

## COVID-19 팬데믹 기간 동안 안전하게 시위하는 방법

뉴욕시는 여전히 팬데믹 상황을 겪고 있습니다. COVID-19의 전파가 지속적으로 발생하고 있으며 자택 외부에서 타인과 모이면 언제든지 위험에 노출될 수 있습니다. 가능한 한 자택에 머무르는 것이 현재 취할 수 있는 가장 안전한 조치이나 시위 참여를 결정하시는 경우, 자신과 소중한 사람들을 더욱 잘 보호할 수 있는 다음의 팁을 이용하시기 바랍니다.

### 외출 전 대비하세요

- **몸이 아픈 경우 자택에 머무르십시오.** 외출하는 경우 다른 사람들을 감염시킬 수 있습니다. 심각한 질환이 있거나 65 세 이상인 경우 스스로를 보호하기 위해 자택 체류를 고려하십시오. 자택에서도 [투표 등록](#), 현지 지역사회 조직 지원, [지역 의원에게 연락하기](#) 등의 다른 방법으로 행동할 수 있습니다.
- **얼굴 커버를 제대로 착용합니다.** 코, 입, 턱을 완전히 덮도록 얼굴 커버를 착용하면 구호를 외치기로 했을 때 비말이 전파되는 것을 예방할 수 있습니다. 증상이 없는 경우에도 COVID-19 를 전파할 수 있음에 유념하시기 바랍니다.
- **자신의 안전을 지키는 데 필요한 것만 소지합니다.** 알코올 기반의 손 세정제, [얼굴 커버](#), 자신의 물병, 간식, 신분증, 필요할 수 있는 의약품(예: 흡입기)을 소지합니다.
- **물을 뿌릴 수 있는 병에 든 비눗물과 수돗물을 소지합니다.** 후추 스프레이에 노출되는 경우 비누로 닦아내어 기름기를 제거합니다. 그다음 물로 헹궈내야 합니다. 따가움이 악화되거나 COVID-19 가 전파될 수 있으니 눈이나 얼굴을 문지르지 않도록 하시기 바랍니다.
- **소규모 집단과 함께합니다.** 아는 사람들에 가까이 둘러싸여 행진하는 것이 낫습니다. 이 경우 누군가 이후 COVID-19 확진 판정을 받더라도 친구들이 검사를 받게 할 수 있습니다.
- **계획을 세웁니다.** 스스로 정신적으로 대비합니다 — 경로를 구상하고 탈출로와 사용 가능한 우회로를 설정합니다.

### 외부에서 시위하는 중에도 안전을 지킵니다

- **소음기, 북, 플래카드를 사용합니다.** 타인에 잠재적으로 노출되는 것을 줄이기 위해 구호를 외치거나 고함을 치는 일을 제한합니다. 소리 지르기는 기침과 같습니다. 미세한 비말을 배출하여 바이러스를 주변 사람들에게 전파시킬 수 있습니다.
- **물리적 거리두기는 여전히 중요합니다.** 일행이 아닌 사람들과 자신 사이의 거리를 가능한 한 넓게 유지합니다.
- **건강한 손 위생을 유지합니다.** 알코올 기반의 손 세정제를 사용하고 타인과 접촉을 피합니다. 또한, 자기 얼굴도 만지지 않습니다. 얼굴 커버를 조절하기 위해 얼굴을 만져야 하면 접촉 전후로 손 세정제를 사용합니다.
- **자기 자신의 물건을 소지(BYO)하고 공유하지 않습니다.** 물병, 마이크, 메가폰을 공유하지 않습니다.
- **자신의 신체 및 정신 건강을 돌봅니다.** 안전하지 않은 상황을 벗어날 때 고려합니다.

### 귀가 후 해야 할 일

- **COVID-19 에 노출되었다고 가정하고 검사를 받습니다.** 노출 5 일 후 COVID-19 검사를 받습니다. [nyc.gov/covidtesting](https://nyc.gov/covidtesting) 를 방문하거나 311 번으로 전화하여 더 자세한 정보를 확인하세요. 검사는 NYC 보건병원협회가 지원하는 검사소에서 무료로 진행됩니다. 검사 결과는 법 집행기관에 공유되지 않습니다.

- 심각한 COVID-19 질환에 대한 위험도가 높은 사람들(65 세 이상 및 심각한 질병을 가진 사람)과 특히 접촉을 피합니다.
- 귀가하자마자 가능한 한 빨리 비누와 물로 최소 20 초 동안 손을 씻습니다.
- 자신의 정신 건강을 돌봅니다. 추가 지원이 필요한 경우, 매일 24 시간 운영되는 NYC Well(888-692-9355)로 전화하시기 바랍니다.

NYC 보건부에서는 상황이 진전됨에 따라 권장 사항을 변경할 수 있습니다.

6.8.20