

ویروس کرونا جدید (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس
پروتکل تظاهرات عمومی

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس رویکردی مرحله‌ای با حمایت علمی و متخصصان بهداشت عمومی اتخاذ می‌نماید، که به موجب آن افراد دوباره بتوانند از اماکن عمومی بگونه‌ای که خطر ابتلا به کووید-19 کاهش یابد، استفاده نمایند.

به عنوان یک فرد، جزئی از حقوق شماست که در بیانات سیاسی شرکت کنید، از جمله حق شما در دادخواهی از دولت. در طول یک اپیدمی، تجمعات حضوری می‌توانند خطرناک باشند زیرا حتی اگر فاصله گذاری فیزیکی را رعایت نمایید، جمع کردن اعضای خانوارهای مختلف کنار هم خطر بیشتر انتقال کووید-19 را به همراه دارد. چنین گردهمایی‌هایی ممکن است منجر به افزایش میزان ابتلا، بستری در بیمارستان، و فوت شود، به ویژه در میان قشرهای آسیب پذیرتر. فعالیت‌هایی مانند شعار دادن، فریاد زدن، آواز خوانی و قرائت گروهی می‌توانند قطرات تنفسی را آسان تر پخش کند، و این امر پوشیدن مداوم پوشش‌های صورت توسط افراد شرکت کننده در این فعالیت‌ها را از اهمیت ویژه‌ای برخوردار می‌کند.

اگر شما قصد شرکت در یک تجمع حضوری را دارید، راهکارهایی برای کاهش خطر ابتلا شما و دیگران به کووید-19 وجود دارد.

تدابیر احتیاطی معقول اداره بهداشت عمومی

۱. قبل از شرکت آماده شوید.

a. مسیر خود را به سمت و از محل تظاهرات، برنامه ریزی کنید. مطلع شوید که کدام خیابان‌ها ممکن است برای تجمع یا پارکینگ خیابانی بسته شوند و اینکه کدام مسیرهای حمل و نقل عمومی ممکن است تغییر مسیر داده شوند.

b. وسایل کمک حرکتی مانند ویلچر، عصا، واکر یا کالسکه کودک باید مجاز باشند، اما با سازمان دهندگان و پلیس تماس بگیرید تا اطلاع یابید که آیا محدودیت‌ها، تدابیر احتیاطی یا مسیرهای جایگزینی وجود دارد یا خیر.

c. هرگونه لوازم ضروری را همراه خود بیاورید از جمله پوشش‌های صورت، مواد غذایی، آب، ضد عفونی کننده دست و هر نوع لوازم شخصی دیگر که ممکن است نیاز داشته باشید.

۲. همواره پوشش پارچه‌ای صورت بپوشید.

۳. فاصله شش فوت را از سایر افرادی که جزء خانوار یا واحد مسکونی شما نیستند، حفظ نمایید.

a. شرکت کنندگان باید فاصله فیزیکی شش فوت را با هر یک از افسران یونیفرم پوش حافظ صلح و سایر کارکنان ایمنی حاضر حفظ نمایند، مگر آنکه غیر از این دستورالعمل داده شود، و از کلیه الزامات و دستورالعمل‌های دیگری که از جانب مجریان قانون یا سایر مقامات مربوطه وضع شده است، پیروی نمایند.

۴. از مناطقی که ممکن است جمعیت در آن متراکم شود، اجتناب کنید.

اگر جمعیت فشرده شد، راه خود را به سمت محیط پیرامون و دور از مناطق ازدحام باز کنید.

ویروس کرونا جدید (کووید-19)

اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس
پروتکل تظاهرات عمومی

۵. مرتباً دستان خود را بشویید

از آب و صابون به مدت حداقل ۲۰ ثانیه استفاده کنید یا از ضدعفونی کننده دست حاوی حداقل ۶۰٪ الکل استفاده کنید، خصوصاً بعد از حضور نزدیک سایر افراد، رفتن به توالت، پیش از خوردن غذا، و بعد از تخلیه بینی، سرفه، یا عطسه کردن.

۶. غذا یا نوشیدنی را با سایر افرادی که عضو خانوار شما نیستند، به اشتراک نگذارید.

۷. اگر شما در تماس نزدیک (در فاصله ۶ فوتی برای بیش از ۱۵ دقیقه) با اعضای غیر خانوار بوده‌اید که پوشش‌های صورت نپوشیده بودند، باید خود را احتمالاً قرار گرفته در معرض کووید-۱۹ تلقی کنید و به مدت ۱۴ روز در خانه بمانید و علائم کووید-۱۹ خود را تحت نظر داشته باشید.

a. اگر با افرادی سالخورده یا کسانی که به بیماری‌های پر خطر مبتلا هستند زندگی می‌کنید، همچنان باید سعی کنید فاصله شش فوت را حفظ کرده و هنگام حضور کنار آنها در خانه، پوشش صورت بپوشید.

b. اگر علائم کووید-۱۹ در شما ظاهر شد، با ارائه دهنده خدمات درمانی خود تماس بگیرید و در مورد لزوم آزمایش دادن با آنها صحبت نمایید.

بدانید که اطلاعات موثق را از کجا دریافت کنید

در خصوص کلاهبرداری، اخبار اشتباه، و جو فریبکارانه پیرامون ویروس کرونا جدید، هوشیار باشید. اطلاعات دقیق، از جمله اعلام تعداد موارد جدید ابتلا در شهرستان لس آنجلس، همواره توسط اداره بهداشت عمومی از طریق مطبوعات، رسانه‌های اجتماعی و وب سایت ما منتشر می‌شود. وب سایت حاوی اطلاعات بیشتری در مورد کووید-۱۹ از جمله سؤالات متداول، اینفوگرافی و راهنمای مقابله با استرس، و همچنین نکاتی در مورد شستشوی دست‌ها می‌باشد

• اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس (LACDPH، شهرستان)

○ <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

○ شبکه اجتماعی: @lapublichealth

سایر منابع قابل اطمینان برای کسب اطلاعات درباره ویروس کرونا جدید عبارتند از:

• اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا (CDPH، ایالت)

○ <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>

• مرکز کنترل و پیشگیری بیماری (CDC، ملی)

○ <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

چنانچه سؤالی دارید و می‌خواهید با فرد مسئولی صحبت نمایید از طریق شماره ۱-۱-۲ با خط اطلاعاتی شهرستان لس آنجلس که به صورت ۲۴ ساعته آماده پاسخگویی می‌باشد، تماس حاصل فرمایید.

