



ការបង្ការជំងឺ COVID-19 នៅតាមទីកន្លែងសាធារណៈ

នៅក្នុងខោនធី Los Angeles ដោយសារតែការបន្តរីករាលដាលនៃជំងឺ COVID-19 មានច្បាប់ដែលត្រូវតែអនុវត្តនៅតាមទីតាំងសាធារណៈ ដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការចម្លងជំងឺ COVID-19។ ច្បាប់ដែលបានរៀបរាប់ខាងក្រោមត្រូវបានចែងនៅក្នុង [សេចក្តីបង្គាប់របស់មន្ត្រីសុខាភិបាល](#) របស់ខោនធី LA និងនៅក្នុង [បទបញ្ញត្តិស្តីពីការចាក់ថ្នាំបង្ការ](#) របស់ទីក្រុង Los Angeles។ នៅថ្ងៃទី 8 ខែវិច្ឆិកា ឆ្នាំ 2021 ទីក្រុង Los Angeles បានចាប់ដំណើរការកម្មវិធី [SafePassLA](#) ដែលតម្រូវឱ្យមានភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ពេញលេញនៅតាមទីតាំងអាជីវកម្ម ទីតាំងរៀបចំកម្មវិធី និងការរៀបចំព្រឹត្តិការណ៍ផ្សេងៗ ទាំងនៅខាងក្នុងនិងនៅខាងក្រៅអគារដែលនៅក្នុងទីក្រុង Los Angeles។ ចូរកត់សម្គាល់ថា ទីតាំងអាជីវកម្មនិងអ្នករៀបចំព្រឹត្តិការណ៍អាចបង្កើតច្បាប់ផ្ទាល់ខ្លួនបន្ថែមពីលើតម្រូវការរបស់សុខភាពសាធារណៈ និងទីក្រុងបាន។ សូមសាកសួរទៅកាន់អាជីវកម្ម អ្នករៀបចំព្រឹត្តិការណ៍ ឬទីតាំងកម្មវិធីអំពីច្បាប់របស់ពួកគេមុនពេលទិញសំបុត្រ ឬទៅទស្សនានៅទីនោះ។

សេចក្តីសង្ខេបនៃតម្រូវការនៃការពាក់ម៉ាស់ ការធ្វើតេស្តរកមេរោគ ព្រមទាំងការចាក់ថ្នាំបង្ការ និងសេចក្តីណែនាំផ្សេងៗសម្រាប់អតិថិជន/ភ្ញៀវនៅតាមទីកន្លែងសាធារណៈ៖ ខោនធី LA និង ទីក្រុង LA

ប្រភេទទីតាំង	ប្រភេទនៃហាងអាជីវកម្ម ទីតាំងកម្មវិធី ឬព្រឹត្តិការណ៍	ការពាក់ម៉ាស់ ¹	តម្រូវការភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19 ឬការធ្វើតេស្តទទួលបានលទ្ធផលអវិជ្ជមាននាពេលថ្មីៗនេះ? ²
នៅខាងក្នុងអគារ	ទីតាំងកម្មវិធី ឬព្រឹត្តិការណ៍ ³ (អ្នកចូលរួមក្រោម 1,000 នាក់)	តម្រូវការចាំបាច់	ទីក្រុង LA: <ul style="list-style-type: none"> តម្រូវការចាំបាច់៖ ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ តម្រូវការចាំបាច់៖ ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> ប្រហែលជាអាចតម្រូវជាចាំបាច់ឱ្យមានការចាក់ថ្នាំបង្ការ ឬការធ្វើតេស្តរកមេរោគដោយទីតាំងកម្មវិធី⁶
	ព្រឹត្តិការណ៍ធំៗបំផុត ⁴ (អ្នកចូលរួមចាប់ពី 1,000 នាក់ឡើងទៅ)	តម្រូវការចាំបាច់	ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> តម្រូវការចាំបាច់៖ ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ ឬក៏ ការធ្វើតេស្តទទួលបានលទ្ធផលអវិជ្ជមាន
	បារ ហាងស្រាបៀរ ហាងស្រា ទំពាំងបាយជូរ ហាងបិតស្រា ក្តីបរាត្រី និងកន្លែងទទួលភ្ញៀវ ⁵	តម្រូវការចាំបាច់ លើកលែងតែនៅពេលដែលកំពុងបរិភោគអាហារ ឬភេសជ្ជៈយ៉ាងសកម្ម	ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> តម្រូវការចាំបាច់៖ ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅ
	គោដនិយដ្ឋាន ហាងកាហ្វេ អាហារដ្ឋាន អាជីវកម្មអាហាររហ័ស សាលារៀបចំពិធីជប់លៀង ⁵	តម្រូវការចាំបាច់ លើកលែងតែនៅពេលដែលកំពុងបរិភោគអាហារ ឬភេសជ្ជៈយ៉ាងសកម្ម	ទីក្រុង LA: <ul style="list-style-type: none"> តម្រូវការចាំបាច់៖ ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ តម្រូវការចាំបាច់៖ ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> ត្រូវបានណែនាំយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់សម្រាប់សេវាកម្មនៅខាងក្នុងអគារ⁶
	កន្លែងហាត់ប្រាណ និងកាយសម្បទា	តម្រូវការចាំបាច់	ទីក្រុង LA: <ul style="list-style-type: none"> តម្រូវការចាំបាច់៖ ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ តម្រូវការចាំបាច់៖ ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំឡើងទៅ
	ហាងអាជីវកម្មការថែទាំផ្ទាល់ខ្លួន	តម្រូវការចាំបាច់	ទីក្រុង LA: <ul style="list-style-type: none"> តម្រូវការចាំបាច់៖ ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ



ការបង្ការជំងឺ COVID-19 នៅតាមទីកន្លែងសាធារណៈ

			<ul style="list-style-type: none"> • តម្រូវការចាំបាច់: ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំ ឡើងទៅ
នៅខាងក្រៅ អគារ	ទីតាំងកម្មវិធី ឬព្រឹត្តិការណ៍³ (អ្នកចូលរួមក្រោម 5,000 នាក់)	បានណែនាំ	ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> • ត្រូវបានណែនាំឱ្យអនុវត្តយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់⁶
	ទីតាំងកម្មវិធី ឬព្រឹត្តិការណ៍³ (អ្នកចូលរួមចាប់ពី 5,000 ទៅ 9,999 នាក់)	បានណែនាំ	ទីក្រុង LA: <ul style="list-style-type: none"> • តម្រូវការចាំបាច់: ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការ ពេញលេញ • តម្រូវការចាំបាច់: ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំ ឡើងទៅ ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> • ត្រូវបានណែនាំឱ្យអនុវត្តយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់⁶
	ព្រឹត្តិការណ៍ធំៗបំផុត³ (អ្នកចូលរួមចាប់ពី 10,000 នាក់ ឡើងទៅ)	តម្រូវការចាំបាច់	ខោនធី LA: <ul style="list-style-type: none"> • តម្រូវការចាំបាច់: ភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការ ពេញលេញ ឬ ការធ្វើតេស្តទទួលបានលទ្ធផល អវិជ្ជមាន សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុ ចាប់ពី 12 ឆ្នាំឡើងទៅ • តម្រូវការចាំបាច់: ប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត សម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 18 ឆ្នាំ ឡើងទៅ

1 សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិត និងការលើកលែងផ្សេងៗ សូមមើល *តម្រូវការនៃការពាក់ម៉ាស់* ខាងក្រោម។

2 សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិត សូមមើល *វិធីបញ្ជាក់ថាអ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការ* និង *វិធីបំពេញតាមតម្រូវការនៃការធ្វើតេស្ត* ខាងក្រោម។

3 ទីតាំងកម្មវិធី ឬព្រឹត្តិការណ៍រួមមាន ទីតាំងកម្សាន្តនិងទីតាំងបង្កបរិយាកាសវិកាយ ដូចជាមជ្ឈមណ្ឌលលក់ទំនិញ រោង ភាពយន្ត មជ្ឈមណ្ឌលកម្សាន្តលក្ខណៈក្រសួរ ទីតាំងសម្តែងផ្ទាល់រួមទាំងរោងសម្តែងសិល្បៈ ទីតាំងតន្ត្រីនិងការប្រកួតតន្ត្រី វេទិកាកីឡា មជ្ឈមណ្ឌលសន្និបាត សារមន្ទីរ និងសាលាពិព័រណ៍។

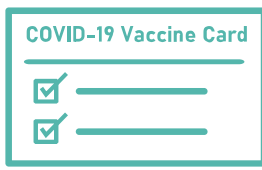
4 ព្រឹត្តិការណ៍ធំៗបំផុត (Mega Events) គឺជាព្រឹត្តិការណ៍ដែលមានចំនួនមនុស្សច្រើនកុះករ រួមមាន៖ សន្និបាត (conventions) សន្និសិទ្ធ (conference) ការតាំងពិព័រណ៍ (expos) ការប្រកួតតន្ត្រី ការសម្តែង ក្លឹបហត្រី ព្រឹត្តិការណ៍កីឡា ព្រឹត្តិការណ៍និងការ កម្សាន្តដែលផ្សាយផ្ទាល់ ពិព័រណ៍ (fairs) ពិធីបុណ្យ (festivals) ក្បួនដង្ហែរ សួនជិះកម្សាន្ត (theme parks) សួនកម្សាន្ត (amusement parks) ឧទ្យានលេងទឹក (water parks) ព្រឹត្តិការណ៍ឬការជួបជុំក្នុងក្រុង ឯកជន ការរត់ម៉ារ៉ាតុងឬការរត់ ប្រណាំង និងពិព័រណ៍រថយន្ត។ ព្រឹត្តិការណ៍ការណ៍ធំៗបំផុតដែលនៅខាងក្នុងអគារមានអ្នកចូលរួមចាប់ពី 1,000 នាក់ឡើង ទៅ។ ព្រឹត្តិការណ៍ការណ៍ធំៗបំផុតដែលនៅខាងក្រៅអគារមានអ្នកចូលរួមចាប់ពី 10,000 នាក់ឡើងទៅ។

5 ប្រសិនបើអ្នកមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការ អ្នកអាចប្រើទីតាំងនៅខាងក្រៅអគារបាន។ អ្នកអាចចូលទៅខាងក្នុងដើម្បីឆ្លងកាត់ ទៅដល់ទីតាំងខាងក្រៅអគារ ប្រើបន្ទប់ទឹក កម្នុង ទៅទទួលយក ឬបង់ថ្លៃអាហារនិងភេសជ្ជៈ ដរាបណាអ្នកពាក់ម៉ាស់។

6 សុខភាពសាធារណៈណែនាំយ៉ាងម៉ឺងម៉ាត់ថា តម្រូវជាចាំបាច់ឱ្យមានភ័ស្តុតាងនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការ និង/ឬការធ្វើតេស្តទទួល លទ្ធផលអវិជ្ជមានសម្រាប់ហាងអាជីវកម្ម ទីតាំងកម្មវិធី ឬព្រឹត្តិការណ៍។

វិធីបញ្ជាក់ថាអ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19

ដើម្បីបញ្ជាក់ថា អ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19 អ្នកអាចបង្ហាញកាត់កំណត់ត្រា នៃការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 របស់អ្នក កំណត់ត្រាថតចម្លងនៃកាត់របស់អ្នក ឬរូបថតកាត់ ដែលផ្ទុកនៅក្នុងទូរស័ព្ទដៃឬឧបករណ៍អេឡិចត្រូនិច ដូចជាបន្ទះកំព្យូទ័រ (tablet)។ អ្នកក៏អាច បង្ហាញកំណត់ត្រាលក្ខណៈខ្លីដីថលនៃការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 របស់អ្នកផងដែរ។ នៅទីតាំង កម្មវិធីខ្លះ អ្នកត្រូវតែបង្ហាញប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថតផងដែរ។



ការបង្ការជំងឺ COVID-19 នៅតាមទីកន្លែងសាធារណៈ

សូមចូលទៅកាន់ [គេហទំព័រកំណត់ត្រានៃការចាក់ថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19](#) របស់សុខភាពសាធារណៈ ដើម្បីស្វែងយល់អំពីប្រភេទផ្សេងៗនៃកំណត់ត្រាការចាក់ថ្នាំបង្ការ។ អ្នកអាចទទួលបានកំណត់ត្រានៃការចាក់ថ្នាំបង្ការលក្ខណៈឌីជីថលដោយឥតគិតថ្លៃតាមរយៈគេហទំព័រ myvaccinerecord.cdph.ca.gov។

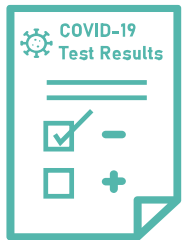
អ្នកត្រូវបានគេចាត់ទុកថា បានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញប្រសិនបើអ្នកបានជំងឺ COVID-19 រយៈពេលពីរសប្តាហ៍បន្ទាប់ពី៖

- អ្នកបានចាក់ដូសតែមួយគត់នៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ប្រភេទ Johnson & Johnson (J&J)/Janssen ឬក៏
- អ្នកបានចាក់ដូសទីពីរនៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ប្រភេទ Pfizer ឬប្រភេទ Moderna ឬក៏
- អ្នកបានបញ្ចប់ការចាក់ជាលំដាប់នៃថ្នាំបង្ការជំងឺ COVID-19 ប្រភេទណាមួយដែល [បានចុះបញ្ជីអន្តរក្រសួងប្រើប្រាស់ជាបន្ទាន់](#) ដោយអង្គការសុខភាពពិភពលោក (WHO)

សូមមើលនៅលើគេហទំព័រ [នៅពេលណាដែលអ្នកបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ](#) តាមរយៈ VaccinateLACounty.com សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។

របៀបបំពេញតាមតម្រូវការនៃការធ្វើតេស្តត្រួតពិនិត្យជំងឺ COVID-19 ទទួលបានលទ្ធផលអវិជ្ជមាន

ដើម្បីបំពេញតាមតម្រូវការនៃការធ្វើតេស្តនេះ អ្នកត្រូវតែបង្ហាញប័ណ្ណសម្គាល់ខ្លួនដែលមានរូបថត និងលទ្ធផលនៃការធ្វើតេស្តរកមេរោគ COVID-19 របស់អ្នកដែលត្រូវបានធ្វើឡើងក្នុងអំឡុងពេល 72 ម៉ោងមុនអ្នកចូលទៅកាន់ហាងអាជីវកម្ម ឬព្រឹត្តិការណ៍នោះ។



- លទ្ធផលតេស្តត្រូវតែអវិជ្ជមាន។
- លទ្ធផលត្រូវតែជាឯកសារដែលបានបោះពុម្ព ហើយបានមកពីអ្នកផ្តល់សេវាកម្មធ្វើតេស្តឬមន្ទីរពិសោធន៍ ឬជាអ៊ីមែលឬជាសារជាអក្សរដែលបានមកពីអ្នកផ្តល់សេវាកម្មធ្វើតេស្តឬមន្ទីរពិសោធន៍ដែលមាននៅក្នុងទូរស័ព្ទ។
- ការធ្វើតេស្តនេះត្រូវតែជាការធ្វើតេស្តរកមេរោគ (ការធ្វើតេស្តដោយយកសំណាក ឬទឹកមាត់) ដូចជាតេស្តរកហ្សែនមេរោគឬតេស្តពង្រីកអាស៊ីដនុយត្រូអ៊ីត (NAAT)/តេស្តរកទម្រង់មេរោគ (PCR) ឬតេស្តរកសារធាតុដែលបញ្ចូលក្នុងខ្លួនដើម្បីបង្កើតភាពស៊ាំ (antigen test)។ ការធ្វើតេស្តរកសារធាតុទប់ទល់នឹងជំងឺក្នុងឈាមឬអង់ទីប៊ី (antibody test) ឬការធ្វើតេស្តឈាម (serology) មិនអាចទទួលយកបានទេ។

តម្រូវការនៃការពាក់ម៉ាស់

មនុស្សគ្រប់រូបត្រូវបានតម្រូវឲ្យពាក់ម៉ាស់នៅគ្រប់ទីកន្លែងសាធារណៈដែលនៅខាងក្នុងអគារ ទីតាំងកម្មវិធី ទីកន្លែងជួបជុំគ្នា និងតាមអាជីវកម្មសាធារណៈនិងឯកជននៅក្នុងខោនធី Los Angeles។ ការពាក់ម៉ាស់ក៏ត្រូវតម្រូវជាចាំបាច់ផងដែរ នៅពេលធ្វើដំណើរតាមមធ្យោបាយដឹកជញ្ជូនសាធារណៈ ក្នុងមជ្ឈមណ្ឌលមធ្យោបាយដឹកជញ្ជូន នៅព្រឹត្តិការណ៍ធំៗបំផុត (Mega Events) ដែលរៀបចំឡើងនៅខាងក្រៅអគារ និងនៅតាមហាងអាជីវកម្មផ្សេងទៀត ប្រសិនបើជាគោលការណ៍របស់ទីកន្លែងនោះ។



- **អ្នកត្រូវបានអនុញ្ញាតឱ្យដោះម៉ាស់របស់អ្នកចេញ ខណៈពេលដែលអ្នក៖**
 - កំពុងពិសារអាហារឬភេសជ្ជៈយ៉ាងសកម្ម ប្រសិនបើអ្នកកំពុងអង្គុយឬឈរនៅទីកន្លែងជាក់លាក់ ដូចជាតាមតុ គុកិតលុយ ឬកៅអីដែលមានលក់សំបុត្រ។ (អ្នកត្រូវតែពាក់ម៉ាស់ផងដែរនៅពេលអ្នកកំពុងរង់ចាំការបម្រើ នៅចន្លោះពេលការលើកម្ហូបឬភេសជ្ជៈមក និងពេលអង្គុយបន្ទាប់ពីពិសារអាហារឬភេសជ្ជៈរបស់អ្នករួចរាល់)។
 - នៅតែម្នាក់ឯងនៅក្នុងបន្ទប់/ទីធ្លាដាច់ដោយឡែក។
 - កំពុងដូតទឹក ឬហែលទឹក។
 - កំពុងទទួលយកសេវាកម្មអនាម័យផ្ទាល់ខ្លួន ឬសេវាកម្មថែសម្បុរផ្ទាល់ខ្លួន (ដូចជាម៉ាស្សាមុខ ឬកោរពុកមាត់) ដែលមិនអាចធ្វើបានដោយមិនដោះម៉ាស់របស់អ្នកចេញ។

មានមនុស្សមួយចំនួនដែលមិនគួរពាក់ម៉ាស់ ដូចជាកុមារអាយុក្រោម 2 ឆ្នាំ មនុស្សដែលមានបញ្ហាសុខភាពឬពិការភាពជាក់លាក់ និងមនុស្សដែលត្រូវបានណែនាំមិនឱ្យពាក់ម៉ាស់ដោយគ្រូពេទ្យរបស់ពួកគេ។ កុមារអាយុចាប់ពី 2 ទៅដល់ 8 ឆ្នាំគួរពាក់ម៉ាស់នៅពេលដែលស្ថិតក្រោមការគ្រប់គ្រងរបស់មនុស្សពេញវ័យតែប៉ុណ្ណោះ។ ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីការពាក់ម៉ាស់ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/masks។

ការបង្ការជំងឺ COVID-19 នៅតាមទីកន្លែងសាធារណៈ

អនុវត្តតាមជំហានបន្ថែមទៀតដើម្បីការពារខ្លួនអ្នក

- ពាក់ម៉ាស់នៅតាមទីកន្លែងដែលនៅខាងក្រៅអគារពេលដែលការរក្សាគម្លាតមិនអាចអនុវត្តបាន។
 - នេះរួមទាំងពេលកំពុងឈរតម្រងជួរចាំ ឧទាហរណ៍ ពេលរង់ចាំចូល ចាកចេញ ប្រើបន្ទប់ទឹក ឬទិញអាហារឬភេសជ្ជៈ។ នេះត្រូវបានណែនាំឱ្យអនុវត្តយ៉ាងម៉ឺងមាត់។
- ពាក់ម៉ាស់ពីរជាន់ ឬឧបករណ៍ជំនួយការដកដង្ហើម ប្រសិនបើអ្នកស្ថិតនៅជិតមនុស្សដទៃទៀតដែលប្រហែលជាមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ។
 - "ការពាក់ម៉ាស់ពីរជាន់" (ពាក់ម៉ាស់ក្រណាត់ពីលើម៉ាស់វះកាត់) ឬការពាក់ឧបករណ៍ជំនួយការដកដង្ហើមប្រភេទ N95 ផ្តល់ការការពារកម្រិតខ្ពស់ជាងម៉ាស់ក្រណាត់ធម្មតា។ នេះមានសារៈសំខាន់ជាពិសេស ប្រសិនបើអ្នកមិនបានចាក់ថ្នាំបង្ការពេញលេញ ឬមានប្រព័ន្ធភាពស្តាំខ្សោយ ហើយស្ថិតនៅទីតាំងនៅខាងក្នុងអគារ ឬទីតាំងនៅខាងក្រៅអគារដែលមានមនុស្សច្រើនកុះករ។
- សូមរក្សាគម្លាតរាងកាយ។
 - ជៀសវាងការប្រមូលផ្តុំគ្នាច្រើនកុះករ និងរក្សាគម្លាតពីអ្នកដទៃយ៉ាងហោចណាស់ចម្ងាយបោះដៃអស់ 2 ដង (ប្រហែល 6 ហ្វីត) ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន។
 - ទុកកូនតូចៗឱ្យនៅជិតអ្នក ដើម្បីឱ្យពួកគេនៅឆ្ងាយពីអ្នកដទៃ។
- លាងសម្អាតដៃរបស់អ្នកឱ្យបានញឹកញាប់។
 - លាងសម្អាតជាមួយសាប៊ូ និងទឹកយ៉ាងហោចណាស់ 20 វិនាទី ឬប្រើទឹកអនាម័យលាងសម្អាតដៃដែលមានជាតិអាល់កុលយ៉ាងហោចណាស់ 60%។
 - ជៀសវាងការប៉ះពាល់មុខ និងការញុំាដោយប្រើដៃដែលមិនស្អាត។
- ជ្រើសរើសសកម្មភាពខាងក្រៅអគារដែលមានខ្យល់បក់ល្អ។
 - ជ្រើសរើសកន្លែងអង្គុយខាងក្រៅអគារ នៅពេលបរិភោគអាហារក្រៅផ្ទះ។ ហាត់ប្រាណនៅខាងក្រៅ ពេលណាដែលអាចធ្វើទៅបាន។ ប្រសិនបើមិនអាចធ្វើទៅបាននៅខាងក្រៅអគារទេ សូមជ្រើសរើសទីកន្លែងខាងក្នុងអគារដែលមានខ្យល់បក់ចេញចូលល្អ។

ដើម្បីស្វែងយល់បន្ថែមអំពីវិធានការបន្ថយហានិភ័យ និងវិធានការបន្ថយការរីករាលដាលនៃជំងឺ COVID-19 រួមទាំងស្ថានភាពណាដែលប្រឈមនឹងហានិភ័យជាងនោះ សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ ph.lacounty.gov/reducerrisk។

ការទទួលបានការចាក់ថ្នាំបង្ការគឺជាវិធីល្អបំផុត ដើម្បីការពារប្រឆាំងនឹងជំងឺ COVID-19។

ការចាក់ថ្នាំបង្ការគឺគិតគិតថ្លៃ និងមានសម្រាប់មនុស្សគ្រប់គ្នាដែលមានអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំឡើងទៅនៅទូទាំងខោនធី LA ដោយមិនគិតពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ។ នៅតាមទីតាំងជាច្រើន មិនចាំបាច់តម្រូវឱ្យធ្វើការណាត់ជួបទេ។ ការចាក់ថ្នាំបង្ការនៅតាមផ្ទះ ក៏អាចផ្តល់ជូនបានផងដែរ សម្រាប់មនុស្សដែលមិនអាចធ្វើដំណើរចេញពីផ្ទះបាន។

សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.vaccinateLACounty.com ហើយចុចលើ "វិធីទទួលបានការចាក់ថ្នាំបង្ការ" (How To Get Vaccinated) ដើម្បីរកទីតាំងដែលនៅជិតអ្នក ឬក៏

សូមហៅទូរស័ព្ទទៅមជ្ឈមណ្ឌលព័ត៌មានថ្នាំបង្ការរបស់សុខភាពសាធារណៈតាមរយៈលេខ **833 540-0473** ដែលមានបម្រើការជារៀងរាល់ថ្ងៃចាប់ពីម៉ោង 8:00 ព្រឹកដល់ម៉ោង 8:30 យប់។