

Полезные советы: безопасные праздники

Во время COVID-19

www.cdph.ca.gov

Наступил холодный сезон. Люди проводят больше времени в помещениях. В связи с этим по всей стране и в Калифорнии в частности все быстрее распространяется COVID-19. Для того чтобы защитить себя и своих близких, соблюдайте указания о проведении небольших собраний. Кроме того, вот несколько полезных советов по поводу безопасного проведения праздников

- Для того чтобы узнать, какие мероприятия и собрания разрешены, проверьте установленный в вашем округе уровень риска. Этот уровень зависит от эпидемиологической ситуации в округе.
- В общественных местах, например в обществе, магазине или на транспорте, носите маску. Носите ее везде, где можете встретить людей, которые с вами не живут.
- Носите маску не только рядом с незнакомыми людьми, но и рядом со всеми, кто не живет с вами вместе, в том числе в обществе друзей и семьи.
- Поддерживайте дистанцию, особенно от пожилых членов семьи и людей с хроническими заболеваниями.
- Не собирайтесь в помещении вместе другими семьями («домохозяйствами»), если в вашем округе это запрещено.
- Если собрания в помещении округ разрешает, то находясь в помещении, носите маску и держите окна и двери открытыми, чтобы обеспечить циркуляцию воздуха.
- Если собрания в помещении округ разрешает, то используйте все внутреннее пространство помещения, чтобы держаться на расстоянии.
- Никому не позволяйте пользоваться своими столовыми приборами и напитками.
- Страйтесь делать собрания краткими, как в помещении, так и на открытом воздухе. Чем короче, тем безопаснее.
- Тем, у кого заражение вирусом COVID-19 с высокой вероятностью приведет к тяжелой болезни или смерти, рекомендуется ни в каких встречах не участвовать, особенно в помещении. К группе риска относятся пожилые люди и больные хроническими заболеваниями. Если вы встречаетесь с пожилыми людьми или хронически больными, обязательно надевайте хирургическую маску или маску N95.
- Безопаснее всего отмечать праздники с людьми, которые живут вместе с вами, но если вы приглашаете посторонних, то они должны быть не более чем из двух других семей.
- Поездки повышают вероятность заразиться самому и заразить окружающих. Тем, кто приезжает из других штатов или стран, нужно 14 дней после прибытия оставаться дома на карантине и не общаться с другими людьми.
- Часто мойте руки. Не менее 20 секунд мойте руки с мылом или используйте антисептик для рук. Не трогайте глаза, нос и рот.
- Если больны, оставайтесь дома.

