



# پیشگیری از کووید-19 در محیط‌های عمومی

در شهرستان لس آنجلس، به علت انتشار مستمر کووید-19، قوانینی وجود دارد که باید جهت کاهش سرایت کووید-19 در محیط‌های عمومی رعایت شود. قوانین مندرج در زیر از سوی فرمان افسر بهداشت شهرستان لس آنجلس و حکم صحت‌سنجی واکسن شهر لس آنجلس وضع شده است. در تاریخ 8 نوامبر 2021، شهر لس آنجلس SafePassLA (عبور بی خطر لس آنجلس) را آغاز کرد که اثبات واکسیناسیون کامل کووید-19 را در مشاغل، محل‌های برگزاری و رویدادهای مختلف سرپوشیده و روباز شهر لس آنجلس الزامی می‌کند. توجه داشته باشید که مجموعه‌ها و برگزارکنندگان رویداد می‌توانند افزون بر الزامات اداره بهداشت عمومی و شهر، قوانین خاص خود را نیز وضع کنند. پیش از خرید بلیط یا دیدار از محل، قوانین کسب و کار، برگزارکننده رویداد یا محل برگزاری را با آنان بررسی کنید.

خلاصه الزامات استفاده از ماسک، آزمایش‌دهی و واکسیناسیون و توصیه‌هایی به مشتریان/میهمانان در محیط‌های عمومی: شهرستان لس آنجلس و شهر لس آنجلس

محیط	نوع مجموعه، محل برگزاری یا رویداد	ماسک‌ها <sup>1</sup>	اثبات واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19 یا نتیجه منفی آزمایش اخیر الزامیست <sup>2</sup> ؟
	محل‌های برگزاری یا رویدادها <sup>3</sup> (کمتر از 1,000 نفر شرکت‌کننده)	الزامی	شهر لس آنجلس: <ul style="list-style-type: none"> <li>الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل</li> <li>الزامی: کارت شناسایی عکس‌دار برای همه افراد +18</li> </ul>
	آبر رویدادها <sup>4</sup> (1,000 یا تعداد بیشتری شرکت‌کننده)	الزامی	شهرستان لس آنجلس: <ul style="list-style-type: none"> <li>انجام واکسیناسیون یا آزمایش‌دهی ممکن است از سوی محل برگزاری الزامی باشد.<sup>6</sup></li> </ul>
فضای سرپوشیده	بارها، آپجوسازی‌های، شراب‌سازی‌های، کارخانه‌های مشروبات الکلی، باشگاه‌های شبانه و سالن‌های استراحت <sup>5</sup>	الزامیست، مگر هنگام خوردن یا آشامیدن به‌طور پیوسته	شهرستان لس آنجلس: <ul style="list-style-type: none"> <li>الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل برای همه افراد +12</li> </ul>
	رستوران‌ها، کافی‌شاپ‌ها، کافه‌تریاها، مجموعه‌های فست‌فود، تالارهای پذیرایی <sup>5</sup>	الزامیست، مگر هنگام خوردن یا آشامیدن به‌طور پیوسته	شهر لس آنجلس: <ul style="list-style-type: none"> <li>الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل</li> <li>الزامی: کارت شناسایی عکس‌دار برای همه افراد +18</li> </ul>
	محل باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی	الزامی	شهر لس آنجلس: <ul style="list-style-type: none"> <li>الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل</li> <li>الزامی: کارت شناسایی عکس‌دار برای همه افراد +18</li> </ul>
	مجموعه‌های مراقبت شخصی	الزامی	شهر لس آنجلس: <ul style="list-style-type: none"> <li>الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل</li> <li>الزامی: کارت شناسایی عکس‌دار برای همه افراد +18</li> </ul>

محیط	نوع مجموعه، محل برگزاری یا رویداد	ماسک‌ها <sup>1</sup>	اثبات واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19 یا نتیجه منفی آزمایش اخیر الزامیست <sup>2</sup> ؟
فضای باز	محل‌های برگزاری یا رویدادها <sup>3</sup> (کمتر از 5,000 نفر شرکت‌کننده)	توصیه می‌شود	شهرستان لس آنجلس: • اکیداً توصیه می‌شود. <sup>6</sup>
	محل‌های برگزاری یا رویدادها <sup>3</sup> (5,000 تا 9,999 نفر شرکت‌کننده)	توصیه می‌شود	شهر لس آنجلس: • الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل • الزامی: کارت شناسایی عکس‌دار برای همه افراد +18
	آبر رویدادها <sup>3</sup> (10,000 یا تعداد بیشتری شرکت‌کننده)	الزامی	شهرستان لس آنجلس: • الزامی: اثبات واکسیناسیون کامل یا نتیجه منفی آزمایش برای همه افراد +12 • الزامی: کارت شناسایی عکس‌دار برای همه افراد +18

<sup>1</sup> برای جزئیات و موارد استثناء، به الزامات ماسک در زیر مراجعه کنید.

<sup>2</sup> برای جزئیات، بخش‌های زیر با عنوان «چگونه اثبات کنید واکسینه شده‌اید» و «چگونه الزامات آزمایش‌دهی را برآورده کنید» را ملاحظه فرمایید.

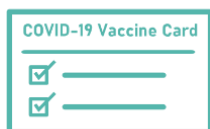
<sup>3</sup> محل‌های برگزاری یا رویدادها شامل اماکن سرگرمی و تفریحی هستند مانند مراکز خرید، سالن‌های سینما، مراکز تفریحی خانوادگی، سالن‌های اجرای زنده از جمله تئاترهای هنرهای نمایشی، سالن‌های موسیقی و کنسرت، سالن‌های ورزشی، مراکز همایش، موزه‌ها و سالن‌های نمایشگاهی است.

<sup>4</sup> آبر رویدادها رویدادهایی هستند که جمعیتی زیاد در آن حضور دارند مانند همایش‌ها، کنفرانس‌ها، نمایشگاه‌ها، کنسرت‌ها، نمایش‌ها، کلوپ‌های شبانه، رویدادهای ورزشی، رویدادهای زنده و سرگرمی، پارک‌های موقتی تفریحی، فستیوال‌ها، رژه‌ها، تم پارک‌ها، شهربازی‌ها، پارک‌های آبی، رویدادهای خصوصی زنده یا تجمعات، ماراٹون‌ها یا مسابقه‌های استقامتی و نمایشگاه‌های خودرو. آبر رویدادهای سرپوشیده 1,000 یا تعداد بیشتری شرکت‌کننده دارند. آبر رویدادهای فضای باز 10,000 یا تعداد بیشتری شرکت‌کننده دارند.

<sup>5</sup> اگر واکسینه نیستید، می‌توانید از محوطه فضای باز استفاده کنید. مادامی که ماسک زده باشید، می‌توانید به داخل بروید تا به محوطه فضای باز برسید، از سرویس بهداشتی استفاده کنید، غذا و نوشیدنی سفارش دهید آن را دریافت کنید یا وجه آن را بپردازید.

<sup>6</sup> اداره بهداشت عمومی اکیداً توصیه می‌کند که ارائه اثبات واکسیناسیون و/یا نتیجه منفی آزمایش از سوی مجموعه، محل برگزاری یا رویداد الزامی باشد.

### چگونه اثبات کنید که کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه شده‌اید



برای اثبات اینکه کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه شده‌اید، می‌توانید مدرک واکسیناسیون کووید-19، فتوکپی کارت خود، یا عکس کارت ذخیره شده را در یک تلفن همراه یا دستگاه الکترونیکی (مانند تبلت) نشان دهید. همچنین می‌توانید مدرک دیجیتال واکسیناسیون کووید-19 خود را نشان دهید. در برخی محل‌های برگزاری، باید کارت شناسایی عکس‌دار نیز نشان دهید.

به آشنایی با انواع مدارک واکسیناسیون، به صفحه وب مدارک واکسیناسیون کووید-19 اداره بهداشت عمومی مراجعه نمایید. شما می‌توانید مدرک دیجیتال واکسیناسیون را بصورت رایگان از نشانی [myvaccinerecord.cdph.ca.gov](http://myvaccinerecord.cdph.ca.gov) دریافت کنید.

شما زمانی کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه تلقی می‌شوید که دو هفته:

- از دریافت واکسن تک دوز کووید-19 Johnson & Johnson (J&J)/Janssen یا Moderna سپری شده باشد، یا
  - از دریافت دوز دوم واکسن کووید-19 Pfizer یا Moderna سپری شده باشد، یا
  - از تمام مجموعه دوزهای یک واکسن کووید-19 که از سوی سازمان جهانی بهداشت (WHO) در فهرست استفاده اضطراری درج شده‌اند سپری شده باشد.
- برای کسب اطلاعات بیشتر، به صفحه وب «زمانی که کاملاً واکسینه هستید» در نشانی [VaccinateLACounty.com](http://VaccinateLACounty.com) مراجعه نمایید.

چگونه الزام آزمایش تشخیصی منفی کووید-19 را برآورده کنید



جهت برآوردن الزام آزمایش‌دهی، شما باید کارت شناسایی عکس‌دار خود و نتیجه آزمایش ویروسی کووید-19 را که ظرف 72 ساعت قبل از ورود به مجموعه یا رویداد گرفته شده، نشان دهید.

- نتیجه آزمایش باید منفی باشد.
- نتیجه مذکور باید یک سند چاپ شده از طرف ارائه دهنده آزمایش یا آزمایشگاه باشد که بر روی گوشی نمایش داده شده است.
- آزمایش مذکور باید یک آزمایش ویروسی باشد (آزمایش سواب یا بزاق) مانند آزمایش NAAT/PCR یا آنتی ژن. آنتی بادی (پادتن) یا سرولوژی (آزمایش‌های خون) قابل قبول نیستند.

الزامات ماسک



همه موظفند در کلیه محیط‌های عمومی سرپوشیده، محل‌های برگزاری، تجمعات و مشاغل عمومی و خصوصی واقع در شهرستان لس آنجلس ماسک بزنند. شما موظفید همچنین هنگام استفاده از وسایل نقلیه عمومی، در مراکز حمل و نقل، در فضاهای باز در ابر رویدادها و در سایر مشاغل که سیاست آنها چنین حکم می‌کند ماسک بزنید.

شما مجاز هستید در موقعیت‌های زیر ماسک خود را بردارید:

- صرف غذا یا نوشیدنی به‌طور پیوسته، به شرطی که نشسته باشید یا در محل خصوصی مانند کنار میز، پیشخان یا صندلی‌های بلیطی ایستاده باشید. (شما باید زمانی که در انتظار سرو شدن سفارش‌تان هستید، بین وعده‌های غذایی یا نوشیدنی‌ها و هنگامی که پس از صرف غذا یا نوشیدنی‌تان نشسته‌اید، ماسک بزنید).
- تنها در یک اتاق/فضای جداگانه هستید.
- هنگام دوش گرفتن یا شنا کردن.
- دریافت خدمات بهداشتی یا مراقبت شخصی (مانند فیشال یا اصلاح) که بدون برداشتن ماسک انجام‌پذیر نیست.

عده‌ای از افراد هستند که نباید ماسک بزنند، مانند کودکان زیر ۲ سال، افراد مبتلا به عارضه‌های پزشکی خاص یا ناتوانی جسمی، و کسانی که به گفته پزشکشان نباید ماسک بزنند. کودکان تا 2 تا 8 سال باید فقط زمانی که تحت نظارت بزرگسالان قرار دارند، ماسک بزنند. برای یادگیری مطالب بیشتر در خصوص پوشیدن ماسک به نشانی [ph.lacounty.gov/masks](https://ph.lacounty.gov/masks) مراجعه نمایید.

برای محافظت از خود اقدامات تکمیلی اتخاذ کنید

- هنگامی که رعایت فاصله گذاری فیزیکی امکان‌پذیر نیست، در فضاهای روباز و شلوغ ماسک بزنید.
  - این امر شامل زمانی است که در صف هستید، برای مثال، در انتظار ورود، خروج، استفاده از سرویس بهداشتی، یا خرید غذا یا نوشیدنی هستید. این مورد اکیداً توصیه می‌شود.
- ماسک دوتایی بپوشید یا اگر نزدیک افرادی هستید که ممکن است کاملاً واکسینه نشده باشند، ماسک تنفسی بپوشید.
  - ماسک دوتایی (پوشیدن ماسک پارچه‌ای روی ماسک جراحی) یا پوشیدن ماسک تنفسی N95 در مقایسه با پوشیدن ماسک پارچه‌ای سطح حفاظتی بالاتری را ارائه می‌دهد. این موضوع به‌ویژه زمانی که کاملاً واکسینه نشده‌اید یا دچار نقص ایمنی هستید و در محیطی سرپوشیده، یا روباز و شلوغ قرار دارید، اهمیت می‌یابد.
- فاصله گذاری فیزیکی را رعایت کنید.
  - از شلوغی‌ها پرهیز کنید و در صورت امکان به اندازه طول 2 بازو (حدود 6 فوت) از دیگران فاصله بگیرید.
  - کودکان خردسال را نزدیک خود نگه دارید تا از دیگران دور باشند.
- دستان خود را مرتباً بشویید.
  - حداقل به مدت 20 ثانیه دستان خود را با آب و صابون بشوید یا از ضدعفونی کننده دست حاوی 60٪ الکل استفاده کنید.
  - از لمس صورت خود و صرف غذا با دست‌های کثیف پرهیز کنید.
- فعالیت‌های فضای باز با جریان هوای بهتر را برگزینید.
  - هنگام صرف غذا بیرون از منزل، صندلی‌های فضای باز را انتخاب کنید. در صورت امکان، در فضای باز ورزش کنید. اگر ورزش کردن در فضای باز میسر نیست، فضاهای سرپوشیده با جریان هوای مناسب را برگزینید.

برای یادگیری مطالب بیشتر در مورد چگونگی کاهش خطر متوجه خود و کاهش سرعت شیوع کووید-19 از جمله اینکه چه موقعیت‌هایی خطرناک‌تر هستند، به نشانی [ph.lacounty.gov/reducerisk](https://ph.lacounty.gov/reducerisk) مراجعه نمایید.

### واکسینه شدن بهترین روش محافظت در برابر کووید-19 است.

واکسن‌های کووید-19 رایگان هستند و بدون در نظر گرفتن وضعیت مهاجرتی، در سراسر شهرستان لس آنجلس در دسترس تمامی افراد 5 سال به بالا قرار می‌گیرند. در بسیاری از محل‌ها نیازی نیست نوبت بگیرید. گزینه واکسیناسیون در منزل نیز برای افراد خانه‌نشین موجود است.

برای یافتن مرکز واکسیناسیون در نزدیکی خود به نشانی [VaccinateLACounty.com](http://VaccinateLACounty.com) مراجعه و بر روی «چگونه واکسینه شویم» کلیک کنید،

یا با مرکز تماس واکسیناسیون اداره بهداشت عمومی به شماره **833-540-0473** تماس بگیرید. این مرکز هر روز از ساعت 8:00 صبح تا 8:30 شب باز است.