



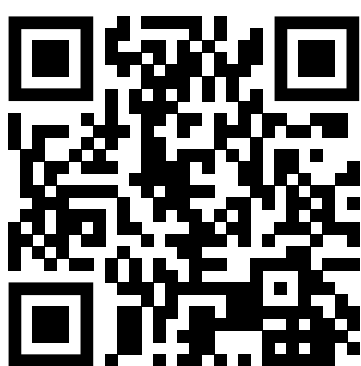
زمستان امسال سلامتی خود را در اولویت قرار دهید

PUT YOUR HEALTH FIRST THIS WINTER

سالم بمانید، از بیمار شدن یا آسیب دیدگی پیشگیری کنید و بدانید که در صورت نیاز برای دریافت مراقبت به کجا مراجعه کنید.

راه‌های ساده‌ای برای مراقبت از بدن خود و انجام انتخاب‌های هوشمندانه وجود دارد.

برای کسب اطلاعات بیشتر اسکن کنید یا به این سایت بروید:
vch.ca/WinterCare



واکسیناسیون و ایمنی



پیشگیری از لغزیدن و افتادن



رعایت صحیح بهداشت تنفسی



فعال ماندن با حفظ ایمنی



آگاهی از گزینه‌های مراقبت از خود



حصول اطمینان از ایمنی جاده‌های زمستانی



رفاه شما مهم است. مراقبت از خودتان بهترین راه برای سالم ماندن است.