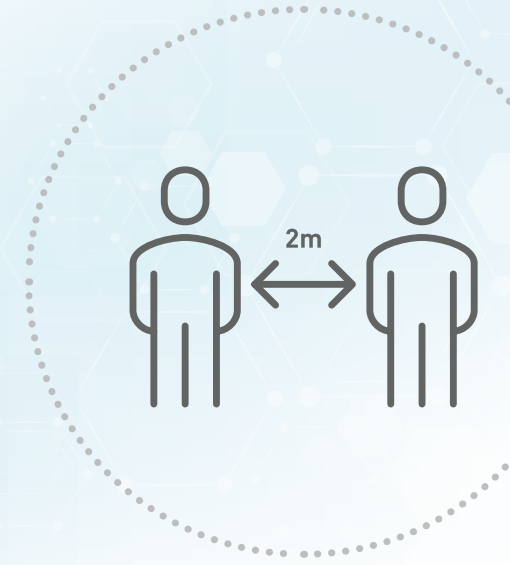


保持人际距离

人际距离（社交距离）是指随时和他人保持至少两米的距离。

每个人都需要坚持保持人际距离，即使您：

- ▶ 没有COVID-19症状
- ▶ 没有已知的暴露风险
- ▶ 最近14天内未在加拿大境外旅行



尽您所能，帮助减少COVID-19的传播。
这是确保您和周围人员安全的最佳方法。

 绿灯 (应做的)	 黄灯 (要谨慎从事)	 红灯 (避免)
<ul style="list-style-type: none"> ▶ 从远处挥手打招呼 ▶ 出门 - 跑步、骑自行车、遛狗、与其他人保持至少2米* ▶ 阅读、素描、绘画、听音乐、跳舞、打游戏、在家看电影 ▶ 烹饪 ▶ 群组视频聊天 ▶ 送餐服务 ▶ 网购 ▶ 在线学习 ▶ 虚拟博物馆参观 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 买食品杂货 (每周一次)* ▶ 取外卖食品* ▶ 必要的医疗赴约 ▶ 取药* 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ 黄灯 (要谨慎从事) ▶ 买食品杂货 (每周一次)* ▶ 取外卖食品* ▶ 必要的医疗赴约 ▶ 取药* ▶ 红灯 (避免) ▶ 去上班, 除非是绝对必要* ▶ 朋友约会、去朋友家过夜、咖啡约会 ▶ 在家接待访客, 除非是提供护理或递送食物/用品的人员, 在这种情况下, 请保持2米的距离 ▶ 群体聚会, 即使是在户外 ▶ 游乐场、热闹的公园 ▶ 健身房、酒吧、购物中心 ▶ 高峰时段购物和乘坐公共交通* ▶ 非必要的约会 (例如美发和美甲) ▶ 非基本服务工人来您家里

*如果您处于隔离或免疫隔离（自我隔离），则您要遵循的指引会有所不同。请遵循适于您具体情况的指引。

加拿大政府已根据《检疫法》实施了一项紧急令。该指令要求，通过空中、海路或陆路进入加拿大的每个人，都必须在家中待够14天，以限制COVID-19的传播。这个14天的期限从您进入加拿大之日开始。

- ▶ 如果您旅行过，并且没有任何症状，则必须做免疫隔离（自我隔离）。
- ▶ 如果您旅行过，并且有症状，则必须隔离。

有关更多信息，请访问

@ canada.ca/coronavirus

☎ 1-833-784-4397