Humingi ng Tulong Habang Nakahiwalay at naka Kuwarentina

Mayroong suporta

Mayroong suporta habang Nakahiwalay at naka Kuwarentina para sa mga nagpositibo ng COVID-19 o malapit na nakipag ugnay na nangangailangan na mag kuwarentina.

Tumawag sa SFDPH COVID Resource Center sa **(628) 217-6101** at **mangyaring mag-iwan ng mensahe** upang makakuha ng:

- Tulong sa paglagay ng isang puwang kung saan maaari ka na humiwalay o mag kuwarentina na malayo sa iba
- Maghahatid ng pagkain at mga kagamitan sa paglilinis
- Mga appointment sa pagsusuri at patnubay ng kuwarentina para sa malapit na mga kontak
- ulong sa pananalapi para sa mga nagpasuri na positibo at naging karapat-dapat
- Suporta sa kalusugan sa pag-iisip

Ang mga tawag sa telepono ay ibabalik sa loob ng 24 na oras Lunes-Biyernes. Maaari ka din na tumawag sa **211** para sa tulong sa iba pang mga serbisyo, kabilang ang suporta sa kalusugan sa pag-iisip.

Kumuha ng Bakuna

Tumawag sa **(628) 652-2700** upang makagawa ng isang appointment. Ang pagkuha ng bakuna sa COVID-19 ay isa sa pinakamahalagang paraan upang tapusin ang pandemya at masidhing inirerekomenda na ang lahat ng mga taong may edad na 5 pataas ay mabakunahan. Ang FDA, CDC, at California Scientific Safety Review Workgroup ay sinuri ang datos mula sa mga klinikal na pagsubok upang matiyak na ang mga bakuna sa COVID-19 ay ligtas at epektibo.

Ang mga bakuna ay libre at magagamit sa lahat na 5 taong gulang pataas, at hindi mo kailangan ng insurance.

Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa bakuna, kabilang ang mga lugar ng bakuna sa San Francisco, bisitahin ang **sf.gov/fil/covidvax.**

Alamin ang tungkol sa paghihiwalay at patnubay ng kuwarentina ng CDC pagkatapos ng pagbabakuna: **sfcdcp.org/quarantineaftervaccination**.

Magpasuri para sa COVID-19

Bisitahin ang **sf.gov/fil/gettested** para sa kung saan maaari kang magpasuri nang walang bayad, walang kinakailangang insurance. Kung mayroon kang isang tagapagbigay ng pangangalagang pangkalusugan, maaari ka din na mag-iskedyul ng isang pagsusuri sa kanila.

Mga Alituntunin ng Paghiwalay at Kuwarentina

Kung positibo o nalantad ka sa COVID-19, bisitahin **sfdph.org/iandq** upang malaman kung gaano katagal mong kailangan humiwalay o mag-kuwarentina.

Bumalik sa Trabaho o Paaralan

Kung ang iyong employer o paaralan ay humihiling ng isang tala at/o negatibong pagsusuri upang bumalik sa trabaho, ang SFDPH ay mayroong pangkalahatang liham na magagamit na maaring ibigay ng mga empleyado/tauhan/mag-aaral/guro sa kanilang mga employer o paaralan: **sfcdcp.org/workletter-fi**.

Ang gabay sa mapagkukunang ito ay binuo ng Kagawaran ng Kalusugan ng Publiko ng San Francisco (SFDPH) batay sa mga rekomendasyon mula sa Mga Sentro para sa Pagkontrol at Pag-iwas sa Sakit ng Estados Unidos (CDC) at naka paskil sa **sfcdcp.org/covid19.**

sf.gov/fil/GetVaccinated

City & County of San Francisco