

## **PHÁT HÀNH NGAY:**

Thứ Ba, ngày 4 tháng Mười, 2021

**Neetu Balram**

Quản Lý Thông Tin Công Cộng  
Ban Sức Khỏe Công Cộng Quận Alameda  
eoc-pio@acgov.org

### **Khuyến Cáo về Cách Mừng Lễ Halloween và Día de los Muertos theo Cách An Toàn và Ngăn Lây COVID-19 cho Bạn Bè và Láng Giềng**

Các viên chức sức khỏe Quận Alameda và Thành Phố Berkeley muốn nhắc nhở cư dân rằng nhiều hoạt động mừng lễ Halloween và Día de los Muertos sẽ có nguy cơ lây lan COVID-19. Hạn chế tụ tập và thực hiện thêm các biện pháp an toàn—đặc biệt khi mọi người không chủng ngừa—có thể làm giảm nguy cơ lây lan COVID-19. Cùng nhau, tất cả chúng ta cần cố gắng càng nhiều càng tốt để bảo vệ bản thân và những người xung quanh, bao gồm con còn nhỏ chưa đủ tiêu chuẩn được chủng ngừa của quý vị.

Khi quý vị dự định tham gia vào các hoạt động Halloween và Día de los Muertos năm nay, chúng tôi khuyến cáo mọi người áp dụng các biện pháp sau đây để ngăn ngừa COVID-19:

- **Chủng ngừa đầy đủ.**
  - Thuốc chủng là bảo vệ tốt nhất chống nhiễm bệnh. Tất cả ba loại thuốc chủng hiện nay đều an toàn và giảm nguy cơ gây bệnh nghiêm trọng, nhập viện, và tử vong do COVID-19.
  - Tìm địa điểm chủng ngừa gần quý vị: <https://covid-19.acgov.org/vaccines.page?#availability> và <https://www.cityofberkeley.info/covax/>
- **Ở nhà nếu quý vị bị, hay nghĩ mình có thể bị COVID-19.**
  - Không tham dự lễ hội hay tham gia vào các hoạt động nếu thấy không khỏe, hoặc nếu có tiếp xúc gần với người bị COVID-19 và quý vị chưa được chủng ngừa đầy đủ.
- **Đeo khẩu trang.**
  - Người được chủng ngừa có thể bị COVID-19 mà không có triệu chứng. Mọi người, bất kể có chủng ngừa hay không, đều phải đeo khẩu trang tại những cơ sở công cộng trong nhà.
  - Khuyến cáo đeo khẩu trang ở những khu tư nhân, nơi không phải ai cũng được chủng ngừa, hoặc khi những người xung quanh dễ bị nhiễm bệnh hay hệ miễn dịch của họ bị suy yếu.
  - Khẩu trang để hóa trang không thay thế cho khẩu trang vừa khít mặt, che miệng và mũi.
  - Không đeo khẩu trang hóa trang lên trên khẩu trang vải bảo vệ vì có thể gây nguy hiểm nếu khẩu trang hóa trang làm quý vị khó thở.
- **Tụ tập ngoài trời.**

- Các hoạt động trong nhà có nhiều người từ các gia đình khác nhau, như ngôi nhà ma hoặc mê cung trong nhà, gây nguy cơ lớn hơn cho mọi người—đặc biệt là những người không được chủng ngừa.
- **Áp dụng biện pháp an toàn khi chơi trò chơi khăm hay tử tế (trick-or-treating).**
  - Nếu tham gia vào trò chơi khăm hay tử tế truyền thống ngoài trời, hãy đeo khẩu trang hoặc giữ khoảng cách với người khác để giảm nguy cơ nhiễm COVID-19.
  - Mang theo chai chùi tay và sử dụng thường xuyên. Nhớ rửa tay sau khi về nhà, và đặc biệt trước khi ăn bất cứ loại bánh kẹo nào mang về.
- **Tụ tập ít người.**
  - Tụ tập đông người, ngay cả khi ở ngoài trời, sẽ gây nguy cơ nhiễm COVID-19.
  - Các hoạt động có hơn 1,000 người tham dự trong nhà hay đám đông hơn 10,000 ngoài trời phải tuân theo [Hướng Dẫn cho Hoạt Động Đông Người của California](#).

Nhớ theo dõi bản thân xem có bị triệu chứng nào trong 14 ngày sau khi tham gia ăn mừng lễ hội và các hoạt động để bảo vệ bản thân và người nhà của mình. Chú ý đặc biệt từ ngày 3-7 vì đây là thời điểm mọi người dễ bị các triệu chứng nhất.

Nếu quý vị tiếp xúc gần với người dương tính với COVID-19, đi thử nghiệm và nếu quý vị chưa được chủng ngừa đầy đủ, ở nhà để cách ly. Nếu quý vị thấy không khỏe hoặc nếu thử nghiệm dương tính, ở nhà để cô lập, bất kể quý vị có chủng ngừa hay không.

Vào mạng lưới [Thử COVID-19 Quận Alameda](#) và [Thử COVID-19 Thành Phố Berkeley](#) để tìm hiểu thêm về các triệu chứng và thử nghiệm. Vào mạng lưới [Cô Lập và Cách Ly COVID-19 Quận Alameda](#) và [COVID-19 Thành Phố Berkeley](#) để biết thông tin về việc cần phải làm gì sau khi tiếp xúc hay thử nghiệm dương tính. Trẻ nhỏ và thanh thiếu niên từ mẫu giáo đến lớp 12 **không** đủ điều kiện được [Cách Ly Sửa Đổi](#) cho loại tiếp xúc này (bên ngoài trường học) nếu nhà trường đưa ra lựa chọn cách ly này.