisitahin mo ang anuman sa mga panlabas na lugar sa paglilibang, kabilang ang dalampasigan, huwag kalimutan na ang lahat ng dalawang taong gulang o mas matanda pa na hindi sinabihan ng isang medikal na tagapagbigay (medikal provider) na hindi sila dapat magsuot ng isang telang pantakip ng mukha ay dapat na magsuot nito, maliban kung sila ay kumakain, umiinom o nasa tubig. Ang mga palaruan, at mga stand ng konsesyon ay nananatiling sarado. Ang mga korte ng basketbol, mga korte ng balibol, at iba pang mga pampublikong lugar ay sarado rin sa oras na ito. Gayunpaman, ang mga kalye o iba pang mga lugar ay maaaring pansamantalang sarado sa mga trapiko ng sasakyan para sa paglilibang tulad ng paglalakad o pagsakay sa mga bisikleta, ngunit walang mga kaganapan o pagtitipon ang maaaring ganapin sa mga saradong kalye.

Tingnan ang [Protokol sa Muling Pagbubukas](#) para sa lugar na gusto mong bisitahin para sa karagdagang impormasyon sa mga aktibidad na pinapayagan at sa mga hindi pinahihintulutan.

- **Maaari ka bang umupa ng panlabas na kagamitan (outdoor equipment)?**

Ang panlabas na kagamitan, tulad ng mga kayak, mga surf o paddle board, mga canoe, mga bisikleta, mga gamit sa pangingsda, at mga helmet ay maaaring upahan para magamit, kung ang mga operator ay makakasunod sa mga tagubilin para sa paglilinis. Gayunpaman, kung maaari, dapat kang magdala ng sarili mong kagamitan, dahil ang hiramang kagamitan ay maaaring pataasin ang panganib para sa pagkalat ng COVID-19.

- **Ano ang mga uri ng laro/sports ang maaaring laruin ninyo o ng mga anak ninyo?**

Maaari mong gawin ang mga aktibidad o laro sa panlabas na paglilibang, tulad ng paglalakad, hiking, pamimisikleta, pagtakbo, o pagsakay sa kabayo, hangga't ikaw ay sumusunod sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at sa naaangkop na [Protokol sa Muling Pagbubukas](#) ng County. Maaari ka ring maglaro ng ilang mga walang kontak na laro, tulad ng golf, tennis o pickleball. Maliban kung ikaw ay nakikibahagi sa isang aktibidad ng liga sa palakasan ng kabataan tulad ng inilalarawan sa ibaba, ikaw ay hindi maaaring maglaro ng mga laro na may pinagsasaluhang kagamitan o pisikal na kontak tulad ng soccer, basketbol, putbol, balibol, besbol, paintball, o miniature golf kasama ang sinuman sa labas ng iyong sariling sambahayan.

Ang mga panlibangang na liga ng panlakasan ng kabataan, panlakasan ng klub ng kabataan, palakasan sa paglalakbay ng kabataan at palakasan na sinusuportahan ng TK-12 pribdo at pampublikong paaralan ay pinapayagan, hangga't

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

gaganapin ang mga aktibidad sa labas at ang mga manlalaro at maaring manatili ng 6 talampakan o higit pa (o 8 talampakan o higit pa sa mga oras ng mabibigat na pisikal na pagsisikap) mula sa bawat isa at mula sa mga tagapaagturo/coach. Ang mga kabataan ay inaatasan na magsuot ng isang [teleng pantakip so mukha*](#), maliban kung ang panlabas na aktibidad ay nangangailangan ng mabibigat na pagpipilit ng katawan. Para sa mga aktibidad na iyon, maari nilang alisin ang telang pantakip sa mukha basta manatili silang hindi bababa sa 8 talampakan ang layo mula sa iba.

Ang mga aktibidad sa palakasan ng kabataan ay limitado sa oras na ito sa pagpapakondisyon, pagsasanay at mga aktibidad sa pagbubuo ng kasanayan lamang. Ang mga kaganapan sa palakasan ng kabataan, tulad ng mga torneyo, kumpetisyon, laro, o labanan ay ipinagbabawal hanggang sa susunod na abiso. Gayunpaman, bilang bahagi ng mga praktis, ang mga koponan na naglalaro ng walang kontak na palakasan na nagpapahintulot ng 6 na talampakan na pisikal na pagdistansya sa pagitan ng mga manlalaro sa lahat ng oras ay maaaring maglaro ng mga intra-squad na scrimmage, labanan o mga praktis na laro sa mga manlalaro ng parehong koponan. Upang higit pa na matutunan, I-review ang [Protokol sa Muling Pagbubukas](#) ng Liga sa Palakasan ng Kabataan.

- **Maaari ka bang manood sa mga sinehan?**

Ang mga sinehan ay hindi pa rin bukas, ngunit ang mga drive-in na sinehan ay bukas na, hangga't sila ay sumusunod sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at pagkontrol ng impeksyon.

- **Maaari ka bang bumisita sa isang museo, botanikong hardin, galerya, zoo o akwaryum?**

Ang mga panlabas na bahagi ng mga museo at galerya, mga botanikong hardin, mga zoo, at mga akwaryum ay bukas ngunit ang mga panloob na bahagi at mga pagtatanghal sa mga lugar ng pagdarausan na ito ay sarado sa oras na ito. Kabilang rito ang pagsasara ng mga panloob na palaruan, lugar ng laro, istraktura sa pag-akyat, petting zoo, at sinehan, sa mga lugar ng pagdarausan na ito. Ang mga hands-on na interaktibong eksibit sa mga lugar ng pagdarausan na ito ay sarado rin at ang mga demonstrasyon (kabilang ang live na palabas ng mga hayop) ay maaari lamang ganapin kung ang mga gabay sa panlipunang (pisikal) pagdistansya at kalinisan ay nasusunod. Para tumulong sa pagpigil ng pagkalat ng COVID-19, mangyaring isama lamang ang mga miyembro ng iyong sambahayan sa inyong pagbisita, bumili ng pauna ng mga tiket sa online, iwasan ang palitan ng mga sasakyan, magsuot ng [mga telang pantakip ng mukha*](#), at magpanatili ng distansya na 6 na talampakan mula sa kawani at iba pang mga bisita.

- **Maaari ka bang dumalo sa mga propesyonal na kaganapan ng laro?**

Ang propesyonal na mga laro at pagsasanay ay maaaring magpatuloy, ngunit sa oras na ito, ang lahat ng mga kaganapan ay dapat na ganapin nang walang mga personal (in-person) na manonood.

- **Ang mga bar at mga gawaan ng alak ay bukas ba?**

Ang mga bar, mga brewery, mga brewpub, mga pub, mga silid ng pagtikim (tasting room), mga lugar ng bar na nasa mga restawran ay sarado sa ngayon, maliban sa tingiang pagbebenta. Kaya't kung ang mga gawaan ng alak at mga gawaan ng serbesa ay nag-aalok ng tingiang pagbebenta, maaari kang bumili ng mga produkto na maiuwi, tulad ng isang bote ng alak o isang lata ng serbesa.

- **Ang mga silid na sugalan ng baraha (cardroom), pamumusta gamit ang satellite (satellite wagering), at mga karerahan (racetrack) ay bukas ba?**

Ang mga silid na sugalan ng baraha, mga pasilidad ng pustahang satellite, at mga pasilidad sa lugar ng pustahan sa karera ay sarado sa panahon ngayon.

Paglalakbay

- **Maaari ka bang gumamit ng pampublikong transportasyon o mga serbisyo ng pagpapasakay (hal. Lyft o Uber)?**

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

Maaari kang sumakay sa pampublikong transportasyon o gumamit ng mga serbisyo ng pagpapasakay hangga't may suot-suot kang isang [telang pantakip ng mukha](#)* sa iyong pagbiyahe at sa mga hintuan/estasyon kung saan naroon ang ibang mga tao at kung maaari lumayo ng 6 na talampakan mula sa mga tao na hindi bahagi ng iyong sambahayan.

- **Maaari ka bang bumiyaha?**

Dahil ang paglalakbay ay pinataas ang inyong tiyansa ng pagkahawa at pagkalat ng COVID-19, ang pananatili sa tahanan ay ang pinakamahasag na paraan para protektahan ang iyong sarili at ang ibang mga tao sa pagkakasakit. Ang mga kaso at pagkamatay sa COVID-19 ay naiulat na sa lahat ng 50 estado at sa maraming pandaigdig na lokasyon. Kung hindi kinakailangan para sa inyo ang maglakbay, pinakamainam para sa iyo na ipagpaliban ang inyong biyahe. At kung ikaw ay may sakit o may nakasamang isang tao na may COVID-19 sa nakaraang 14 na araw, hindi ka dapat maglakbay.

Maaari kang maglakbay sa labas ng iyong lugar kung kailangan mong tugunan ang mga pangangailangan, tulad ng mga pangangailangan sa negosyo o mag-aasikaso ng mga pagsasaayos pagkatapos ng kamatayan (after-death arrangement). Bago lumakbay, tingnan ang anumang mga paghihigpit sa paglalakbay sa lugar na iyong pupuntahan, kabilang ang anumang mga pangangailangan para sa mga libing at pagtitipon. Tingnan ang [Gabay para sa mga Libing](#) ng LA County.

Kung kinakailangan mong maglakbay, maaari kang gumawa ng mga simpleng hakbang para mabawasan ang tiyansa para sa pagkalat ng COVID-19. Huwag maglakbay kasama ang mga tao na labas sa iyong sambahayan o sinumang may sakit. Hugasan ng madalas ang iyong mga kamay at/o gumamit ng hand sanitizer na may hindi bababa sa 60% alkohol na nilalaman, at magsuot ng isang [telang pantakip ng mukha](#)* kapag wala ka sa iyong silid. Isaalang-alang ang iba pang mga ideya kapag naglalakbay, tulad ng pagtitiyak na nasa labas ka ng iyong silid kapag inihahatid ang iyong bagahe o kapag nililinis ang iyong silid, paggamit lamang ng mga makinang gumagawa ng yelo kapag sila ay hindi kailangang hawakan, at pagdadala ng sarili mong mga gamit (hal., mga tuwalya, mga goggle, at mga ipit sa ilong) sa fitness center o palangyan.

- **Bukas ba ang mga lugar ng camping (campground) at mga parkeng RV (RV park)?**

Oo, ang mga lugar ng kamping at mga RV park ay maaaring maging bukas kung sila ay susunod sa mga tuntunin sa muling pagbubukas, na maaaring kabilangan ng pagbabawas sa kapasidad ng lugar para pahintulutan ang sapat na espasyo. Bilang karagdagan, ang mga panlabas na espasyo para sa mga pagtitipon at mga gawain ng grupo gaya ng mga pavilion, mga komunal na singsing ng apoy, mga kusina sa pampublikong paggamit, at mga ampiteatro ay dapat na isara at ang mga pampublikong kaganapan/pagtitipon tulad ng mga grupong bonfire, mga lugar ng kamping na pang-grupo, mga pagtatanghal at ampiteatro, o mga musikal o iba pang mga pagganap ay hindi pinapayagan.

Para mabawasan ang tiyansa ng pagkalat ng COVID-19, magsuot ng [mga telang pantakip ng mukha](#)*, manatili ng 6 na talampakan ang layo mula sa mga tao na hindi kabilang sa iyong sambahayan at magdala ng sarili mong kagamitan. Kung maaari, pauna ng bumili (pre-purchase) ng panggatong, pagkain, o iba pang mga bagay o ipahatid ang mga ito sa iyong lugar ng kamping o RV. Kapag gumagamit ng mga napagsasaluhang banyo, iwasan ang paglalagay ng mga personal na gamit tulad ng mga sepilyo direkta sa mga ibabaw ng counter. Sa pangwakas, lumahok lamang sa mga biyahe ng bangka (boat ride), mga laro ng basketbol/balibol, mga laro ng tali (rope course), mga pag-akyat sa mga pader (climbing wall), kasama ang iyong sariling sambahayan.

MATUTO NANG HIGIT PA

- Mas Ligtas na Muling Pagbubukas sa Trabaho at sa Komunidad para sa Pagkontrol ng COVID-19 na Utos ng Opisyal ng Kalusugan at mga Protokol para Protektahan ang Manggagawa at ang Publiko mula sa COVID-19 ng Los Angeles

Novel Coronavirus (COVID-19)

Madalas na mga Katanungan sa Epekto ng Utos ng Opisyal ng Kalusugan sa Pang-araw-araw na Buhay

County: <http://publichealth.lacounty.gov/Coronavirus/>

- Tawagan ang 2-1-1 (LA County Information Line) kung mayroon kang mga katanungan tungkol sa COVID-19. Ang 2-1-1 ay makapagbibigay impormasyon sa hindi pangangalakal (nonprofit) at mga panlipunang serbisyo tulad ng mga pantry ng pagkain (food pantry), mga kanlungan sa walang tahanan (homeless shelter), tulong sa renta, tulong sa utang (mortgage), at tulong sa utility.

Mahalagang Impormasyon tungkol sa Mga Telang Pantakip ng Mukha: Ang [mga telang pantakip ng mukha](#) ay ginagamit para mabawasan ang panganib ng isang tao na may virus at hindi niya alam na ang virus na ito ay maipapasa sa ibang mga tao. Ang mga indibidwal na sinabihan na huwag magsuot ng isang telang pantakip ng mukha ng kanilang medikal na tagapagbigay (medical provider) ay hindi saklaw mula sa mga kinakailangan sa pagsuot ng mga telang pantakip ng mukha. Ang mga bata na wala pang 2 taong gulang (kabilang ang mga sanggol), at sinuman na may problema sa paghinga, walang malay, o hindi magawang tanggalin ang isang pantakip ng mukha ng walang tulong, ay hindi dapat magsuot nito. Ang mga nasa pagitan ng edad 2 at 8 ay dapat na gamitin ang mga ito ngunit nasa ilalim ng pangangasiwa ng adulto upang masiguro na ang bata ay nakakahinga nang ligtas at nakakaiwas sa pagkahirinan (choking) o pagkasakal (suffocation).

Ang mga indibidwal na hindi saklaw sa pagsusuot ng isang pantakip ng mukha dahil sa isang medikal na kondisyon at nagtatrabaho sa isang trabaho na kinabibilangan ng regular na kontak sa ibang mga tao ay inaatas na magsuot ng isang hindi mahigpit na alternatibo, tulad ng isang panangga sa mukha na may maluwag na tela sa ibabang dulo, hangga't ang kanilang medikal na kondisyon ay pinahihintulutan ito. Isang maluwag na tela na akma sa ilalim ng baba ay mas mainam.

Ang mga taong may sakit na may mga sintomas ng COVID-19 ay hindi dapat lumalabas sa kanilang mga tahanan maliban para sa mga medikal na pagbisita. Kung dapat nilang lisanin ang kanilang mga tahanan para sa mga pagbisitang ito, maaari silang gumamit ng isang kirurhiko maskara ngunit maaaring gumamit ng isang telang pantakip kung walang magagamit na maskara. Kung ang isang maskara ay ginagamit, dapat ito ay walang isang direksyon na balbula.