PARA SA AGARANG PAGLABAS:
Lunes, Setyembre 28, 2020

Neetu Balram
Public Information Manager
Alameda County Public Health Department
eoc-pio@acgov.org

Pinagsamang Pahayag ng mga Opisyal ng Pangkalusugan sa Bay Area

Ang mga Lokal na Opisyal ng Pangkalusugan ay nag-alok ng Patnubay kung Paano Ligtas na Magdiwang ng Halloween at Día de Los Muertos at Maiwasan ang Pagkalat ng COVID-19 Sa Mga Kaibigan at Kapitbahay

Ang mga opisyal ng pangkalusugan sa Bay Area ay nagpaalala sa mga residente na ang mga karaniwang pagdiriwang sa mga aktibidad ng Halloween at Día de Los Muertos ay may mataas na panganib para sa pagkalat ng COVID-19. Ang pagtutok sa mga dekorasyon, paglilimita ng mga aktibidad sa mga taong kasama niyo sa bahay, at mga virtual na costume party o contest ay makakatulong na mapanatiling ligtas ang ating mga komunidad sa panahong ito, lalo na ang ating mga anak. Sama-sama tayong lahat sa paggawa ng ating makakaya upang maprotektahan ang ating sarili at ang mga taong nasa paligid natin.

Halimbawa, ang pagtrick-or-treat ay isang aktibidad na may mataas na panganib, dahil pinapataas nito ang pakikipagsalamuha sa mga tao na nasa labas ng inyong sambahayan na maaaring hindi naging maingat sa pag-iwas sa COVID-19. Ang mga party ay may mataas na panganib, dahil ang paghahalo ng mga taong hindi nakatira sa iisang bahay ay nagreresulta ng maraming mga pagkakataon para maipasa ang virus mula sa isang tao patungo sa isa. Ipinakita ng pagsubaybay ng mga nakipagsalamuha (contact tracing) sa Bay Area na ang pagtitipon at paghahalo ay ang mga pangunahing umaambag sa impeksyon.

Ang mga holiday na ito ay hindi naiiba kaysa sa ibang araw sa taong ito pagdating sa pagbabawas ng pagkalat ng COVID-19. Manatili sa bahay kung ikaw ay may karamdaman o nakipagsalamuha sa isang taong may COVID-19; magsuot ng panakip sa mukha kapag kayo ay umalis sa bahay; at panatilihin ang inyong distansya mula sa iba (kahit na mga kamag-anak) na hindi nakatira sa inyong sambahayan, at tandaan na mas ligtas sa labas kaysa sa loob, lalo na sa sa pagtakip sa mukha at pagpanatili ng inyong distansya. Isaalang-alang ang paggamit ng isang may temang tela na maskara, dahil ang isang costume na maskara ay hindi isang kapalit. Iwasang magsuot ng costume na maskara sa ibabaw ng isang panakip sa mukha na tela na pangproteksiyon dahil maaaring mapanganib ito kung ang costume na maskara ay nagpapahirap sa paghinga.

Ang mga residente ng County ng Alameda ay pinapaalalahanan na ang mga lokal na Kautusan ng Opisyal ng Pangkalusugan at ng Estado ay may bisa pa rin. Ang mga pagtitipon na Halloween, pagdiriwang ng Día de los Muertos, mga kaganapan o party na may mga miyembro

na hindi sa iisang sambahayan ay hindi pinapayagan maliban kung isinasagawa ang mga ito na sumusunod sa mga local na Kautusan ng Pangkalusugan at ng Estado: https://covid-19.acgov.org/covid19-assets/docs/shelter-in-place/20-14c-social-distancing-eng.pdf
(Ang mga residente ng County ng Alameda, mangyari lang sumangguni sa Social Bubble, isang matatag ng grupo na hindi humihigit sa 12 mga indibiduwal).

Lubos na inirerekomenda ng mga lokal na opisyal ng kalusugan sa mga miyembro ng komunidad na lumahok sa mga aktibidad na may mas mababang panganib para magdiwang nang Halloween at Día de Los Muertos ngayong taon:

MABABANG PANGANIB: Manatili sa bahay, panatilihing maliit ito

- Ipagdiwang ang mga tradisyon ng Halloween tulad ng pag-ukit ng mga pumpkin o isang estilong scavenger-hunt na trick-or-treat sa mga miyembro ng inyong sambahayan sa inyong bahay.
- Pagbisita sa isang panlabas na pumpkin patch, habang nakasuot ng panakip sa mukha at pinapanatili ang distansya mula sa iba.
- Pag-ukit o pagdecorate ng mga pumpkin sa labas, na hindi bababa sa 6 talampakan ang layo habang nagsusuot ng mga maskara, kasama ang napakaliit na pangkat ng mga kapitbahay o mga kaibigan. Mas ligtas ang kakaunting tao na may higit na distansya.
- Ang pagkakaroon ng isang virtual na costume contest.
- Ang pagdecorate sa inyong bahay, apartment, espasyo sa sala, bakuran o kotse na pang-Halloween o pagdecorate ng mga bahay ng mga imahe at bagay upang igalang ang pumanaw na mga mahal sa buhay.
- Paghahanda ng tradisyonal na mga pagkain ng pamilya sa mga miyembro ng inyong sambahayan.
- Pagpatugtog ng musika sa inyong bahay na naenjoy ng inyong mga pumanaw na mga mahal sa buhay.
- Paggawa at pagdecorate ng mga maskara o paggawa ng isang altar para sa namatay.
- Pakikilahok sa mga pagtitipon na nakabatay sa sasakyan na sumusunod sa patnubay ng estado at ng lokal tulad ng mga drive-in na pelikula at mga atraksyon na drive-through, o mga parada ng kotse/bisikleta kung saan hindi lumalabas ang mga kalahok sa kanilang mga sasakyan. (https://covid-19.acgov.org/covid19-assets/docs/shelter-in-place/20-12b-car-based-gatherings-eng.pdf; Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga pagtitipon na nakasakay sa sasakyan, bumisita sa https://covid-19.acgov.org/sip.page)
    - Iwasan ang pagmamaneho sa mga lugar kung saan marami ang mga naglalakad.
    - Dapat manuod ang mga manonood mula sa kanilang mga bahay o bakuran at huwag magtipon kasama ang mga taong hindi nakatira sa kanila.

KATAMTAMANG PANGANIB: Kung dapat niyong gawin

- Nakikilahok sa one-way na pagtrick-or-treat kung saan ang bawat isa na nakabalot na mga bag na may mga kendi ay nakahanay para makuha ng mga pamilya habang

nagpapatuloy sa pisikal na distansya (tulad ng sa dulo ng isang driveway o sa gilid ng isang bakuran)
  - Hugasan ang inyong mga kamay gamit ang sabon at tubig nang hindi bababa sa 20 segundo bago at pagkatapos ihanda ang mga bag.
  - Siguraduhin na ang lahat ay may suot na tamang panakip sa mukha at pinapanatili ang pisikal na distansya mula sa iba.
  - Ang lahat nang nakikilahok ay dapat magdala ng sanitizer ng kamay at gamitin ito nang madalas AT maghugas kaagad ng kanilang mga kamay pagkauwi.
  - Ang kendi ay hindi dapat kainin habang nasa labas ng bahay sapagkat kakailanganin nito ang parehong pagtanggal ng panakip sa mukha at paghawak ng mga pambalot.
- Ang pagkakaroon ng isang napakaliit na pangkat, panlabas, panlabas na costume parade o pelikula sa gabi na malayo ang mga tao ng 6 na talampakan na distansya at nagsusuot ng mga maskara. Mas ligtas ang kakaunting tao na may higit na distansya.
- Pag-enjoy sa may temang panlabas na kainan na sumusunod sa patnubay ng estado at ng lokal o sa takeout.

MAS MATAAS NA PANGANIB: Mangyaring iwasan

- Nakikilahok sa tradisyonal na trick-o-treat na inaabot ang mga kendi sa mga bata na pumupunta sa pintuan ng mga kabahayan. Bagaman nasa labas ang aktibidad na ito, mas mataas ang panganib dahil pinagsasama-sama nito ang maraming tao mula sa iba't ibang mga kabahayan.
- Ang paglalakbay sa isang pista ng taglagas sa bukid na wala sa inyong komunidad kung nakatira kayo sa isang lugar na kumakalat ang COVID-19 sa komunidad. Ang paggawa nito ay maaaring magdala ng COVID-19 sa lugar at magbanta sa buhay ng mga residente.

Kung ang trick-o-treat ay nangyayari sa inyong kapitbahayan at nasa bahay kayo at ayaw niyong madisturbo, maaari kayong magpaskil ng isang karatula o patayin niyo ang inyong ilaw sa beranda.

NAPAKATAAS NA PANGANIB o hindi pinapayagan ng Kautusan ng Estado at Lokal

- Pagdalo sa isang mataong pagdiriwang na ginaganap sa loob o sa labas. Ang mga malalaking pagtitipon, kahit na nasa labas, ay may mataas na panganib para sa pagkalat ng COVID-19 at nauugnay sa maraming kaso sa buong Bay Area.
- Pagsasalu-salo, pagkain, pag-inom, malakas na pagsasalita o pagkanta na kasama ang iba sa labas ng inyong sambahayan.
- Mga haunted house o panloob na mga maze.
- Ang pagkakaroon ng trunk-o-treat na inaabot ang kendi mula sa mga likod ng mga kotse na nakalinya sa malalaking mga parking lot.

Upang higit na maprotektahan ang inyong sarili at ang inyong mga mahal sa buhay, siguraduhing subaybayan ang inyong sarili sa loob ng 14 na araw pagkatapos ng mga holiday na ito at pansinin na partikular mula sa ikatlo hanggang ikapitong araw pagkatapos ng mga holiday kung

malamang na nagkaroon kayo ng mga sintomas. Kung hindi maganda ang inyong pakiramdam o nalaman niyo na ang isang tao na nakasalamuha niyo ng malapitan ay nasuring positibo, magpasuri kaagad at manatili sa bahay hanggang sa inyong appointment at habang kayo ay naghihintay ng inyong mga resulta. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa mga sintomas at pagpapasuri, bisitahin ang https://covid-19.acgov.org/testing.page