

享受驚悚好玩且遠離COVID的萬聖節

給家庭和個人的指南



本指南提供了如何在慶祝萬聖節的同時降低COVID-19風險的建議。幸運的是，許多萬聖節活動可以在室外舉行，但仍存在需要考慮的風險，尤其是在當前的COVID-19社區傳播率下。

在計劃你的萬聖節活動時，請考慮你和你的家人面臨的風險水準，並記住COVID-19在哪裡更容易傳播：

- 空氣流通不暢的**封閉空間**
- 周圍有很多人的**擁擠場所**
- **密切接觸的環境**，尤其是人們近距離地一起交談、大笑、尖叫或沉重呼吸的環境。

如果你家裡有未接種疫苗的人，請選擇更安全的萬聖節計劃。這對於未接種疫苗的老年人、患有某些疾病的個人或免疫系統薄弱的個人尤其重要。請訪問[降低風險](#)網站，瞭解更多關於保持安全和預防COVID-19傳播的資訊。



即刻接種疫苗，為萬聖節做好準備。如果你和/或你的家人符合接種COVID-19疫苗的條件，應優先儘快接種疫苗。這將在慶祝節日時為你們提供額外的保護。請一併接種流感疫苗。

更安全的萬聖節計劃

更安全的萬聖節計劃是那些更容易與他人保持距離，正確佩戴口罩，避免與許多不同的人混雜在一起的活動，尤其是如果你不知道他們的疫苗接種情況和最近曾面臨的感染風險。

更安全的活動主意包括：

- 尋寶遊戲——給你的孩子一份萬聖節主題的物品清單，讓他們在戶外尋找，比如各種裝飾品。與家庭以外的個人保持距離。
- 在網上舉辦一個線上扮裝派對。
- 和你認識的家庭交換糖果。把萬聖節的糖果放在門口，給孩子們一個驚喜。
- 在家裡進行「不給糖就搗亂」活動，把糖果藏在家裡，讓孩子們去找。為了製造一個驚喜，把自己也藏起來吧！
- 和家人一起舉辦一個恐怖電影之夜，或萬聖節手工藝品或南瓜雕刻派對。
- 在室外組織一次鄰里扮裝遊行。別忘了與他人保持身體距離。攜帶並佩戴口罩，以防活動變得擁擠。



「不給糖就搗亂」活動

挨家挨戶的「不給糖就搗亂」活動會讓許多不同家庭密切接觸，尤其是當人們聚集在門口臺階和人行道上，或聚集在熱門地點時。「萬聖節車廂發糖活動」（「不給糖就搗亂」活動的參與者從一輛車到另一輛車，而不是挨家挨戶接受糖果）也有類似的風險。

10-6-21

[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)

(Traditional Chinese)



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

享受驚悚好玩且遠離COVID的萬聖節

給家庭和個人的指南



以下有一些方法可以讓這些活動更安全：

「不給糖就搗亂」活動的參與者

- **保持你所在團體的人數較少。** 把你的團體限制在你的直系親屬或你熟悉的一小群人之內。避免與許多不同的家庭混在一起。在決定與誰一起玩「不給糖就搗亂」遊戲是安全的之前，不要害怕詢問人們的疫苗接種情況和最近曾面臨的感染風險。
- **佩戴口罩。** 充分發揮你的創意，讓你所佩戴的口罩成為你穿戴服飾的一部分。服飾自帶的面罩並不能算作預防COVID-19的口罩的替代品。
 - 不要在口罩外面再戴一個服飾自帶的面罩。 它會使呼吸更困難。
 - 如果身處於擁擠的室外區域，或者必須和其他人一同在室內，請佩戴口罩。
 - 如果你的團體包括來自不同家庭的成員，特別是如果有人未全劑量接種疫苗，請確保你的團體中的每個人都始終正確地佩戴口罩。
- **與其他「不給糖就搗亂」團體的成員保持距離。** 在人行道上等待並距離其他團體成員至少6英尺遠。不要和其他團體群聚集在門廊上或前門處。
- **保持雙手清潔。** 隨身攜帶消毒洗手液，這樣孩子們就可以在參與「不給糖就搗亂」活動的時候清潔雙手。提醒孩子，避免用未清洗過的手吃東西或觸摸自己的臉。
- **保持靈活性。** 如果一處房子或一條街道很擁擠，請之後再回來，或前往另一條不太擁擠的街道。
- **避免前往室內場所。** 當你和來自其他家庭的人同在室內時，一定要佩戴口罩。



發糖者

如果你想要分發糖果，請先仔細考慮你願意承擔的風險水準。如果你在門口和他人打招呼，你會和許多不同的個人密切接觸。如果你未全劑量接種疫苗，或者你感染COVID-19的風險很高，請選擇更安全的萬聖節活動。

在分發糖果時降低風險：

- 在室外分發糖果。
- 在你的門外設置一處「自取糖果」站。把糖果袋放在離你至少6英尺遠的地方，讓不同家庭來隨意自取。
- 如果你開門迎接「不給糖就搗亂」活動的參與者，請佩戴口罩。考慮佩戴能提供更高防護水準的口罩，如N95呼吸器或雙層口罩（在醫用外科口罩外再戴一個布質口罩）。
- 用膠帶在通往你家門口的路上每隔六英尺做一個標記，使得人們可以按照此間距等著領糖。
- 用有趣的方式分發糖果，同時與他人保持距離。比如把糖果順著包裝紙管滑進「不給糖就搗蛋」的袋子裡。



10-6-21

[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)

(Traditional Chinese)



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

享受驚悚好玩且遠離COVID的萬聖節

給家庭和個人的指南



適用於所有年齡段人士的萬聖節建議

萬聖節不僅僅是孩子們的節日，因此，以下是一些給青少年「狼人」和成年人「幽靈」和「食屍鬼」的建議：

- **讓聚會保持小規模，且在室外進行。**如果必須在室內進行，在安全的情況下，請透過打開門窗的方式來改善空氣流通。
- **避免前往人們可能聚集在一起尖叫的室內鬼屋。**人們在大喊大叫時會噴出微小的飛沫。飛沫可以在室內積聚，如果有人感染病毒，就會增加傳播COVID-19的風險。
- **避開人群擁擠的地點。**在人群中，尤其是在室內，會讓你面臨更高的感染風險。
- **佩戴口罩。**在你的服飾中加入一個可緊貼面部、遮住口鼻的口罩。服飾自帶的面罩不能代替預防COVID-19的口罩。當你與他人同在室內，或處於擁擠的室外區域時，請佩戴口罩。
- **保持靈活性。**如果你感到不舒服，或者發現自己身處於一個COVID-19更容易傳播的地點，願意改變你的計畫或選擇離開。例如，在一個喧鬧擁擠的酒吧或有很多人沒有戴口罩的餐館的室內。

感謝你幫助減少鄰居、兒童和社區中的每個人感染COVID-19的風險。祝你有一個快樂和安全的萬聖節！



接種疫苗是預防COVID-19的最佳做法。

若需要在你附近找到一處免費的疫苗接種點，請訪問[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)，點擊「[如何接種疫苗](#)」，或致電公共衛生局疫苗呼叫中心熱線：**833-540-0473**（該熱線的服務時間為：每天上午8:00至晚上8:30）。許多接種點都不需要預約，並且可能提供免費的交通服務。你不需要有健康保險就可接種疫苗，並且不會被問及關於你的移民身份的問題。無法外出的個人可以在家中接種疫苗。

10-6-21

[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)

(Traditional Chinese)



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health