



人人都是防线 战疫有你有我

——致广大市民朋友们的一封信

亲爱的市民朋友们：

大家好！一年前，新冠肺炎疫情突如其来。一年来，我们守望相助，共克时艰，历经风雨，共同守护了岛城的安全！

当前，疫情形势依然复杂严峻，特别是临近新春佳节，防控任务更加繁重艰巨。为巩固来之不易的防控成果，我们期待您从“我”做起，带动家人、朋友、同事等身边的每一个人，积极做到：

一、主动报备信息。如您或您的家人从境外及国内疫情重点地区返青，请提前联系所在的社区(村)，主动报备个人信息。如有关部门工作人员向您了解情况，请如实告知并积极配合做好核酸检测、健康管理等工作。

二、践行健康生活方式。勤洗手、常通风、戴口罩、保持“一米线”社交距离。注意合理膳食，保持乐观心态，保证充足睡眠，适量体育锻炼，提高免疫力，预防呼吸道传染病。

三、加强自我防护。前往商场、超市、农贸市场、娱乐场所等人员密集场所，乘坐地铁、公交、出租车(网约车)等公共交通工具及电梯，请提高防范意识，全程佩戴口罩。倡导无接触收快递，对收到的邮件、包裹先进行表面消毒处理。

四、减少人员聚集。线上拜年、见屏如面也是一种时尚。家庭私人聚会聚餐时请控制在10人以下，老年人、慢性病患者、孕妇、儿童及有流感症状人群尽量不参加。婚丧嫁娶能简办就简办，尽量少摆酒席、避免人群聚集。

五、减少非必要出行。春节期间尽量就地过节，非必要不出青岛，避免前往境外或国内疫情重点地区。如确需远行，请提前了解目的地疫情风险等级和防疫要求，主动做好行程记录，并全程做好个人防护。

六、安全食用冷冻冰鲜食品。请到正规市场选购，购买进口冷冻食品时请主动查看入境货物检验检疫、检测消毒证明是否齐全，并尽量避免直接接触，加工时请戴手套，生熟分开，避免生食。

七、主动做好健康监测。您或您的家人一旦出现发热、干咳、乏力等症状，请立即到就近的发热门诊就医，并主动告知活动轨迹及接触史。就医途中全程佩戴口罩，避免乘坐公共交通工具。

八、保护隐私拒传谣言。文明上网，理性发言，不随意散播他人隐私，不信谣、不传谣，关注权威渠道发布的相关信息。

爱青岛，让青岛更美好！亲爱的市民朋友们，大家是我们做好常态化疫情防控工作的最大底气！人人都是防线，战“疫”有你有我。为了我们的城市更加安全，为了你我他身体健康，让我们一起加油！

青岛市委统筹疫情防控和经济运行工作领导小组(指挥部)办公室
2021年1月8日

