

COVID-19: Hướng dẫn Phong tỏa cho Cư dân Toronto

Hướng dẫn này cung cấp cho cư dân Toronto thông tin về những điều bắt buộc trong giai đoạn "Xám – Phong tỏa" của tỉnh bang, bắt đầu ở Toronto vào ngày 23 tháng 11 để giúp ngăn chặn sự lây lan của COVID-19. Hướng dẫn này được sắp xếp theo những điều "Hãy" và "Đừng". Điều quan trọng cần biết là việc vi phạm một số trong các chỉ thị này sẽ cấu thành tội theo quy định của tỉnh bang.

Hướng dẫn này không phải là lời khuyên pháp lý. Để bảo đảm tuân thủ pháp luật đối với tất cả các quy định hiện hành của tỉnh bang, các cá nhân và cơ sở thương nghiệp nên tham khảo [Quy định về Phong tỏa](#) và / hoặc nhờ tư vấn pháp lý. Cũng xin lưu ý rằng [quy định khẩu trang](#), và [các quy định giữ khoảng cách](#) ở các công viên và quảng trường công cộng của Thành phố vẫn còn hiệu lực.

Gọi cho Đường dây nóng Y tế Công cộng Toronto theo số 416-338-7600 nếu bạn có thắc mắc về COVID-19. Có bản dịch bằng nhiều ngôn ngữ.

Cảm ơn bạn góp phần của mình để giúp ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 ở Toronto.

Nơi làm việc & Trường học

Hãy*	Đừng
Ở nhà trừ phi phải đi vì những việc thiết yếu, như đi làm, đi học hoặc khám chữa bệnh.	Đi ra khỏi cộng đồng của bạn, trừ những việc thiết yếu hoặc trường hợp khẩn cấp.
Làm việc tại nhà bất cứ khi nào có thể.	Quên đeo khẩu trang, rửa tay và giữ khoảng cách với đồng nghiệp khi bạn ở nơi làm việc.
Ở nhà nếu bạn bị bệnh, ngay cả khi các triệu chứng nhẹ.	Đi ra ngoài nếu bạn cảm thấy không khỏe.
Học tiểu học và trung học trên mạng khi được phép theo quy định của Tỉnh bang, và học cao đẳng / đại học trên mạng, ngoại trừ trường hợp phải học trực tiếp tại trường.	Tự họp hoặc rủ bạn tới chơi, dù ở nhà hoặc ngoài trời. Dự các buổi dạy kèm hoặc buổi học trực tiếp.

Khách khứa & Tụ tập Giao du

Hãy*	Đừng
Cho phép các dịch vụ chăm sóc tại nhà và trợ giúp cá nhân quan trọng trong nhà của bạn nếu cần phải có cho người cao niên và/hoặc người có khuyết/bệnh tật.	Tiếp khách không cần thiết và/hoặc được phép trong nhà của bạn hoặc cho phép các dịch vụ gia đình khác ngoại trừ một số ít mục đích.
Hạn chế tụ tập tại nhà của bạn chỉ với những người bạn sống cùng. Nếu bạn sống một mình, bạn có thể cân nhắc chỉ tiếp xúc với một người / hộ gia đình khác.	Tổ chức hoặc dự các sự kiện công cộng được tổ chức trong nhà hoặc các buổi tụ tập giao du, ngoại trừ với những người bạn sống cùng.
Đi dạo một mình hoặc với các thành viên trong gia đình của bạn để hít thở không khí trong lành và tập thể dục.	Tổ chức hoặc dự các sự kiện công cộng được tổ chức hoặc các buổi tụ tập giao du ngoài trời có hơn 10 người.
Hỏi thăm gia đình, bạn bè và những người hàng xóm để bị tổn hại.	Quên hỏi những người dễ bị tổn hại mà bạn quen xem họ có thực phẩm hoặc các nhu yếu phẩm khác hay không.

Gia đình / Giữ trẻ

Hãy*	Đừng
Tiếp tục dùng các nhà trẻ và người thực hiện và cung cấp dịch vụ giữ trẻ tại nhà.	Cho những trẻ em không phải con của bạn đến nhà bạn, trừ khi bạn đang thực hiện các dịch vụ giữ trẻ được phép theo định nghĩa của <i>Đạo luật Chăm sóc Trẻ em và Những Năm Đầu Đời</i> .
Sử dụng các dịch vụ gia đình như dọn dẹp, nấu ăn, bảo mẫu và trông trẻ, và các dịch vụ bảo trì nếu cần phải có các dịch vụ đó để trợ giúp trẻ em, người cao niên và/hoặc những người dễ bị tổn hại.	Tiếp bất cứ ai trong nhà bạn, ngoài những người được phép theo quy định của tỉnh bang.

Đồ ăn & Thức uống

Hãy*	Đừng
Mua đồ mang đi (takeout), giao tới nhà hoặc mua kiểu lái xe qua (drive-thru) từ nhà hàng / quán ăn hoặc quán bar, bao gồm rượu, nếu có.	Ăn hoặc uống – bên trong hoặc bên ngoài – tại nhà hàng / quán ăn, quán bar, hoặc bất kỳ cơ sở nào khác có bán đồ ăn và thức uống.

Mua sắm

Hãy*	Đừng
Đi mua sắm các mặt hàng thiết yếu một mình hoặc với một người khác chỉ khi cần. Chỉ mua sắm đồ thiết yếu mỗi tuần một lần.	Đi mua sắm nhiều hơn mức cần thiết hoặc với một nhóm.
Sắp xếp để nhận đồ mua ở bên ngoài cửa hàng hoặc mua sắm trên mạng của các nơi bán lẻ.	Mua sắm trực tiếp tại các nơi bán lẻ không thiết yếu.
Chỉ mua sắm trực tiếp tại các nơi bán lẻ thiết yếu như nhà thuốc tây, siêu thị, cửa hàng tiện lợi, cửa hàng giảm giá và cửa hàng thuộc hệ thống của hãng lớn có bán thực phẩm và chợ nông sản và các cửa hàng khác chủ yếu bán thực phẩm.	Mua sắm trực tiếp tại các nơi bán lẻ không thiết yếu.
Chỉ đến các thương xá nơi các cơ sở thương nghiệp thiết yếu mở cửa, như cửa hàng thực phẩm, phòng khám chữa bệnh và nhà thuốc tây, hoặc để nhận hàng mua từ các nơi bán lẻ không thiết yếu ở các khu vực nhận hàng được chỉ định. Hẹn nhận hàng từ các nơi bán lẻ không thiết yếu nếu bạn sẽ nhận hàng tại các khu vực được chỉ định trong nhà của thương xá.	Mua sắm trực tiếp tại các thương xá, ngoại trừ các dịch vụ thiết yếu như nhà thuốc tây, cửa hàng thực phẩm và siêu thị. Tất cả các nơi bán lẻ khác đều đóng cửa.
Đi chợ tại tòa nhà (chính) St. Lawrence Market South và Chợ Nông sản Thứ Bảy một mình hoặc với một người khác nếu bạn cần giúp mang đồ.	Đến St. Lawrence Market với một nhóm hoặc vì các hoạt động du lịch hoặc giải trí có thể gây tắc nghẽn hoặc khuyến khích tụ tập giao du.

Nơi Công cộng

Hãy*	Đừng
Dùng những nơi công cộng được mở cửa. Đeo khẩu trang vừa khít và cách xa những người khác hai mét.	Tháo khẩu trang khi ở bên trong một nơi công cộng, bao gồm trên TTC, trên taxi hoặc dịch vụ cho thuê xe.

Giải trí

Hãy*	Đừng
Dùng các tiện nghi giải trí ngoài trời của Thành phố, như sân chơi, đồi trượt tuyết (tobogganing), thiết bị thể dục và công viên dành riêng cho chó thả rông, chỉ với những người bạn sống cùng, và cách xa người bạn không sống cùng hai mét.	Chơi hoặc tập luyện các môn thể thao đồng đội, gặp gỡ hoặc tụ tập ngoài trời với hơn 10 người trong khi dùng các tiện nghi.
Tập thể dục trong nhà hoặc ngoài trời.	Dự các lớp học thể thao hoặc giải trí trong nhà hoặc ngoài trời, hoặc đến các phòng tập thể dục, trung tâm thể dục, phòng tập khiêu vũ hoặc trung tâm giải trí cộng đồng (một số vận động viên nhà nghề và cường độ cao được miễn).
Đi trượt băng giải trí tại một sân băng ngoài trời trong giờ mở cửa được quy định.	Chơi hockey đường phố hoặc có tổ chức trên các sân băng ngoài trời bất cứ lúc nào.

Dịch vụ, Thắng cảnh & Sự kiện

Hãy*	Đừng
Dự các hội nghị và sự kiện đặc biệt qua mạng.	Dự các sự kiện hoặc tụ tập giao du tại những nơi hội họp và sự kiện, bao gồm các địa điểm tổ chức sự kiện đặc biệt, như phòng tiệc, phòng hội nghị của khách sạn, và trung tâm hội nghị trừ khi vì mục đích được phép theo quy định của tỉnh bang.
Dự các buổi trợ giúp về sức khỏe tâm thần hoặc dùng chất kích thích, qua mạng hoặc trực tiếp tại các cơ sở dịch vụ với giới hạn 10 người.	Đừng dự các buổi họp trừ khi vì mục đích được phép theo quy định của tỉnh bang.
Dự đám cưới, đám tang và nghi lễ hoặc nghi thức tôn giáo qua mạng, hoặc trực tiếp với tối đa 10 người (trong nhà và ngoài trời).	Tổ chức hoặc dự các buổi tiệc chiêu đãi trong nhà hoặc các cuộc tụ tập giao du khác liên quan đến bất kỳ lễ tôn giáo, đám cưới, đám tang hoặc nghi thức nào, ngoại trừ với các thành viên trong hộ gia đình của chính bạn hoặc một người khác, nếu bạn sống một mình.
Đến trung tâm cộng đồng để gửi trẻ và dự các chương trình chăm sóc trẻ em được phép, dịch vụ trợ giúp về sức khỏe tâm thần hoặc dùng chất kích thích (tối đa 10 người), các dịch vụ xã hội và các hình thức trợ giúp cộng đồng khác, như để dùng nhà vệ sinh công cộng.	Dùng trung tâm cộng đồng vì bất kỳ lý do nào ngoài các mục đích được phép.

Cập nhật lần cuối: ngày 29 tháng 12 năm 2020

Hãy*	Đừng
Tham quan Sở thú Toronto thông qua chương trình trên mạng của họ, và tham quan Sở thú High Park và Trang trại Riverdale trên mạng.	Trực tiếp đến tham quan Sở thú Toronto, Sở thú High Park hoặc Trang trại Riverdale.
Trải nghiệm trên mạng các bảo tàng, triển lãm nghệ thuật và các thắng cảnh khác.	Trực tiếp đến bảo tàng, triển lãm nghệ thuật, rạp chiếu phim, nhà hát và các thắng cảnh khác.
Đến thư viện để lấy hoặc trả sách ở bên ngoài hoặc để gửi trẻ và dự các chương trình chăm sóc trẻ em được phép, dịch vụ trợ giúp về sức khỏe tâm thần hoặc dùng chất kích thích (tối đa 10 người), dịch vụ xã hội, nếu có.	Vào các tòa nhà thư viện vì bất kỳ lý do nào ngoài các mục đích được phép.
Dự các cuộc hẹn chăm sóc sức khỏe thiết yếu về y khoa cho các dịch vụ như vật lý trị liệu và mát-xa. Cân nhắc các phương án làm đẹp cá nhân mà bạn có thể làm tại nhà.	Đến các cơ sở dịch vụ chăm sóc cá nhân như tiệm làm tóc, tiệm cắt tóc, tiệm nail, tiệm làm rám da (tanning), tiệm xăm mình và các dịch vụ thẩm mỹ khác.

Các dịch vụ của Thành phố

Hãy*	Đừng
Đóng thuế nhà đất và trả tiền điện nước đúng hạn qua mạng hoặc qua thư, và nộp đơn trên mạng để xin giấy phép xây dựng.	Đến một cơ sở của Thành phố. Tất cả cơ sở và tòa nhà của Thành phố đều đóng cửa với công chúng.
Truy cập các dịch vụ của Thành phố trên mạng tại toronto.ca hoặc qua tổng đài 311. Đăng ký trên mạng để tham gia các cuộc tham vấn dân chúng hoặc để bày tỏ ý kiến người dân tại một ủy ban Thành phố.	Đến một cơ sở của Thành phố. Tất cả cơ sở và tòa nhà của Thành phố đều đóng cửa với công chúng.
Nhận hôn thú – đến trực tiếp chỉ khi có hẹn – tại North York Civic Centre	Cố gắng kết hôn tại phòng cưới Tòa Thị Chính, vì nơi đó đã đóng cửa.

* Tất cả các hoạt động được phép phải tuân theo yêu cầu bắt buộc tuân thủ hướng dẫn y tế công cộng, các quy định về khẩu trang và quy định giữ khoảng cách ở nơi công cộng của Thành phố Toronto, nếu có.