

# 选择更安全的活动

可访问版本: <https://chinese.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/participate-in-activities.html>

	未接种疫苗的人	您的活动	完全接种了疫苗的人
		<b>户外</b>	
最安全		与家庭成员一起在户外散步、跑步、坐着轮椅出行或骑自行车	
		与完全接种了疫苗的家人和朋友一起参加一个小型户外聚会	
		与完全接种了疫苗和未接种疫苗的人一起参加一个小型户外聚会	
不太安全		与来自多个家庭的朋友一起在户外餐馆用餐	
最不安全		参加拥挤的户外活动, 如现场表演、游行或体育活动	
		<b>室内</b>	
不太安全		去理发店或发廊	
		去一个不拥挤的室内购物中心或博物馆	
		乘坐客座率受限的公共交通工具	
最不安全		与来自多个家庭的完全接种了疫苗和未接种疫苗的人, 一起参加一个小型室内聚会	
		去室内电影院	
		参加满座礼拜会	
		在室内合唱	
		在室内餐馆或酒吧用餐	
		参加高强度的室内健身运动课	

## 接种 COVID-19 疫苗



不需要防护措施



采取防护措施

完全接种了疫苗的人: 佩戴口罩  
未接种疫苗的人: 佩戴口罩, 保持 6 英尺/2 米 距离, 以及清洗双手。

- 安全等级假设个人和场馆都遵循了建议的防护措施 (如适用)。
- CDC 无法为每个社区的每项活动提供具体的风险水平。务必考虑自己的个人情况以及对自己、家人和社区的风险, 然后再谨慎出行。



[cdc.gov/coronavirus](https://cdc.gov/coronavirus)