

Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Giao Thức Dành Cho Các Cuộc Biểu Tình Công Cộng

Sở Y tế Công Cộng Quận Los Angeles đang áp dụng một phương pháp theo từng giai đoạn, được hỗ trợ bởi chuyên môn về khoa học và y tế công cộng, để cho phép mọi người bắt đầu sử dụng các không gian công cộng trở lại theo những cách mà sẽ hạn chế nguy cơ phơi nhiễm với COVID-19.

Với vai trò là một cá nhân, quý vị có quyền tham gia vào việc thể hiện quan điểm chính trị, bao gồm cả quyền kiến nghị tới chính phủ. Vào thời điểm này, quý vị nên sử dụng các nền tảng phát trực tuyến và phát sóng thay cho các cuộc tụ họp trực tiếp vì ngay cả khi quý vị tuân thủ khoảng cách vật lý, việc đưa các thành viên của các hộ gia đình khác nhau tham gia vào cuộc biểu tình trực tiếp có thể làm tăng nguy cơ lây nhiễm COVID-19 cao hơn. Những cuộc tụ họp như vậy có thể dẫn đến việc tăng tỷ lệ nhiễm bệnh, nhập viện và tử vong, đặc biệt là đối với các nhóm dân số dễ bị tổn thương hơn. Các hoạt động như hô hào, la lớn, ca hát và kể chuyện trong nhóm có thể làm mất hiệu quả giảm thiểu rủi ro đạt được thông qua việc giãn cách vật lý trong vòng sáu feet. Vì lý do này, **mọi người tham gia vào các hoạt động này nên đeo khẩu che mặt vào mọi lúc.**

Nếu quý vị chọn tham gia trực tiếp vào một cuộc tụ tập, thì sẽ có những chiến lược để giảm rủi ro và nguy cơ nhiễm COVID-19 cho quý vị và những người khác.

Các Biện Pháp Phòng Ngừa Hợp Lý Của Cơ Quan Y Tế Công Cộng

1. Chuẩn bị trước khi quý vị tham gia.

- Lập kế hoạch tuyến đường của quý vị về nơi đến và nơi xuất phát của cuộc biểu tình. Biết những con đường nào có thể bị đóng cửa đối với giao thông hoặc cấm đậu xe trên đường và những tuyến giao thông công cộng nào có thể đã được định tuyến lại.
- Các phương tiện di chuyển như xe lăn, gậy, xe tập đi hoặc xe đẩy trẻ em thường được cho phép sử dụng, nhưng hãy kiểm tra với ban tổ chức và cảnh sát để xem có bất kỳ hạn chế, biện pháp phòng ngừa hoặc các tuyến đường thay thế nào khác hay không.
- Mang theo bất kỳ vật dụng cần thiết nào với quý vị bao gồm khẩu che mặt, thực phẩm, nước, nước rửa tay và bất kỳ vật dụng cá nhân nào khác mà quý vị có thể cần.

2. Luôn luôn che mặt bằng khăn vải.

3. Duy trì khoảng cách sáu feet với những người khác không ở cùng hộ gia đình hoặc đơn vị sinh sống của quý vị.

- Người tham gia nên duy trì khoảng cách vật lý sáu feet đối với bất kỳ viên chức bảo an mặc đồng phục và nhân viên bảo an công cộng nào khác có mặt, trừ khi có chỉ dẫn khác, và tuân theo tất cả các yêu cầu và chỉ thị khác do cơ quan thực thi pháp luật hoặc các cơ quan khác có áp dụng.

Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles
Giao Thức Dành Cho Các Cuộc Biểu Tình Công Cộng

4. Tránh các khu vực nơi đám đông có thể bị tắc nghẽn.

Nếu đám đông trở nên chật chội, hãy tìm đường ra vòng bên ngoài và tránh xa khu vực tắc nghẽn.

5. Rửa tay thường xuyên

Dùng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây hoặc sử dụng chất khử trùng tay với ít nhất 60% cồn, đặc biệt là sau khi ở gần người khác, sau khi đi vệ sinh, trước khi ăn và sau khi xì mũi, ho hoặc hắt hơi.

6. Không chia sẻ đồ uống hoặc thực phẩm với những người khác không ở cùng trong gia đình quý vị.

7. Nếu quý vị đã có tiếp xúc gần (trong vòng 6 feet trong hơn 15 phút) với những người không phải là thành viên trong gia đình và họ không đeo khăn che mặt, quý vị nên nghĩ đến việc mình có thể đã phơi nhiễm với COVID-19 và ở nhà trong 14 ngày và tự theo dõi các triệu chứng của COVID -19.

- Nếu quý vị sống với người cao tuổi hoặc có tình trạng rủi ro cao, quý vị cũng nên cố gắng duy trì khoảng cách sáu feet và đeo khăn mặt che mặt khi quý vị ở nhà với họ.
- Nếu quý vị khởi phát các triệu chứng của COVID-19, hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị và nói chuyện với họ về việc xét nghiệm.

Biết nơi để có được thông tin đáng tin cậy

Hãy cảnh giác với những trò gian lận, thông tin lừa đảo, và trò lừa bịp xung quanh Vi-rút Corona chủng mới. Thông tin chính xác, bao gồm thông báo về các ca lây nhiễm mới ở Quận Los Angeles, sẽ luôn được Cơ Quan Y tế Công Cộng phân phối thông qua các thông cáo báo chí, phương tiện truyền thông xã hội và trang web của chúng tôi. Trang web có thêm thông tin về COVID-19 bao gồm Các Câu Hỏi Thường Gặp, Sơ Đồ Thông Tin và hướng dẫn đối phó với căng thẳng, cũng như các lời khuyên về việc rửa tay.

- Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles (LACDPH, Quận)
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - Phương tiện truyền thông xã hội: @lapublichealth

Các nguồn thông tin đáng tin cậy khác về vi-rút Corona chủng mới là:

- Sở Y Tế Công Cộng Tiểu Bang California (CDPH, Tiểu Bang)
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC, Quốc Gia)
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

Nếu quý vị có thắc mắc và muốn nói chuyện với ai đó, hãy gọi cho đường dây Thông tin của Quận Los Angeles ở số 2-1-1, đường dây này hoạt động 24 giờ một ngày.