

Covid-19 và Mặc cảm



Tất cả mọi người, bất kỳ chủng tộc và dân tộc nào, cũng đều có thể nhiễm bệnh.



Mặc dù dịch bệnh lây lan lần đầu tiên ở Trung Quốc, nhưng chúng ta phải ghi nhớ đó chỉ là vấn đề về vị trí địa lý và không liên quan đến chủng tộc hoặc dân tộc. Đồng thời chúng ta phải lưu ý rằng những người Mỹ gốc Phi, người dân vùng đảo Thái Bình Dương và các cộng đồng sắc tộc khác lại bị tổn hại nhiều hơn trước sự tấn công của COVID-19 bởi vì các bất bình đẳng do sự phân biệt chủng tộc gây ra liên quan đến sức khỏe, nhà ở, giáo dục và việc làm.”

Quý vị có thể phá vỡ đi sự mặc cảm. Hãy bắt đầu bằng việc chia sẻ thông tin đúng.

Tránh lan truyền thông tin sai sự thật. Hãy cập nhật thông tin thông qua các nguồn uy tín và đáng tin cậy:

- Các dịch vụ Y tế và Nhân sinh Hat Marin (HSS)
- Trung tâm Kiểm soát và Ngăn ngừa dịch bệnh (CDC)



Hãy lên tiếng nếu quý vị nghe, thấy hoặc đọc được thông tin sai sự thật hoặc bị quấy rối.

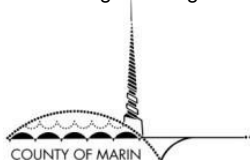
Hãy nhẹ nhàng điều chỉnh thông tin sai sự thật và nhắc nhở người nói: các ngôn từ và hành động mang tính định kiến chỉ làm hại chúng ta thêm mà thôi.

Thể hiện thông cảm và ủng hộ đối với những người bị ảnh hưởng nặng nề nhất.

Lắng nghe, thừa nhận, nếu được phép, chia sẻ những câu chuyện về những người đã trải qua mặc cảm, cùng với thông điệp rằng các định kiến cố chấp không được chào đón trong cộng đồng của quý vị.



Nguồn: kingcounty.gov/hcov/anti-stigma



DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
BEHAVIORAL HEALTH AND
RECOVERY SERVICES

Promoting and protecting health, well-being, self-sufficiency, and safety of all in Marin County.

