

個人居家避疫（Shelter at Home）新命令的常見問答

2020年3月17日更新

此命令于2020年3月17日凌晨12:00生效，限制只能進行必要的活動、出行和業務功能。此命令是在美國疾病控制與預防中心（CDC）接到大量反饋意見以及來自全球其他衛生官員的規範之後所制定的。此命令有效期至4月7日。

請注意，這些常見問答將持續更新。請隨時查看更新資訊。

有關此命令的一般問題

此命令的目的是什麼？

此命令要求大多數人立刻留在家裡，但不得遲於2020年3月17日（星期二）凌晨12:01，除非是從事“必要/不可或缺(essential)的活動”，下文將對這些活動進行詳細討論。對於大多數人而言，這意味著您和與您同住的人應該留在家中。有些特定的原因您可以離開家，以確保您擁有生活必需品（在下文中進行更多討論），例如取得食物和醫療用品。只要您不和其他人群聚，並且與他人之間保持至少六英尺（2公尺）的距離，您也可以出門遛寵物或運動。如果您生病了，您與跟您生活在一起的人都應該自我隔離（更多內容請參見下文）。

此命令何時生效？

此命令於2020年3月17日星期二凌晨12:01生效。

此命令為期多久？

目前此命令有效期為三星期，直到2020年4月7日（星期二）晚上11:59。縣衛生局長可以選擇縮短或延長時間。限制時間的長短取決於縣衛生局長對保護公共衛生的決定。

此命令是否會發生變更？

可以。隨著更多資訊的出現，衛生局長可能會對此命令進行更改，並在條件允許時簽發新的命令和指示。請定期查閱縣公共衛生局網站 <http://www.sccphd.org/coronavirus> 以了解最新情況。縣公共衛生局正在與媒體合作，以分享重要的更新和資訊。

此命令在什麼地方生效？

此命令在灣區六個人口最多的縣（包括馬林、舊金山、聖馬刁、聖塔克拉拉、康特科斯塔和阿拉米達縣）有效。

誰發布了此命令？

此命令是由馬林、舊金山、聖馬刁、聖塔克拉拉、康特科斯塔和阿拉米達縣以及伯克利市的衛生官員發布的。根據加利福尼亞州法律，這些衛生專業人員有權發布命令來保護其司法管轄區中每個人的健康和福祉。

此命令是強制性還是只是指南？

此命令是強制性。此命令是根據加州法律授權發布的法律命令。您必須遵守，不遵守此命令是犯罪行為（輕罪）。

根據此命令的定義，我經營不可或缺的業務。我是否需要獲得縣公共衛生局的正式授權書才能經營？

不需要。如果您的業務在此命令中提供的**不可或缺**業務列表中，則可以經營。您不需要獲得縣公共衛生局的任何具體授權。

根據此命令的定義，我在不可或缺業務的公司上班。我是否需要出示雇主的批准信或其他文件才能出行？

不需要。您不需要攜帶證明您根據此命令可獲豁免的官方文件。但是，如果執法部門要求，請準備好解釋為什麼您必須出行。

有關就地避疫的問題

“就地避疫”是什麼意思？

“就地避疫”一詞是指您留在家中，除非需要（在下文中有更詳細例外情況），不要外出。

“居家避疫”和“社交間距”有什麼區別？

居家避疫是一種更嚴格的社交間距形式。

居家避疫意味著您：

- 必須留在家中
- 僅可出於“必要活動”、出於“必要業務”而上班或“必要出行”的目的外出，此命令對這些條件進行了定義（詳情請參閱常見問答）
- 不得舉辦或參加任何集會

您還應盡可能與他人保持 6 英尺（2 公尺）的距離，勤洗手，每次至少 20 秒（或使用乾洗手），經常對觸摸頻率高的表面進行消毒，並在生病時留在家中。

如果沒有緊急需要或不進行必要活動，我是否可以離家去拜訪朋友或家人？

不能。為了您自身和他人的安全，我們需要留在家中，以防止新冠肺炎的擴散。

我是否還能收到信件和運送？

可以。您仍然可以在家中接收信件和其他運送。

我是否還能在網上訂購需要的物品並將其送到我的住家？

可以。直接向居民提供商品或服務的企業為可以繼續經營的“必要業務”。

我是否可以出去自助洗衣或洗衣店讓人洗衣？

可以。保持社交間距。

我是否可以獲得處方藥或其他醫療保健需求？我是否可以離家去藥房購買處方藥？

可以。藥店和其他醫療用品商店可以繼續營業。可能的話，可用送貨方式將處方藥和醫療保健用品送到家中。

如果我需要從醫療提供者獲得醫療怎麼辦？

您仍然可以滿足您的健康需求。請聯絡您的醫護人員，以了解他們是否提供正常服務。某些服務，尤其是非必要的醫療程序，可能會被延期或取消。如果您感到不適，請先致電您的醫生、護士熱線或緊急護理中心。除非您確實有急症，否則不要去醫院的急診室。

我是否仍可以尋求非必要的醫療服務，例如眼科檢查、牙齒清潔、可選醫療程序等？

如果可能，請將非必要的醫療和牙科照護延期。如果不急，請等待。請聯絡您的醫護人員，以獲取具體方針。他們可能會取消服務。不要將自己和他人暴露在不必要的風險中。

我是否應該囤積食物、衛生紙等必需品和藥品？

不用。您將能夠繼續購買這些物品。雜貨店、藥房和五金店等出售必需品的商店將繼續營業。請繼續照常購買正常的數量。這將確保每個人都有足夠的物品。

如果我生病了該怎麼辦？ 如果我或家人需要立即就醫，我是否可以離家去看醫生或去醫院？

如果您感到不適，先致電您的醫生、護士熱線或急救中心，然後再去醫院。除非您確實有急症，否則不要去醫院的急診室。但是，如果您或家人患病，則可以並且應該就醫。如果不是急症，請與您的家庭醫生聯絡以確定下一步。另外，如果您擔心自己或親人是否患有新冠肺炎，則可以查閱在線資源以幫助您評估症狀。請參閱 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> 以了解詳情。如果您遇到醫療緊急情況，請致電 911 或去急診室。

我是否可以出門照顧我的年邁父母或需要幫助的朋友？或有殘疾的朋友或家人？

可以。在為易感人群提供照護時要極其謹慎，並確保遵循社交間距的原則，例如照顧前後洗手，使用搓手液，並在可能的情況下保持至少 6 英尺（2 公尺）的距離，並咳嗽或打噴嚏時用紙巾遮掩口鼻，以保護自己和他們。

我是否可以去医院、养老院、療養院或其他住院護理機構造訪親人？

您只能出於獲得醫療保健服務和用品的目的而造訪醫院或其他醫療機構。禁止非必要的拜訪。除了為了確保的目的外，請勿造訪療養院、养老院或住院護理機構。60 歲以上的人特別容易感染新冠肺炎。

如果我無法出門該怎麼辦？我能否獲得物資和食物？

請與朋友、家人或其他可以提供支持的人聯絡。他們被允許幫助您的需求。您還可以訂購食物和其他用品，並讓人送貨上門。如果您認為自己有資格獲得耆英送餐服務，請致電 408-350-3246 以開始資格獲取手續。

我是否可以離家去教堂、猶太教堂或清真寺？

不可以。為了您和其他信徒的安全，我們需要留在家中，以防止新冠肺炎的擴散。禮拜場所可以提供服遠程禮拜服務，例如通過電子郵件、視頻串流或電話會議。

此命令禁止步行或騎腳踏車進行非必要的出行——是否意味著我不能散步或騎腳踏車？

不是。您可以出門運動只要您保持社交間距（與家人以外的人士保持 6 英尺（2 公尺）以上的距離）。這包括散步、遠足、騎自行車或去公園等活動。

我是否可以外出運動？

如果您在戶外，且不與他人近距離接觸，那就可以。否則，不可以。健身中心、健身館、娛樂中心、高爾夫球場和公共游泳池均不得營業。

高爾夫球場是否可以繼續營業？

不可以。

當我呆在家中時，我變得焦慮不安。我是否可以公園散步或登山？我是否可以縣公園或開放空間？

可以。在外活動可以改善心情和幸福感，對孩子特別有益。您可以散步、去公園或參加其他類似活動，但您應保持社交間距（即與不屬於家庭成員的人相距六英尺（2 公尺）以上），以避免傳播病毒。

我是否可以進行食品/雜貨以外的購物？

可以。您可以購買與醫療保健、五金用品、遠程辦公所需的用品以及安全和衛生必不可少的用品有關的任何東西。但是您應該盡量減少不必要的出行。

我是否可以去酒吧/夜總會/劇院？

不可以。娛樂場所不得營業。

我是否可以去餐館、咖啡館、咖啡或茶店、冰淇淋店或其他餐飲服務場所？

可以，但僅限外帶。您不能在該設施內或周圍用餐或進食或飲水。

我是否可以遛狗/寵物？

可以。確保您與家人以外的其他人保持至少六英尺（2 公尺）的距離。

如果我的寵物生病了，我是否可以去看獸醫或寵物醫院？

可以。請先致電以確定獸醫是否有任何限制。

我不做飯，我該如何購買餐食？

餐館、咖啡廳、食品卡車和類似場所被鼓勵繼續營業，以通過外送和外帶向公眾提供餐食。您還可以在雜貨店、超市、經認證的農貿市場、便利店和其他此類食品零售商處購買熟食。

我如何為自己或家人獲得免費或減價的餐食？

學校、湯廚房、食物銀行和其他這些向公眾提供免費或減價食品或餐食的機構，將被鼓勵繼續提供這些服務。您必須取餐並帶走食物。請勿在設施內用餐。

我是否可以帶孩子去公園，我們是否可以使用遊樂場？

此命令允許您進行戶外活動，但要保持足夠的社交間距。在我們鼓勵使用公園的同時，我們強烈建議不要使用遊樂場，因為它們有接觸頻率高的表面，並且通常不可能在遊樂場上保持社交間距。

我是否可以對我的孩子進行法庭命令的探視？

可以。此命令豁免法院命令或執法部門的出行。

業務、就業和政府運營有關的問題

是否所有企業辦公室和商店都要求關閉？

不是。“必要/不可或缺的業務”可以保持其設施的運營（並鼓勵其繼續營業），以繼續向公眾提供必要的服務和產品。員工可以離家去從事這些工作。

非必要業務僅可為了維持最低限度的必要運營而繼續經營設施，例如維持庫存量、保障場所安保或確保員工能夠遠程工作。此命令不禁止任何員工在家工作。

什麼是“必要業務”？

此命令提供下列“必要業務”列表：

i. 醫療保健運營和必要基礎設施；

ii. 雜貨店、認證的農貿市場、農產品攤位、超市、食物銀行、便利店以及其他從事罐頭食品、乾貨、新鮮水果和蔬菜、寵物用品、新鮮肉類、魚類和禽類零售以及其他任何家用消費產品（例如清潔和個人護理產品）的場所。

這些包括銷售雜貨和其他非雜貨產品的商店，以及維持住所安全、衛生和必要運行所必需的產品；

- iii. 糧食種植，包括農業、畜牧業和漁業；
- iv. 為經濟上處於弱勢或其他需要的個人提供食物、住所和社會服務以及其他生活必需品的企業；
- v. 報紙、電視、廣播和其他媒體服務；
- vi. 加油站和汽車補給、汽車維修及相關設施；
- vii. 銀行及相關金融機構；
- viii. 五金店；
- ix. 水管工、電工、除蟲工和其他服務提供者，它們提供維護住宅、必要活動和必要業務的安全、衛生和必要業務所必需的服務；
- x. 提供郵寄和運輸服務的企業，包括郵政信箱；
- xi. 教育機構，包括公立和私立 K-12 學校、學院和大學，目的是促進遠程學習或執行必要職能，但要最大程度地保持每人六英尺（2 公尺）的社交距離；
- xii. 自助洗衣店、乾洗店和洗衣服務提供商；
- xiii. 餐館和其他準備和提供食物的機構，但僅限於外送或外帶。通常向學生或公

眾提供免費食物服務的學校和其他實體可以根據此命令繼續開展業務，但前提是必須以取餐和外帶的方式向學生或公眾提供食物。根據該豁免規定提供食物服務的學校和其他實體，不得在提供食物的地點或任何其他聚集場所食用食物；

- xiv. 為在家工作人士提供所需產品的企業；
- xv. 為其他必要業務提供運營所需的支持或用品的企業；
- xvi. 直接向住宅運送雜貨、食品、商品或服務的企業；
- xvii. 提供必要活動和此命令明確授權的其他目的所需的運輸服務的航空公司、的士和其他私人運輸服務提供商；
- xviii. 老年人、成人或兒童的居家照護；
- xix. 老年人、成人和兒童的住宅設施和庇護所；
- xx. 必要時幫助遵守法律強制的活動的專業服務，例如法律或會計服務；
- xxi. 向使此命令豁免的僱員能夠開展工作的托兒所。托兒所必須盡可能在以下強制性條件下運行：
 - 1. 必須以 12 人或以下的穩定小組開展托兒服務（“穩定”是指每天同一小組的 12 個或更少的兒童）。
 - 2. 兒童不得從一組換到另一組。
 - 3. 如果在一個機構中照顧多於一組的兒童，則每組兒童應在單獨的房間中。各組之間不得混在一起。
 - 4. 托兒服務提供者應僅與一組兒童在一起。

如果我的業務不被視為必要的業務該怎麼辦？ 此命令是否要求我關閉我的業務設施？

您和您的員工被允許在您的工作場所現場開展“最低限度基本運營”，只要員工彼此之間保持六英尺（2 公尺）的距離即可。最低限度基本運營包括維護庫存價值、確保安保以及確保員工可以遠程工作。除了維持“最低限度基本運營”，僱員只能在自己的住宅進行遠程工作。

此命令是否要求學校停課？

此命令要求所有學校停止在縣內的實際地點上課。但是，學校可以向其學生提供遠程學習。學校的僱員可以出於為學生提供遠程學習上班。學校也可以繼續為學生提供免費和減價的午餐，許多學校正在這樣做。

我為 Apple、Google 或其他大型技術公司工作，這些公司提供公眾訪問關鍵服務所需的產品和服務。我的公司是否已完全關閉？

不是。但是，此類公司的大多數員工將需要在家工作。必須在現場工作以維護社區的“必要基礎設施”或維持此命令中所述的“最低限度基本運營”的任何人，只要他們保持社交疏遠，就可以繼續在工作場所工作。

此命令是否會阻止從事疫苗和 COVID-19 測試工作的公司繼續開展業務？

不是。此命令豁免任何從事與提供醫療保健有關的工作的企業。

我從事向雜貨店和其他食品零售商提供食品的製造業務。我是否被要求關閉？

不是。允許（鼓勵）所有必要業務的供應商繼續經營。這包括向雜貨店和其他食品零售商提供食品和便餐的企業。

此命令是否要求企業停止我們的衛生保健系統必需的工作？

不是。此命令豁免任何從事與提供醫療保健有關的工作的企業。

我的公司是否可以繼續建造醫療設施？

可以。此命令豁免任何從事與提供醫療保健有關的工作的企業。

根據此命令，我的公司可以繼續維持實驗室運營？

您和您的員工被允許在您的工作場所現場開展“最低限度基本運營”，只要員工彼此之間保持六英尺（2 公尺）的距離即可。如果維持公司的實驗室對於保持庫存價值有必要，則此命令允許繼續進行此工作。除此之外，您的實驗室僅可執行此命令中豁免的工作才能運營。

我的企業主要生產、供應或維修手機。是否可以營業？

可以。如果您的企業主要從事手機或其他電信設備的供應或維修，那麼這是必要的，並且可以根據此命令繼續開展業務。

是否允許非營利組織繼續運營？

如果他們如此命令所述提供必要服務，則可以，並且應該繼續提供這些服務。這將包括經營食品儲藏室，為無家可歸的居民提供住所和其他關鍵服務的非營利組織。

如果我的企業在其場所開展的某些工作是必要的，而有些則不是必要的，該怎麼辦？

您的企業可以繼續運營其設施以開展其必要的業務功能。您必須最大限度地進行遠程工作並遵守設施的社交疏遠要求。設施不可繼續開展非必要的業務功能。

我經營一家“大賣場”，除了雜貨、電子產品和硬件外，還銷售一些服裝。我是否需要關閉商店中銷售非必需品的部分？

不用。如果它主要出售必需品和食品（例如食品和電信用品），則整個商店可以繼續營業。

如果我的工作地點有食堂，該怎麼辦。它是否可以繼續為正在開展此命令中豁免的工作的工人提供服務？

食堂可以像其他食品店一樣營業。只要員工將食物帶走並且不在食堂內食用，它就可以為留守工作崗位的員工提供食物。食堂應遵守社會秩序中的要求。

地方政府是否關閉？

不，政府的基本職能將繼續運營，包括急救人員、應急管理人員、應急調度員和執法人員。其他政府職能或辦公室可能會縮短時間表，或者可能會作為防止 COVID-19 擴散的工作的一部分而關閉。

我在政府工作——我是否可以繼續上班？

如果政府僱員被雇主指定為必要僱員，他們可以繼續工作。每個政府實體都有責任確定其哪些工作者是基本工作者。

如果我的雇主要求我上班怎麼辦？

根據此命令許多企業不得開展業務。此命令中定義的必要業務被允許（並鼓勵）繼續運營。如果您的工作不是必要的業務，則不允許您去上班，也不允許您的雇主要求您上班，除非要開展“最低限度基本運營”（如此命令中定義）。如果工作允許，您可以在家工作。

我在醫院或診所工作，但不確定自己是必要的。我是否應該繼續工作？如果我超過 60 歲，該怎麼辦？

向醫療保健組織提供醫療保健、服務，向醫療保健組織提供所需用品或以其他方式維持各種醫療保健運營的醫院、診所和其他組織的所有員工均可繼續工作。

本縣的命令和州長最近的指引都允許超過 60 歲的必要工作者繼續工作，即使該年齡段的其他人士被指示留在家中。

對於我的孩子，我該怎麼辦？我需要去上班。

如果您為此命令中所述開展必要業務工作，則可以並且應該繼續工作。某些雇主、學校和社區組織將為必要業務的僱員提供托兒服務。您也可以僱用保姆為孩子提供居家照護。

腳踏車維修店是否可以繼續營業？

可以，腳踏車維修店被視為一項必要業務（與汽車維修店一樣），因為它們對於便利必要出行必不可少。

我的公司是否可以繼續提供清潔服務？

可以，清潔服務對於健康和衛生來說是必需的。

雜貨店、農貿市場和其他食品零售商能否保持營業？

可以。鼓勵雜貨店、經認證的農貿市場、農產品攤位、超市、食物銀行、便利店和類似的食品零售場所保持營業狀態，以向公眾提供食品和寵物用品。當拜訪這些場所時，請幫助零售商在顧客之間保持至少六英尺（2 公尺）的最小距離，包括在購物和排隊時提供足夠的空間。

如果我孩子的學校正在提供食物或餐食，我是否可以離家去學校取食物或餐食？

可以。

我經營一家食品設施——應該採取什麼措施來確保顧客的安全？

請遵循環境衛生局“減輕食品設施 COVID-19 風險的措施”中包含的允許食品設施運營的規範：

[Notices to Food Facilities](#)[PDF]

請閱讀環境衛生局關於此命令對食品設施的影響建議函：

[Letter to Food Facilities](#)[PDF]

訪問環境衛生局>新型冠狀病毒>[COVID-19 的資訊鏈接](#)以了解最新的規範。

請查閱[公共衛生局網站](#)以了解其他最新資訊。

供應運輸和送貨業務的倉庫和配送中心是否可以保持營業？

可以。

我在必要基礎設施組織中工作——我是否可以離家去上班？

可以。您可以上班以維護和經營必要基礎設施，包括但不限於公共工程建築、住房建築（尤其是房或無家可歸者的住房）、機場運營、水、下水道、加油站、電力、煉油、道路和高速公路、公

共交通、固體廢物收集和清除、互聯網和電信系統（包括為計算服務、業務基礎結構、通信和基於 Web 的服務提供基本的全球、國家和本地基礎結構）。

哪些建築工程可以繼續進行？

此命令僅豁免建造住房、公共事業以及醫療和保健相關設施的建築工程。

如果我想在縣的某個實際地點上班並且沒有生病，該怎麼辦？

除非您的工作被此命令豁免，否則您將無法在縣的實際地點上班。如果您的雇主允許，您可以在家中從事任何業務。

我是否可以經營一家出售可以送貨上門的物品的企業？我是否可以將更多業務轉移到送貨上門模式？

可以繼續經營送貨上門的送貨服務，並且您可以在此命令實施時相應地調整業務模式。

我的業務為聯邦政府提供需要定期提供的關鍵服務和產品——我們是否可以繼續製造這些產品？

如果政府實體認為有必要執行必要的政府職能，任何政府實體的僱員和承包商則可以繼續提供服務和產品。

我在墓園工作——我是否可以上班？

是的，墓園是必要基礎設施。

是否允許托兒所營業？

托兒所可以營業，但前提是它們必須符合下列規定的強制性條件，並且只能為根據此命令獲得豁免的僱員的子女提供日托服務。這類僱員包括必要業務的僱員，為非必要業務提供最低限度基本運營的僱員以及提供必要政府職能的政府僱員。

要營業，托兒所必須符合以下強制性條件：

- 1) 必須以 12 人或以下的穩定小組開展托兒服務（“穩定”是指每天同一小組 12 個或更少的兒童）；
- 2) 兒童不得從一組換到另一組；
- 3) 如果在一個機構中照顧多於一組的兒童，則每組兒童應在單獨的房間中。各組之間不可混在一起。
- 4) 托兒服務提供者應僅與一組兒童在一起。他們不能在各組之間輪轉。

清潔房屋的家政服務工作者是否可以繼續提供服務？

如果是健康和衛生所必要的，家政服務工作者可以提供服務。

如果我在零售店面經營非必要業務，我是否可以重新配置我的業務以將產品送貨到人們的家？

可以。

我是保姆。我上班會有麻煩嗎？

此命令允許在孩子自己的家中照看孩子的保姆繼續工作。

出行有關的問題

我是否可以乘坐我最喜歡的拼車/隨叫隨到服務或的士？

可以，但這些服務只能用於“必要活動”，上下班來經營“必要業務”，或提供“必要政府職能”，如此命令中所定義。請記住，如果可能的話，應避免接近其他許多人共乘的車輛。

我是否可以乘坐公共交通工具（公共汽車、地鐵、火車）？

可以，但是公共交通只能用於“必要活動”，上下班來經營“必要業務”，或維持“必要政府職能”。乘坐公共交通工具時，彼此之間至少應保持六（6）英尺（2 公尺）的距離，包括乘坐公共汽車或火車時。f

我是否可以離開此命令生效的區域以便從事往返於灣區以外的工作？此命令是否允許我離開本縣？

可以，但僅限開展“必要活動”、開展“必要業務”或維持“基本政府職能”（如此命令中所定義）。否則，不可以，因為這會使您和社區中的其他人處於危險之中。

我目前正在本縣外度假——此命令是否允許我回家？

可以。

如果我在本縣外旅行度假或出差，我是否可以回家？

此命令允許您回家。

我正在和家人/朋友一起拜訪或入住酒店，或者居住於短租房屋。我該怎麼辦？我能否回家？

可以，您可以出於回家的目的而離開本縣。

如果我目前住在縣外，我是否可以前往貴縣？

您所受的出行限制與目前在本縣居住的個人相同。您可以前往本縣進行“必要活動”、開展“必要業務”或維持“必要政府職能”（如此命令中所定義）。

其他問題

如果我在一條直線上並且我和其他人之間沒有六英尺（2 公尺），該怎麼辦？

您仍應嘗試保持彼此之間至少六英尺（2 公尺）的距離。如果短期內無法做到這一點，請盡最大努力使持續時間短。並且請確保在排隊時不要對人打噴嚏或咳嗽。如果需要，咳嗽或打噴嚏時，用襯衫或衣物遮蓋的肘部遮掩，而不用手遮掩。

如果我的下水管道堵塞了，或者家中的必需設備出現了另一個問題，該怎麼辦？ 我將如何獲得這些服務？

致電您的水管工或建築經理。此命令允許水管工、電工和除蟲工等服務提供商繼續工作並向公眾提供服務。要獲得 DIY 解決方案的耗材，您還可以前往五金店，根據此命令，五金店保持營業。

我的親人需要我照顧，我該怎麼辦？

即使親人不住在家中，您也可以提供護理或幫助，為親人獲得用品。但是，如果您生病了，請不要提供護理或領取物品，其他人可以幫助領取他們的物品。如果您生病了，請嘗試自我隔離或採取其他措施，不要讓其他人患上您的病。

如果我不遵守此命令會怎樣？

這是根據加利福尼亞州法律頒布的具有法律效力的命令。違反此命令是犯罪行為，您可能會因此受到罰款或監禁的處罰。

為什麼要執行此命令？

執行此命令的目的是解決導致 COVID-19 的病毒在灣區持續傳播。在全球大流行的這一時間點上，該病毒已在頒布此命令的所有司法管轄區中扎穩腳跟。該病毒在社區中大量傳播，很容易在人與人之間傳播。控制病毒傳播的一大挑戰是許多感染病毒的人沒有症狀或症狀較輕。但是，即使他們不會感覺生病，他們也可以容易傳播病毒。病毒可以在許多表面上存活較長時間（從幾小時到幾天）。

不幸的是，這種病毒可以導致某些人出現嚴重的症狀，也可能致命。一些感染病毒的人士，尤其是 60 歲以上的人士、免疫系統較弱的人士以及患有各種疾病的人士（請參閱下文以查看完整列表），可能會出現嚴重的並發症，包括發燒、肺炎，甚至在某些情況下會導致死亡。尚無獲准的 COVID-19 治療或治愈方法。這意味著重病人士需要氧氣或幫助呼吸等醫療干預。

由於這種病毒很容易傳播，如果沒有此命令進行劇烈干預，它將導致許多人需要住院就醫，以至於我們的醫院不堪重負。我們可能沒有足夠的病床或設備來充分診療患病最重的病患。我們的醫護人員和其他急救人員也面臨風險，如果他們生病了，提供醫療和急救服務的人數將會減少。由於這些原因，我們現在必須盡一切力量減慢病毒的傳播速度，這一點至關重要。這樣做將有助於“拉平曲線”，減慢病毒的傳播速度，並幫助我們的醫療系統不會不堪重負。如果成功，則意味著罹患 COVID-19 的病患或因事故、心臟病發作、中風和其他嚴重醫療狀況而需要急診的患者都可獲得醫療。

我們所有人現在都必須儘自己的一份力量來保護社區中的每個人。最好的方法是在家中“社交隔離”自己，以避免病毒進一步傳播。

為什麼現在頒布此命令？

現在頒布此命令的原因是，灣區六個人口最多的縣市的感染率表明情況十分危急，並且會迅速惡化，尤其如果沒有嚴格干預。一些司法管轄區認為其醫療保健系統不堪重負，或可能在下週開始變得不堪重負。對於這些司法管轄區，必須最大程度地減緩傳播。由於病毒的傳播方式，越早實施這些極端措施，效果越好。