Covid-19 community champions（社區倡導者）

Covid-19和採取的應對措施繼續影響著Tower Hamlets的所有人

我們已經建立了Covid-19社區支持者網絡，以确保和支持Tower Hamlets居民了解有關Covid-19的最新建議。

倡導者幫助他們的家人、朋友和更廣泛的社區了解有關Covid-19的最新建議和信息，以幫助確保我們所有人都保持安全並警惕該病毒的風險。

作為倡導者，您將通過短信、WhatsApp、電子郵件或在線研討會在線獲取有關Covid-19的定期更新。然後，您可以按照自己喜歡的格式在您的網絡中共享它們。

通過擁有並共享清晰的信息，您、您的朋友、家人和社區可以做出明智的選擇，並幫助確保Tower Hamlets的安全。

成為Covid-19社區倡導者

任何人都可以成為Covid-19社區倡導者。成為Covid-19社區倡導者既簡單又快捷。

* 您註冊成為倡導者（完成需要2分鐘）
* 我們以倡導者首選的接收信息方式（例如通過電子郵件或WhatsApp）向其提供有關Covid-19的最新信息。
* 倡導者可以以任何方式與社區中的任何人共享此信息。
* 倡導者讓我們知道哪些是行之有效的措施，哪些不是。

[註冊成為Covid-19社區倡導者](https://towerhamlets-self.achieveservice.com/service/Covid_19_community_champions_sign_up)

我們都可以發揮自己的作用

在建立倡導者網絡的同時，我們知道，為了確保Tower Hamlets的安全，為確保我們的行政區對Covid-19的挑戰保持韌性，每個在此居住或工作的人士都應發揮自己的作用。

這就是我們做出五項承諾的原因，這些承諾確定了我們將如何繼續在Covid-19疫情期間支持我們的居民。反過來，我們為居民和倡導者制定了五項承諾。如果我們都遵循這些原則，我們可以共同確保Tower Hamlets的安全。

**Tower Hamlets議會將：**

* 讓我們的居民和倡導者了解最新的建議和指導。
* 定期舉行由衛生專業人員主持的线上參與會議，他們可以探讨Covid-19的最新的建議、指南並回答問題。
* 在本地提供更多檢測選項。
* 為因Covid-19而需要隔離的居民提供食物和藥物運送服務，並為遇到經濟困難的人們提供建議。
* 以社區語言提供信息，以便每個人都可以理解有關Covid-19的信息。

**我們的居民和倡導者將：**

* 保持良好的衛生習慣，包括常洗手，每次至少20秒鐘。
* 與其他人保持安全距離，並根據政府和當地的指導限制社交聯繫。在公共交通、商店和其他封閉的場所戴上口罩。
* 如果您出現Covid-19症狀，請自我隔離並通過NHS檢測和跟踪預定免費檢測，並進行接觸追踪。
* 如果您被確定為Covid-19檢測呈陽性的某人的近距離接觸者，請自我隔離14天。
* 幫助告知和支持親朋好友，使他們獲得最新建議，並知道需要採取什麼措施來確保Tower Hamlets的安全。

提供支持

我們知道對於我們許多居民來說這是一個艱難的時刻，我們想提醒您，我們正在提供支持。請訪問我們的[**福利和財務支持**](https://www.towerhamlets.gov.uk/lgnl/health__social_care/health_and_medical_advice/Coronavirus/Support_for_residents/Benefits_and_financial_support.aspx)頁面，其中還列出了可以提供福利建議的組織。

[**還可以通過議會**](https://www.towerhamlets.gov.uk/lgnl/health__social_care/health_and_medical_advice/Coronavirus/Contact_us_for_help/Coronavirus_support_for_residents.aspx)為居民提供自我隔離的支持。