

**SAMA-SAMA SA**

**C**  **CONTACT**

**TRACING**

Summary Deck

**SOCIAL MEDIA CARDS**

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 1: What is contact tracing?



**SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING**

**USAID**

**REPUBLIC OF PHILIPPINES DEPARTMENT OF HEALTH**

**BIDA SOLUSYON**

**ANO ANG CONTACT TRACING?**

Sa pamamagitan ng contact tracing nalalaman kung saan kumakalat ang virus at kung sino ang maaaring na-expose sa COVID-19.

Sa tamang proseso ng pag-alam, paglista, at pagkamusta sa mga taong maaaring nakipag-ugnayan sa mga taong positibo sa COVID-19, maiiwasan ang pagkalat ng virus at masisiguro ang safety ng komunidad.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 2: Why is contact tracing important? (1/2 posts)



**SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING**

**USAID**

**REPUBLIC OF PHILIPPINES DEPARTMENT OF HEALTH**

**BIDA SOLUSYON**

**BAKIT KAILANGAN ANG CONTACT TRACING?**

Nagsisilbing gabay ang contact tracing para malaman kung saan kumakalat ang virus.

Kung alam natin kung saan at sino ang apektado ng COVID-19, mas magiging epektibo ang ating pagsugpo sa virus.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 3: Why is contact tracing important? (2/2 posts)



**SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING**

**USAID**

**BIDA SOLUSYON**

# BAKIT KAILANGAN ANG CONTACT TRACING?

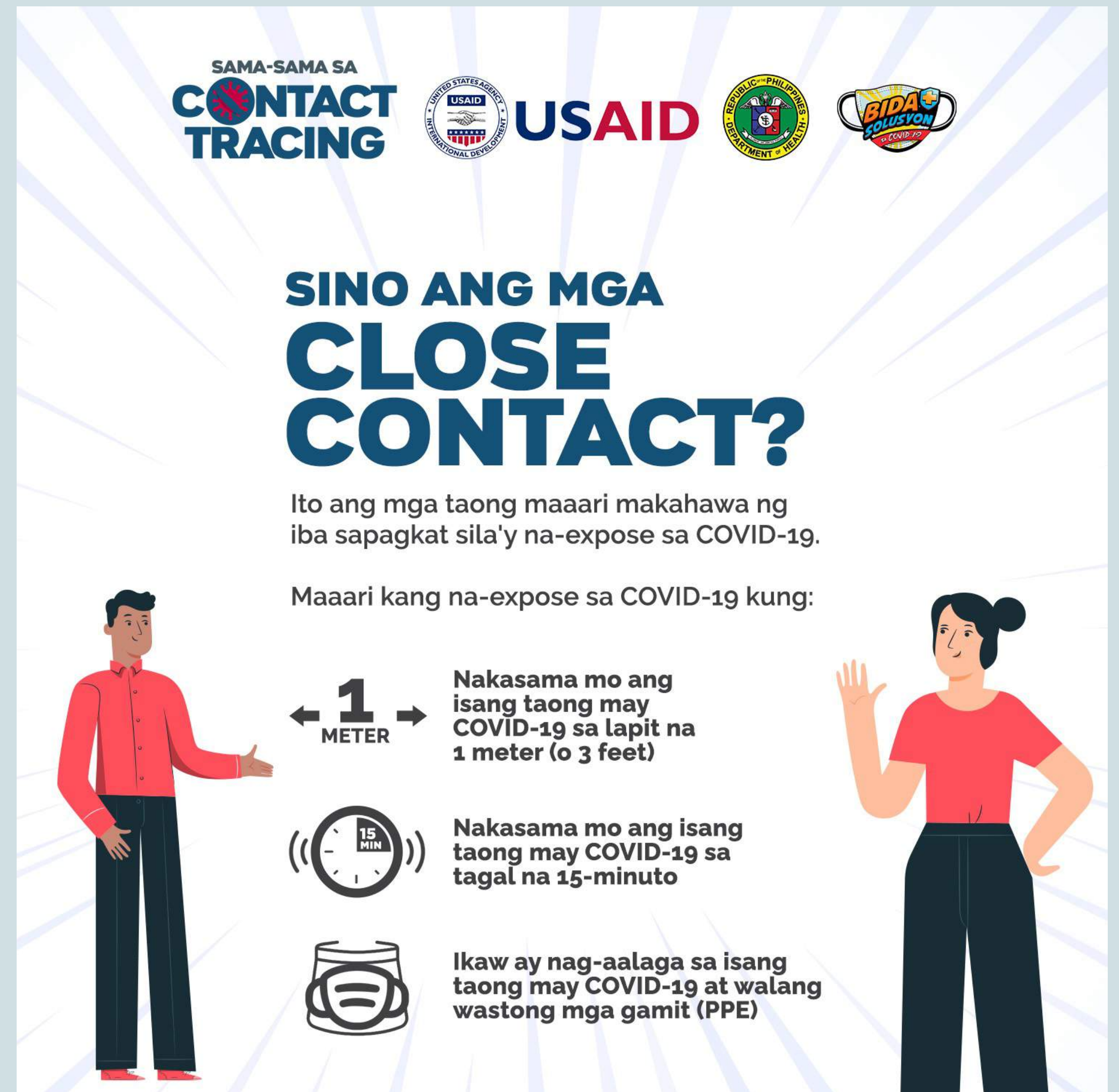
Matatalo natin ang kalaban kung alam natin kung nasaan ito.

Mahalagang tulungan natin ang mga contact tracers alamin kung sino at saan ang posibleng apektado ng COVID-19. Kailangang i-monitor ang sinumang maaaring na-expose sa COVID-19 para mapigilan ang patuloy na pagkalat ng virus.



## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 4: Who is a close contact?



**SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING**




**USAID**



**BIDA SOLUSYON**

# SINO ANG MGA CLOSE CONTACT?

Ito ang mga taong maaari makahawa ng iba sapagkat sila'y na-expose sa COVID-19.

Maaari kang na-expose sa COVID-19 kung:

-  **1 METER** Nakasama mo ang isang taong may COVID-19 sa lapit na 1 meter (o 3 feet)
-  **15 MIN** Nakasama mo ang isang taong may COVID-19 sa tagal na 15-minuto
-  Ikaw ay nag-aalaga sa isang taong may COVID-19 at walang wastong mga gamit (PPE)



## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 5: How is contact tracing done? (1/3 TRACE)

SAMA-SAMA SA  
**CONTACT TRACING**

USAID

REPUBLIC OF PHILIPPINES  
DEPARTMENT OF HEALTH

BIDA SOLUSYON  
SA COVID-19

# PAANO GINAGAWA ANG CONTACT TRACING?

3 steps para sama-sama sa contact tracing:  
**TRACE, TEST, at ISOLATE**

**TRACE**

**SA PAGSASABI NG TOTOO, KAPWA MO, PROTEKTADO.**

I-report sa mga contact tracers ang kasalukuyan mong kalagayan, mga posibleng close contact, at mga lugar na binisita sa mga nakaraang araw.



The illustration shows a network of nodes representing people and locations. A person in a red shirt is pointing towards the network, while two other people, one in a red shirt and one in a grey shirt, are looking on. A red location pin with a virus icon is highlighted on the network.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 6: How is contact tracing done? (2/3 TEST)

SAMA-SAMA SA  
**CONTACT TRACING**

USAID

REPUBLIC OF PHILIPPINES  
DEPARTMENT OF HEALTH

BIDA SOLUSYON  
SA COVID-19

# PAANO GINAGAWA ANG CONTACT TRACING?

3 steps para sama-sama sa contact tracing:  
**TRACE, TEST, at ISOLATE**

**ISOLATE**

**SA PAG-IWAS SA TAO, MAPIPIGILAN ANG PAGKALAT NG COVID-19**

Kung tayo ay kabilang sa close contacts, dapat tayong:

- Mag-quarantine sa loob ng 14 days kahit walang sintomas
- Siguraduhin na may sariling kwarto, CR, hiwalay ang laundry at utensils
- Gumawa ng sariling routine upang malibang

Kung hindi kaya sa sariling bahay, mayroong LIGTAS COVID Community quarantine centers na available para sa atin.



The illustration shows a person sitting on the floor, coughing into a tissue. There are speech bubbles saying 'COUGH! COUGH!' next to them. The background includes a sofa, a trash can, and a potted plant.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 7: How is contact tracing done? (3/3 ISOLATE)



The card features a light blue background with white diagonal lines. At the top, it displays the logos for 'SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING', USAID, the Philippine Department of Health, and 'BIDA SOLUSYON'. The main title is 'PAANO GINAGAWA ANG CONTACT TRACING?' in large, bold, blue letters. Below it, the text reads '3 steps para sama-sama sa contact tracing: TRACE, TEST, at ISOLATE'. A red-bordered box contains the word 'TEST' next to a thermometer icon. Below this, the text says 'SA PAMAMAGITAN NG TESTING, SAFETY NG KOMUNIDAD AY SIGURADO'. At the bottom, there is an illustration of a healthcare worker in a white coat and mask performing a nasal swab test on a person in an orange shirt. A paragraph of text explains the importance of the test results for safety.

SAMA-SAMA SA  
**CONTACT TRACING**

USAID

REPUBLIC OF PHILIPPINES  
DEPARTMENT OF HEALTH

BIDA SOLUSYON  
SA COVID-19

# PAANO GINAGAWA ANG CONTACT TRACING?

3 steps para sama-sama sa contact tracing:  
**TRACE, TEST, at ISOLATE**

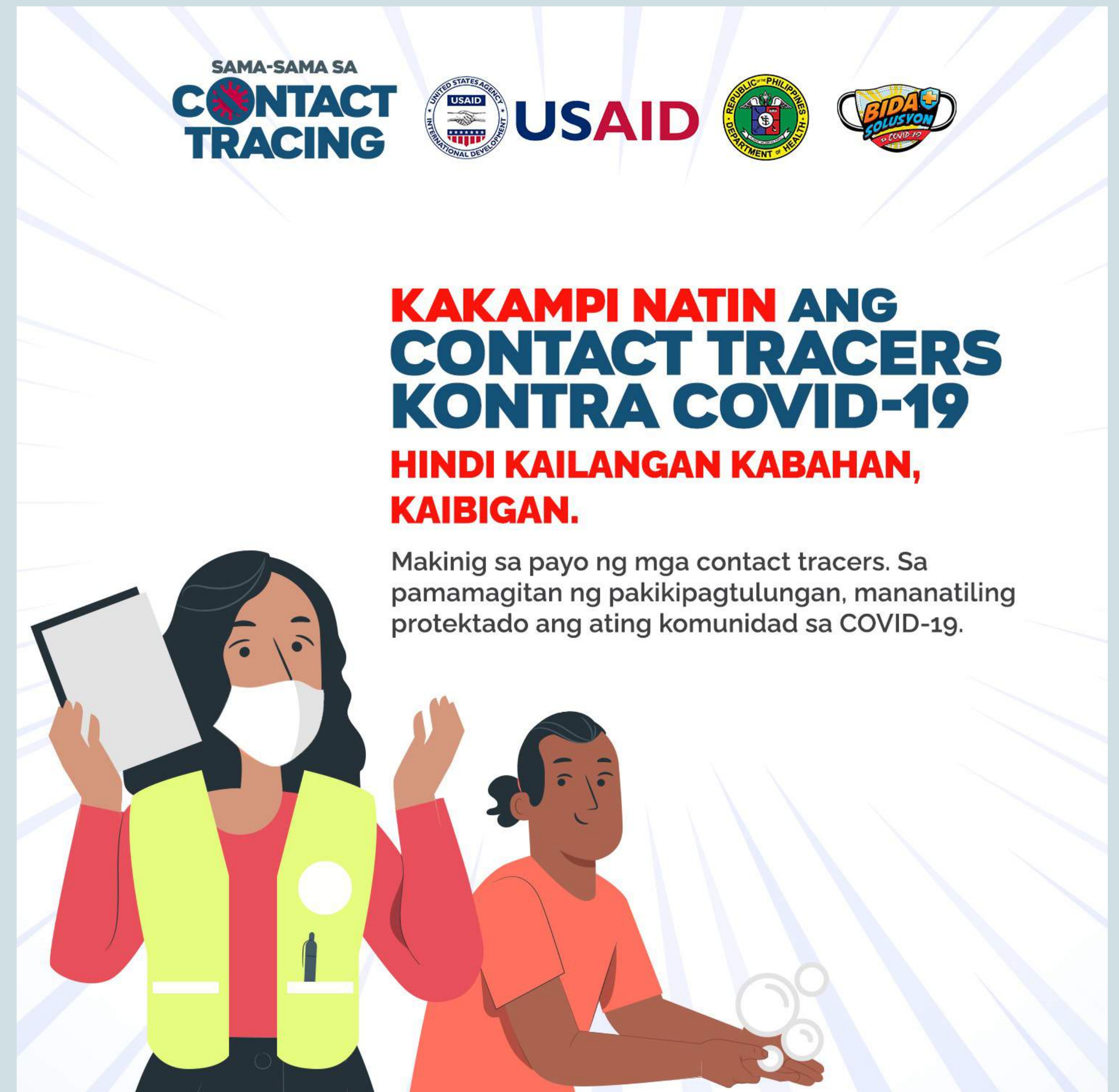
**TEST**

**SA PAMAMAGITAN NG TESTING, SAFETY NG KOMUNIDAD AY SIGURADO**

Malaking tulong ang resulta ng test para siguruhin na wala tayong COVID-19 at safe sa infection ang ating mga close contacts.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 8: How do I prepare for contact tracing? (1/2 posts)



The card features a light blue background with white diagonal lines. At the top, it displays the logos for 'SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING', USAID, the Philippine Department of Health, and 'BIDA SOLUSYON'. The main title is 'KAKAMPI NATIN ANG CONTACT TRACERS KONTRA COVID-19' in large, bold, blue letters. Below it, the text reads 'HINDI KAILANGAN KABAHAN, KAIBIGAN.' in red. At the bottom, there is an illustration of a contact tracer in a yellow vest and white mask holding a clipboard, talking to a person in an orange shirt who is washing their hands with soap. A paragraph of text explains the importance of listening to advice and staying safe.

SAMA-SAMA SA  
**CONTACT TRACING**

USAID

REPUBLIC OF PHILIPPINES  
DEPARTMENT OF HEALTH

BIDA SOLUSYON  
SA COVID-19

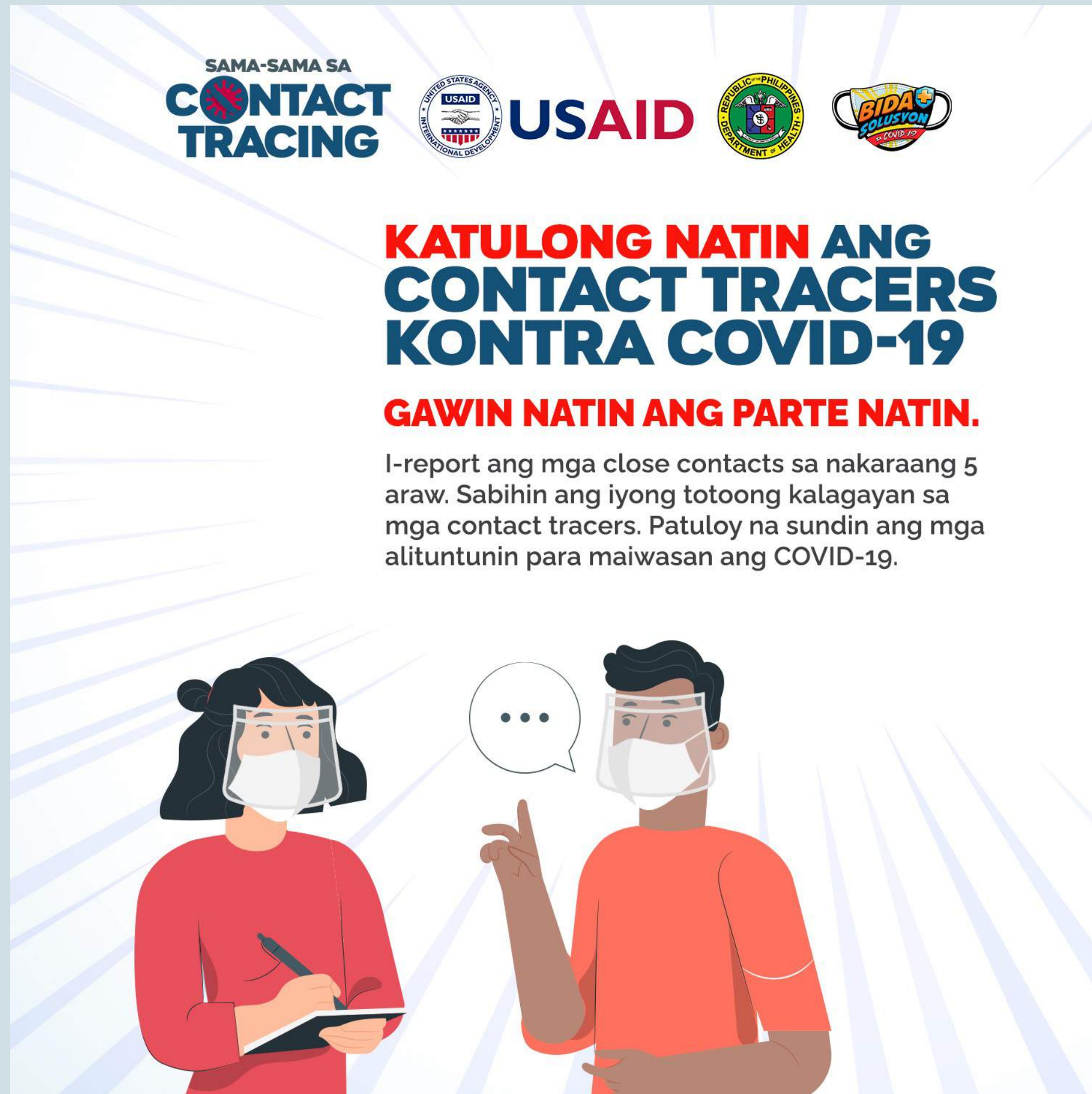
# KAKAMPI NATIN ANG CONTACT TRACERS KONTRA COVID-19

**HINDI KAILANGAN KABAHAN, KAIBIGAN.**

Makinig sa payo ng mga contact tracers. Sa pamamagitan ng pakikipagtulungan, mananatiling protektado ang ating komunidad sa COVID-19.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 9: How do I prepare for contact tracing? (2/2 posts)



**SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING**

**USAID**


**REPUBLIC OF PHILIPPINES DEPARTMENT OF HEALTH**

**BIDA SOLUSYON SA COVID-19**

**KATULONG NATIN ANG CONTACT TRACERS KONTRA COVID-19**

**GAWIN NATIN ANG PARTE NATIN.**

I-report ang mga close contacts sa nakaraang 5 araw. Sabihin ang iyong totoong kalagayan sa mga contact tracers. Patuloy na sundin ang mga alituntunin para maiwasan ang COVID-19.



The illustration shows a female contact tracer on the left, wearing a red long-sleeved shirt, a white face mask, and a clear face shield. She is holding a black clipboard and a pen, looking towards a male community member on the right. The community member is wearing an orange t-shirt, a white face mask, and a clear face shield. He is pointing upwards with his right hand, and a speech bubble with three dots is positioned above him. The background features light blue diagonal rays.

## SOCIAL MEDIA CARDS

Tile 10: Let's support contact tracing!



**USAID**

**REPUBLIC OF PHILIPPINES DEPARTMENT OF HEALTH**

**BIDA SOLUSYON SA COVID-19**

**BASTA SAMA-SAMA SA CONTACT TRACING**

**SAMA-SAMA DIN SA TAGUMPAY LABAN SA COVID-19**



The illustration depicts a diverse group of approximately ten people of various ages and ethnicities, all wearing white face masks and clear face shields. They are standing in a line against a background of simple line-art houses and clouds. The color palette is primarily reds, oranges, and browns.

**HOUSEHOLD CARD**



# HOUSEHOLD CARD - A4

FRONT: Covid-19 Symptoms/Prevention, 14-day



## ANO ANG MGA SINTOMAS NG COVID-19

Ang Coronavirus Disease (COVID-19) ay isang nakahahawang sakit na dulot ng isang bagong coronavirus.

PANGKARANIWANG SINTOMAS:

**LAGNAT**

**TUYONG UBO O UBONG WALANG PLEMA**

**MABILIS MAPAGOD**

**HIRAP SA PAGHINGA**

**COUGH! COUGH!**

**IBA PANG MGA SINTOMAS TULAD NG:**

**SAKIT NG LALAMUNAN**

**PAGBABARA NG ILONG**

**SAKIT SA ULO**

**PAGTATAE O DIARRHEA**

**PAGKAHILO O PAGESUSUKA**

**KAWALAN NG PANG-AMOY O PANLASA**

### PAANO TAYO MAKAIWAS?

**PHYSICAL DISTANCING** - Dahil ang virus ay naipapasa sa hangin, makatutulong ang pag-iwas sa tao, o sa masisikip na lugar.

**CLEAN HANDS** - Ang virus ay maaaring kumapit sa ating mga kamay pagkatapos humawak sa mga pintuan, lamesa at iba pang mga bagay-bagay. Ugaliing laging maghugas ng kamay.

**FACE MASKS** - Ang pagtakip sa ilong at bibig ay proteksyon sa pag-sagap o pag-pasa ng virus. Laging takpan ang bibig at ilong lalo na kapag bumabahing o umuubo.

**FACE SHIELD** - Dagdag na proteksyon ang face shield para walang virus na makalapit sa ating mata, bibig at ilong. Iwasang hawakan ang face shield pagkatapos itong isuot.

**ALCOHOL o DISINFECTANTS** - Panatiliing malinis ang mga kamay at mga personal na gamit sa pamamagitan ng paggamit ng disinfectants.

**HEALTH OFFICER** - Sundin ang mga payo at alituntunin ng pamahalaan para mapigilan ang pagkalat ng virus.

### PAANO KUNG AKO AY NA-EXPOSE?

Kung ikaw ay mayroong sintomas ng COVID-19 o na-expose sa isang kumpirmadong kaso, kailangan makipagtulungan sa contact tracing sa pamamagitan ng **TRACE, TEST, at ISOLATE.**



**TRACE** - Tulongang alamin kung sino pa ang maaaring na-expose at i-report ang mga close contacts, at mga lugar na binisita sa nakaraang 2 araw.



**TEST** - Maaaring i-rekomenda ng contact tracers ang magpa-test para sa COVID-19. Mahalagang hakbang ito para tigilan ang pagkalat ng virus.



**ISOLATE** - Kailangang mag-quarantine sa loob ng 14 days kahit na walang sintomas. kailangang mag-quarantine sa bahay, kung may sariling kwarto at banyo, o sa pinaka-malapit na LIGTAS-COVID (community isolation) centers.

Kung sakaling maging malubha ang mga sintomas, tumawag sa local na **BHERT (8-1234567)** o sa **DOH hotline (02) 894 COVID (26843) o 1555** para sa lahat ng network subscribers.

# HOUSEHOLD CARD - A4

BACK: BHERT Contact Info, List of close contacts

## MAHALAGANG TULUNGAN NATIN ANG MGA CONTACT TRACERS NA ALAMIN KUNG SINO ANG POSIBLENG NA-EXPOSE SA COVID-19.

Ito'y isang hakbang para ma-protektahan ang ating pamilya at komunidad at tigilan ang paglaganap ng COVID-19.

Kung may sintomas, Ilista sa baba ang mga lugar na pinuntahan at mga close contacts na nakasalamuha sa nakaraang dalawang (2) araw bago magkaroon ng sintomas.

Mga lugar na binisita sa nakaraang 2 araw

LOCATION	DATE VISITED	TIME
----------	--------------	------


Sinu-sino ang mga nakasama sa nakaraang 2 araw

NAME	ADDRESS	CONTACT NUMBER
------	---------	----------------


May tanong tungkol sa COVID-19 o contact tracing?

Tumawag sa **BHERT (8-1234567)** o sa **DOH hotline (02) 894 COVID (26843) o 1555** para sa lahat ng network subscribers. Maaari ring bumisita sa: [www.covid19.healthphilippines.ph](http://www.covid19.healthphilippines.ph) para sa mga karagdagang impormasyon.



**CT JOB AIDS**

# ANO ANG MGA SINTOMAS NG COVID-19

Ang Coronavirus Disease (COVID-19) ay isang nakahahawang sakit na dulot ng isang bagong coronavirus.

SAMA-SAMA SA  
**CONTACT  
TRACING**



**USAID**



PANGKARANIWANG SINTOMAS:

**LAGNAT**

**TUYONG UBO O  
UBONG WALANG PLEMA**

**MABILIS MAPAGOD**

**HIRAP SA PAGHINGA**

COUGH!  
COUGH!

IBA PANG SINTOMAS TULAD NG:

**SAKIT NG LALAMUNAN**

**PAGBABARA NG ILONG**

**SAKIT SA ULO**

**PAGTATAE O DIARRHEA**

**PAGKAHILO O PAGSUSUKA**

**KAWALAN NG PANG-AMOY  
O PANLASA**



## CT JOB AID - A5

Panel 2: What is contact tracing and why is it important?



The infographic features a man in a red shirt pointing at a network diagram. The diagram consists of interconnected nodes, with a central node highlighted by a red location pin and surrounded by virus icons. Logos for USAID, the Philippine Department of Health, and BIDA are visible at the top.

**SAMA-SAMA SA  
CONTACT  
TRACING**

**USAID**

**BIDA  
SOLUSYON  
SA COVID-19**

### ANO ANG CONTACT TRACING?

Sa pamamagitan ng contact tracing nalalaman kung saan kumakalat ang virus at kung sino ang maaaring na-expose sa COVID-19.

Sa tamang proseso ng pag-alam, paglista, at pagkamusta sa mga taong maaaring nakipag-ugnayan sa mga taong positibo sa COVID-19, maiwasan ang pagkalat ng virus at masisiguro ang safety ng komunidad.



# PAANO GINAGAWA ANG CONTACT TRACING?

## TRACE

### SA PAGSASABI NG TOTOO, KAPWA MO, PROTEKTADO

I-report sa mga contact tracers ang kasalukuyan mong kalagayan, mga posibleng close contact, at mga lugar na binisita sa mga nakaraang araw.



## TEST

### SA PAMAMAGITAN NG TESTING, SAFETY NG KOMUNIDAD AY SIGURADO

Malaking tulong ang resulta ng test para siguruhin na wala tayong COVID-19 at safe sa infection ang ating mga close contacts.



## ISOLATE

### SA PAG-IWAS SA TAO, MAPIPIGILAN ANG PAGKALAT NG COVID-19

Kung tayo ay kabilang sa close contacts, dapat tayong:

- Mag-quarantine sa loob ng 14 days kahit walang sintomas
- Siguraduhin na may sariling kwarto, CR, hiwalay ang laundry at utensils
- Gumawa ng sariling routine upang malibang

Kung hindi kaya sa sariling bahay, mayroong LIGTAS COVID Community quarantine centers na available para sa atin.



# KAKAMPI NATIN ANG CONTACT TRACERS KONTRA COVID-19

Para sa nakararami, lubos na nakakahahala ang posibilidad na mahawa sa COVID-19. Karaniwang reaksyon ang takot, kaba, pagkalito, at galit. Mahalagang nauunawaan natin ang ganitong mga reaksyon.

Kinakailangan ang kooperasyon upang makuha ang mga detalye ng close contacts ng iniinterview, at nang matulungan ang komunidad na labanan ang pagkalat ng COVID-19.

Tungkulin natin na tulungan sila na:

- **I-report ang mga close contacts sa nakaraang 5 araw.**
- **Sabihin ang totoong kalagayan sa mga contact tracers.**
- **Patuloy na sundin ang mga alituntunin iwas sa COVID-19.**



## SINO ANG MGA CLOSE CONTACT?

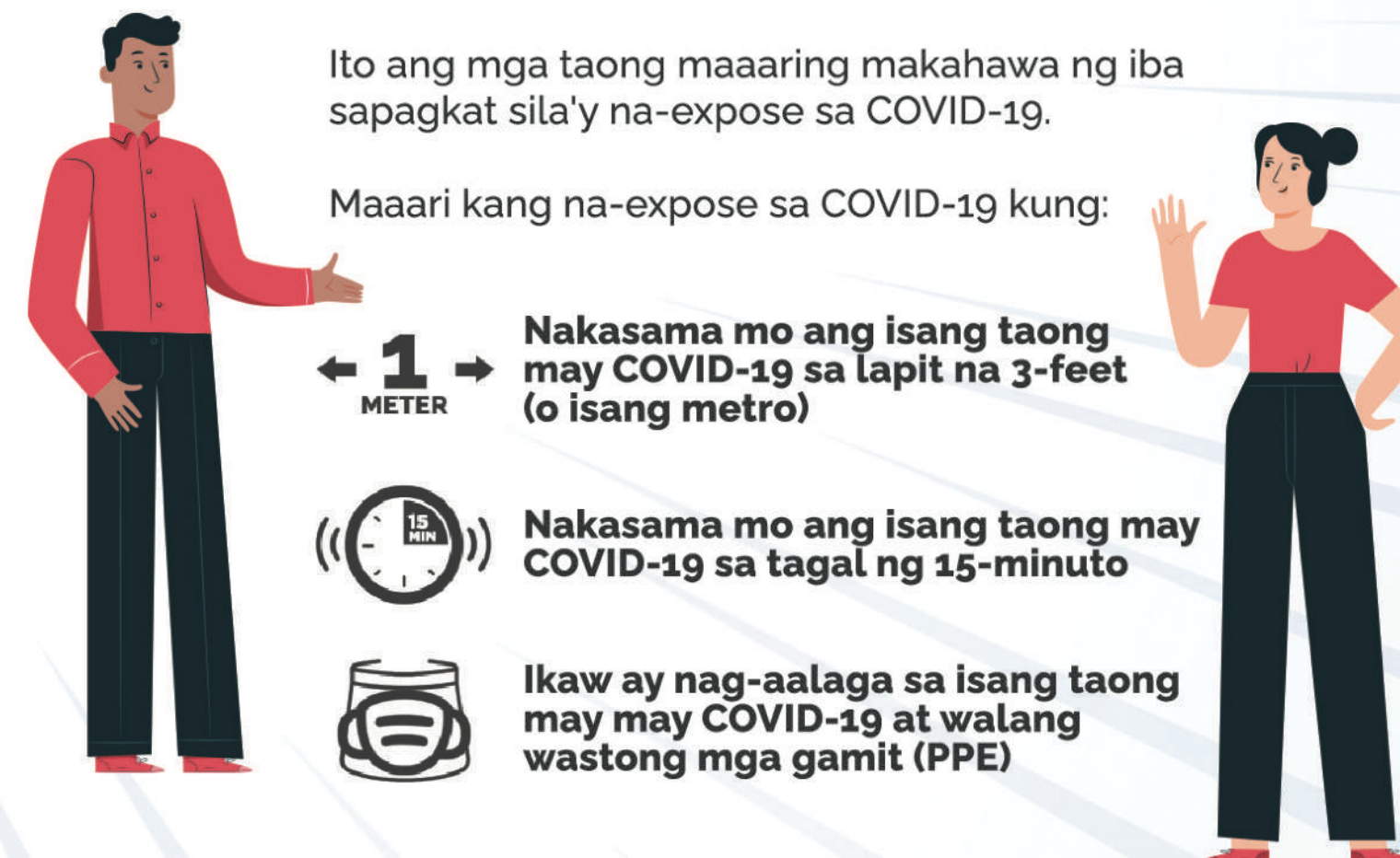
Ito ang mga taong maaaring makahawa ng iba sapagkat sila'y na-expose sa COVID-19.

Maaari kang na-expose sa COVID-19 kung:

← **1** →  
METER  
**Nakasama mo ang isang taong may COVID-19 sa lapit na 3-feet (o isang metro)**

⌚ **15** MIN  
**Nakasama mo ang isang taong may COVID-19 sa tagal ng 15-minuto**

🧻  
**Ikaw ay nag-aalaga sa isang taong may may COVID-19 at walang wastong mga gamit (PPE)**





SAMA-SAMA SA  
**CONTACT TRACING**



**USAID**



# **MAY TANONG TUNGKOL SA COVID-19, O CONTACT TRACING?**

Tumawag sa local na **BHERT** \_\_\_\_\_ o ang **DOH hotline (02) 894 COVID (26843) o 1555** para sa lahat ng network subscribers.

Maaari ring bumisita sa:  
**[www.covid19.healthphilipinas.ph](http://www.covid19.healthphilipinas.ph)** para sa mga karagdagang impormasyon.



# MGA KAILANGAN NATING TANDAAN

Bilang contact tracers, kailangan hindi magsinungaling o magtago ng impormasyon mula sa atin ang mga taong kailangang ma-interview.

Para sa mabilis at epektibong pagkuha ng impormasyon, tandaan ang mga sumusunod na alituntunin habang nag-iikot sa komunidad para sa contact tracing:

- **Magpakilala muna at ipaliwanang ang inyong pakay bago humingi ng impormasyon;**
- **Siguraduhing nakatala sa tamang paraan ang mga maselang impormasyon, tulad ng buong pangalan, address, numero at anumang impormasyong maaari gamitin para isiwalat ang pagkatao ng inyong kausap;**
- **Maging magalang at mapagpasensiya sa mga kausap, kailangang maging handa sumagot sa mga tanong tungkol sa COVID-19 at contact tracing;**
- **Gumamit ng simpleng pananalita kapag ipinapaliwanag ang COVID-19 at contact tracing;**
- **Ipaalala sa inyong kausap na hindi sila nag-iisa at maaari silang tumawag sa BHERT o sa DOH para humingi ng payo o tulong; at,**
- **Idiin ang halaga ng contact tracing sa komunidad para matigil ang pagkalat ng COVID-19.**

**Tandaan, mahalaga ang pakikisama ng komunidad para sa mabisang contact tracing.**





**END**