

2019冠状病毒病：降低您的风险

您做出越多低风险的选择，能让您获得越多保护，避免得到或传播2019冠状病毒病。

COVID-19: REDUCE YOUR RISK (Chinese)

最安全 ————— 最高风险

面部保护罩		每个人都戴上口罩或面部保护罩	大多数人戴口罩	有些人戴口罩	没有人戴口罩
社交距离		不亲自参与任何活动；只通过虚拟网络参与	与他人保持6尺或以上的距离	与他人的距离在6尺以内	面对面站立、拥抱、握手
飞沫传播		正常呼吸	大声说话或剧烈呼吸	大喊、大叫或唱歌	咳嗽或打喷嚏
地点		户外开放空间	停留在户外遮盖（凉亭、有顶门廊）	空气流通良好的大型室内房间	空气流通不良的小型室内房间
食物		只携带和触碰您自己的食物	食用预先分配好的食物，保持良好的手部卫生	家庭式，但只用您自己的餐具	共用的碟盘、餐具和杯具
群体		仅限家庭成员	小型群体（两个家庭，少于10人）	超过10人的大型群体	来自不同地区的人所组成的大型集会

最安全 ————— 比较安全，有些风险 ————— 最高风险

例子



只和与您住在一起的人留在家中



小型户外聚会，保持至少6英尺以上的距离



在小房间内和大合唱团一起唱歌

务必牢记



正确洗手，并降低所有情况下的风险。如果您没有肥皂和水，使用酒精含量至少60%的消毒洗手液。



一旦觉得有任何轻微的症状，您都要留在家中，除非要获取医疗照护。