

COVID-19期间安全出行

您的行动现在比以往任何时候都更加重要

CHINOIS SIMPLIFIÉ / SIMPLIFIED CHINESE

做出知情的选择



如果您感到不适或被要求隔离，请留在家里，不要接触他人。



考虑您的个人风险水平，特别是在您有可能出现更严重疾病或后果时。



避开封闭的空间（通风不良场所）以及拥挤的地方（有很多您家庭以外的人）。



考虑家庭成员的风险水平。



遵循公共卫生建议和特定场所的具体措施。



考虑您一旦需要隔离，对您的生活和家庭成员的影响。



考虑 COVID-19及其变异病毒在您社区中的传播情况。



考虑限制饮酒和其他药物的使用，这些物质可能会影响您的判断力并降低您遵守公共卫生建议的能力。

聪明防范COVID-19

虽然疫苗在加拿大全国正在推出，但请继续选择低风险的活动和场所，以保护自己 and 他人。接种疫苗可以帮助保护您，但目前，疫苗并不能取代其它公共卫生措施，包括个人预防措施。

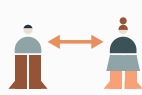
以下做法会降低风险：



将密切接触的范围控制在自己的小家庭以内。



与自己家庭成员以外的人在一起时，要待在户外。



您和您身边的人都遵循个人预防做法：接触他人尽可能少，时间尽可能短并保持最大的人际距离，佩戴口罩，并用肥皂和水洗手或用洗手液消毒



您所处的环境采取了很多公共卫生措施来减少 COVID-19的传播。随着变异病毒的出现和传播，这一点变得更加重要。



您所处的环境通风良好，通过通风系统或开门开窗来保持空气新鲜。

以下做法风险较高：



您与自己小家庭以外的人的密切接触较多。



您在室内封闭空间（通风不良）和拥挤场所与您小家庭以外的人在一起。



您和您周围的人没有遵循个人预防做法：接触人较多，时间较长，没有保持最大人际距离，没有佩戴口罩，没有洗手或用洗手液消毒。



您所处的环境中没有实施或只有有限的减少 COVID-19及变异病毒传播的措施。



您所处的环境通风不佳，因为没有通风系统或不能开门和/或开窗子。

请记住：情况可能会变化，低风险情况可能变成高风险。不但出门前要考虑风险问题，**出门后**仍要考虑。

保护自己和他人的安全，避免接触到 COVID-19，以便您可以：

安全地参与社会生活。

满足您的身体、社交和心理健康需求。

减少 COVID-19 在您社区中的传播。



您可以帮助减少病毒传播。

下载 COVID 预警程序 (app)。

您可以在移动设备上访问 App Store 或 Google Play，免费下载 COVID 预警 App。

如需了解更多有关 COVID-19 的信息：

canada.ca/le-coronavirus

1-833-784-4397