COVID-19 资讯

保持社交距离

为了预防COVID-19，艾伯塔省居民可以采取的最重要的措施就是保持良好的卫生习惯。 在公共场合时，通过保持社交距离来尽量减少与社区中其他人的接触，可以帮助降低您的风险。

什么是保持社交距离?

- 保持社交距离涉及采取措施去限制与您密切接触的人数。
- 这与社交隔离不一样。您不需要留在室内，但是你需要避免与其他人有近距离的接触。
- 只要您和其他人保持距离，在社区或公园里散步是被鼓励的。
- 您可以为购买杂物，就医和买药，或其他基本需求而出门，但请和其他人保持2米（6尺）距离。
- 为了降低您感染COVID-19的风险，请减少您出门办事的次数。

电梯礼仪

- 避免拥挤 – 使用楼梯或者等下一个电梯。
- 遮盖咳嗽。
- 避免在触碰按钮后触碰脸部。
- 每个电梯的人数限制在2到3人。
- 离开电梯后用肥皂或其他方式清洗双手。

杂货购物

- 尽量使用网上订购与运送服务。
- 如果无法使用网上购物，尽量在人少的时候购物 （早上刚开门后或者晚上关门前）。
- 把购物车和篮子的把手擦一遍，在进入和离开商店时洗手或者消毒双手。
- 如果有，尽量使用自动结账。

公共交通

- 遮盖咳嗽。
- 避免在触碰按钮后触碰脸部。
- 尽量在你和其他乘客之间保持最远的距离。
- 下车后消毒双手。

小型社交聚会

- 家庭探访，家庭聚会 – 尽量延迟或者用网络举行。
- 如果家中有老人或者高危医疗情况者，取消聚会 – 考虑使用网络的方式去支持那些属于高危或者选择留在家中的亲人。
- 如果您发烧或咳嗽，即使症状轻微或者像普通感冒，也不要参加任何聚会。

如果必须举办聚会:

- 确保家中有洗手液供客人使用。
- 在聚会前后用来苏尔（Lysol）或消毒湿巾擦遍经常碰到的地方（门把手，电灯开关，浴室水龙头等）。
- 考虑使用一次性的碗碟和餐具。

餐馆/咖啡馆/咖啡店/商场饮食区和酒吧

- 避免在公共场合聚会

如果必须聚会:

- 在喝饮料，零食和用餐前后使用洗手液。
- 用餐具 （不要直接用手吃小点心，三文治等）。
- 和其他客人保持2米距离。
- 使用纸巾触碰调味料分配机 （番茄酱，盐，胡椒粉等）。
- 不要从公开的盘中取食物 （比如花生，糖果）。
- 不要分享食物和饮料。
- 考虑使用食物外卖，免下车或送餐服务。

©2020 Government of Alberta | Published: March 19, 2020