

# MÙA LỄ HỘI NÀY CHIA SẺ NIỀM VUI, ĐỪNG LÂY COVID-19

Những ngày lễ thường là thời gian để ăn mừng cùng gia đình và bạn bè. Với hiện trạng COVID-19 trong cộng đồng chúng ta, quý vị chắc đang tự hỏi làm thế nào để ăn mừng một cách an toàn. Hãy xem bên dưới để biết một số điều cần cân nhắc trong những ngày lễ.

**Nếu quý vị nghĩ rằng mình đã nhiễm COVID-19**, điều quan trọng nhất cần làm là tự cách ly. Điều này có nghĩa là tránh xa những người khác và không đi du lịch. Hầu hết mọi người sẽ có những bệnh nhẹ (hay thậm chí là không có triệu chứng bệnh) và có thể phục hồi tại nhà mà không cần chăm sóc y tế. Nếu muốn được xét nghiệm, quý vị có thể được xét nghiệm miễn phí. Hãy xem những nơi quý vị có thể xét nghiệm COVID-19 trước những ngày lễ tại

[ochealthinfo.com/covidtest](https://ochealthinfo.com/covidtest).

## Những Hoạt Động Có Nguy Cơ Thấp

Những hoạt động này an toàn cho những buổi tiệc ăn mừng của quý vị:

- Chỉ dùng tiệc lễ với những người trong hộ gia đình của quý vị.
- Tổ chức một buổi tiệc ảo cho ngày lễ với bạn bè và gia đình.
- Mua sắm trực tuyến thay vì tự mua sắm trực tiếp.
- Xem các sự kiện thể thao, diễu hành và phim tại nhà.

## Những Hoạt Động Có Nguy Cơ Vừa Phải

Những hoạt động này có thể khiến quý vị gặp một số nguy cơ nhiễm COVID-19:

- Tổ chức tiệc nhỏ ngoài trời cùng gia đình và bạn bè. Hãy nhớ, số người tham dự càng ít, sẽ càng an toàn hơn.
- Đến các địa điểm du lịch mùa lễ nơi mọi người có thể rửa tay hoặc sử dụng nước rửa tay sát khuẩn thường xuyên, đeo khẩu trang và đứng cách xa nhau 6 feet (khoảng 2 mét)

Mẹo để an toàn hơn khi tụ họp:

- Nếu quý vị tụ họp trong nhà, hãy cố gắng ở cách xa 6 feet đối với những người không sống cùng quý vị.
- Sẽ luôn an toàn hơn khi quý vị đeo khẩu trang che mặt. Quý vị có thể tạm thời gỡ bỏ khẩu trang che mặt khi ăn uống.

## Những Hoạt Động Có Nguy Cơ Cao

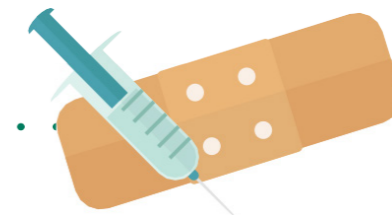
Những hoạt động này có thể khiến quý vị có nguy cơ cao nhiễm COVID-19. **Quý vị nên tránh các hoạt động này để giữ an toàn cho quý vị và gia đình:**

- Mua sắm ở các cửa hàng đông người và vào các ngày hội mua sắm như ngày Thứ Sáu Đen (Black Friday).
- Xem hoặc tham dự vào các cuộc đua, diễu hành hoặc buổi tiệc có đông người.
- Tham dự các buổi tụ họp lớn ngoài trời với những người bên ngoài hộ gia đình của quý vị.



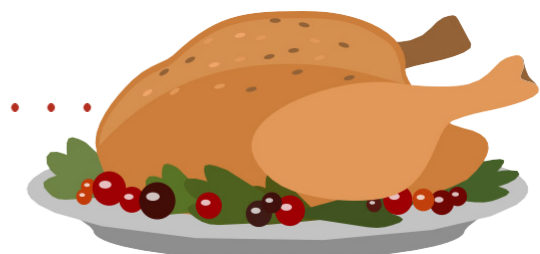
### Du Lịch An Toàn Trong Mùa Lễ

Nếu phải đi du lịch, quý vị hãy xem bài đăng “[Du lịch trong khi diễn ra đại dịch COVID-19](#)” của CDC tại [cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html](https://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html) để tìm những cách đi lại an toàn hơn.



**Cũng đừng lo lắng về bệnh cúm!** Mùa lễ cũng là mùa cúm. Hãy đảm bảo quý vị cũng bảo vệ bản thân và gia đình khỏi dịch cúm. Hãy xem những nơi quý vị có thể tiêm vắc-xin cúm tại

[ochealthinfo.com/getyourflushot](https://ochealthinfo.com/getyourflushot)



### Xử Lý Thực Phẩm An Toàn

Quý vị cũng nên nhớ thực hành xử lý thực phẩm an toàn. Hãy truy cập [ocfoodinfo.com](https://ocfoodinfo.com) để biết thêm thông tin.

Để biết thêm thông tin về cách ăn mừng an toàn trong mùa lễ, hãy truy cập [ochealthinfo.com/covidholidaysafety](https://ochealthinfo.com/covidholidaysafety)