

Tungkol sa Coronavirus (COVID-19)

Updated Abril 9, 2020

Manatili sa bahay ngayong panahon ng COVID-19 outbreak

Nagbigay na ng Public Health Order ang Lungsod na manatili ang lahat sa bahay maliban lang sa mga mahalagang pangangailangan, para mabawasan ang paglaganap ng coronavirus. Ito ay epektibo hanggang sa susunod na abiso. Makaliligtas tayo ng mga buhay at mababawasan natin ang bilang ng impeksyon kapag sinusunod natin ang pisikal na pag distansya. Hindi ito kaya gawin ng San Francisco ng magisa – kailangan namin ang tulong ninyo at gawin ang inyong bahagi at makisama ngayong panahon ng public health emergency.

Ano ang ibig sabihin nito?

- **Lahat** ay dapat manatili sa bahay maliban lang sa pagkuha ng pagkain, pag alaga sa kamag-anak o kaibigan, pagkuha ng pangangalaga sa kalusugan, o pagpunta sa esensyal na trabaho.
- **Huwag makipagtipon sa iba.** Wala munang mga bisita o pakikipag kita sa mga kaibigan. Sarado ang lahat ng mga bar, nightclub, at gym.
- OK lang na lumabas para **maglakad** kung wala kayong kasamang grupo.
- Kung kayo ay may **edad/nakakatanda** o mayroong seryosong **chronic na medikal na kondisyon**, kayo ay mas bulnerable at kailangan **manatili muna sa bahay**.
- **Magpapatuloy ang mga mahalagang tungkulin ng lokal na gobyerno**, kasama dito ang mga unang tagapag-respond (first responder) at pagpapatupad ng batas (law enforcement).

Ano ang dapat kong gawin?

- Kamustahin ang mga pamilya at kaibigan gamit ang **telepono o email**, mas lalo na sa mga nakakatanda o sa mga taong may kondisyon sa kalusugan.
- Patuloy pa rin kayong makakabili ng **pagkain, gamot, o personal na pangangailangan sa mga grocery store, botika, gasolinahan, at hardware store.**
- Maaari ninyong pangalagaan o tulungan sa pagkuha ng mga supply ang inyong mga kamag-anak. Kung may sakit kayo, huwag munang magbigay ng pangangalaga o kumuha ng mga supply.
- **Kung may nararamdaman kayong sakit**, tawagan ang inyong doktor, isang nurse hotline, o isang urgent care center. Huwag pumunta sa emergency room ng ospital kapag wala kayong tunay na emergency.

Mga patnubay sa social distancing na dapat pa rin sundin



Hugasan ang mga kamay gamit ang sabon at tubig ng hindi bababa sa 20 segundo.



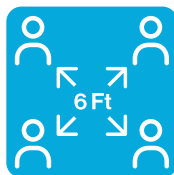
Magsuot ng takip sa mukha kapag lalabas ng bahay.



Tawagan ang inyong doktor kapag may sakit na nararamdaman.



Iwasan ang paghawak sa mukha.



Iwasan ang mga grupo (magbigay ng anim na talampakang distansya mula sa isa't isa). Kahit na may anim na talampakang distansya, bawasan ang oras na nakapaligid kayo sa iba kapag lumalabas ng bahay.

Manatiling impormado

Ittext ang COVID19SF sa 888-777 para makakuha ng opisyal na balita sa text

Para sa karagdagang impormasyon,

tawagan ang 311 o bisitahin ang [SF.gov/Coronavirus](https://www.sfdph.org/SF.gov/Coronavirus)



San Francisco
Department of Public Health