



## Mua Sắm Hoảng Loạn

- ✓ Mua sắm hoảng loạn là hành động mua sắm bất thường một số lượng lớn sản phẩm để phòng bị về mối đe dọa đối với sức khỏe hoặc an toàn cá nhân.
- ✓ Chất đầy giỏ hàng tạp hóa có thể tạm thời làm dịu nỗi lo lắng của bạn về COVID-19, nhưng có những hậu quả thực tế - như tăng giá và làm thiếu nguồn cung cấp thiết yếu cho những người cần chúng nhất (thí dụ như mặt nạ cho nhân viên chăm sóc sức khỏe).

## Chuẩn bị hiệu quả

- ✓ Truy cập [www.AlertOC.com](http://www.AlertOC.com) để đăng ký hệ thống báo động quần chúng của Quận Cam, CA. Hệ thống giúp người dân cập nhật thông tin về các trường hợp khẩn cấp và những hành động cần làm để giữ an toàn.
- ✓ Vào trang [www.ReadyOC.org](http://www.ReadyOC.org) để tìm hiểu cách chuẩn bị những thứ cần thiết cho các thảm họa tự nhiên có khả năng ảnh hưởng đến cuộc sống hàng ngày của bạn ở Quận Cam, như cháy rừng, lũ lụt và lở đất.
- ✓ Hãy theo dõi các cơ quan y tế đáng tin cậy và làm theo hướng dẫn của họ. Đường Dây Giới Thiệu Sức Khỏe của chúng tôi tại 1 (800) 564-8448 có thể trả lời câu hỏi của bạn về COVID-19.