



Keeping Information, Data & Services Accessible to All the Families We Serve



CITY AND COUNTY OF SAN FRANCISCO FAMILY AND CHILDREN SERVICES

In response to the Coronavirus (COVID-19) outbreak in San Francisco, Family and Children’s Services has canceled all in-person care provider meetings, trainings and events until further notice. We are looking at alternate ways to provide remote training and connection with care providers. The RFA team has been working hard to maintain communication with all care providers. While very limited face-to-face contact may be unnecessary, in the interest of everyone’s safety we are making every effort to maintain contact via phone and internet. The attached information provides ways you can keep your family safe and how you can support the efforts to reduce and slow the spread of COVID-19.

If you have questions about resources for care providers, please contact Caregiver Liaison Arlene Hylton at 415-557-5067 or arlene.hylton@sfgov.org.

Please continue to send training referrals and questions to the PPC email at PPC@afs4kids.org.

Online Training Resources for Advanced RFA Training:

Foster Parent College — <http://www.fosterparentcollege.com/>

QPI California **

Just In Time Training — <http://www.qpicalifornia.org/>

Mandated Reporter Training Online Course **

<https://mandatedreporter.ca.com/training> or The Child Abuse Mandated Reporter Training

***Please note: Please make sure to forward training certificates to your RFA Worker when you complete any Training*

Novel Coronavirus (COVID-19) Guidance for Parents

We are asking for your assistance to prepare for and help prevent the spread of the novel (new) coronavirus in San Francisco. Globally, there continues to be a growing number of people infected with this virus which causes “coronavirus disease 2019” (abbreviated COVID-19). We need to prepare to prevent the spread of this infection locally.

Understand how coronaviruses are spread

COVID-19 is likely to spread in the same way as other respiratory illnesses like influenza. It is thought to spread from an infected person who has symptoms to others by:

Information taken from the Los Angeles County Department of Public Health’s COVID-19 Guidance for Parents 3/2/2020, adapted for San Francisco by the SF Child Health and Disability Prevention Program (CHDP), part of Maternal, Child and Adolescent Health, San Francisco Department of Public Health.



- Droplets produced through coughing and sneezing
- Close personal contact, such as caring for an infected person
- Touching an object or surface with the virus on it, then touching your mouth, nose, or eyes before washing your hands

Teach your family the importance of taking steps to prevent infection

There is no vaccine or cure for COVID-19 at this time. Antibiotics only treat infections caused by bacteria so don't work against the virus that causes COVID-19. The best thing you can do to protect yourself, is to take steps to avoid infection:

- Wash your hands often and do it thoroughly. Use soap and water for at least 20 seconds. If soap and water are not available, use alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol for at least 20 seconds.
- Minimize close contact with others when possible.
- Limit close contact with people who are sick. Try to stay at least 6 feet away from someone who is sick – for example, if you see someone coughing, move away.
- Routinely clean and disinfect frequently touched objects and surfaces using regular household cleaning spray or wipes.
- Do not share objects such as utensils, cups, food, and drink.
- Get a flu shot to protect against influenza.

Know the symptoms of COVID-19

Most people will have a mild or moderate illness and will get better without complications. Symptoms in children tend to be milder, but our understanding of this illness is continuing to evolve. We do know that some individuals, mainly adults, will become severely ill and need to go to the hospital

Symptoms include:

- Fever
- Cough
- Difficulty breathing

Take extra care if you are at risk of serious illness from COVID-19

Some people are more likely to become seriously ill if they get COVID-19. This includes the elderly, people with HIV or cancer who may have weakened immune systems, and those with heart or lung disease. It is very important that these people take extra care to avoid close contact with other people who are sick and contact their healthcare provider immediately if they do become sick.

Know what to do if you become ill:

- Stay at home or go home as soon as possible if you begin to feel unwell, even if you have mild symptoms such as headache and slight runny nose. Stay home for at least 24 hours after you no longer have a fever or symptoms of a fever without the use of fever-reducing medicines.
- Wash your hands well and often.
- Cover your cough and sneezes with a tissue, and then dispose of the tissue and clean your hands immediately. If you do not have a tissue, use your sleeve (not your hands).
- Try to stay at least 6 feet away from others.

KEEP EMERGENCY ROOMS AND HOSPITALS FREE TO TREAT SERIOUS ILLNESSES!

- People with mild illnesses should not go to ERs or hospitals for treatment.
- Most people with flu-like illness will get better without the need to see a doctor or take special medicines.

- Do not care for others if possible while you are sick.
- If you have pets, avoid contact including petting, snuggling, being kissed or licked, and sharing food while you are sick.
- If you must care for people or pets while you are sick, wash your hands before and after.
- Clean and disinfect frequently touched objects and surfaces using a regular household cleaning spray or wipes.
- Do not share objects such as utensils, cups, food, and drink as well as personal hygiene items like toothbrushes and towels.
- Get plenty of fluids.
- Over-the-counter cold and flu medications can reduce fever and help you feel better. Remember to follow the instructions on the package instructions. Note that these medicines do not stop you from spreading germs.
 - o Children should not be given medication that contains aspirin (acetylsalicylic acid) because it can cause a rare but serious illness called Reye’s syndrome. Medicines without aspirin include acetaminophen (Tylenol®) and ibuprofen (Advil®, Motrin®).
 - o Children younger than age 2 should not be given any over-the-counter cold medications without first speaking with a doctor.
- Seek medical care, if needed.

Watch for signs of serious symptoms such as worsening fever, rapid breathing, shortness of breath or dehydration (unable to keep fluids down).

Cleaning

Routinely clean and disinfect all frequently touched surfaces and objects, such as doorknobs, bannisters, countertops, toys, remote controls, faucet handles, and phones. Use the usual cleaning agents and follow the label directions.

Consider the impact of COVID-19 on school, work, and other activities

School and childcare:

- Make sure that you are signed up to receive notices (such as robo-calls, and emails) from your school or childcare.
- Consider how you will manage childcare if there are closures, early dismissals, or other changes to school activities.
- Ask your school how your child can continue to learn if they aren’t in school.

Work:

- Find out about leave policies at work, including if you need to have a doctor’s note.
- Ask about options to work from home if you have a job that might be suitable for teleworking.

Caring for others:



Published bimonthly for San Francisco County foster parents, resource families, NREFMs and kin care providers. To suggest a topic, submit an article, promote an event, or provide feedback, email Sharon.Walchak@sfgov.org.

Editorial Staff

Editors: Agnes Balla and Sharon Walchak
Amabel Baxley, Kimberlee Pitters

City and County of San Francisco/Family & Children Services
PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120

Newsletter Website: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>

Helpful Phone Numbers

HSA Operator	(415) 557-5000
CPS Child Abuse Hotline	(800) 856-5553 or (415) 558-2650
Foster Care Ombudsman	(415) 558-2828
Transportation Duty Line	(415) 557-5376
Licensing/RFA/Recruitment Hotline	(415) 558-2200
San Francisco Families Making a Difference	
Mentor Program for Care Providers	(415) 557-5400
Free Foster Parenting Respite Service	(415) 861-4060 x 3035
Community Services	211
Non-emergency Government Services	311

FCS Agency Directory: www.sfhsa.org/174.htm

- Make a plan for taking care of family members who are elderly, disabled or sick if they, or their care-givers become ill.

Other Situations:

- For tasks or situations that cannot be avoided, stop, think through how you can protect yourself and others as much as possible. Strategies include the use of protective gear, keeping as much of a distance from people as you can, and reducing the amount of time that you need to be in a situation.

Preparing at home

- Make sure that you know the phone number of your doctor's office, local urgent care, and ER facilities so that you can call them if you become sick instead of just showing up. Put important numbers on the fridge, and in your phones.
- Update your emergency kits with non-perishable food, water and essential supplies in case you need to stay home.
- Have adequate supplies of prescription medications as well as over the counter medicines to help with cold and flu symptoms.

Know where to get reliable information

Beware of scams, false news and hoaxes surrounding novel coronavirus. Accurate information will always be distributed by Public Health through press releases, social media, and our website. The website has more information on COVID-19 including FAQs and infographics.

- San Francisco Department of Public Health
 - o <https://www.sfdcp.org/infectious-diseases-a-to-z/coronavirus-2019-novel-coronavirus/>

Other reliable sources of information about novel coronavirus are:

- California Department of Public Health (CDPH, State)
 - o <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC, National)
 - o <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- World Health Organization (WHO, International)
 - o <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

**911 is not for health information!
Keep emergency lines open.**

En respuesta al brote del coronavirus (COVID-19) en San Francisco, Los Servicios para Niños y Familias han cancelado hasta nuevo aviso, todas las juntas, entrenamientos, y eventos de proveedores de cuidado que normalmente se llevan a cabo en persona. Estamos buscando métodos alternativos para proporcionarles entrenamientos remotos y mantenernos en contacto con los proveedores de cuidado. El equipo de RFA ha estado trabajando arduamente para mantener la comunicación con todos los cuidadores. Aunque muy poca interacción cara a cara es necesaria, estamos haciendo todo el esfuerzo para mantenernos en contacto mediante el uso del teléfono e internet para asegurar el bienestar de todos. La información adjunta provee formas de mantener a su familia segura y de cómo usted puede apoyar los esfuerzos para disminuir y retrasar la propagación del COVID-19.

Si usted tiene preguntas en cuanto a los recursos para los proveedores de cuidado, favor de contactar a la cuidadora Liaison Arlene Hylton en: 415-557-5067 o arlene.hylton@sfgov.org.

Por favor, continúe enviando sus referencias de capacitación y sus preguntas al correo electrónico de PCC PPC@afs4kids.org.

Recursos de entrenamientos en línea para la capacitación avanzada de RFA:

Foster Parent College — <http://www.fosterparentcollege.com/>

QPI California ** Entrenamientos justo a tiempo ('Just In Time') <http://www.qpicalifornia.org/>

Curso en línea, Entrenamiento para informante obligatorio ('Mandated Reporter Training')

<https://mandatedreporter.ca.gov/training> o El entrenamiento para informante obligatorio en casos de abuso infantil ('The Child Abuse Mandated Reporter Training')

***Tome en cuenta: Por favor, asegúrese de enviar sus certificados de capacitación a su trabajador de RFA después de terminar cualquiera de los entrenamientos*

Nuevo coronavirus (COVID-19) Orientación para padres de niños pequeños

Nosotros solicitamos su ayuda para prepararse y fomentar la prevención de la propagación del nuevo coronavirus en San Francisco. En todo el mundo, continúa el aumento del número de personas infectadas con este virus, causante de la "enfermedad del coronavirus 2019" (abreviada como COVID-19). Debemos prepararnos para evitar la propagación local de la infección.

Conozca cómo se propagan la coronavirus

La COVID-19 probablemente se transmite de la misma forma que otras enfermedades respiratorias, tales como la

Information taken from the Los Angeles County Department of Public Health's COVID-19 Guidance for Parents 3/2/2020, adapted for San Francisco by the SF Child Health and Disability Prevention Program (CHDP), part of Maternal, Child and Adolescent Health, San Francisco Department of Public Health

gripe. Se piensa que se transmite de una persona con síntomas a otras:

- Por medio de pequeñas gotas producidas al toser y estornudar.
- Contacto físico cercano, como cuidar a una persona infectada.
- Tocar un objeto o superficie que tenga el virus y luego tocar su boca, nariz u ojos antes de lavarse las manos.

Enséñele a su familia la importancia de tomar medidas para evitar la infección

En este momento, no existe vacuna o cura para la COVID-19. Los antibióticos solo tratan las infecciones ocasionadas por bacterias y no funcionan con el virus que ocasiona la COVID-19. Lo mejor que puede hacer para protegerse es tomar medidas para evitar la infección:

- Lávese las manos frecuentemente y hágalo minuciosamente. Use agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol durante al menos 20 segundos.
- Minimice el contacto cercano con otras personas, cuando sea posible.
- Limite el contacto cercano con otras personas si está enfermo. Intente mantenerse a mínimo 2 metros (6 pies) de personas enfermas, por ejemplo, si ve toser a alguien, apártese.
- Limpie y desinfecte rutinariamente objetos y superficies que se tocan con regularidad mediante aerosoles o toallitas normales para la limpieza del hogar.
- No comparta objetos como utensilios, tazas, alimentos y bebidas.
- Póngase la vacuna antigripal para protegerse contra la gripe.

Conozca los síntomas de la COVID-19

La mayoría de personas tienen síntomas leves o moderados y mejorarán sin complicaciones. Los síntomas en los niños tienden a ser más leves, pero lo que sabemos de esta enfermedad sigue en constante evolución. Lo que sí sabemos es que algunos individuos, especialmente adultos, tendrán síntomas graves y necesitarán ir al hospital

Los síntomas incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

Tenga especial cuidado si está en riesgo de sufrir síntomas graves por la COVID-19

Algunas personas tienen más probabilidades de presentar síntomas graves si se contagian de la COVID-19. Esto incluye las personas mayores, las personas con VIH o cáncer (que podrían tener sistemas inmunitarios debilitados), y personas con enfermedades del corazón o los pulmones. Es muy importante que tenga especial cuidado para evitar el contacto cercano con otras personas con síntomas y que si estas se enferman, se ponga en contacto inmediatamente con su proveedor de salud.

Sepa qué hacer si se enferma:

- Quéedese en casa o vuelva a casa lo antes posible si se empieza a sentir enfermo, incluso si tiene síntomas leves, como dolor de cabeza y goteo nasal leve. Quéedese en casa durante al menos 24 horas después de que ya no presente fiebre o síntomas de fiebre sin haber usado medicamentos para bajar la fiebre.
- Lávese las manos bien y frecuentemente.

¡MANTENGA LOS SERVICIOS DE EMERGENCIA Y LOS HOSPITALES LIBRES PARA TRATAR ENFERMEDADES GRAVES!

- Las personas con síntomas leves no deben asistir a los servicios de emergencia u hospitales para recibir tratamiento.
- La mayoría de personas con síntomas como los de la gripe mejorarán sin necesidad de consultar a un médico o tomar medicamentos

- Cúbrase la boca con un pañuelo desechable al toser y estornudar, e inmediatamente deseche el pañuelo y límpiese las manos. Si no tiene un pañuelo, use su manga (no sus manos).
- Intente estar a mínimo 2 metros (6 pies) de las demás personas.
- Si es posible, no cuide de otros mientras esté enfermo.
- Si tiene mascotas, evite el contacto con estas mientras está enfermo, como acariciarlas, abrazarlas, permitir que lo besen o laman y compartir alimentos.
- Si debe cuidar de otras personas o mascotas mientras está enfermo, lávese las manos antes y después de hacerlo.
- Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan con regularidad mediante aerosoles o toallitas normales para la limpieza del hogar.
- No comparta objetos como utensilios, tazas, alimentos y bebidas, así como utensilios de higiene personal como cepillos de dientes y toallas.
- Beba líquidos en abundancia.
- Los medicamentos de venta libre para el resfriado y la gripe pueden reducir la fiebre y ayudarlo a sentirse mejor. Recuerde seguir las instrucciones en las instrucciones del medicamento. Tenga en cuenta que estos medicamentos no evitan que propague los gérmenes.
 - o A los niños no se les debe administrar medicamentos que contenga aspirina (ácido acetilsalicílico) debido a que puede ocasionar una enfermedad grave y poco común conocida como síndrome de Reye. Algunos medicamentos sin aspirina son el acetaminofén (Tylenol®) y el ibuprofeno (Advil®, Motrin®).
 - o A los niños menores de 2 años no se les debe administrar ningún medicamento de venta libre contra el resfriado sin consultar primero con un médico.
- Busque atención médica, de ser necesario.

Esté atento a señales de síntomas graves como el empeoramiento de la fiebre, respiración rápida, dificultad para respirar o deshidratación (no poder retener los líquidos).

Limpieza

Limpie y desinfecte rutinariamente todas las superficies y objetos que se tocan con regularidad, como pomos, barandas, juguetes, controles remotos, llaves de grifos y teléfonos. Utilice agentes limpiadores de uso habitual y siga las instrucciones de las etiquetas.

Tenga en cuenta el efecto de la COVID-19 en la escuela, el trabajo y otras actividades

Escuela y guardería:

- Asegúrese de que se ha suscrito para recibir noticias (como llamadas automáticas y correos electrónicos) de su escuela o guardería.
- Piense en cómo gestionará el cuidado infantil si hay cierres, ceses anticipados u otros cambios en las actividades escolares.

K.I.D.S.

Bimensualmente publicada para padres de crianza, familias de apoyo, miembros de familia extensa no familiares, y proveedores de cuidado familiar en el condado de San Francisco. Para sugerir un tema, entregar un artículo, promocionar un evento, o hacer comentarios, mande correo electrónico a la dirección Sharon.Walchak@sfgov.org.

Personal editorial
 Editors: Agnes Balla and Sharon Walchak
 Amabel Baxley, Kimberlee Pitters

Ciudad y Condado de San Francisco/Servicios de Familia y Niños
 PO Box 7988 • 170 Otis Street, San Francisco, CA 94120
 Sitio de web del boletín informativo: <https://sfcaresforkids.org/kids-newsletter/>.

Números telefónicos útiles:

Operadora de la Agencia de Servicios Humanos: (415) 557-5000
 Servicios de Protección Infantil, Línea Directa de Abuso Infantil: (800) 856-5553 o (415) 558-2650
 Ombudsman, Defensor del pueblo, de Orfanato: (415) 558-2828
 Línea de servicio de transporte: (415) 557-5376
 Licencia/Aprobación de Familias de Apoyo/Línea directa de reclutamiento: (415) 558-2200
 Familias de San Francisco Marcando la Diferencia (San Francisco Families Making a Difference)
 Programa de mentores para cuidadores: (415) 557-5400
 Servicio gratuito de revelado para padres de acogida: (415) 861-4060 x 3035
 Servicios de comunidad: 211
 Servicios gubernamentales (no emergencia) 311
 Directorio de agencias de cuidado de niños y servicios de familia: www.sfhsa.org/174.htm

- Pregunte a su escuela cómo su hijo puede seguir aprendiendo si no va a la escuela.

Trabajo:

- Conozca las políticas de permisos en su trabajo, incluido si necesita un certificado médico.
- Pregunte por opciones de trabajo desde casa, si tiene un trabajo que podría ser apto para el teletrabajo.

Cuidado de otras personas:

- Diseñe un plan para cuidar de los familiares que sean personas mayores, tengan discapacidad o estén enfermos, si ellos o sus cuidadores se enferman.

Otras situaciones:

- Para tareas o situaciones que no pueden evitarse, deténgase, piense sobre cómo protegerse a usted mismo y a los demás todo lo que pueda. Las estrategias incluyen usar equipo de protección, mantener tanta distancia de otras personas como sea posible y reducir el tiempo que necesita estar en esa situación.

Preparación en casa

- Asegúrese de que conoce el número telefónico de la consulta de su médico, de la atención de urgencia local y de los centros de emergencia para que, si se siente enfermo, pueda llamarlos en lugar de asistir. Ponga los números en el refrigerador y guárdelos en su teléfono.
- Incluya alimentos no perecederos, agua y suministros básicos en su kit de emergencia, en caso de que tenga que quedarse en casa.
- Tenga suministros adecuados de medicamentos con prescripción, así como medicamentos de venta libre, para aliviar los síntomas de resfriado y gripe.

Sepa dónde obtener información confiable

Tenga cuidado con las estafas, las noticias falsas y engaños que rodean el tema del nuevo coronavirus. La información correcta, incluidos anuncios de nuevos casos en el condado de San Francisco, siempre la distribuirá Salud Pública mediante comunicados de prensa y nuestro sitio web. El sitio web tiene más información sobre la COVID-19, incluidas preguntas frecuentes (FAQ) y infografías.

- El Departamento de Salud Pública de San Francisco (SFDPH, condado)
o <https://www.sfdcpc.org/infectious-diseases-a-to-z/coronavirus-2019-novel-coronavirus/>

Otras fuentes confiables de información sobre el nuevo coronavirus son:

- Departamento de Salud Pública de California (CDPH, estatal)
o <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC, nacional)
o <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
- Organización Mundial de la Salud (OMS, internacional)
o <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

**¡911 no es para información de salud!
Mantenga desocupadas las líneas de emergencia.**