

CÂU CHUYỆN TỪ NHỮNG
NGƯỜI Ở TUYẾN ĐẦU:

Điệp Khúc COVID

DỰ ÁN CÁC ĐỐI TÁC HỢP TÁC
TỬ DUY TRONG CỘNG ĐỒNG

CHÍNH SÁCH, CƠ QUAN
& CỘNG ĐỒNG

BÁO CÁO VỀ Ý KIẾN



Các Đối Tác Tư Duy

Chaune Fitzgerald, [Women of Wisdom](#) – TriCities

Tiến sĩ Ben Danielson, Người Ủng hộ Cộng đồng

Gloria Rodriguez, [LatinX Unidos of the South Sound](#)

JanMarie Olmstead, [American Indian Health Commission](#)

Jordan Chaney, Nhân viên Văn hóa, Nhà thơ

Kathleen Wilcox, [African Americans Reach & Teach Health](#)

Lin Crowley, [Asian Pacific Islanders Coalition](#) SPS và [Multicultural Center of the South Sound](#)

Faaluaina “Lua” Pritchard, [Asia Pacific Cultural Center](#)

Lynese Cammack, Người Ủng hộ Cộng đồng Thanh niên

Mayra Colazo, [Central WA Disability Resources](#)

Megan Veith, [Building Changes](#)

Mohamed Bakr, [Muslim Community Network Association](#)

Mulki Mohamed, [RuntaNews](#)

Pa Ousman Joof, [WA West African Center](#)

Priya Jayadev, [Clallam Mosaic: Intellectual & Developmental Disability Services](#)

Todd Holloway, [Center for Independence](#)

Van Kuno, [Refugee & Immigrant Services NW](#)

Vincent Perez, [Equity Institute](#)

Zyna Bakari, [Urban League of Metropolitan Seattle](#)

Xin được gửi lời cảm ơn đặc biệt đến các nhân viên của Center for Community Relations and Equity: Anastacia-reneé, C. Davida Ingram và Fathiya Abdi. Cùng các đối tác tại cộng đồng: JM Wong, EJ Juarez, Elisa Murray, Alex Bergstrom và Charlie McActeer.

Dự án này ghi lại những thông tin chi tiết về công bằng từ những người ứng phó với đại dịch ở tuyến đầu tại cộng đồng của Washington.

Washington State Department of Health (Sở Y Tế Tiểu Bang Washington) đã tài trợ (một phần) cho tài liệu này thông qua khoản trợ cấp từ Centers for Disease Control and Prevention (Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh). Những quan điểm được trình bày trong tập sách này và những tài liệu cộng tác không nhất thiết phản ánh chính sách chính thức của Washington State Department of Health hay Department of Health and Human Services (Sở Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh), cũng như những tên thương mại, tập quán thương mại hay các tổ chức được đề cập không ngụ ý xác thực bởi Chính phủ Hoa Kỳ.

Nội dung

THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CHÍNH SÁCH 8

Gắn Kết Cộng Đồng
Hợp Tác
Công Bằng về Dữ Liệu
Thay Đổi Chính Sách
Thanh niên

DỮ LIỆU VỀ COVID-19 19

Chênh Lệch Chủng Tộc và Dữ Liệu về COVID-19
Dữ Liệu về Nhập Viện do COVID-19

THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CƠ SỞ 24

Tính hòa nhập
Hỗ Trợ Tiếp Cận Ngôn ngữ
Tính sáng tạo
Công Bằng Kỹ Thuật Số
Sự Chênh Lệch
Giáo dục
Môi trường
Tài trợ
Hy vọng
Quy mô

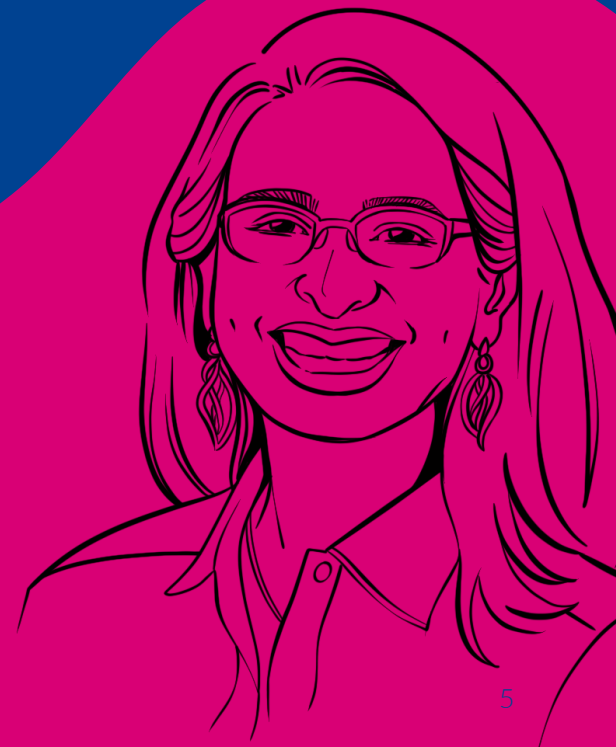
THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CỘNG ĐỒNG 36

Vận động
Nhận thức
Kết Nối
Liên Văn Hóa
Giao Tiếp Giữa Các Thế Hệ
Cách ly
Mục đích

“Loài người chúng ta loanh quanh với những ý nghĩ cho rằng chúng ta là bậc tiến hóa cao nhất.

Hãy xem một con vi-rút đơn bào có thể hạ gục chúng ta một cách dễ dàng như thế nào.”

—Priya Jayadev



Nếu lắng nghe, chúng ta sẽ nhận ra COVID đã cho chúng ta những bài học quan trọng về việc trân quý cuộc sống con người

Sức khỏe kém là cách những cộng đồng bị phần lớn xã hội bỏ qua **nhận biết** và **cảm nhận** về định nghĩa thực sự của việc bị loại trừ. COVID đã cho thấy một số khủng hoảng chồng chéo trong sức khỏe cộng đồng — từ gia đình đến lực lượng lao động và thực tế mà nói thì còn tất cả những nơi khác mà quý vị có thể tưởng tượng ra.

Đại dịch tiếp diễn cũng tỏ rõ cách mà chúng ta đối xử không tốt với mọi người. Đại dịch đã khắc họa rõ sự bất bình đẳng vẫn tồn tại từ lâu — bất công về chủng tộc, phân biệt đối xử với người khuyết tật, số lượng người bị giam giữ nhiều, chăm sóc người cao tuổi kém, trường học đến hệ thống nhà tù, thiếu sự bảo vệ cho lao động, tuyển dụng không lương hoặc lương thấp, nỗi bất an về nhà ở và lương thực, nỗi đau của việc cách ly xã hội, thiếu nguồn lực cho những người đang phải vật lộn với cơn nghiện, những người không được chăm sóc sức khỏe, những người sống mà không có internet, bị cắt các dịch vụ tiện ích, không có ô tô hoặc chỉ có phương tiện di chuyển chậm, căng thẳng của tất cả những người chăm sóc.

Danh sách trên còn có thể dài hơn.

Những điều này chỉ là một số điểm giao nguy hiểm mà COVID đã buộc các cộng đồng và người ủng hộ phải lên tiếng và phản hồi tiêu cực.

Đây là lý do tại sao các chính trị gia, các cơ sở, người lao động và đôi khi cả người bình thường phải nhớ lấy những gì mà COVID đã dạy cho chúng ta một cách tàn nhẫn trong suốt ba năm đau đớn vừa qua.

Hãy ghi nhớ những bài học cuộc sống mà COVID đã dạy cho chúng ta để chuẩn bị cho cuộc sống sau đại dịch và những khủng hoảng trong tương lai.



THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CHÍNH SÁCH

Nhân viên ứng phó đầu tiên trong xã hội từ Washington chia sẻ trí óc của họ để đẩy mạnh công tác chính sách, bởi vì các tác động hậu COVID vẫn đang tiếp diễn.

THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CHÍNH SÁCH

- **Gắn Kết Cộng Đồng**
- **Hợp Tác**
- **Công Bằng về Dữ Liệu**
- **Thay Đổi Chính Sách**
- **Thanh niên**

Gắn Kết Cộng Đồng

Lấy những người đang gặp rào cản làm trung tâm

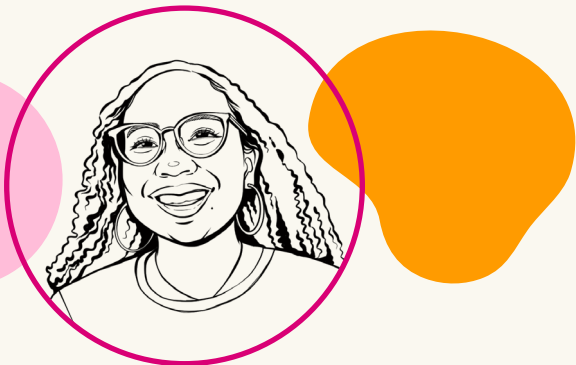
Lấy những người đang gặp bất kỳ rào cản nào đối với sức khỏe làm trung tâm, bao gồm những người bị giam giữ, gặp bất an về chỗ ở và lương thực, không có giấy tờ, đang phải đấu tranh với các vấn đề về lạm dụng chất gây nghiện và sức khỏe hành vi, những người chăm sóc, thu nhập thấp/không có thu nhập.

Đưa ra hướng dẫn đầy đủ về gắn kết cộng đồng

Chuẩn bị sẵn sàng hướng dẫn về gắn kết cộng đồng bao gồm những người có nước da từ tối màu đến rất sáng, tất cả loại hình thể, tuổi tác, thể hiện giới, cấu trúc tóc, đặc trưng trên khuôn mặt, hoàn cảnh kinh tế.

Lấy gương mặt của Người Da Đen, Người Bản Địa, Người Dân Đảo Thái Bình Dương, Người Gốc Tây Ban Nha/La-tinh và BIPOC làm trung tâm

Giúp khuôn mặt của Người Da Đen, Người Bản Địa, Người Dân Đảo Thái Bình Dương, Người Gốc Tây Ban Nha/La-tinh và BIPOC trở nên phổ biến hơn và lấy họ làm trung tâm như tiêu chuẩn trực quan. Chúng tôi muốn thấy bản thân được đại diện trực quan trong tác phẩm này.

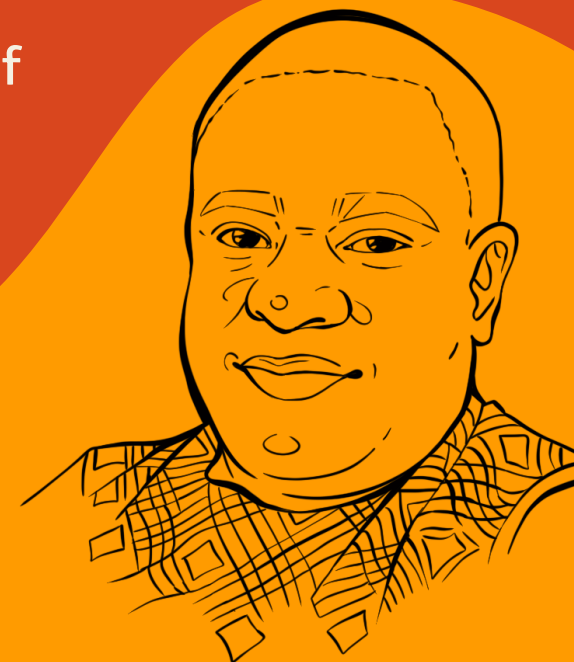


“Khá đáng tiếc là nhờ COVID mà chúng tôi có thể có bất kỳ nguồn tài trợ hoặc hỗ trợ nào

để làm những điều mà chúng tôi muốn trong thời gian dài cho cộng đồng của mình...

có thể mở ra địa điểm an toàn này để chúng tôi có thể cung cấp dịch vụ cho trẻ nhỏ, cho người lớn tuổi”.

—Pa Ousman Joof



Gắn Kết Cộng Đồng

Ghi lại những bài học chung

Ghi lại những bài học chung để tạo trách nhiệm giải trình cho các cộng đồng tại mọi điểm giao về sức khỏe công cộng của chúng ta bằng ngôn ngữ rõ ràng và các mục tiêu không mơ hồ.

Đưa ra những quyết định lấy cộng đồng làm trung tâm

Cam kết đưa ra những quyết định lấy cộng đồng làm trung tâm có bao gồm các yếu tố bị gạt bỏ trong lịch sử — quá khứ và hiện tại.

Phối hợp với những lãnh đạo cộng đồng

Phối hợp với những lãnh đạo cộng đồng. Chạm đến những thành viên khác nhau trong cộng đồng dựa trên những điều mà họ quan tâm.



Hợp Tác

Yêu cầu nỗ lực chung

Tập trung vào các cách tiếp cận yêu cầu nỗ lực chung không thể thực hiện bởi những cá nhân đơn lẻ hoặc các tổ chức độc lập.

Coi trọng hợp tác dân sự toàn diện

Coi trọng và xây dựng hợp tác dân sự toàn diện bắt đầu với các cộng đồng đi đầu và có quyền ra quyết định và có tầm ảnh hưởng.

Cho phép sự tham gia của các thành viên & nhân viên trong cộng đồng

Hãy linh hoạt, nhanh nhẹn, có chiến lược và nhạy bén. Nhưng hãy để các thành viên và nhân viên trong cộng đồng của quý vị chậm lại để họ có thể xử lý và tham gia đầy đủ và cung cấp kiến thức chuyên môn tốt nhất của họ.

Các danh sách tài nguyên về các địa điểm do cộng đồng chỉ đạo

Hãy tạo lập danh sách tài nguyên về các địa điểm do cộng đồng chỉ đạo trên toàn tiểu bang để hỗ trợ các quan hệ đối tác.

Hợp Tác

Thiết kế các khóa đào tạo bởi & cho các cộng đồng gặp bất bình đẳng

Thiết kế các khóa đào tạo bởi và cho các cộng đồng gặp những sự bất bình đẳng chẳng hạn như bị giam giữ số lượng lớn, bất an về nhà ở và lương thực, sử dụng chất gây nghiện, bệnh tâm thần, phân biệt chủng tộc, phân biệt đối xử với người khuyết tật, phân biệt tuổi tác, phân biệt đối xử với người ngoại quốc, phân biệt giới tính, phân biệt đối xử với người chuyển giới và các hình thức phân biệt đối xử khác.

Đặt trọng tâm vào những món quà và nguyện vọng của họ.

Xây dựng kỹ năng lãnh đạo dân sự trong các cộng đồng

Xây dựng kỹ năng lãnh đạo dân sự trong các cộng đồng để cơ hội lãnh đạo được mở rộng và phù hợp với các cộng đồng không được quan tâm đầy đủ.

Chia sẻ nguồn lực ngân sách lớn cho các tổ chức

Chia sẻ nguồn lực ngân sách lớn cho các tổ chức theo cách hào phóng, quyết đoán và có trách nhiệm.



Công Bằng về Dữ Liệu

Thông tin về chênh lệch sức khỏe công cộng

Làm cho thông tin về chênh lệch sức khỏe công cộng dễ dàng được tìm thấy, có thể tra cứu và được mô tả bằng ngôn ngữ đơn giản.

Các cộng đồng định nghĩa vốn đầu tư

Tạo cơ hội cho các cộng đồng chủ động định nghĩa vốn đầu tư.

Đào tạo phân tích dữ liệu

Đầu tư vào việc đào tạo cho các cộng đồng không được quan tâm đầy đủ về phân tích dữ liệu để họ có thể tự đưa ra cách lý giải sáng suốt mà không phải chịu ảnh hưởng từ người khác.

Các khuôn khổ lấy con người làm trung tâm

Xây dựng các khuôn khổ lấy con người làm trung tâm để tránh đánh giá sai các cộng đồng có sự chênh lệch do sự phân biệt đối xử và áp bức trong xã hội đồng thời hướng đến đầu tư tốt hơn cho người dân và cộng đồng.

Các phương pháp thu thập dữ liệu công bằng

Cam kết thực hiện các phương pháp thu thập dữ liệu công bằng (ví dụ: tiếp cận ngôn ngữ, bao gồm những người đưa tin đáng tin cậy trong cộng đồng).

Có đồng tiền chung

Cho phép đồng tiền chung có thể thu thập thông tin do cộng đồng lãnh đạo và tiếp tục quan hệ hợp tác quan trọng với hầu hết các cộng đồng chịu ảnh hưởng.

Thay Đổi Chính Sách

Sử dụng sự kích thích đến từ COVID

Sử dụng sự kích thích đến từ COVID để thay đổi chính sách trên quy mô rộng trong việc tiếp cận chăm sóc sức khỏe.

Duy trì sự tham gia của các cộng đồng

Mọi cơ quan hoạch định chính sách nên có chính sách, giao thức và hành vi nhằm cho phép các cộng đồng tham gia và chia sẻ kết quả chính sách.

Thuê nhân viên đa dạng có kinh nghiệm sống

Thuê nhân viên có kinh nghiệm sống đa dạng có thể hỗ trợ kết quả công việc/chính sách bắt nguồn từ kinh nghiệm.

Ghi nhớ việc đưa ra quyết định một cách công bằng

Hãy nhớ rằng việc đưa ra quyết định một cách công bằng là mục đích của việc chúng ta cải thiện tỷ lệ tiêm chủng trong các cộng đồng người da màu. Đừng quên rằng đôi khi người da trắng không màng đến sự an toàn của họ khi biết được những người da màu cần giúp đỡ.

Thanh niên

Đầu tư vào thanh niên

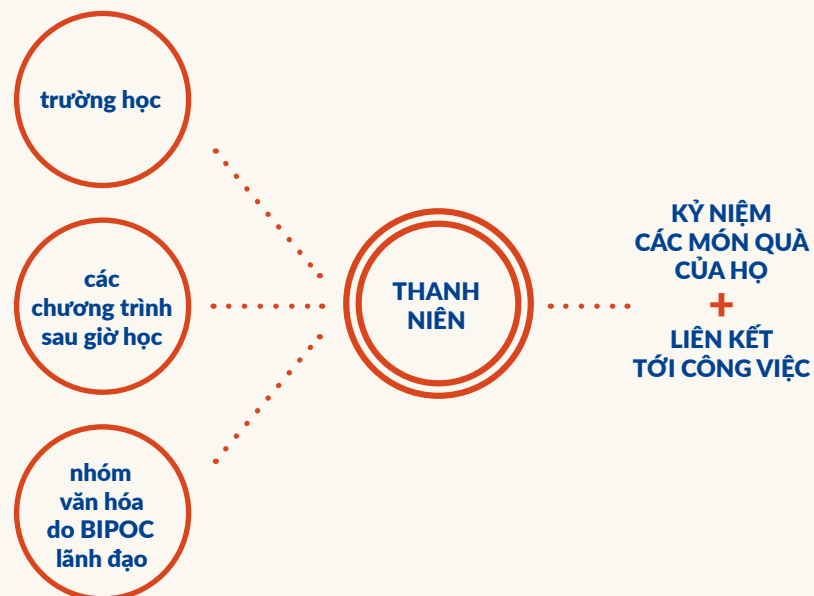
Biến COVID thành cơ hội để đầu tư vào thanh niên và đặc biệt là thanh niên da màu, bị giam giữ, vô gia cư, bất an về lương thực, nhưng hãy làm điều đó bằng cách kỷ niệm món quà của họ. Đừng nói xấu hay cho họ là điển hình khi xã hội làm họ thất vọng.

Kết nối với thanh niên

Kết nối với thanh niên thông qua trường học, các chương trình sau giờ học, nhóm văn hóa do BIPOC lãnh đạo như một cách để gắn kết cộng đồng năng động.

Theo đuổi các công việc liên quan đến sức khỏe công cộng

Đảm bảo rằng người trẻ và gia đình họ có thể theo đuổi các công việc liên quan đến sức khỏe công cộng.



“Giai thoại rằng COVID có thêm mạng

(đột biến) bằng cách tàn phá những người thân yêu của chúng ta.

Nhưng chủ yếu tấn công vào nạn nhân của những thông tin sai lệch”.

—Jordan Chaney



Chênh Lệch Chứng Tộc & Dữ Liệu về COVID-19

NH/PI+AI/AN

TỶ LỆ CA NHIỄM COVID-19 CAO NHẤT ĐIỀU CHỈNH THEO NHÓM TUỔI THUỘC NHÓM CƯ DÂN

Nhóm cư dân Người Hawaii Bản Địa/Người Dân Đảo Thái Bình Dương (NH/PI) và Người Mỹ Bản Địa/Người Alaska Bản Địa (AI/AN) có tỷ lệ ca nhiễm COVID-19 cao nhất điều chỉnh theo nhóm tuổi

Chênh Lệch Chủng Tộc & Dữ Liệu về COVID-19



Nhóm cư dân Người Mỹ Bản Địa/Người Alaska Bản Địa (AI/AN) có tỷ suất tử vong điều chỉnh theo nhóm tuổi cao hơn **2,5 lần** so với nhóm cư dân Người Châu Á và Người Da Trắng.

Chênh Lệch Chủng Tộc & Dữ Liệu về COVID-19



Nhóm cư dân Người Mỹ Gốc Phi/Người Da Đen có tỷ suất tử vong do **COVID-19** cao hơn gần **2x** so với nhóm Người Châu Á, Da Trắng và Đa Chủng Tộc.

COVID-19 Dữ Liệu về Nhập Viện



NH/PI

TỶ SUẤT NHẬP VIỆN CAO NHẤT CỦA NHÓM

Nhóm cư dân Người Hawaii Bản Địa/
Người Dân Đảo Thái Bình Dương có tỷ suất
nhập viện cao nhất trong số các ca nhiễm
COVID-19 được xác nhận hoặc nghi nhiễm.

COVID-19 Dữ Liệu về Nhập Viện



Nhóm cư dân Người Hawaii Bản Địa/Người
Dân Đảo Thái Bình Dương có tỷ suất nhập
viện cao hơn nhóm Người Da Trắng 5x trong
số các ca nhiễm COVID-19 được xác nhận
hoặc nghi nhiễm.

THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CƠ SỞ

Nhân viên ứng phó đầu tiên trong cộng đồng muốn các cơ sở y tế ghi nhớ điều gì về COVID?

THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CƠ SỞ

- **Tính hòa nhập**
- **Hỗ Trợ Tiếp Cận Ngôn ngữ**
- **Tính sáng tạo**
- **Công Bằng Kỹ Thuật Số**
- **Sự Chênh Lệch**
- **Giáo dục**
- **Môi trường**
- **Tài trợ**
- **Hy vọng**
- **Quy mô**

Tính hòa nhập

Phản đối sự chia rẽ cộng đồng

Đừng nuôi dưỡng sự chia rẽ trong cộng đồng của chúng ta; điều đó khiến chúng ta phải trả giá bằng mạng người.

Hiểu được nhu cầu tương ứng

Hãy tưởng tượng những cộng đồng yếu thế theo cách cụ thể và hiểu rằng nhu cầu của chúng ta có thể khác biệt so với nền văn hóa chiếm phần đa số.

Đầu tư vào sức khỏe hành vi

Hiểu rằng cần có nguồn đầu tư lớn vào sức khỏe hành vi tại mọi điểm giao của xã hội.

Đầu tư vào các cộng đồng đang có sự chênh lệch

Đầu tư cho những cộng đồng có sự chênh lệch nói chung và đặc biệt là sự chênh lệch liên quan đến COVID.

Lập kế hoạch cung cấp nguồn lực thường xuyên

Lập kế hoạch cung cấp nguồn lực thường xuyên cho những cộng đồng tại điểm giao của sự công bằng cho người khuyết tật (BIPOC, LGBTIAA+, vô gia cư, bị giam giữ, người cao tuổi, thu nhập thấp/không thu nhập, có vấn đề về sức khỏe tâm thần và sử dụng chất gây nghiện).

Xây dựng quy mô & cấu trúc

Xây dựng quy mô và cấu trúc bao gồm những điều trên.

Hỗ Trợ Tiếp Cận Ngôn ngữ

Cung cấp công cụ đa ngôn ngữ

Cung cấp công cụ đa ngôn ngữ từ đầu, không chỉ Tiếng Anh hoặc chỉ Tiếng Anh & Tiếng Tây Ban Nha, thiết kế tiếp cận đa ngôn ngữ, sử dụng thông dịch viên ASL.

Hãy nhớ vũ trụ diễn ngôn của chúng ta

Hãy nhớ rằng vũ trụ diễn ngôn trong các cộng đồng địa phương của chúng ta gồm rất nhiều người khác nhau.

Suy nghĩ theo hướng toàn cầu

Suy nghĩ theo hướng toàn cầu. Không phải mọi người ở Hoa Kỳ hay tiểu bang Washington đều hiểu Tiếng Anh.

Chia sẻ chi phí

Chia sẻ chi phí với các nhóm cộng đồng. Những nguồn lực này rất đắt đỏ.

Cung cấp bản dịch

Cung cấp báo cáo này bằng các ngôn ngữ khác.

Tính sáng tạo

Lan truyền các thông điệp về sức khỏe công cộng

Hãy sáng tạo. Sử dụng nghệ thuật & lòng nhân đạo để giúp lan truyền những thông điệp về sức khỏe công cộng (ví dụ: câu chuyện, bài hát, tiểu phẩm, flash mob, nhảy, trò chơi, ảnh, podcast, nội dung trực tuyến).

Kết nối với các nghệ sĩ

Kết nối với các nghệ sĩ; họ rất có sức hút.

Tìm những nghệ sĩ có kinh nghiệm sống đa dạng

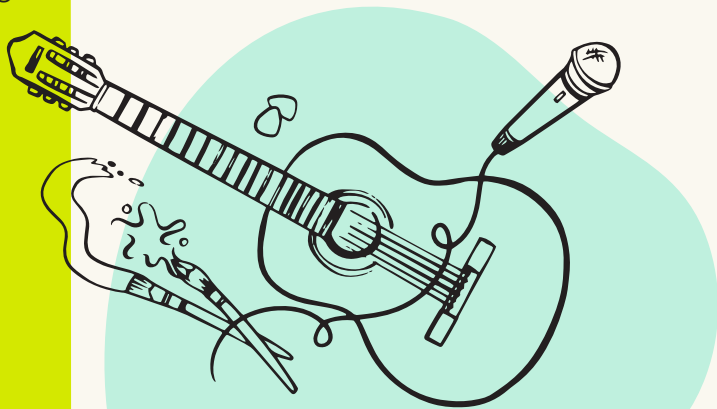
Tìm những nghệ sĩ có kinh nghiệm sống đa dạng như nghệ sĩ BIPOC, nghệ sĩ da màu chuyển giới/đồng tính, phụ nữ da màu với mọi cách thể hiện giới, nghệ sĩ là thanh niên bị giam giữ và nghệ sĩ trưởng thành.

Sử dụng lòng nhân đạo

Sử dụng lòng nhân đạo để chạm đến những điểm chung và riêng của câu chuyện con người.

Sử dụng nghệ thuật & văn hóa

Sử dụng nghệ thuật và văn hóa để đưa sức khỏe công cộng vào đời sống.



Công Bằng Kỹ Thuật Số

Xây dựng các hệ thống chia sẻ thông tin

Xây dựng các hệ thống chia sẻ thông tin dự đoán cách mọi người có thể sử dụng nội dung số ngay cả khi gặp rào cản (ví dụ: xây dựng các điểm kết nối không dây và khiến thông tin dễ sử dụng trên điện thoại di động, tạo phiên bản tương tự để mọi người chia sẻ bằng lời và in trên giấy).

Tiếp cận thông qua kỹ thuật cao & thấp

Sử dụng những cách kỹ thuật cao và thấp để tiếp cận mọi người trên không, trực tuyến, và trực tiếp.

Sự chênh lệch

Giải quyết sự chênh lệch về chủng tộc & kinh tế

Chia sẻ về cách mà quý vị giải quyết sự chênh lệch về chủng tộc và kinh tế trong kế hoạch làm việc của mình.

Bảo vệ những đối tượng dễ bị tổn thương

Hãy nhớ xem đã có bao nhiêu người bị thiệt mạng do COVID. Đưa ra các chính sách trong tương lai để bảo vệ những đối tượng dễ bị tổn thương trên diện rộng.

Giáo dục

Thiết kế các dự án giáo dục

Thiết kế các dự án giáo dục về khoa học cộng đồng.

Nắm được xu hướng để hiểu rõ các lỗ hổng

Nắm được xu hướng trong giáo dục trung học (K-12) và sau trung học (đại học) để hiểu rõ các cộng đồng vẫn còn lỗ hổng trong giáo dục khoa học.

Mang đến khả năng tiếp cận

Chúng ta cần tiếp cận nghệ thuật chữa lành, hỗ trợ đau thương, giữ gìn sức khỏe để phát triển và hơn thế nữa khi chúng ta đang tích cực đấu tranh.

Môi trường

Thiết kế các không gian ngoài trời

Thiết kế các không gian ngoài trời để mọi người trong cộng đồng của chúng ta có thể gặp nhau một cách an toàn.

Giúp mọi người hiểu được hệ thống HVAC

Giúp mọi người hiểu được làm thế nào các hệ thống HVAC (sưởi ấm, thông gió và điều hòa không khí) có thể lọc không khí và bảo lãnh cho tài nguyên này trong các cộng đồng yếu thế.

Tài trợ

Lập lại việc ứng phó nhanh

Lập lại phương pháp ứng phó nhanh về tài trợ.

Hạ thấp các rào cản

Tiếp tục hạ thấp các rào cản đối với việc tiếp cận tài trợ.

Ghi lại các nhu cầu

Tiếp tục ghi lại điều gì thực sự hữu ích cho việc đáp ứng nhu cầu của các cộng đồng địa phương trên khắp tiểu bang.

Chia sẻ bảng điều khiển đầu tư cộng đồng

Chia sẻ bảng điều khiển đầu tư cộng đồng.

Hỗ trợ xây dựng cơ sở hạ tầng

Giúp các cộng đồng xây dựng cơ sở hạ tầng cho những nguồn đầu tư lớn.

Giúp thiết kế quy mô

Giúp các nhà lãnh đạo của cộng đồng yếu thế thiết kế quy mô, họ sẽ cần phải suy nghĩ bằng hàng triệu đô la.



Hy vọng

Cần mục đích & hy vọng

Hiểu rằng mọi người cần có mục đích và điều gì đó để sống có hy vọng, để đối phó trong cuộc khủng hoảng đầy đau thương.

Cần sự điều hướng & kết nối

Hãy nhớ mọi người cần sự điều hướng. Chúng ta cần cảm nhận được ý nghĩa hoặc mục đích. Chúng ta không muốn cảm thấy mình như hạt cát trên bãi biển. Điều đó không giúp ích gì. Chúng ta cần sự kết nối. Điều đó cho chúng ta biết rằng chúng ta không đơn độc. Không phải những cá nhân hay những cộng đồng riêng biệt.

Cần niềm tin & sự thúc đẩy

Hãy nhớ những người phản ứng nhanh cần có niềm tin, ý nghĩa và mục đích trong sự phục vụ của chúng ta. Chúng ta cần những nhà hoạch định chính sách công nhận và thúc đẩy, để chúng ta biết rằng nỗ lực của mình là quan trọng.

“Việc chuyển sang hoạt động trực tuyến như hội họp và công việc giúp tôi vượt qua thời kỳ phong tỏa và kết nối với một cộng đồng những người cùng chí hướng”.

—Mulki Mohamed

Quy mô

Cung cấp hỗ trợ hệ thống thần kinh

Hiểu rằng các nhà lãnh đạo sức khỏe công cộng trong cộng đồng cần hỗ trợ hệ thống thần kinh ở mức cá nhân và tổ chức. Hệ thống và tâm lý trong suy nghĩ.

Xây dựng các chương trình phúc lợi

Xây dựng các chương trình phúc lợi để hỗ trợ sức khỏe cho những người tuyến đầu của cộng đồng.

Hiểu cách hoạt động của chấn thương tâm lý

Hiểu được cách hoạt động của chấn thương tâm lý sơ cấp và thứ cấp.

Hỗ trợ toàn diện hơn

Tìm cách hỗ trợ toàn diện hơn để phản ánh kinh nghiệm sống của những người ở tầng lớp lao động thuộc mọi điểm giao thoa về bản sắc.



“Tôi cảm thấy như những bông hoa chính là liều thuốc của mình. Ánh nắng mặt trời rọi xuống là liều thuốc của mình.

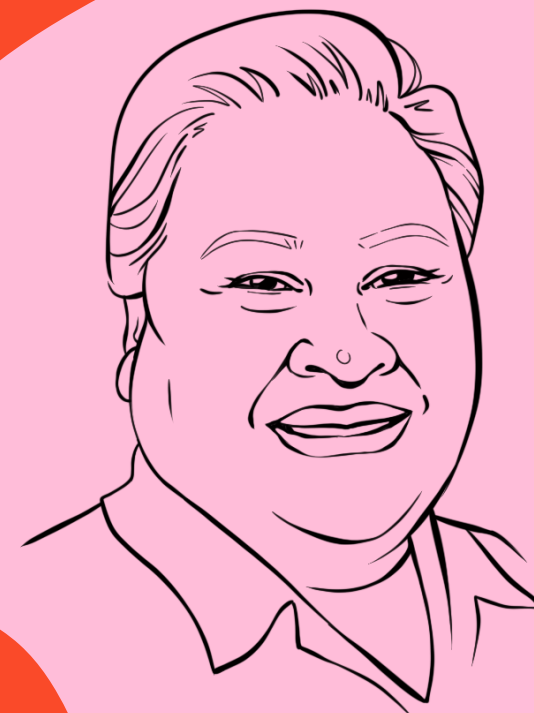
Những điều nhỏ nhất cần được giữ chặt khi mọi thứ trở nên đáng sợ và đau buồn cũng như có vấn đề”.

—Zyna Bakari



“Thể hiện sự tôn trọng nhiều hơn. Thậm chí với những người đang không lắng nghe bạn”

—Aunty Lua Pritchard



THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CỘNG ĐỒNG

“Những người đưa tin được ủy thác” về COVID muốn các cộng đồng của họ ghi nhớ điều gì về đại dịch?

THÔNG TIN CHI TIẾT VỀ CỘNG ĐỒNG

- Vận động
- Nhận thức
- Kết nối
- Liên Văn Hóa
- Giao Tiếp Giữa Các Thế Hệ
- Giao tiếp
- Cách ly
- Mục đích

Vận động

Tổ chức & xây dựng

Cùng nhau tổ chức và xây dựng các liên minh.

Gặp mặt với nhân viên pháp lý

Tổ chức các cuộc họp với nhân viên pháp lý phụ trách việc hỗ trợ các nhà hoạch định chính sách tập trung vào sức khỏe và công bằng sức khỏe. Những chuyên gia này giúp thiết lập các ưu tiên cho các nhà hoạch định chính sách của họ.

Chia sẻ báo cáo này

Chia sẻ thông tin trong báo cáo này trong các nhóm riêng hoặc liên minh chung để giúp thúc đẩy tầm nhìn chung.

Viết bản tuyên cáo lập trường

Viết bản tuyên cáo lập trường, với các bước có thể thực hiện và chữ ký của tổ chức.

Liên hệ với Bộ Trưởng Y Tế của WA DOH

Liên hệ với Bộ Trưởng Y Tế của Washington Department of Health về công bằng COVID với thông tin chi tiết về cộng đồng.

Nhận thức

Trân trọng sức khỏe của quý vị

Hãy nhớ sức khỏe của quý vị rất đáng quý.

Quyền được yêu cầu chăm sóc

Quý vị có quyền yêu cầu khu vực sức khỏe công cộng chăm sóc quý vị, cùng với những người trong cộng đồng của chúng ta.

Các chiến dịch nên phản ánh quý vị

Quý vị là người quan trọng. Các chiến dịch giáo dục về sức khỏe công cộng trong cộng đồng nên phản ánh cuộc sống của quý vị.

Tiếp cận với thông tin dễ hiểu

Quý vị có quyền tiếp cận thông tin và thực tế dễ hiểu về sức khỏe công cộng để có thể giữ cho bản thân khỏe mạnh và phát triển trong khủng hoảng y tế.

Giải quyết thông tin sai lệch

Nói chuyện với những người thân yêu và đồng nghiệp khi họ lan truyền thông tin sai lệch qua phương thức truyền miệng hoặc trên các kênh cộng đồng.

Kết nối

Hòa đồng có nghĩa là khỏe mạnh

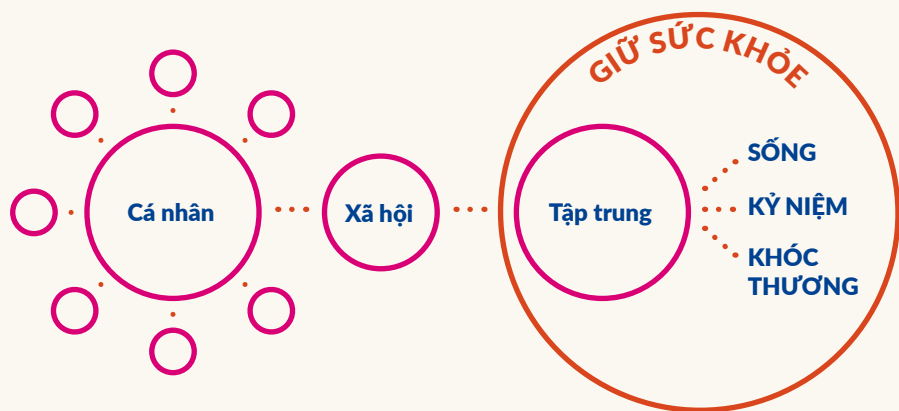
Hãy hiểu rằng đối với nhiều người thì sự hòa đồng là một phần quan trọng để sống khỏe.

Gặp mặt có nghĩa là sự hỗ trợ

Việc gặp mặt rất có ý nghĩa trên khắp các cộng đồng hoặc thường là bắt buộc do công việc và học tập. Chúng ta cần sự hỗ trợ để được giải thích rằng làm thế nào để kỷ niệm, khóc thương hoặc sống cuộc sống thường nhật mà vẫn duy trì được sức khỏe.

Cùng nhau giữ gìn sức khỏe

Phối hợp với nhau để liệt kê ra cách để chúng ta có thể cùng nhau khỏe mạnh đặc biệt nếu những thay đổi này khác với cách mà chúng ta đã quen.



Liên Văn Hóa

Liên minh liên văn hóa & đa chủng tộc

Chủ động xây dựng các liên minh liên văn hóa, đa chủng tộc.

Phương tiện truyền thông dân tộc & cộng đồng

Phối hợp với phương tiện truyền thông dân tộc, phương tiện truyền thông cộng đồng.

Tâm quan trọng của đa ngôn ngữ

Nếu có điều gì quan trọng, hãy thông tin về điều đó bằng nhiều ngôn ngữ.

Các chiến dịch đơn văn hóa & liên văn hóa

Giữ các cộng đồng Người Mỹ Bản Địa/Người Bản Địa, Người Mỹ Gốc Phi/Người Da Đen, Người Tây Ban Nha/Người Latine/ Người La-tinh, Người Dân Đảo Thái Bình Dương và BIPOC làm trung tâm bằng các chiến dịch liên văn hóa và đơn văn hóa.

Lối suy nghĩ Có/Và

Sử dụng lối suy nghĩ Có/Và thay vì Không/Hoặc để tiếp cận mọi người da màu và tiếp tục trò chuyện với sự tôn trọng lẫn nhau.



Giao Tiếp Giữa Các Thế Hệ

Các thế hệ khác nhau giao tiếp khác nhau

Hãy lưu ý rằng các thế hệ khác nhau trong cùng cộng đồng có thể trao đổi với nhau bằng các hình thức giao tiếp khác nhau.

Độ tuổi khác nhau sử dụng các kênh khác nhau

Đề ý việc cách những người thuộc độ tuổi khác nhau sử dụng các kênh khác nhau. Ví dụ, người trẻ sử dụng phát trực tiếp trên TikTok và Twitch. Nhiều thế hệ có thể đã sử dụng mạng xã hội như Facebook và Instagram hay podcast. Đài phát thanh và truyền miệng có thể là phương thức dân chủ nhất cho các cộng đồng thu nhập thấp không có internet.

Nhắn tin văn bản dễ dàng hơn

Hãy nhớ chúng ta thường chia sẻ thông tin qua điện thoại di động, vì vậy hãy khiến cho mọi thứ dễ chia sẻ qua tin nhắn văn bản.



Cách ly

Ưu tiên một số cộng đồng

Ưu tiên các cộng đồng bị giam giữ, bất an về chỗ ở và lương thực, thu nhập thấp/không có thu nhập trong công tác cộng đồng của chúng ta.

Hỗ trợ một cuộc sống như người bình thường

Sẵn sàng giúp đỡ để xây dựng cuộc sống bình thường cho những người dễ bị cô lập trong một thế giới phân biệt dựa trên thu nhập, chủng tộc và những lầm tưởng về sự xứng đáng.

Mục đích

Sức mạnh & sự đoàn kết

Hãy biết rằng chúng ta mạnh về số lượng. Sự đoàn kết sẽ cho phép chúng ta cùng nhau tạo nên những giải pháp tuyệt vời để giải quyết các vấn đề một cách có quan tâm và hiệu quả.

Ý nghĩa & mục đích chung

Hãy hiểu rằng các thành viên trong cộng đồng đều cần cảm nhận được ý nghĩa và mục đích chung. Sự kết nối là cách để chúng ta biết rằng chúng ta không đơn độc. Chúng ta cần nhau và chúng ta cần các tổ chức sẵn sàng thay đổi.

**“Nó khiến mọi người
bước ra khỏi vùng an
toàn của chính mình**

**và bắt tay vào hành động
trực tiếp.**

**Nó mở ra trong chốc lát
ý thức tập thể**

**và tâm hồn con người
trong một thời kỳ chưa
từng thấy.**

**Nó vạch trần chúng ta
trong thoáng chốc”.**

—Jordan Chaney



**Cảm ơn quý vị đã dành thời gian
đọc báo cáo này và bổ sung các
thông tin chi tiết của báo cáo
vào công việc quan trọng mà
quý vị làm.**



DOH 830-036 May 2024 Vietnamese

Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127.
Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington
Relay) hoặc gửi email đến doh.information@doh.wa.gov.