

در یک مراسم یا گردهم‌آیی شرکت می‌کند؟

COVID-19 همچنان در جامعه ما منتشر می‌شود و راهی نیست که بتوان تضمین کرد ریسک شرکت در مراسمها و گردهم‌آیی‌ها صفر است. اما سه موضوع را باید درباره ریسک ابتلا به COVID-19 در این رویدادها در نظر گرفت.

هرچه تعداد کسانی که در یک گردهم‌آیی با آنها تعامل دارید، بیشتر و مدت تعامل طولانی‌تر باشد، ریسک ابتلا به COVID-19 و انتشار COVID-19 بیشتر است.

1

هرچه به افراد آلوده نزدیک‌تر شوید، ریسک بیمار شدن شما بیشتر است. فضاهای بسته نسبت به فضاهای باز پرخطرتر هستند زیرا دور نگه داشتن افراد سخت‌تر و تهویه کمتر است.

2

هرچه سطح انتقال اجتماعی در منطقه برگزاری گردهم‌آیی بیشتر باشد، ریسک COVID-19 در مدت گردهم‌آیی بیشتر است.

3

اگر بیمار هستید، در معرض COVID-19 بودید یا نتیجه آزمایش COVID-19 شما در فاصله 14 روز از مراسم یا گردهم‌آیی مثبت شده است، در خانه و دور از دیگران بمانید.

یک مراسم یا گردهم‌آیی را برنامه‌ریزی می‌کنید؟

برای کمک به کاهش خطر مواجهه COVID-19 و انتشار آن در مراسم و گردهم‌آیی‌ها، لطفا طبق راهنمای زیر عمل کنید.

اصول بهداشت دست و تنفس

- شرکت‌کنندگان را ترغیب کنید مرتب دستان خود را بشویند و سرفه و عطسه خود را بپوشانند. اگر آب و صابون بلافاصله در دسترس نیست، از ضدعفونی‌کننده دست حاوی حداقل 60 درصد الکل استفاده کرده و دست‌ها را بهم بمالید تا خشک شوند.
- از شرکت‌کنندگان بخواهید با یکدیگر دست ندهند، مشت و کف دست را بهم نزنند.



ماندن در خانه حسب اقتضا

- ماندن در خانه همچنان امن‌ترین راهکار است. البته، اگر قصد دارید مراسم یا گردهم‌آیی را برنامه‌ریزی کنید، اقدامات احتیاطی زیر را رعایت کنید:
- فردی را برای پاسخگویی به مسائل مربوط به COVID-19 معرفی کنید.



قبل از مراسم یا گردهم‌آیی به شرکت‌کنندگان بگویید که اگر علائم بیماری یا تست مثبت دارند یا (در 14 روز اخیر) در معرض COVID-19 بودند، در مراسم شرکت نکنند.

- بلافاصله شرکت‌کنندگانی که علائم COVID-19 (سرفه، تب، تنگی نفس و غیره) دارند را جدا کنید. افرادی که بیمار هستند، بسته به شدت علائم، باید به خانه یا یک مرکز خدمات مراقبتی بروند.

- رویه‌هایی برای حمل و نقل امن بیمار به خانه یا مرکز مراقبت بهداشتی تعیین کنید. اگر با آمبولانس تماس گرفته‌اید یا فردی را به بیمارستان می‌آورید، ابتدا با آنها تماس گرفته و آنها را آگاه کنید که ممکن است فرد مبتلا به COVID-19 باشد.

- به کسانی که با فرد مبتلا به COVID-19 تماس نزدیک داشتند، بگویید در خانه بمانند، علائم خود را کنترل کنند و اگر علائمی در آنها بروز کرد، طبق راهنمای بهداشت عمومی عمل کنند.

پوشاننده صورت پارچه‌ای

- قبل از مراسم از شرکت‌کنندگان بخواهید پوشاننده صورت پارچه‌ای برای مراسم بیاورند. پوشاننده صورت پارچه‌ای برای محافظت از افراد در مواردی طراحی شدند که فردی که از آن استفاده می‌کند، نادانسته مبتلا است اما علائم ندارد. پوشاننده‌های صورت برای مواقعی توصیه می‌شوند که فرد ممکن است صدای خود را بالا ببرد (مثلاً، فریاد کشیدن، آواز خوانی و ترانه‌خوانی).



www.fairfaxcounty.gov/health/novel-coronavirus



ژوئای 2020
اداره بهداشت (اداره سلامت Fairfax County)
TTY 711 یا 703-246-2411

علامت‌ها و پیام‌ها

- شرکت‌کنندگان و عموم را درباره محدودیت‌های وضع شده برای کاستن از مواجهه افراد با COVID-19 مطلع کنید.
- پیام‌هایی درباره رفتارهایی بگذارید که موقع ارتباط گرفتن با شرکت‌کنندگان و فروشندگان (مثل آن‌هایی که در وبسایت یا حساب‌های رسانه‌های جمعی مراسم فعلا هستند)، مانع انتشار COVID-19 می‌شود.



- در صورت امکان، علائمی را آماده کنید که تدابیر حفاظتی روزمره را ترغیب کرده و روش کاستن از انتشار جرم از طریق شستن درست دست و استفاده از پوشاننده پارچه‌ای صورت را توصیف می‌کند.

- منابع رایگان کاغذی و دیجیتال درباره COVID-19 در بخش ویروس کرونای اداره بهداشت Fairfax County یا صفحه منابع ارتباطی بیابید.

وسایل مشترک

- از افراد بخواهید از استفاده اشتراکی از وسایلی که تمیز کردن، ضدعفونی کردن یا بهداشتی کردن آن‌ها دشوار است، پرهیز کنند.
- مصرف مشترک غذا، تجهیزات یا لوازم توسط شرکت‌کنندگان را محدود کنید.
- اطمینان حاصل کنید که همه چیز به قدر کافی هست تا از استفاده مشترک از مواد پرلمس تا حد ممکن پرهیز شود و آن‌ها را بین هر بار استفاده تمیز و ضدعفونی کنید.



آیا به آزمایش COVID-19 نیاز دارید؟ از تارنمای زیر بازدید کنید:

<https://www.fairfaxcounty.gov/health/novel-coronavirus/coronavirus-covid-19-testing>

اطلاعات و موضوعات بیشتری را برای مراسم و گردهم‌آیی‌ها در آدرس زیر ببینید:
www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/large-events/considerations-for-events-gatherings.html

محافظت از کسانی که در معرض ریسک بالاتری هستند

- تا حد امکان، گزینه‌هایی به شرکت‌کنندگانی که در معرض خطر بیماری بالاتری هستند در نظر بگیرید تا مواجهه آن‌ها را کمتر کند (مثل، حضور مجازی).
- حضور شرکت‌کنندگان را محدود به کسانی کنید که در همان محدوده زندگی می‌کنند (مثل محله، شهر، شهرک یا کانتی) تا خطر انتشار ویروس از مناطق آلوده‌تر به COVID-19 کم شود.
- شیفت‌ها و زمان حضور را متفاوت در نظر گرفته و چرخشی کنید تا تعداد شرکت‌کنندگانی که هم زمان حضور دارند، کم شود.

سفر و ترانزیت

- شرکت‌کنندگان را تشویق کنید از گزینه‌های حمل و نقلی استفاده کنند که تماس نزدیک با دیگران را کم می‌کند (مثل پیاده روی یا دوچرخه سواری، رانندگی یا گرفتن ماشین بصورت تنها یا فقط با اعضای خانواده).

خطر انتشار COVID-19 در مراسم‌ها و گردهم‌آیی‌ها به شرح زیر افزایش می‌یابد:

- **خطر کمتر:** فعالیت‌ها، مراسم و گردهم‌آیی‌های فقط دیجیتال.
- **خطر بیش‌تر:** گردهم‌آیی‌های بیرونی و شخصی کوچک که در آن افراد خانوارهای مختلف فاصله 6 فوتی را از یکدیگر رعایت می‌کنند، وسایل را اشتراکی استفاده نمی‌کنند و از یک منطقه هستند (مثل محله، شهرک، شهر یا کانتی).
- **خطر بالاتر:** گردهم‌آیی‌های متوسط از نظر اندازه که طوری برنامه‌ریزی شدند که افراد حداقل 6 فوت از یکدیگر فاصله داشته باشند و شرکت‌کنندگان از مناطقی خارج از محله می‌آیند.
- **بالاترین خطر:** گردهم‌آیی‌های بزرگ از نظر اندازه که در آن‌ها حفظ فاصله حداقل 6 فوت دشوار است و شرکت‌کنندگان در مناطق خارج از محل سفر می‌کنند.