

Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn cách Đón Chào Mùa Lễ Hội

Cập nhật Gần đây:

30/11/20: Các cuộc tụ họp gồm nhiều hơn một hộ gia đình là bị cấm trong khoảng thời gian từ ngày 30 tháng 11 năm 2020 đến ngày 20 tháng 12 năm 2020 tuân theo **Lệnh Tạm thời Nhằm mục tiêu An toàn hơn khi Ở nhà của Viên chức Y tế để Kiểm soát COVID-19**. Ăn uống tại chỗ tại các nhà hàng, dù ở trong nhà hay ngoài trời, cũng đều bị cấm trong thời gian này.

19/11/20: Khuyến cáo đi lại trong đó khuyến nghị rằng không nên thực hiện bất kỳ chuyến đi không thiết yếu nào.

9/11/20: Việc mua cây Giáng Sinh tại các điểm bán cây thì được cho phép miễn là các điểm bán cây này tuân thủ nghị trình bán lẻ được yêu cầu và không có các hoạt động công viên giải trí, tụ họp hoặc lễ hội nào diễn ra tại điểm bán cây Giáng Sinh này.

Trong khi các gia đình bắt đầu lên kế hoạch cho kỳ nghỉ lễ, điều quan trọng là cần phải xem xét cách tổ chức an toàn để giảm thiểu nguy cơ phơi nhiễm COVID-19. Vấn đề tiên quyết là lập kế hoạch sớm và xác định các phương cách an toàn để thay cho việc ăn mừng theo thông lệ truyền thống nhưng lại mang rủi ro lây nhiễm. Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles muốn được chia sẻ thông tin về cách tham gia mùa lễ hội theo cách giảm thiểu nguy cơ lây lan COVID-19. Bởi lẽ một số cách ăn mừng theo thông lệ truyền thống trong các ngày lễ là không được phép trong năm nay, xin hãy cân nhắc xem xét một số phương cách thay thế an toàn hơn như được nêu ra dưới đây.

Không Được Phép (các cuộc tụ họp và sự kiện hiện không được phép tổ chức theo Lệnh của Viên chức Y tế)

- Các cuộc tụ họp riêng tư và công cộng với những người không cùng trong gia đình quý vị là bị cấm với ngoại lệ duy nhất là cho các dịch vụ tôn giáo hoặc văn hóa được phép diễn ra, các nghi lễ và cuộc biểu tình.
- Carnival Lễ hội Trá hình, công viên giải trí hoặc lễ hội.
- Trưng bày hoặc các sự kiện chụp ảnh lưu niệm với Ông già Noel/Giáng Sinh ngoài trời khi được tiến hành ngoài trời và tất cả những người tham gia đều đeo khăn che mặt và duy trì khoảng cách vật lý 6 feet.

Không Được Khuyến Khích

- Không khuyến khích các hoạt động gõ cửa từng nhà, chẳng hạn như hợp xướng vì có thể rất khó để duy trì giãn cách chung thích hợp trước hiên nhà và trước cửa ra vào và đảm bảo rằng tất cả mọi người mở cửa hoặc đến gõ cửa đều đeo khăn che mặt thích hợp để ngăn ngừa bệnh lây lan.

Được Phép và Được Khuyến Khích

- Các bữa tiệc/cuộc thi trực tuyến (ví dụ: bữa ăn Lễ TạƠn, cắt tía cây).
- Các cuộc diễu hành bằng ô tô mà tuân thủ hướng dẫn của cơ quan y tế công cộng dành cho [các cuộc diễu hành trên xe](#) bao gồm:
 - a. Các sự kiện có xe lái ngang qua hoặc cuộc thi trong đó mọi người ăn mặc hoặc trang trí xe của họ và lái xe qua các "giám khảo" đứng ở khoảng cách xa phù hợp.
 - b. Lái xe qua các sự kiện nơi mọi người vẫn ở trong xe của họ và lái xe qua khu vực có trang trí mùa lễ hội.

Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn cách Đón Chào Mùa Lễ Hội

- c. Các sự kiện cho người ngồi trên xe, nơi mà mọi người có thể nhận được một túi đồ ăn (chỉ cho phép giới hạn cho các đồ ăn khó hư hỏng được đóng gói thương mại) những túi đồ kích lệ mang về do người tổ chức biếu tặng trong khi những người tham gia vẫn ở trên xe của họ.
 - d. Các sự kiện cho người ngồi trên xe, nơi mọi người cho hoặc nhận đồ chơi hoặc các sự kiện quyên góp khác.
- Đem chiếu phim mùa lễ hội tại các địa điểm chiếu phim cho người ngồi trên xe (phải tuân thủ hướng dẫn của cơ quan y tế công cộng dành cho [các rạp chiếu phim cho người ngồi trên xe](#)).
 - Biểu diễn Trực tiếp hoặc Hòa nhạc được tổ chức tại các rạp hát cho người ngồi trên xe (phải tuân thủ giao thức của cơ quan y tế công cộng dành cho [các rạp chiếu phim cho người ngồi trên xe](#)).
 - Các bữa ăn theo chủ đề mùa lễ hội tại nhà hàng ngoài trời (phải tuân thủ theo giao thức dành cho [nhà hàng](#)).
 - Các tác phẩm nghệ thuật sắp đặt theo chủ đề mùa lễ hội tại bảo tàng ngoài trời (phải tuân thủ [giao thức dành cho bảo tàng](#) của cơ quan y tế công cộng.)
 - Trang trí nhà cửa và sân vườn với đồ trang trí theo chủ đề mùa lễ hội.
 - Trưng bày hoặc các sự kiện chụp ảnh lưu niệm với Ông già Noel/Giáng Sinh ngoài trời với tất cả những người tham gia đều đeo khăn che mặt và duy trì khoảng cách vật lý 6 feet.
 - Mua và trang trí cây Giáng Sinh (các điểm bán cây phải tuân thủ [giao thức dành cho cơ sở bán lẻ](#) của cơ quan y tế công cộng và không được có các hoạt động công viên giải trí hoặc theo phong cách lễ hội như cưỡi ngựa, vẽ mặt, vườn thú cưng, dịch vụ ăn uống, nhà đệm hơi hoặc gặp gỡ ông già Noel gần hơn sáu feet.)

Đi Lại

Cần nhắc lại kế hoạch của quý vị! Vì mùa lễ hội thường là khoảng thời gian đi lại bận rộn, quý vị có thể đã nghĩ đến việc đi lại để thăm bạn bè và gia đình. Việc đi lại làm tăng khả năng bị nhiễm và lây lan COVID-19, vì vậy, ở nhà là cách tốt nhất để bảo vệ bản thân và người khác khỏi bị bệnh. Tiểu bang California đã ban hành một khuyến cáo đi lại trong đó khuyến nghị rằng tất cả các chuyến đi không thiết yếu phải được hủy bỏ, bao gồm cả du lịch cho kỳ nghỉ, các chuyến đi tham quan hoặc giải trí. Ủy ban cố vấn của tiểu bang cũng khuyến cáo rằng bất kỳ ai nhập cảnh hoặc trở về California từ các tiểu bang hoặc quốc gia khác đều nên tự kiểm dịch ở nhà trong 14 ngày sau chuyến đi.

Trước khi thực hiện chuyến đi, quý vị nên xem xét những điều sau:

- COVID-19 có lây lan tại nơi quý vị đến không?
 - Càng có nhiều ca nhiễm bệnh tại nơi quý vị đến, quý vị càng có nhiều khả năng bị nhiễm bệnh trong quá trình du lịch và lây lan vi-rút cho người khác khi quý vị trở về.
 - Các trang web của Trung Tâm Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Bệnh Tật (CDC) sau đây có thể giúp quý vị truy cập những nguy cơ rủi ro khi đi du lịch cả trong nước và quốc tế:
 - [Theo Dõi Dữ Liệu về COVID của CDC](#)
 - [Đề Xuất Du Lịch theo Điểm Đến của CDC](#)
- Quý vị hoặc người mà quý vị sống cùng có nguy cơ gia tăng mắc bệnh nghiêm trọng do COVID-19 không?

Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles Hướng Dẫn cách Đón Chào Mùa Lễ Hội

- Bất kỳ ai cũng có thể mắc bệnh nặng do chủng vi-rút gây bệnh COVID-19 gây ra, nhưng người lớn tuổi mà họ có tình trạng bệnh lý tiềm ẩn có mà nó làm gia tăng nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng nếu họ bị nhiễm COVID-19.
- Điểm đến của quý vị có các yêu cầu hoặc hạn chế đối với khách du lịch không?
 - Một số điểm đến có các yêu cầu, chẳng hạn như yêu cầu mọi người phải xét nghiệm trước khi đi du lịch hoặc kiểm dịch khi đến nơi. Xin hãy kiểm tra các trang web y tế công cộng của đất nước, vùng lãnh thổ, bộ lạc và địa phương để biết thông tin trước khi quý vị đi du lịch. Nếu quý vị đang đi du lịch quốc tế, hãy kiểm tra Văn phòng Ngoại giao hoặc Bộ Y tế hoặc trang web của [Bộ Ngoại Giao Hoa Kỳ, Cục Lãnh Sự, Thông Tin Quốc gia](#) để biết chi tiết về các yêu cầu nhập cảnh và hạn chế đối với khách du lịch đến.
- Không đi lại nếu quý vị bị ốm hoặc nếu quý vị đã ở gần ai đó bị nhiễm COVID-19 trong 14 ngày qua.
- Nếu quý vị phải đi lại, hãy bảo vệ bản thân và người khác bằng cách làm theo các bước dưới đây trong phần “Các Biện Pháp Bảo Vệ Cá Nhân” và lời khuyên trên trang về [Đi lại](#) của CDC.
- Khi trở về sau chuyến đi không thiết yếu đến một tiểu bang hoặc quốc gia khác, quý vị được yêu cầu tự kiểm dịch ở nhà trong 14 ngày và hạn chế tiếp xúc với những người trong gia đình của quý vị.

Các Biện Pháp Bảo Vệ Cá Nhân:

Bất kể quý vị chọn tổ chức các ngày lễ theo cách nào, điều quan trọng là phải ghi nhớ những điều sau:

1. Đeo khăn che mặt đúng cách để ngăn ngừa bệnh lây lan¹ khi ra khỏi nhà và khi ở gần những người khác không phải thành viên trong gia đình của quý vị.
2. Tránh những không gian hẹp – Chủ động tránh xa các không gian trong nhà và ngoài trời không cho phép việc dễ dàng tạo ra khoảng cách ít nhất 6ft giữa quý vị và những người khác.
3. Tránh tiếp xúc gần – Tránh xa tất cả những người khác không phải là thành viên trong gia đình quý vị ít nhất 6 feet (3 bước chân người lớn trở lên), đặc biệt là khi đang nói chuyện, ăn, uống và hát.
4. Ở ngoài trời nhiều nhất có thể khi giao tiếp với những người không phải là thành viên trong gia đình quý vị.
5. Rửa hoặc khử trùng tay thường xuyên.
6. Thường xuyên vệ sinh các vật dụng hay chạm vào.
7. Nếu quý vị bị bệnh hoặc quý vị đã tiếp xúc với người bị nhiễm COVID-19 hoặc có các triệu chứng của COVID-19, xin hãy ở nhà, tránh xa những người khác và thực hiện xét nghiệm.
8. Tiêm phòng cúm mùa. Bệnh cúm mùa sẽ lưu hành cùng lúc với COVID-19 và điều quan trọng là quý vị phải bảo vệ bản thân và những người xung quanh khỏi bị bệnh cúm. Để biết thông tin về nơi để được tiêm phòng miễn phí hoặc với giá thấp, vui lòng gọi số 211 hoặc truy cập ph.lacounty.gov/media/FluSeason.

Biết nơi để có được thông tin đáng tin cậy

Hãy cảnh giác với những thông tin lừa đảo, thất thiệt và trò lừa bịp xung quanh Vi-rút Corona mới lạ. 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 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)

Vi-rút Corona Mới Lạ (COVID-19)

Sở Y Tế Công Cộng Quận Los Angeles
Hướng Dẫn cách Đón Chào Mùa Lễ Hội

- <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 lạ 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 Ngăn Ngừa Bệnh Tật (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, vui lòng gọi cho đường dây Thông Tin của Quận Los Angeles theo số 2-1-1, đường dây này hoạt động 24 giờ một ngày.

¹ Hãy đeo khẩu trang có hai lớp trở lên để ngăn chặn sự lây lan của COVID-19. Đeo khẩu trang trùm phần mũi và miệng và giữ cố định khẩu trang phần dưới cằm. Để biết thêm thông tin, vui lòng truy cập trang web <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/about-face-coverings.html> và <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/docs/protection/GuidanceClothFaceCoverings.pdf>

