

# 傳播歡樂，而不是新冠肺炎

在這個假期保護自己和他人的提示

## 如果您符合條件，請接種疫苗，包括加強劑

疫苗是結束大流行的最佳方式，它們可以預防因新冠肺炎導致的疾病、住院和死亡。疫苗接種安全、有效且免費。[了解有關新冠肺炎疫苗的更多信息並瀏覽 \[sccFreeVax.org/zh\]\(https://sccFreeVax.org/zh\) 或 \[MyTurn.ca.gov\]\(https://MyTurn.ca.gov\) 以接種疫苗。](#)

## 生病時，請留在家裡

任何感到不適的人，即使是輕微的症狀（喉嚨痛、咳嗽、流鼻涕），也應該留在家裡，與他人隔離並做檢測。[下載我們的檢測實情概述並閱讀我們的檢測指引。](#)

## 在旅行或聚會前後做檢測

**行前須知。**即使您沒有任何症狀，也要在家庭聚會前 1-3 天或任何旅行前做檢測。抗原檢測應在聚會或旅行前 24 小時進行。PCR 檢測應在 72 小時內完成——結果可在聚會或旅行前獲得。做檢測無需自付費用。瀏覽 [sccFreeTest.org/zh](https://sccFreeTest.org/zh) 或致電 (408)970-2000。了解有關新冠肺炎檢測類型的更多信息。

**返回後需知。**假期回來後做檢測。3-5 天後再做檢測。

## 還請考慮以下事項：

- 如果您們當中某些人未接種疫苗，請採取預防措施（例如，戴口罩、在戶外社交、縮短聚會時間）。
- 一定要戴上鬆緊適宜的好口罩。N95 和 KN95 或外科口罩最能過濾病毒和顆粒。
- 在室外聚會或增加室內空氣流通。[閱讀我們的通風實情概述。](#)
- 在您的智能手機上啟用 [CA Notify](#)（加州的新冠肺炎暴露通知系統）。請您的訪客也這樣做。

閱讀加州公共衛生  
部的更多信息



遵循目前**CDC**的旅行指引  
來協助預防新冠肺炎傳播



Santa Clara County  
**PUBLIC  
HEALTH**

