

# کویید-19

## دانشتنی‌های ضروری

اقداماتی که می‌توانید در جهت  
محافظت از همه ماها در برابر کویید-  
19 انجام دهید به شرح زیر است:



موقع سرفه یا عطسه،  
جلوی دهانتان را بگیرید.



دست‌هایتان را بشویید.



از سفر به خارج از کانادا  
خودداری کنید.



احساس مریض بودن دارید؟  
در خانه بمانید.

میزان خطر علیه سلامت عمومی به‌طور مستمر ارزیابی می‌شود و خدمات  
شهر طبق نیاز تعدیل خواهد شد. برای کسب جدیدترین اطلاعات، به آدرس  
[vch.ca](http://vch.ca) و [vancouver.ca/covid19](http://vancouver.ca/covid19) مراجعه کنید.