

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯縣公共衛生局 節日慶祝指南

最近更新資訊：

2020年11月30日：根據控制COVID-19的臨時性「留在家中更安全」衛生主管令，在2020年11月30日至2020年12月20日期間，禁止進行超過1戶家庭參與的聚會。在此期間，餐館的現場就餐服務，無論是室內還是室外，也被禁止提供。

2020年11月19日：旅行指南建議不要進行任何非必要的旅行。

2020年11月9日：只要售賣聖誕樹的地段符合發佈的零售商店規定，且售賣聖誕樹的地段沒有遊樂場，集會或節日類型的活動，則允許從售賣聖誕樹的地段購買樹木。

隨著家庭開始為即將到來的節日季做計劃，重要的是要考慮如何安全地慶祝這些節日，以最大限度地減少接觸 COVID-19 的風險。及早規劃和確定一些比較傳統但風險較大的慶祝方式的安全替代方案，將變得尤為重要。洛杉磯縣公共衛生局希望與大家分享如何以降低傳播 COVID-19 風險的方式參加節日季活動的資訊。由於一些傳統的慶祝該節的方式今年不允許使用，請考慮以下列出的一些更安全的替代性選擇。

不允許的事項（根據衛生主管令，現在不允許進行聚會和活動）

- 除了允許進行的宗教或文化儀式，服務和抗議外，禁止與非家庭成員人士舉行私人聚會和公共集會。
- 狂歡節，遊樂園或節日。
- 聖誕老人/節日展示或拍照合影的機會，除非在戶外進行，所有參與者都佩戴面罩，並與他人保持 6 英尺的身體距離。

不推薦的事項

- 不建議進行挨家挨戶的活動，例如唱頌歌，因為在門廊和前門與他人保持適當的社交距離是非常困難的，同時也很難確保每次開門或在他人房門前的個人都戴上了適合的面罩，以防止疾病傳播。

允許和建議的事項

- 網上聚會/比賽（如感恩節大餐，聖誕樹裝飾）。
- 符合公共衛生局的[開車遊行](#)適用指南要求的駕車遊行活動，其中包括：
 - a. 參加一些駕車活動或比賽，人們會裝扮或裝飾自己的車輛，然後參與比賽，並由保持適當距離的「裁判」駕車。
 - b. 駕車穿過人們留在車內的活動場所，並開車穿過有萬聖節展示物品的區域。
 - c. 參加活動時，個人可以領取糖果袋（僅限於商業包裝的不易腐爛的糖果袋），或者從組織者那裡拿走一些物品，且參與者必須保證自己留在車上。
 - d. 開車參加並放下或領取玩具或其他捐贈物品的活動。
- 在汽車影院舉行的節假日電影之夜（必須遵守公共衛生局的[汽車影院指南](#)）。
- 在汽車影院進行的現場表演或音樂會。（必須遵守公共衛生局的[汽車影院指南](#)）。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯縣公共衛生局 節日慶祝指南

- 在室外餐廳享用節假日主題餐（必須遵守[餐廳規定](#)）。
- 室外博物館的節假日主題藝術設施（必須遵守公共衛生局的[博物館指南](#)）。
- 用節假日主題的裝飾品裝飾家裡和院子。
- 在戶外提供與聖誕老人/節日展示或拍照合影的機會，所有參與者都佩戴面罩，並與他人保持 6 英尺的身體距離。
- 購買並裝飾一棵聖誕樹（售賣聖誕樹的地段必須符合公共衛生局發佈的[重新開放零售商店的規定](#)，且不得有遊樂場或嘉年華類型的活動，如騎行，臉部彩繪，寵物動物園，食品服務，蹦床屋，或與間距小於六英尺的聖誕老人進行活動。）

旅行

重新考慮你的計劃！由於節日季節對於家庭而言通常是一個繁忙的旅行時間段，你可能一直在考慮旅行去拜訪朋友和家人。旅行會增加你被感染和傳播 COVID-19 的幾率，所以留在家裡是保護自己和他人不生病的最好方法。加州發佈了一份旅遊指南，即建議取消所有非必要的旅行，包括度假，旅遊或娛樂活動。加州旅遊指南還建議，任何從其他州或國家進入或返回加州的人士，在旅行返回後應在家中自行檢疫 14 天。

在旅行前，鼓勵你考慮以下事項：

- COVID-19 是否在你要前往的旅行目的地傳播？
 - 旅行目的地的 COVID-19 病例越多，你就越有可能在旅行過程中被感染，並在返程途中將病毒傳染給其他人。
 - 以下的 CDC 網站可以幫助你評估當地及進行國際旅行的風險：
 - [CDC COVID 數據追蹤](#)
 - [CDC 按目的地劃分的旅行建議](#)
- 你或與你一起生活的人因 COVID-19 而患嚴重疾病的風險是否會增加？
 - 任何人都可能因導致 COVID-19 的病毒而罹患重病，但老年人和患有某些潛在疾病的任意年齡段的人士如果感染 COVID-19，罹患重病的風險都將增加。
- 你要前往的目的地對旅客有什麼要求或限制嗎？
 - 有些目的地有要求，如要求人們在旅行前進行檢測或在抵達時進行檢疫。在旅行前，請查看州，地區，部落和當地的公共衛生局網站，獲取相關資訊。如果你需要進行國際旅行，請查看前往的目的地的外交部或衛生部或[美國國務院](#)，[領事事務局](#)，[國家資訊頁面](#)，瞭解有關入境旅客的入境要求和限制的詳細資訊。
- 如果你生病或在過去 14 天內曾與 COVID-19 患者在一起，請不要旅行。
- 如果你必須旅行，請按照以下「個人防護措施」中的要點和疾控中心[旅行](#)網頁上的旅行準備提示來保護自己和他人。
- 當你完成非必要旅行，並從其他州或國家返回後，要求你在家中自我檢疫 14 天，並將接觸範圍限制在你的家庭內部。

新型冠狀病毒 (COVID-19)

洛杉磯縣公共衛生局 節日慶祝指南

個人防護措施：

無論你選擇怎樣慶祝節假日，重要的是要記住以下幾點：

1. 當你外出並在不屬於你家庭成員的其他人士周圍時，請正確地戴上布面罩，以防止疾病傳播¹。
2. 避免留在狹小的空間內——主動遠離不能讓你和其他人之間保持至少 6 英尺的距離的室內和室外空間。
3. 避免近距離接觸——與所有不屬於你家庭成員的人士保持至少 6 英尺的距離（超過成人 3 步的距離），尤其是在談話、吃飯、喝東西和唱歌的時候。
4. 與非家庭成員人士進行社交活動時，請盡可能多的在室外進行。
5. 經常洗手或消毒。
6. 經常清潔常接觸的物品。
7. 如果你生病了，或者你曾經接觸過 COVID-19 患者或出現 COVID-19 症狀的個人，請留在家裡，遠離他人，並進行 COVID-19 檢測。
8. 接種流感疫苗。目前，流感將與 COVID-19 同時流行，因此保護自己和周圍的人不患流感是很重要的。欲知在哪裡免費或低價接種疫苗，請致電 211 或訪問 ph.lacounty.gov/media/FluSeason。

清楚瞭解獲得可靠資訊的方式

請慎防圍繞新型冠狀病毒的騙局，假新聞和惡作劇。準確的資訊，包括洛杉磯縣新病例的公告，將由公共衛生局透過新聞發佈會，社交媒體官方帳號，以及我們的網站告知公眾。該網站上有更多關於 COVID-19 的資訊，包括常見問題解答，資訊圖表和應對壓力的指南，以及關於洗手的小貼士。

- 洛杉磯縣公共衛生局（LACDPH，縣級機構）
 - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
 - 社交媒體官方帳號：@lapublichealth

關於新型冠狀病毒的其他可靠資訊來源包括：

- 加州公共衛生局（CDPH，州級機構）
 - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
- 美國疾病管制與預防中心（CDC，國家級機構）
 - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

如果你有任何問題，並且想向他人諮詢，請致電洛杉磯縣提供的全天候資訊專線2-1-1。

¹請佩戴兩層或兩層以上的口罩，以阻止COVID-19的傳播。把口罩戴在你的鼻子和嘴上，並固定在你的下巴之下。有關更多資訊，請登錄：<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/about-face-coverings.html> 和 <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/protection/GuidanceClothFaceCoverings.pdf>。