

(由于时间紧迫，此翻译文是通过谷歌翻译的。如有措辞和结构错误，请谅解。)

親愛的父母/監護人，

11月已經到來，隨之而來的是感恩節和冬季假期慶祝活動的念頭。我們的感恩節假期從11月25日（星期三）下午12:00開始，然後根據2020年11月30日（星期一）的隊列安排返回學校。對於許多人來說，這些慶祝活動通常包括與家人和親人一起旅行或歡迎他們回家。由於COVID-19仍在我們的社區中傳播，因此我們都被建議改變慶祝活動。

2020年11月2日，州長貝克（Governor Baker）發布了[COVID-19第54號命令](#)。該命令減少了在馬薩諸塞州私人住宅聚會的規模限制。私人住宅的室內聚會僅限於10人，私人住宅的室外聚會僅限於25人。此命令包括感恩節慶祝活動。

疾病控制與預防中心（CDC）指出，旅行增加了您傳播和傳播COVID-19的機會，而留在家裡是保護自己和他人的最佳途徑。**您必須了解並遵守馬薩諸塞州的最新旅行限制和建議。**

根據州長貝克（Governor Baker）於2020年8月1日發布的旅行命令，所有從州外和國際旅行的家庭都必須進行自我檢疫十四（14）天，或產生負面的COVID-19測試結果，且該測試結果一直有效您抵達馬薩諸塞州之前72小時。[更多信息可以在這裡找到。](#)

**請注意，如果您打算在感恩節週末出國旅行或前往高危州之一，則您和您的孩子應隔離，並在14天之內或在接受負面COVID-19測試之前不要返回學校。**有關其他社區中免費的Stop Spread測試設施的信息，請訪問[Mass.gov/info-details/stop-the-spread](https://www.mass.gov/info-details/stop-the-spread)。

此外，請記住本學年所有PSB員工和家人簽署的[健康協議](#)。**您必須繼續監視COVID-19的症狀，並每天為家庭中的每個人檢查發燒（100或更高）。**如果您感到不適，請留在家裡，如果孩子感到不適，請留在家裡。

以下幾頁包含了CDC的一些安全慶祝活動的指南。祝您和您的家人平安，健康，感恩節快樂。

真誠的，

Tricia Laham MEd, BSN, RN  
學校衛生服務協調員

# 每個人都可以使感恩節更加安全

與家人和朋友的傳統感恩節聚會很有趣，但可以增加獲得或傳播[COVID-19](#)或[流感的機會](#)。請遵循以下提示，使您的感恩節假期更加安全。

今年慶祝感恩節最安全的方法是與家人一起慶祝。如果您確實打算與家人以外的人共度感恩節，請採取措施使慶祝活動更加安全。[在這裡了解更多。](#)

戴上兩層或多層防毒面具，以阻止COVID-19擴散。

- 將面罩戴在鼻子和嘴上，並固定在下巴下方。
- 確保面罩緊貼臉部兩側。
- 確保面罩緊貼臉部兩側。

與不與您同住的其他人保持至少6英尺的距離

- 請記住，某些無症狀的人可能會傳播COVID-19或流感。
- 與其他人保持6英尺（約2臂長）的距離對於[極易生病的人](#)尤為重要。

## 洗手

- 經常用肥皂和水洗手至少20秒鐘。
- 隨身攜帶[洗手液](#)，並在無法洗手時使用。
- 使用洗手液和至少60%的酒精。

## 參加聚會

讓您的慶祝活動更安全。除了遵循每個人都可以採取的使感恩節更加安全的步驟外，在參加感恩節聚會時還應執行以下其他步驟。

- 自備食物，飲料，盤子，杯子和器皿。
- 戴上口罩，並在飲食時安全[存放口罩](#)。
- 避免進出準備或處理食物的區域，例如廚房。
- 使用一次性選項，例如色拉調料和調味品小包，以及一次性物品，例如食物容器，盤子和器皿。

## 舉辦感恩節聚會

如果有客人來您家，請確保人們遵循每個人都可以採取的使感恩節更加安全的步驟。您可以採取的其他步驟包括：

- 與居住在您社區中的家人和朋友一起[吃一頓小餐](#)。
- 限制客人人數。

- 提前與客人進行對話，以設定共同慶祝的期望。
- 在使用之間[清潔和消毒](#)經常接觸的表面和物品。
- 如果要在室內慶祝，請確保打開窗戶。
- 限制食品準備區的人數。
- 請客人自備食物和飲料。
- 如果要共享食物，請一個人提供食物並使用一次性用具，例如塑料器皿。