

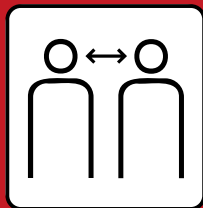
自我保护法



遏制新冠病毒



尽量减少聚集人数。



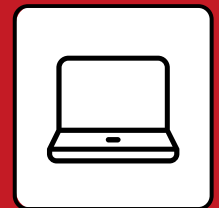
保持距离。



如果无法保持距离，必须佩戴口罩。



在公共场所、交通工具内以及在工作岗位上必须佩戴口罩。



只要可能，必须在家中办公。



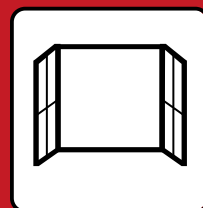
彻底清洗双手。



咳嗽及打喷嚏时请用纸巾或胳膊肘遮挡。



避免握手。



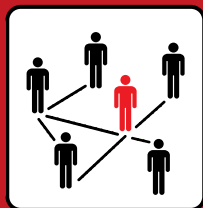
每天多次通风。



活动：公开活动参加人数不得超过 15 人。私人聚会不得超过 10 人，在公共场所的聚会不得超过 15 人。



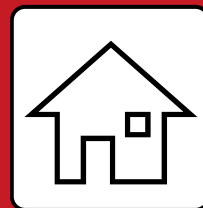
出现症状时请立即接受检测并呆在家中。



为便于追踪，请尽量提供完整的联系信息。



为阻断传播链：请下载并激活 Swiss Covid App。



如果检测结果呈阳性：隔离（针对有症状人员）。若与检测结果呈阳性的人员有过接触：隔离（针对密接人员）。



仅在事先通过电话登记后才去医生诊所或急救中心。

www.foph-coronavirus.ch

各州的规定可能有别