

# فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

## إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات للاحتفال بالعطلات

### آخر التحديثات:

**20/30/11:** يُحظر التجمعات لأكثر من وحدة معيشية في الفترة ما بين 30 نوفمبر 2020 و20 ديسمبر 2020 وفقاً لـ أمر البقاء أكثر أماناً بالمنزل المؤقت المستهدف الصادر عن مسؤول الصحة من أجل السيطرة على COVID-19. يُحظر أيضاً تناول الطعام في الموقع في المطاعم - سواء في الداخل أو في الهواء الطلق - خلال هذه الفترة.

**20/19/11:** تحذير من السفر غير الضروري.

**20/9/11:** يُسمح بشراء الأشجار من أراضي أشجار العطلات طالما أن مجموعة أشجار العطلات تتوافق مع بروتوكول البيع بالتجزئة المطلوب ولا يجوز القيام بأي نوع من أنواع أنشطة التنزه الترفيهي أو التجمع أو المهرجان في أراضي أشجار العطلات.

عندما تبدأ العائلات في التخطيط لموسم العطلات، من المهم التفكير في كيفية الاحتفال بأمان من أجل تقليل مخاطر التعرض لـ COVID-19. سيكون التخطيط المبكر وتحديد البدائل الآمنة لبعض أساليب الاحتفال الأكثر تقليدية ولكنها محفوفة بالمخاطر أمراً أساسياً. تود إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس مشاركة المعلومات حول كيفية المشاركة في موسم العطلات بطريقة تقلل من خطر انتشار COVID-19. نظراً لأن بعض الطرق التقليدية للاحتفال بالعطلات غير مسموح بها هذا العام، فكر في بعض البدائل الأكثر أماناً المدرجة أدناه.

### غير مسموح به (التجمعات والمناسبات غير مسموح بها حالياً بموجب أمر مسؤول الصحة)

- يحظر التجمعات الخاصة والعامة مع أشخاص ليسوا من أفراد وحدتك المعيشية باستثناء ما هو مسموح به من الخدمات الدينية أو الثقافية والاحتفالات والوفقات الاحتجاجية.
- الكرنفالات أو التنزه الترفيهي أو المهرجانات.
- معارض سانتا/العطلات أو فرص التقاط الصور إلا عندما يتم إجراؤها في الهواء الطلق مع ارتداء جميع المشاركين لأغطية الوجه والحفاظ على التباعد الجسدي لمسافة 6 أقدام.

### غير موصي به

- لا يُنصح بالأنشطة من الباب إلى الباب، مثل الترانيم، لأنه قد يكون من الصعب للغاية الحفاظ على تباعد اجتماعي مناسب في الشرفات والأبواب الأمامية والتأكد من أن كل شخص يرد أو يأتي إلى الباب يرتدي كاماة بشكل مناسب لمنع انتشار المرض.

### مسموح وموصي به

- الحفلات/المسابقات عبر الإنترنت (مثل وجبة عيد الشكر، وتقليم الأشجار).
- مسيرات السيارات التي تتوافق مع إرشادات الصحة العامة [المسيرات القائمة على المركبات](#) بما في ذلك:
  - أ. المناسبات أو المسابقات التي تتم عبر قيادة السيارات حيث يقوم الأشخاص بتليبس أو تزيين سياراتهم ويقومون بالمرور أمام "حكam" متواجدين على مسافة بعيدة جسدياً بشكل مناسب.
  - ب. المناسبات التي تتم عبر قيادة السيارات التي يظل فيها الأشخاص في سياراتهم والقيادة في منطقة بها عروض العطلات.
  - ج. المناسبات التي تتم بالقيادة حيث يمكن للأشخاص الحصول على كيس الحلوى (تقتصر على الأطعمة المعبأة تجارياً غير القابلة للتلف) أو أخذ عنصرًا من المنظم أثناء بقاء المشاركين في سياراتهم.
  - د. المناسبات التي تتم بالقيادة التي ينزل فيها الأشخاص أو يلتقطون الألعاب أو التبرعات الأخرى.
- ليالي مشاهدة الأفلام أثناء العطلات في سينما السيارات (يجب أن تمتثل لإرشادات الصحة العامة في [مسارح سينما السيارات](#)).
- العروض أو الحفلات الموسيقية الحية التي يتم إجراؤها في مسارح سينما السيارات (يجب أن يتوافق مع بروتوكول الصحة العامة الخاص بـ [مسارح سينما السيارات](#)).
- وجبات ذات طابع العطلة في المطاعم الخارجية (يجب أن تتوافق مع بروتوكول [المطاعم](#)).
- منشآت فنية ذات طابع العطلة في متحف خارجي (يجب أن تتوافق مع [بروتوكول المتاحف](#) التابع للصحة العامة).
- تزيين المنازل والساحات بزخارف العطلات.

# فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

## إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات للاحتفال بالعطلات

- معارض سانتا/العطلات في الهواء الطلق أو فرص التقاط الصور مع ارتداء جميع المشاركين لأغطية الوجه والحفاظ على التباعد الجسدي لمسافة 6 أقدام.
- شراء وتزيين شجرة عيد الميلاد (يجب أن تمتثل أراضي الأشجار لـ [بروتوكول مؤسسات البيع بالتجزئة](#) الصادر عن الصحة العامة ولا يجوز أن تحتوي على أنشطة التنزه الترفيهي أو الكرنفال مثل ركوب الخيل أو الرسم على الوجوه أو ملاعبة حدائق الحيوان أو خدمة الطعام أو المنازل المرتدة أو الزيارات مع سانتا الأقرب من ستة أقدام).

### السفر

- أعد التفكير في خططك! نظرًا لأن في موسم العطلات غالبًا ما يكون وقت للسفر المزدحم، فقد تفكر في السفر لزيارة الأصدقاء والعائلة. يزيد السفر من فرص إصابتك وانتشار COVID-19، لذا فإن البقاء في المنزل هو أفضل طريقة لحماية نفسك والآخرين من الإصابة بالمرض. أصدرت ولاية كاليفورنيا نصيحة سفر توصي بإلغاء جميع الرحلات غير الضرورية، بما في ذلك السفر لقضاء الإجازة أو السياحة أو الترفيه. ويوصي مستشار الولاية أيضًا بأن أي شخص يدخل إلى كاليفورنيا أو يعود إليها من ولايات أو دول أخرى يجب أن يخضع للحجر الصحي في المنزل لمدة 14 يومًا بعد السفر.
- قبل السفر، عليك أن تضع في اعتبارك ما يلي:

- هل ينتشر COVID-19 في المكان المقصود زيارتك؟
  - كلما زاد عدد الحالات في المكان المقصود، زادت احتمالية إصابتك أثناء السفر ونشر الفيروس للآخرين عند عودتك.
  - يمكن أن تساعدك مواقع مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها التالية في تقييم مخاطر السفر محليًا ودوليًا:
    - [تعقب بيانات COVID التابع لمركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها](#)
    - [توصية مركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها للسفر حسب الوجهة](#)
- هل أنت أو شخص تعيش معه في خطر متزايد للإصابة بمرض شديد بسبب COVID-19؟
  - يمكن لأي شخص أن يصاب بمرض شديد بسبب الفيروس المسبب لـ COVID-19، لكن كبار السن والأشخاص في أي عمر ممن يعانون من حالات طبية كامنة معينة معرضون لخطر متزايد للإصابة بمرض شديد إذا أصيبوا بـ COVID-19.
- هل المكان المقصود زيارتك لها متطلبات أو قيود للمسافرين؟
  - بعض الأماكن لها متطلبات، مثل مطالبة الأشخاص بإجراء الاختبار قبل السفر أو الحجر الصحي عند الوصول. تحقق من مواقع الصحة العامة الحكومية والإقليمية والقبلية والمحلية للحصول على معلومات قبل السفر. إذا كنت مسافرًا للخارج، فتتحقق من مكتب الشؤون الخارجية في الولاية أو وزارة الخارجية الأمريكية أو [مكتب الشؤون القنصلية أو صفحة معلومات الولاية](#) للحصول على تفاصيل حول متطلبات الدخول والقيود المفروضة على المسافرين القادمين.
- لا تسافر إذا كنت مريضًا، أو إذا كنت بالقرب من شخص مصاب بـ COVID-19 خلال الـ 14 يومًا الماضية.
- إذا كان يجب عليك السفر، فاحم نفسك والآخرين باتباع الخطوات الواردة أدناه في "إجراءات الحماية الشخصية" ونصائح التحضير للسفر على صفحة ويب [السفر](#) التابعة لمركز السيطرة على الأمراض والوقاية منها.
- عند العودة بعد السفر غير الضروري إلى ولاية أو دولة أخرى، يُطلب منك الحجر الصحي في المنزل لمدة 14 يومًا وقصر الاتصال على أفراد وحدتك المعيشية فقط.

### تدابير الحماية الشخصية:

- بغض النظر عن الطريقة التي تختارها للاحتفال بالعطلات، من المهم مراعاة ما يلي:
1. ارتدِ غطاء الوجه القماشي بشكل صحيح لمنع انتشار المرض<sup>1</sup> عندما تكون خارج منزلك وحول الآخرين الذين ليسوا جزءًا من وحدتك المعيشية.

<sup>1</sup> ارتدِ الكمامات ذات طبقتين أو أكثر لوقف انتشار COVID-19. ضع الكمامة على أنفك وفمك وقم بتثبيتها لتتركب لتحث ذقنك. لمزيد من المعلومات،  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/about-face-coverings.html>  
<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/protection/GuidanceClothFaceCoverings.pdf>

# فيروس كورونا الجديد (COVID-19)

## إدارة الصحة العامة بمقاطعة لوس أنجلوس إرشادات للاحتفال بالعطلات

2. تجنب الأماكن الضيقة - فعليك الابتعاد عن الأماكن الداخلية والخارجية التي لا تسمح بسهولة التباعد لمسافة 6 أقدام بينك وبين الآخرين.
3. تجنب الاتصال الوثيق - ابق على بعد 6 أقدام على الأقل من جميع الأشخاص الآخرين الذين ليسوا جزءًا من وحدتك المعيشية، خاصة أثناء التحدث والأكل والشرب والغناء.
4. ابق في الهواء الطلق بقدر الإمكان عند التعامل مع الأشخاص الذين ليسوا جزءًا من وحدتك المعيشية.
5. اغسل أو عقم يديك كثيرًا.
6. قم بتنظيف العناصر التي يتم لمسها بشكل متكرر.
7. إذا كنت مريضًا، أو كنت على اتصال بشخص مريض بـ COVID-19 أو ظهرت عليه أعراض COVID-19، ابق في المنزل بعيدًا عن الآخرين واخضع للاختبار.
8. احصل على لقاح الإنفلونزا. سوف تنتشر الأنفلونزا في نفس الوقت مع COVID-19 ومن المهم حماية نفسك ومن حولك من الإصابة بالأنفلونزا. للحصول على معلومات حول مكان الحصول على التطعيم مجانًا أو بتكلفة منخفضة، اتصل بالرقم 211 أو قم بزيارة [ph.lacounty.gov/media/FluSeason](http://ph.lacounty.gov/media/FluSeason).

### اعرف من أين تحصل على معلومات موثوقة

احذر من الحيل والأخبار الكاذبة والخدع المحيطة بفيروس كورونا الجديد. سيتم دائمًا توزيع المعلومات الدقيقة، بما في ذلك الإعلانات عن حالات جديدة في مقاطعة لوس أنجلوس، بواسطة الصحة العامة من خلال البيانات الصحفية ووسائل التواصل الاجتماعي وموقع الويب الخاص بنا. يحتوي الموقع على مزيد من المعلومات حول COVID-19 بما في ذلك الأسئلة الشائعة والرسوم البيانية ودليل للتعامل مع الضغط النفسي، بالإضافة إلى نصائح حول غسل اليدين

- إدارة الصحة العامة في مقاطعة لوس أنجلوس (LACDPH - المقاطعة)

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

○ وسائل التواصل الاجتماعي: @lapublichealth

المصادر الموثوقة الأخرى للمعلومات حول فيروس كورونا الجديد هي:

- إدارة الصحة العامة في كاليفورنيا (CDPH ، الولاية)

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

- مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها (CDC - الوطنية)

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

إذا كانت لديك أسئلة وترغب في التحدث إلى شخص ما، فاتصل بخط معلومات مقاطعة لوس أنجلوس 1-1-2 والمتوفر على مدار 24 ساعة في اليوم.